



Шпаргалка для школьников



Запомните, друзья!

Основными причинами курения подростков являются:

- стремление стать взрослыми;
- подражание сверстникам и старшим товарищам;
- желание получить авторитет;
- подражание взрослым, родителям и родственникам;
- негативная обстановка в семье; психологические проблемы;
- проблемы социальной адаптации, взаимоотношений и общения; подростковый кризис эмоционального и физического становления;

Последствия:

подражание экранным героям, персонажам из СМИ и телевидения, депрессия.
 Никотиновые смолы и углеводороды раздражают нервные клетки, вызывают утомление, понижают активность головного мозга, а также снижают зрительное цветовое восприятие. При постоянном курении у подростков уже с первых недель потребления никотина начинается слезотечение, появляется отечность и краснота глаз; в дальнейшем курение приводит к хроническим воспалениям зрительного нерва, повышению чувствительности к свету и отслоению сетчатки.

Серьезный вред курения для подростков заключается в появлении тяжелых заболеваний пищеварительной, нервной, сердечнососудистой, дыхательной и мочеполовой системы;

У детей, матери которых начали курить уже с подросткового возраста, проявляются как послеродовые, так и возрастные патологии. Развитие таких детей замедленное, а также они страдают тяжелыми наследственными заболеваниями, часто рождаются со слабоумием и пороком сердца;

Вред подросткового курения состоит в мощном угнетении центральной нервной системы и головного мозга. Также в результате воздействия ядовитых веществ табачных изделий ухудшается функционирование щитовидной железы, учащается сердцебиение, появляется раздражительность, повышенная жажда и потовыделение;

Жил царевич-здоровый парень. В триевятом царстве жил. Никогда не знал печали и с товарищем дружил. По утру рыбалка рано, а чуть позже на тур-слёт. И мечтал царевич славный собрать однажды самолет.

Проходили дни, недели, парни выросли давно. И пошло с тех пор уж очень интересное кино. Про здоровый образ жизни напрочь мальчики забыли. Вместо футбика на даче-за углом они курили. Ох крутыми по началу всем казались пацаны. В тридевятиом царстве были очень важные перцы!! Царевич был авторитетом, а товарищ-просто так. Каждый день и не по разу раздавали всем табак. Ох и дымно было в царстве, вдруг пропал весь кислород.

Лишь от сажи и от пыли остался пепел у ворот. Какие были все крутые! Воняли куревом, плевали, И вдруг все в раз заговорили:»Ох, кем мы стали, кем мы стали! Поддались дыму и сигарам, привязанность сильнее нас.» Вдруг за грудную клетку сразу схватились, как в последний раз. Уж с миром думали проститься, от табака-не открестится! Вдруг слышат голос звонкий чей-то... Царь батюшка бежит крича:- Вы что, совсем от рук отбились? Все табаку в раз подчинились? Вам крутость хочется поймать? Здоровье в землю закопать? Взамен спортзалом, стадионам вы предпочли вонючий дым? И что имеем? Пыль да порох, и в лёгких ваших, и в домах! А вы подумали о близких? Хотелось ядом им дышать? И вместо кросса в воскресенье, который все должны бежать, вы все лежите, ель живые, всем трудно стало вдруг дышать! Всем вам пропишем по микстуре!

Лекарство каждому дадим! Но после важной процедуры, вам надо курево забыть! Табак из жизни истребить, все сигареты уничтожить, заняться спортом и тогда здоровье вновь удастся сложить! И ты, запомни, детвора! ведь сигареты-не игрушка, Царевич-в сказке, там жизнь не та, ты быстро брось свои игрушки! Игрушки те, что с табаком поверь, с добром тебя не свяжут, Тебе и мама с папой скажут, что сигареты-не игра!

**НАШ СОВЕТ-
БРОСАЙ
КУРИТЬ!**



Выполнила работу ученица 8 «Д»
класса , МАОУ СОШ № 27 города
Тюмени Козик Мария

Источни

К:

- <http://www.neboleem.net/podrostkovoe-kurenje.php>
- Автор стихотворения : Козик Мария