



«Курильщик впускает в свои уста врага, который похищает мозг».

(Английская пословица)

«Ловушка для подростков»

(исследование отношения
подростков к курению)



Автор: Воробьева Елена Павловна,
8 «А» класс

ЦЕЛЬ:

**изучение отношения
подростков к курению**

ЗАДАЧИ:

- Изучение научной литературы по проблеме исследования.
- Проведение исследования на базе школы.
- Изучение статистики табакокурения обучающихся школы.
- Выявление причин увлечения подростками курением.
- Выявление мотивов отказа от курения.
- Обработка результатов исследования.
- Разработка рекомендаций по профилактике подросткового курения.

Объект исследования:

обучающиеся 7-10 классов

Предмет исследования:

условия и факторы, определяющие отношение обучающихся к курению

Методы исследования:

- 1) изучение научной литературы;
- 2) анкетирование;
- 3) сравнение;
- 4) обработка результатов;
- 5) анализ.

Гипотеза:



ТОЛЬКО ВЫСОКАЯ КУЛЬТУРА ЗНАНИЙ О КУРЕНИИ МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К ИЗМЕНЕНИЮ ОТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКОВ К НЕМУ.

Глава I. Теоретические аспекты проблемы курения



История табакокурения



Состав табачного дыма

Психологические особенности подросткового возраста



Мотивационные аспекты курения подростков



Влияние курения на организм человека

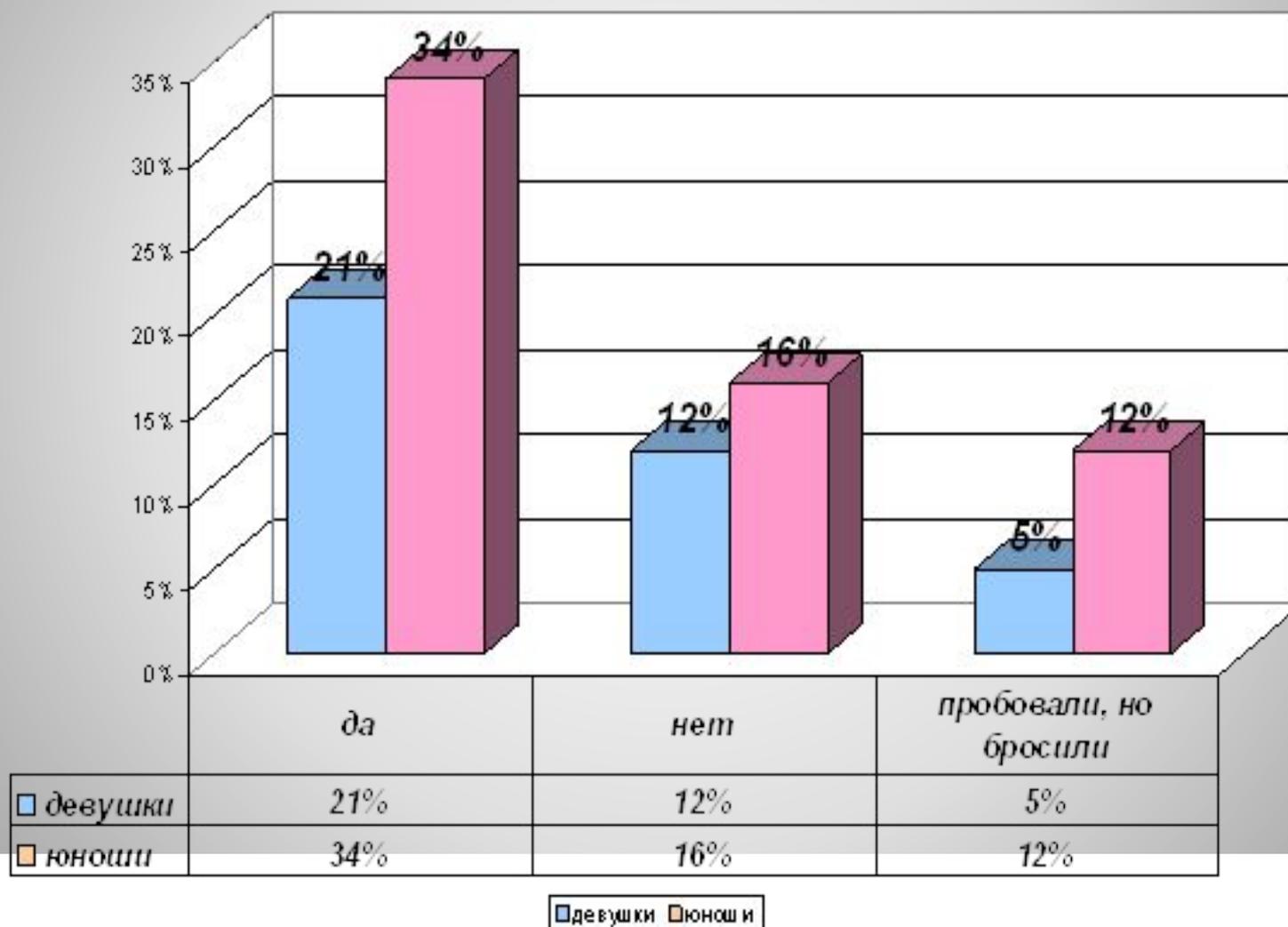


Исследование отношения подростков к курению

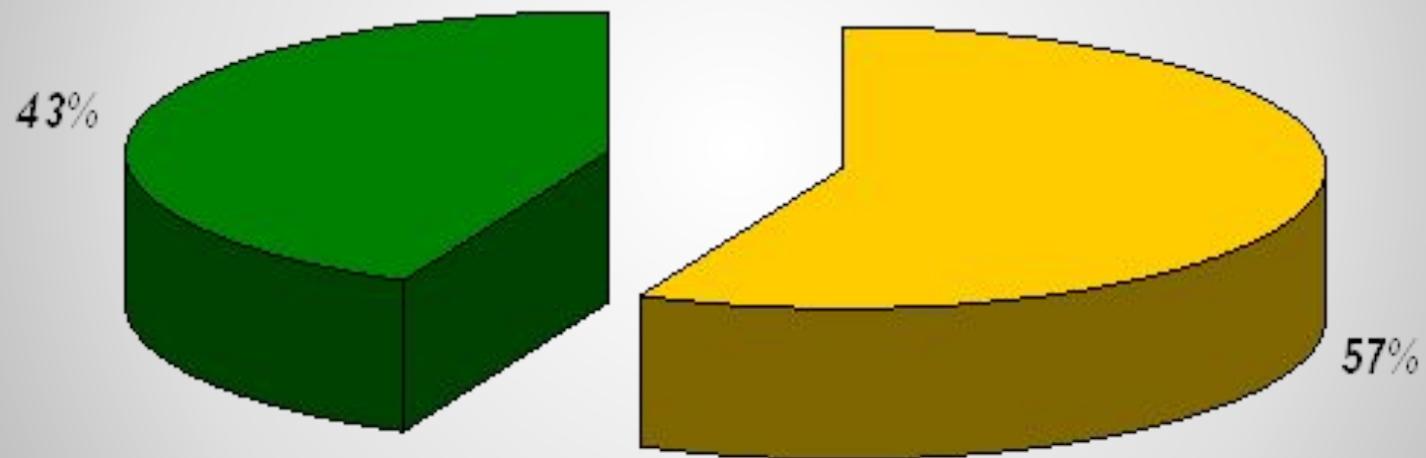
Цель
исследования:

- выяснение отношения школьников к курению;
- выявление причин начала курения;
- выявление мотивов отказа от курения.

Курите ли Вы?

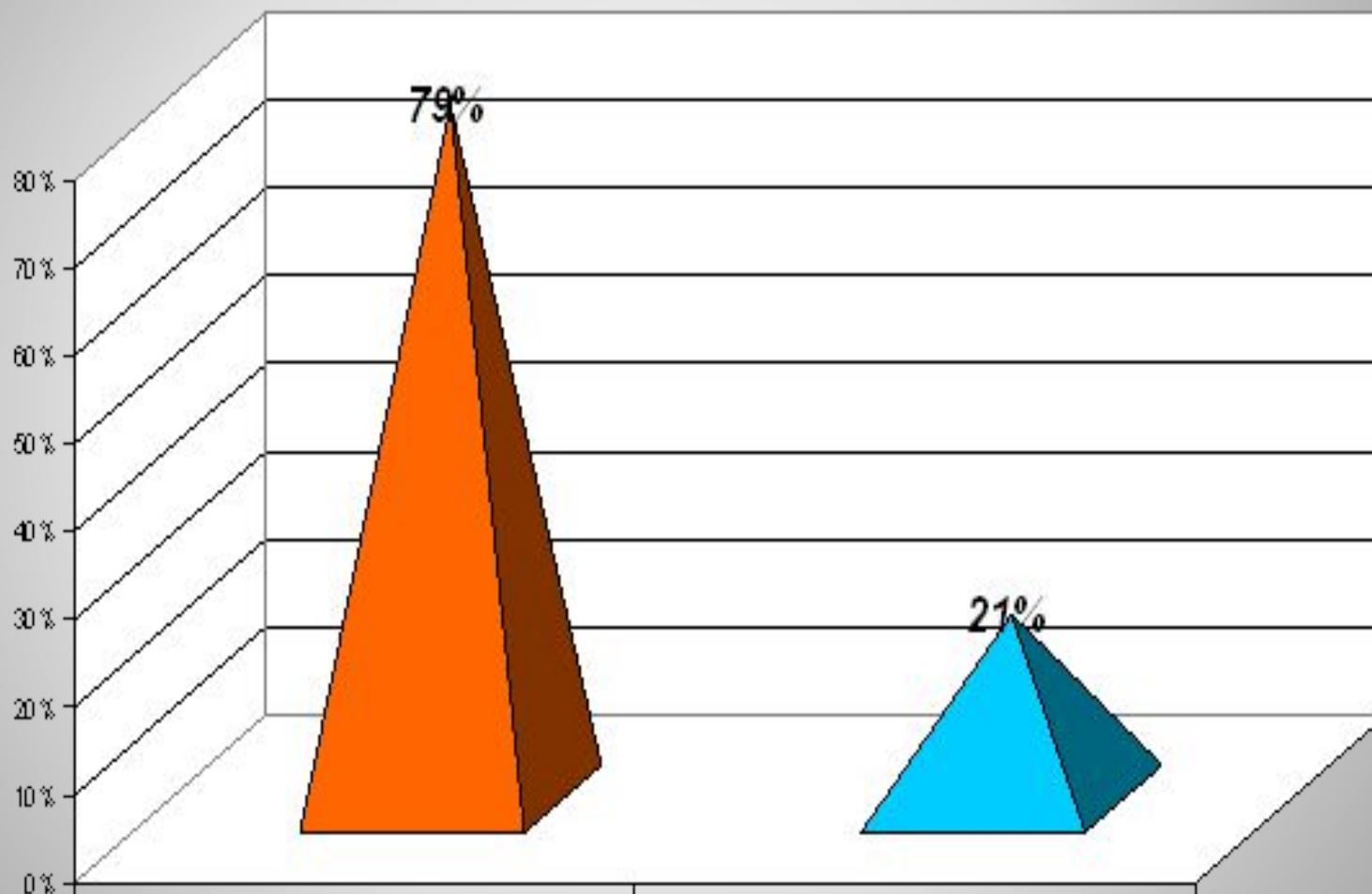


Курят ли в Вашей семье?



Да Нет

Курят ли в Вашей компании?



■ КОЛ-ВО

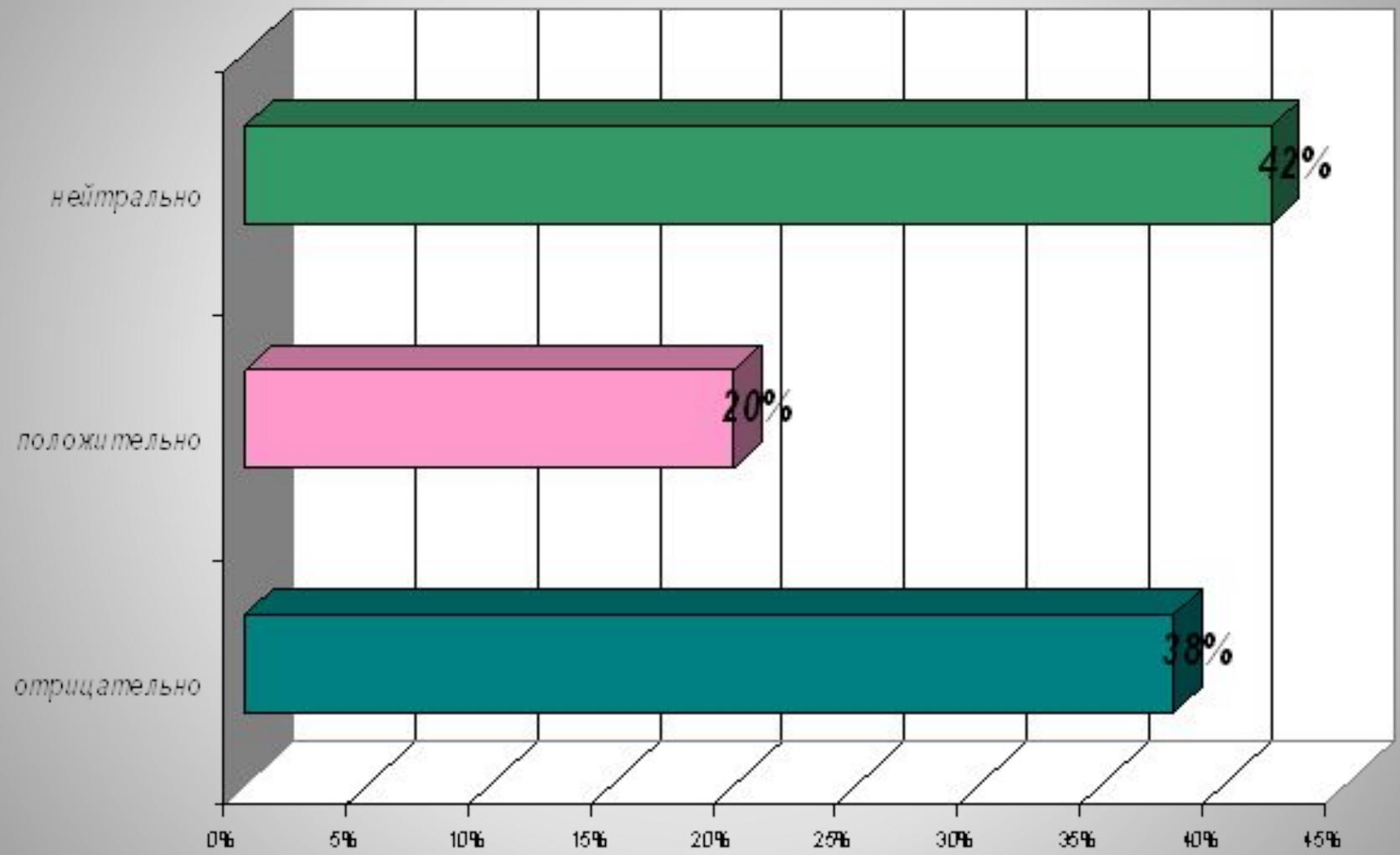
да

79%

нет

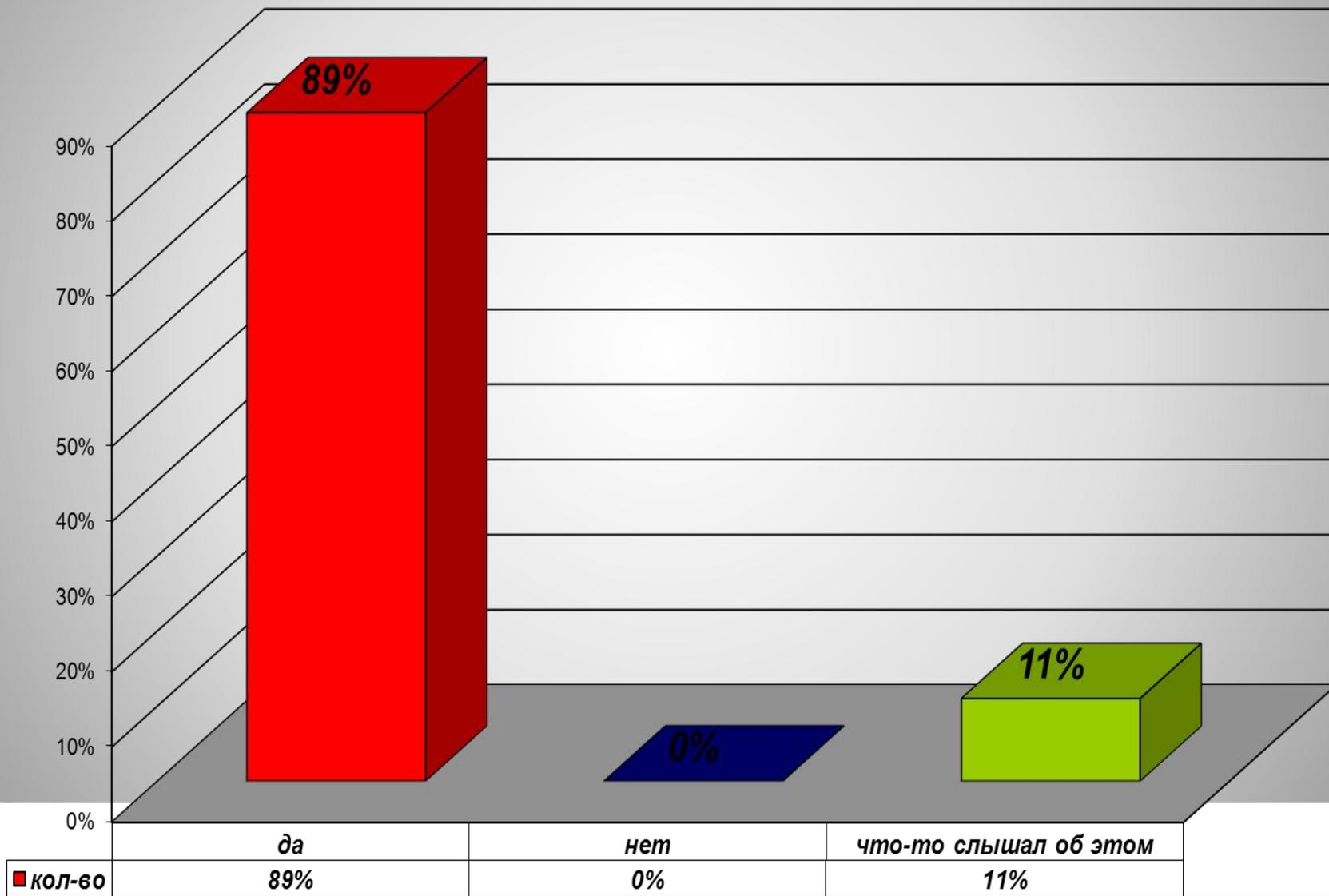
21%

Как ты относишься к курению?

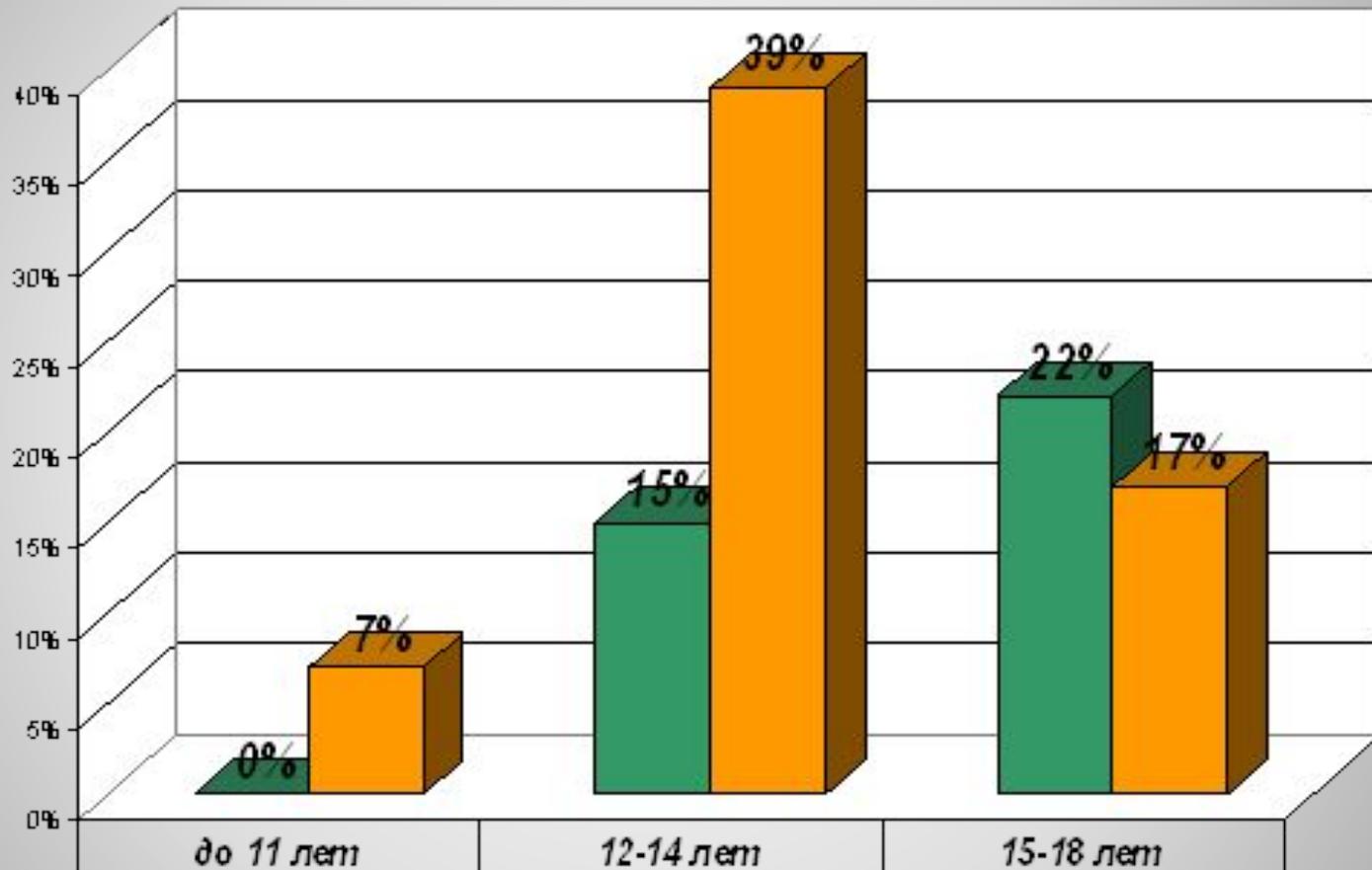


	отрицательно	положительно	нейтрально
■ кол-во	38%	20%	42%

Знаете ли Вы, какой вред наносит курение здоровью?



С какого возраста начали курить?



девушки	0%	15%	22%
юноши	7%	39%	17%

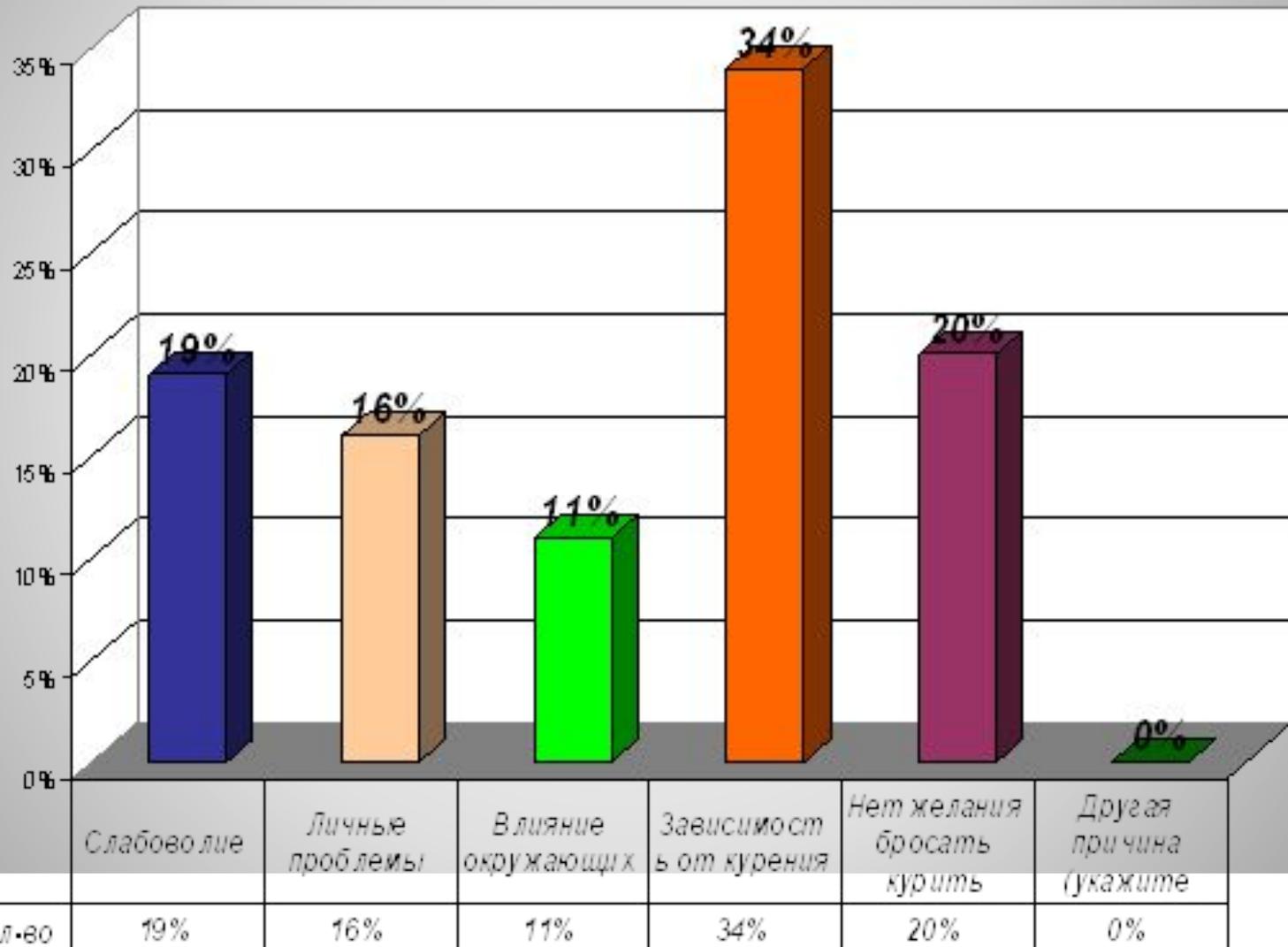
девушки юноши

По какой причине Вы начали курить?

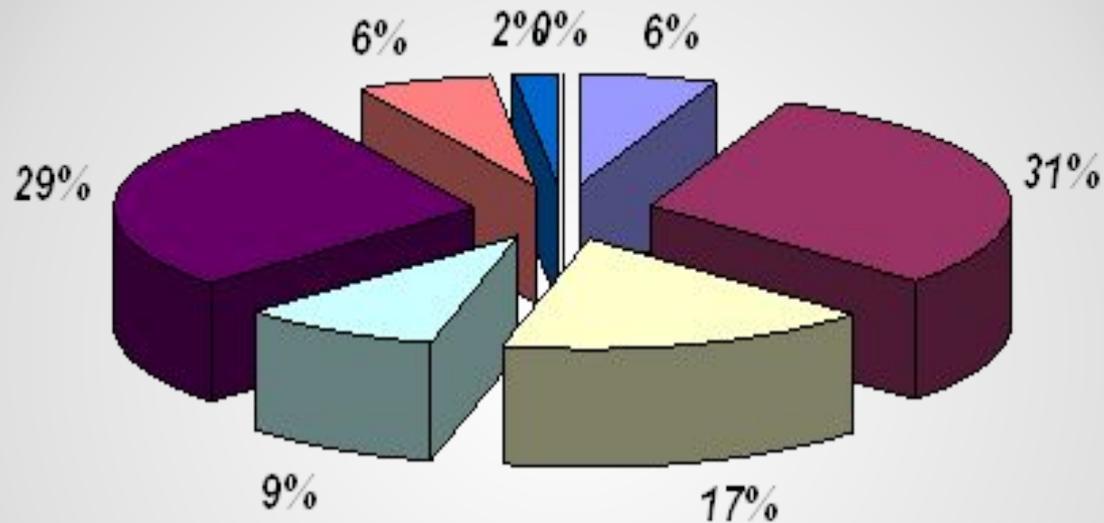


	Чувство взрослости и независимости	Из любопытства	Влияние сверстников (за компанию, желание приобрести друзей)	Так как это модно	Чтобы похудеть	Влияние рекламы, красивая пачка сигарет	Курение помогает снять стресс, расслабиться, либо сосредоточиться	Курение родителей	От нечего делать, от скуки
■ кол-во	7%	17%	24%	2%	2%	4%	35%	6%	4%

Что мешает Вам бросить курить?



Мотивы отказа от курения



- Ограничение физических возможностей (трудно заниматься спортом, танцами...)
- Появление зависимости от табака
- Проявление внешней непривлекательности (желтый цвет кожи, зубов и ногтей...)
- Материальные затраты (отсутствие денег и нежелание их тратить на сигареты)
- Страх ухудшения здоровья
- Страх перед родителями
- Желание не быть как все
- Другая причина (укажите какая)



«Курильщик впускает в свои уста врага, который похищает мозг».

(Английская пословица)

Выводы-рекомендации

- начинать профилактику курения нужно гораздо раньше, чем это делается в наших учебных заведениях для того, чтобы снизить процент курящих подростков в компании к 10-12-му классу;
- необходимо проводить профилактику курения в семьях, чтобы в дальнейшем оградить подростков от возможности приобщения к курению;
- недостаточно хорошо разработаны, не опубликованы, и не «донесены» должным образом до ребят в средствах массовой информации программы против курения;
- необходимо проводить не лекции, а мероприятия, направленные на практическую демонстрацию вреда курения;
- просвещение и тренинговые занятия с психологом для подростков должны обязательно входить в комплексную программу по профилактике курения, так как одна из причин курения - слабоволие и неумение справляться со стрессовыми ситуациями;
- нельзя допускать, чтобы у детей было «пустое» времяпровождение;
- взрослым, в особенности родителям, своим примером формировать у детей отрицательное отношение ко всем пагубным привычкам;
- ограничить возможность покупки табачных изделий детьми. Запрещать продавать (штрафовать продавцов и магазины), сделать стоимость сигарет очень высокой;
- исключить рекламу сигарет во всяких фильмах, а то у нас в советских фильмах все хорошие герои - курят постоянно;
- разумеется, особенно строго необходимо соблюдать Закон «Об ограничении курения табака».



МВ(С)ОШ №3

Если ты хочешь! Если ты хочешь!

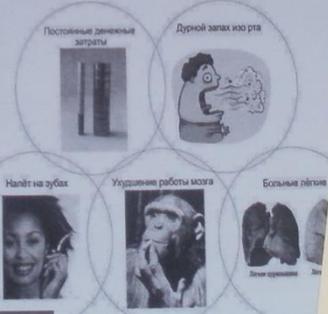
- Сохранить свое здоровье;
 - Состояться в жизни как личность;
 - Выглядеть молодо и привлекательно;
 - Всегда быть в хорошей спортивной форме;
 - Родить и вырастить здоровых детей;
 - Не быть рабом вредной привычки;
- Твой выбор:



Сломай сигарету
Пока сигарета не сломала тебя

Smoking causes total lung cancer

НЕ КУРИТЬ!



Причины, по которым не стоит курить

Советы подросткам как бросить курить

МВ(С)ОШ №3

Это не так трудно. Просто попробуйте. Подумайте, зачем вам это нужно. Сделайте отказ от курения вашей целью. Пообещайте себе бросить курить к определенной дате.

Помните - курение это яд. Не обманывайте себя. При возникновении желания закурить постарайтесь чем-либо себя занять или отвлечь. Всякий раз кладите пачку подальше от себя. Покупайте каждый раз не больше одной пачки. Покупайте сигареты разных марок, а не только свои любимые. Не курите, когда чем-то заняты. Не заимствуйте сигареты, когда они у вас закончились.

Как же избежать влечения к курению?

Не поддаваться соблазну табака?

Как сохранить своё здоровье?



- Вести здоровый образ жизни.
- Вести активный образ жизни.
- Закалять волю, вырабатывать самодисциплину.
- Формировать положительные привычки.
- Находиться подальше от курильщиков. Стыдиться их.
- Использовать положительный пример родителей.
- Самому не курить и быть примером для других.



ВЫБИРАЕШЬ САМ



Спасибо за внимание!