

О ВРЕДЕ КУРЕНИЯ

*Табак приносит вред
телу,
разрушает разум,
отупляет целые нации.
Оноре де Бальзак*

ЦЕЛЬ РАБОТЫ: ПОКАЗАТЬ НЕГАТИВНОЕ ВЛИЯНИЕ ТАБАКА, ПРИВЛЕЧЬ ВНИМАНИЕ К ПРОБЛЕМЕ ПОДРОСТКОВОГО КУРЕНИЯ И ВНЕСТИ СВОЙ ВКЛАД В БОРЬБЕ С ЭТИМ НЕГАТИВНЫМ ЯВЛЕНИЕМ

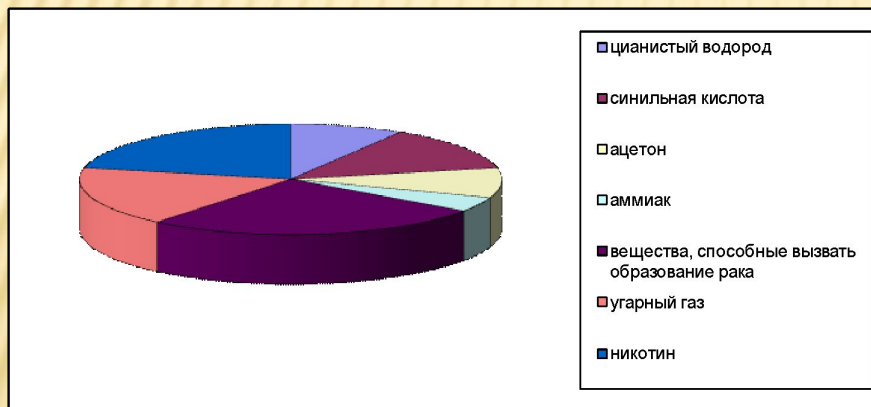
- **Гипотеза исследования.** 1.Предположим, курение полезно, поэтому люди курят. 2. Возможно, курение вредно, поэтому не все люди курят. 3. Допустим, курение не влияет на окружающих курильщика людей. 4. Возможно ли вести здоровый образ жизни без сигарет.
- **Методы исследования:** Поиск теоретических понятий. Опрос. Беседа. Анкетирование. Анализ. Сравнение. Практическое применение

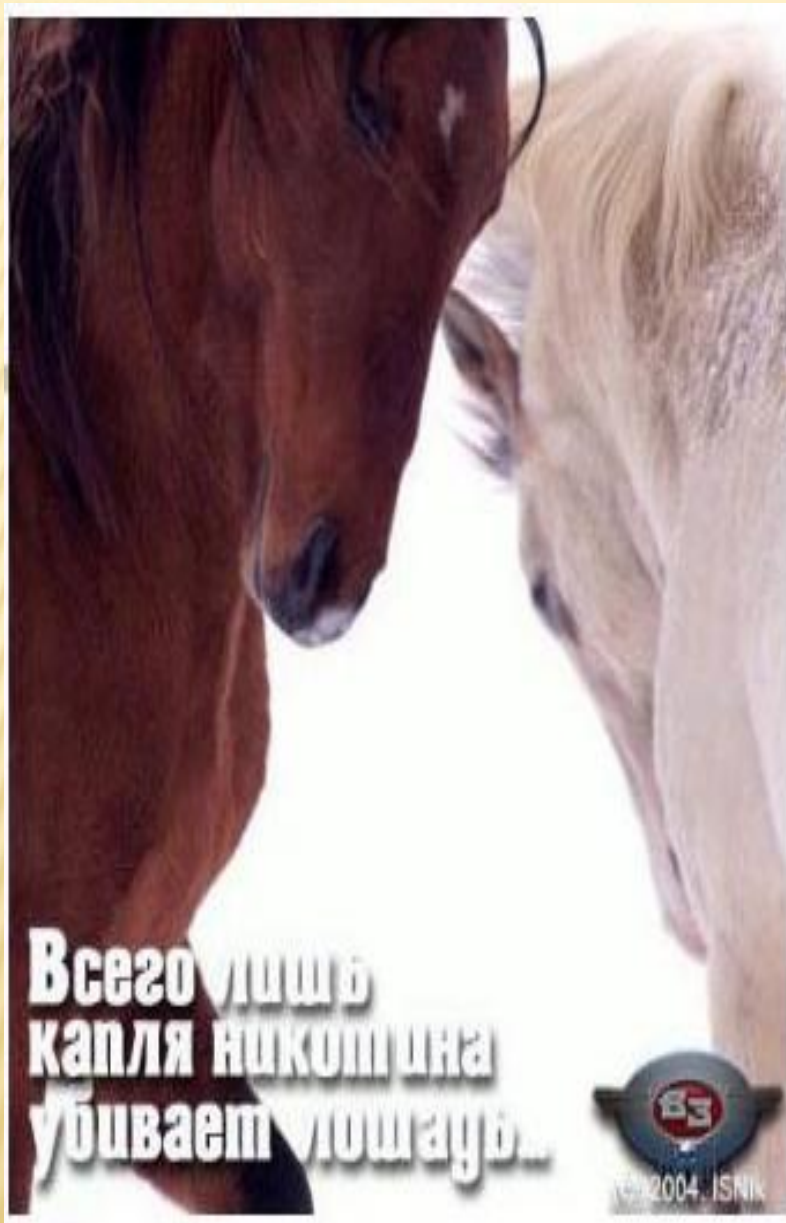


Состав табачного дыма

Из 24

учеников
нашего
класса 22
относятся
отрицательн
о к курению,
двое – не
знают как
относится.





НИКОТИН (ОТ ИМЕНИ ФРАНЦУЗА ЖАНА НИКО, КОТОРЫЙ ВПЕРВЫЕ ВВЕЗ В 1560 Г. ТАБАК ВО ФРАНЦИЮ) – АЛКАЛОИД, СОДЕРЖАЩИЙСЯ, ГЛАВНЫМ ОБРАЗОМ В ЛИСТЬЯХ И СЕМЕНАХ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ ТАБАКА (ТАВАСО – ИСП.) – ЖИДКОСТЬ С НЕПРИЯТНЫМ ЗАПАХОМ И ЖГУЧИМ ВКУСОМ. ЭТО ЧРЕЗВЫЧАЙНО СИЛЬНЫЙ ЯД, ДЕЙСТВУЮЩИЙ В ОСНОВНОМ НА НЕРВНУЮ СИСТЕМУ, ПИЩЕВАРЕНИЕ, А ТАКЖЕ НА ДЫХАТЕЛЬНУЮ И СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТУЮ СИСТЕМЫ.

□ Воробьи, голуби погибают, если к их клюву поднести стеклянную палочку, смоченную никотином. Кролик погибает от $\frac{1}{4}$ капли никотина. Собака – от $\frac{1}{2}$ капли. Лошадь убивает одна капля никотина. В нашем классе на этот вопрос ответили правильно 9 человек.

□ Для человека смертельная доза – 2-3 капли. Именно такая доза поступает в кровь после выкуривания 20-25 сигарет. Курильщик не погибает, потому, что доза вводится постепенно, а не в один прием.

Из 24 опрошенных мною в классе 20 человек считают, что люди курят по привычке, трое – потому, что это модно и красиво, один человек считает, что люди курят из-за незнания о вреде сигарет. Одной из основных причин начала курения является любопытство. Другая причина начала курения в молодом возрасте – подражание взрослым, героям кино.

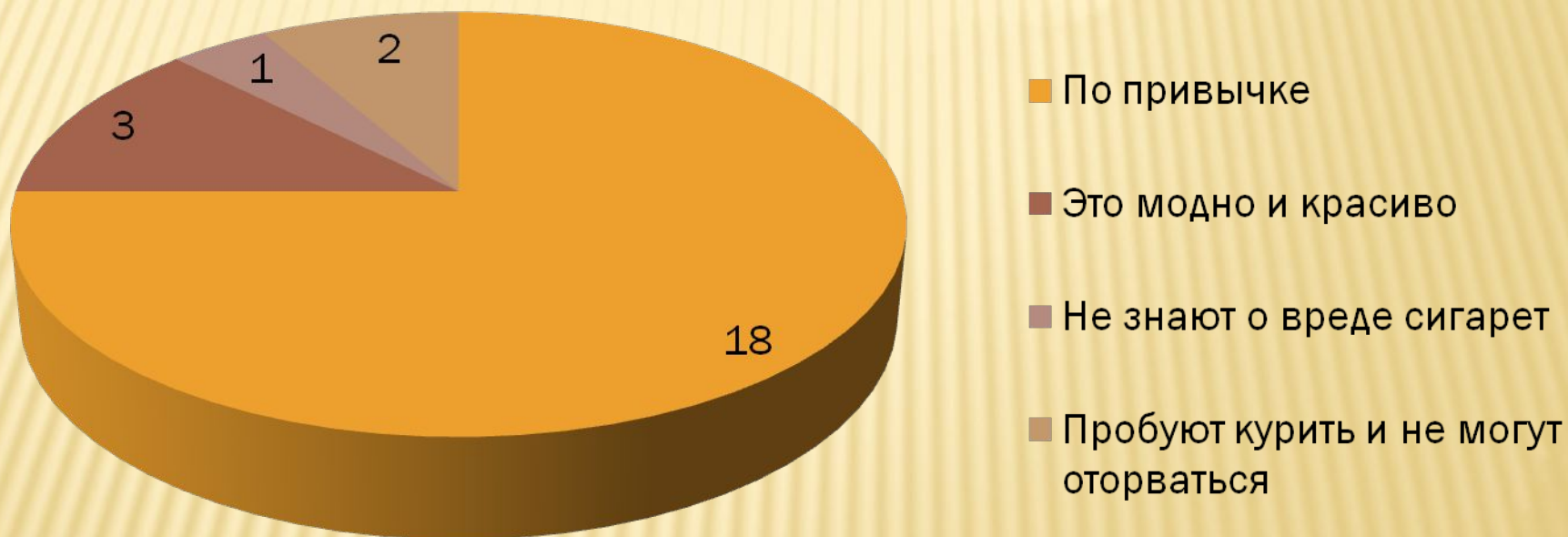


Из 24 учеников нашего класса 10 ответили, что их родители курят.

По статистике, в некурящих семьях курящими становятся не более 20% детей, в курящих семьях число курящих детей превышает 50%.

ОПРОС В КЛАССЕ: ПОЧЕМУ ЛЮДИ КУРЯТ

Причины курения



- **Курение отрицательно влияет на успеваемость школьника.**

- **Число неуспевающих возрастает в тех классах, где больше курящих.**



- **Курение школьников замедляет их физическое и психическое развитие.**
- **Курение и школьник несовместимы. Школьные годы - это годы роста как физического, так и умственного.**
- **Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками. Как известно, навыки, привычки, усвоенные в школьном возрасте, самые прочные. Это относится не только к полезным, но и к вредным привычкам.**
- **Чем раньше дети, подростки, юноши, девушки ознакомятся с курением и начнут курить, тем быстрее привыкнут к нему, и в дальнейшем отказаться от курения будет очень трудно.**



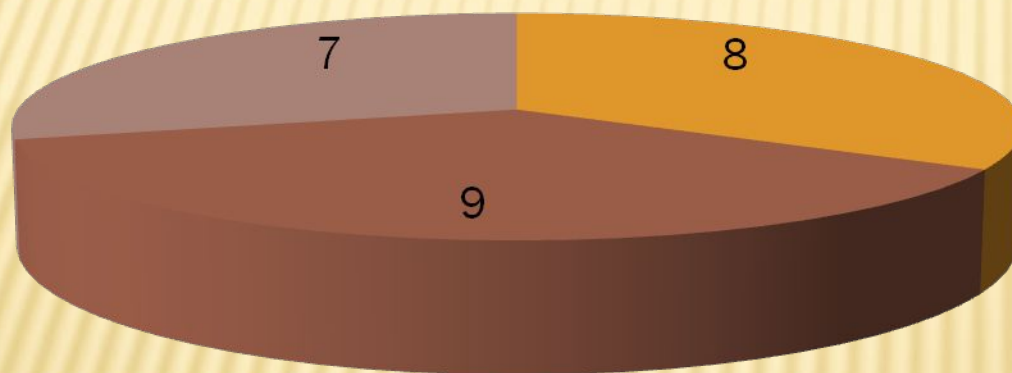
- Установили, что люди начавшие курить до 15 летнего возраста, умирают от рака легких в 5 раз чаще, чем те которые начали курить после 25 лет.

- В течение нескольких лет ученые проводили наблюдение над 200 курящими и 200 некурящими школьниками.
- А теперь посмотрим, какими оказались сравнительные результаты.

показатели	курящие	не курящие
1. нервные	14%	1%
2.Понижение слуха	13	1
3.Плохая память	12	1
4.Плохое физическое состояние	12	2
5.Плохое умственное состояние	10	1
6.Нечистоплотны	12	1
7.Плохие отметки	18	3
8.Медленно соображают	19	3

ОПРОС В КЛАССЕ

"Пассивные курильщики" - это



- Те, которых заставляют курить принудительно
- Те, кто находится в обществе курящих
- Те, кто курит в тюрьме

РЕЗУЛЬТАТЫ ОПРОСА.

- Большинство учеников нашего класса (22 человека) считают, что положительных сторон курения нет. 18 человек из 24 опрошенных думают, что атмосфера вечеринок отрицательно влияет на увлечение вредными привычками. 17 человек (большинство) считают, что знания о пагубных последствиях курения уменьшат число курящих.
- Это в наших силах. Во многих странах вошло в моду не курение!!! Быть крутым - это значит быть физически здоровым, заниматься спортом, иметь сильное развитое тело, успевать в жизни, побеждать! Это несовместимо с курением.!!! Начните с себя, расскажите о вреде родителям, друзьям (22 человека из нашего класса рассказали бы о вреде курения друзьям, если бы узнали,

- 1 гипотеза: Предположим, курение полезно, поэтому люди курят. 2 гипотеза: Возможно, курение вредно, поэтому не все люди курят. Если человек курит, то сокращает свою жизнь. Курящие имеют заболевания сердца и сосудов, язвы желудка, гастриты, болезни легких и т.д. У курящих детей наблюдается плохая память, снижение слуха, зрения, физическое и умственное отставание. 1 гипотеза опровергается и подтверждается 2 гипотеза.
- 3 гипотеза. Допустим, курение не влияет на окружающих курильщика людей. Но 23 человека из нашего класса ответили, что отрицательно относятся к тому, что возле подъезда, в парке, рядом с ними кто-то курит. Это неприятно, а также вдыхаемый дым вредит здоровью человека. Гипотеза 3 неверна.
- 4 гипотеза. Возможно ли вести здоровый образ жизни без сигарет. Сигареты и здоровье – несовместимые вещи. Спорт, физкультура – это здоровье, красота, сила.

ВЫВОДЫ

- Проведя исследовательскую работу, я выяснила, что курение вредно для здоровья, особенно для подростков. Поэтому необходимо вести разъяснительную работу с подростками «О вреде курения», пропагандировать здоровый образ жизни, начиная с младших классов

Спасибо за внимание