

Приложение 1

Косметолог – впервые эта профессия появилась в Древней Греции. В те времена косметолог назывался косметом.

9 сентября, весь мир празднует Международный день красоты! По такому случаю сегодня я расскажу о самых интересных фактах.

1. В средней Азии эталоном красоты считалась женщина со сросшимися бровями. Об этом факте наверняка знают, все благодаря многочисленным фотографиям Фриды Кало – известной мексиканской художницы. Сросшиеся на переносице брови считались эталоном красоты, поэтому всем девочкам с малых лет мазали брови и межбровное пространство соком усымы – растения, которое стимулировало рост волос. Этот стандарт красоты до сих пор сохранился у таджиков (в частности, в сельских районах).

2. В Китае, императрицы два раза в день натирали лицо кусочком натурального шелка. С научной точки зрения, это абсолютно обоснованно! При трении шелка о кожу возникают слабые электрические импульсы, которое стимулируют регенерацию клеток. Так появился классический аппарат Дарсонваль.

3. Контуинг появился в 17 веке! Девушки корректировали овал лица, приподнимая скулы, просто кладя за щеку шарик из пробкового дерева.

4. Существует легенда о том, что создание косметики во многом является заслугой одной из богинь Древней Греции. Речь идет о богине любви и красоты Афродите. Согласно преданиям, она создала красную розу, которые использовались ею во время принятия ванны.

Приложение 2

Курение

• Знаете ли вы, что воробы и голуби погибают, если к их клюву поднести палочку, смоченную никотином? Кролик погибает от $\frac{1}{4}$ капли, а собака от $\frac{1}{2}$. для человека смертельная доза составляет 2-3 капли.

• Знаете ли вы, что во Франции однажды проводился чудовищный конкурс «Кто больше выкурит». В результате двое горе победителей умерли, выкурив 60 сигарет, остальные были отправлены в больницу в тяжёлом состоянии.

• Знаете ли вы, что учёные в течение нескольких лет проводили наблюдения над курящими школьниками и вот что выявили: у курящих детей плохая память, такие дети медленно соображают, быстро устают. Они нервные и обидчивые, часто лезут в драку, плохо учатся.

• Знаете ли вы, что Оноре де Бальзак сказал: «Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации»

• Мы обвиняем курение в том, что количество людей, которые ушли из жизни по причине курения, доходит до 70 тыс. в год. Не меньший вред здоровью человека приносят алкоголь и наркотики.

Приложение 3.

Ответь честно на вопросы,
и ты узнаешь о себе многое.

1. Делаешь ли ты зарядку каждый день?

2. Ты занимаешься спортом?

3. Любишь есть всё и сразу?

4. Ты куришь?

5. Любишь есть чипсы и другие

подобные продукты?

Да-3 кг Нет-5 кг

3-10 кг – Ты молодец!

10- 20 кг – Плохо! Бойся ожирения!

20 и более - Скоро, очень скоро будешь толстым! Остановись!
Приложение 4

Правильна ли ваша диета?

1. Как часто в течение одного дня вы питаетесь?

- а) три раза и больше
- б) два раза
- в) один раз

2. Часто ли вы завтракаете?

- а) всегда
- б) раз в неделю
- в) редко

3. Из чего состоит ваш завтрак?

- а) из овсяной каши и напитка
- б) из жареной пищи
- в) из одного напитка

4. Часто ли вы в течение дня перекусываете в промежутках между завтраком, обедом и ужином?

- а) никогда
- б) один-два раза
- в) три раза и больше

5. Как часто вы едите свежие фрукты и овощи?

- а) три раза в день
- б) один-два раза в день
- в) меньше, чем три-четыре раза в неделю

6. Как часто вы едите жареную пищу?

- а) раз в неделю
- б) три-четыре раза в неделю
- в) почти каждый день

7. Как часто вы едите торты с кремом или шоколадом?

- а) раз в неделю
- б) от одного до четырёх раз в неделю
- в) почти каждый день

8. Что вы намазываете на хлеб?

- а) маргарин
- б) масло с маргарином
- в) только масло

9. Сколько раз в неделю вы едите рыбу?

- а) больше одного раза
- б) один-два раза
- в) один раз и реже

10. Как часто вы едите хлеб?

- а) по меньшей мере раз в день
- б) от трёх до шести раз в неделю
- в) меньше трёх раз в неделю

11. Прежде чем вы приступаете к приготовлению мясного блюда, вы:

- а) убираете весь жир
 - б) убираете часть жира
 - в) оставляете весь жир
12. Сколько чашек чая или кофе вы выпиваете в течение одного дня?
- а) одну-две
 - б) от трёх до пяти

в) шесть и больше

13. Сколько раз в день вы употребляете газированные напитки?

а) от двух до четырёх раз

б) меньше двух раз

в) более четырёх раз

Ключ а) 2 очка б) 1 очко в) 0 очков

Подсчитайте очки

23-26. Отличная диета

18-23 . Хорошая диета

13-18. Надо бы диету улучшить

0-13. Диета нуждается в существенном улучшении. Есть опасность для здоровья.

Приложение 4

Обычный язык нужен для общения людей, а язык программирования – для общения с компьютером.

Программист – специалист, занимающийся программированием, то есть созданием программ, которые облегчают всем нам жизнь.

ИИ.

Позвольте познакомить вас с ИИ – искусственным интеллектом. Он повсюду, он везде. ИИ возник благодаря программистам. В нашем современном мире ИИ стал самым главным помощником. Благодаря программистам, ИИ становится умнее с каждым днём. Предлагаю вашему вниманию посмотреть фильм, где ближе познакомитесь с ИИ.

Киберпреступность.

К киберпреступности относятся ситуации, когда компьютер используется для совершения преступлений в виртуальном пространстве.

Памятка № 1.

Осторожно, фишеры!!!

Эти преступники воздействуют на пользователей, чтобы получить конфиденциальную информацию. Целью фишинга является получение доступа к номерам банковских счетов, PIN-коды и т.п.

Спамеры

Кибертеррористы.

Крекеры.

Крекинг -взлом программного обеспечения. После взлома, во всемирной сети появляются левые серийные ключи(чипы, коды), специальные патчи (изменение функций программ), а порой и модифицированные файлы, с помощью которых можно заставить программу работать, не приобретая её у разработчика.