



«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

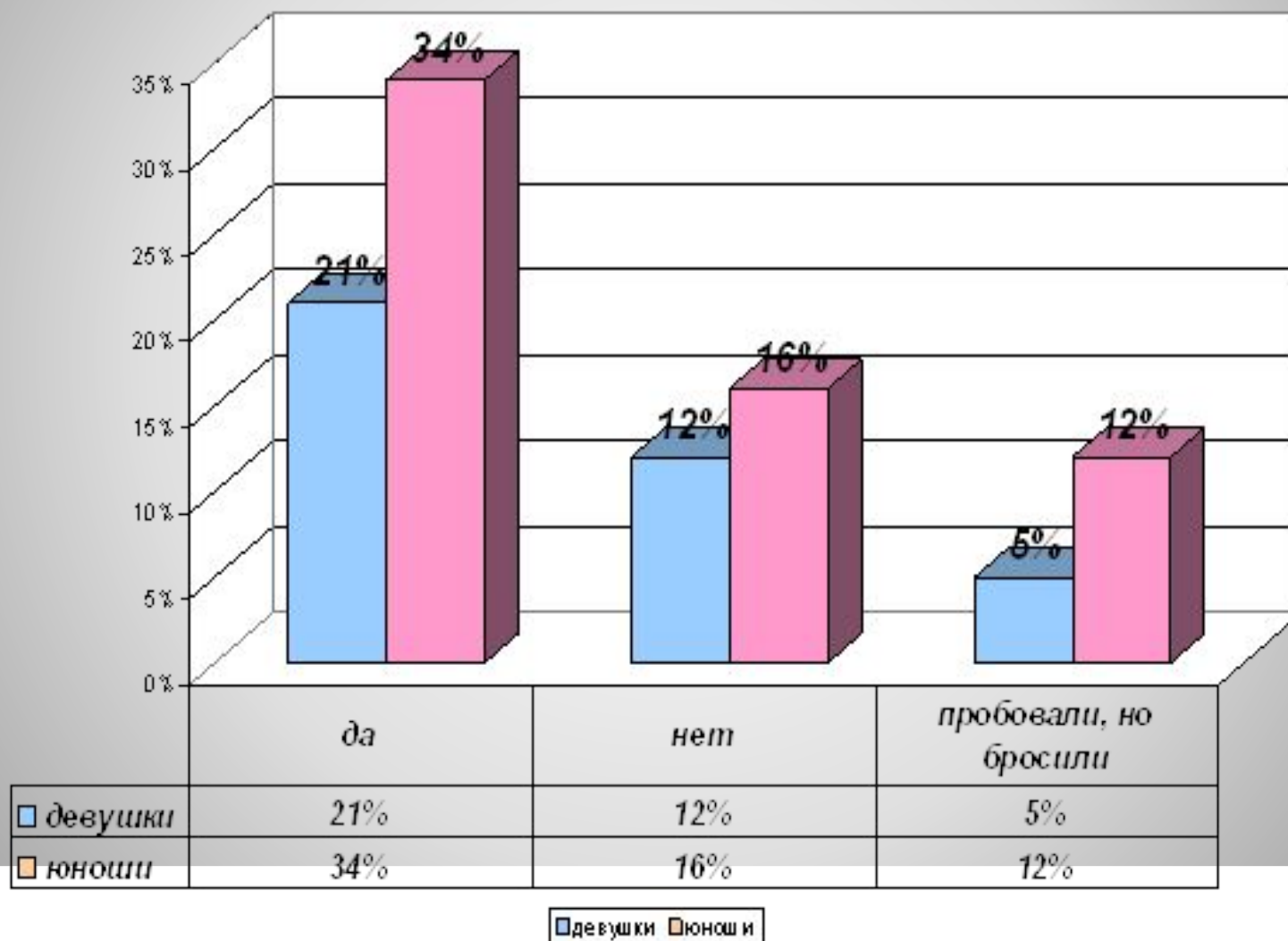


Исследование отношения подростков к курению

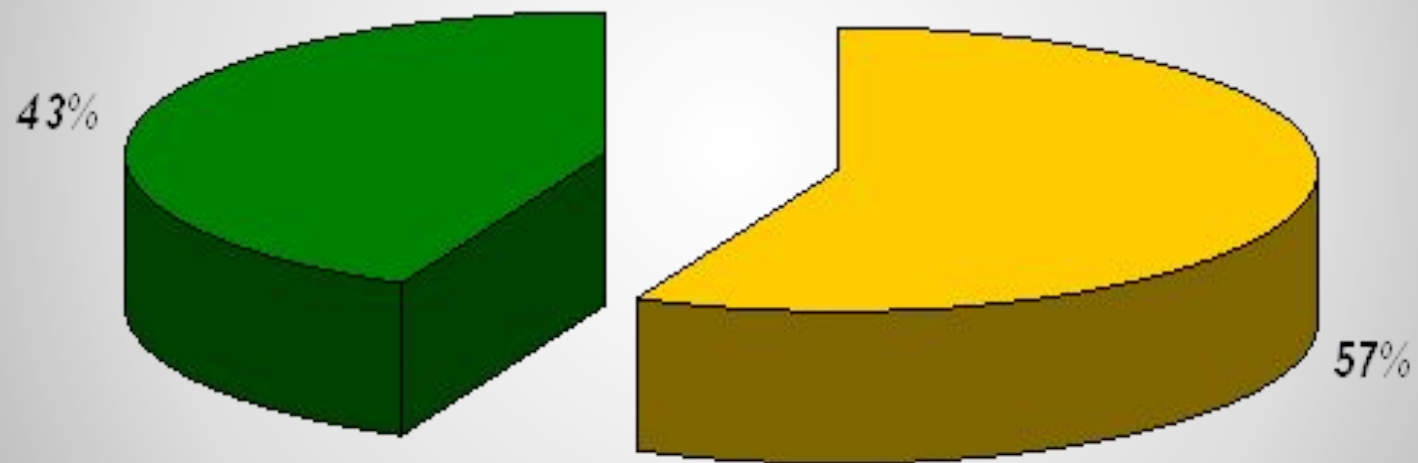
Цель исследования:

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

Курите ли Вы?

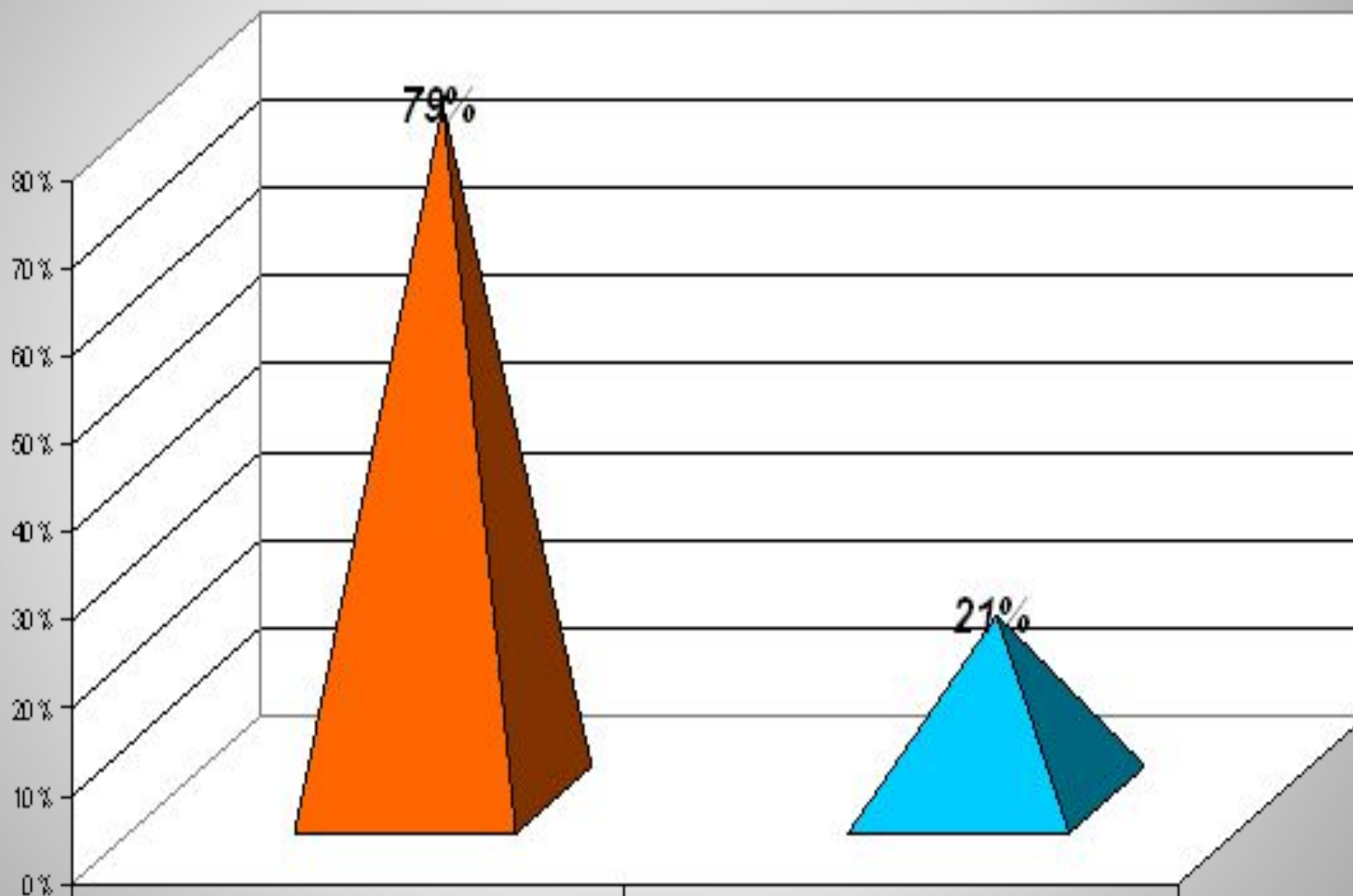


Курят ли в Вашей семье?



Да Нет

Курят ли в Вашей компании?

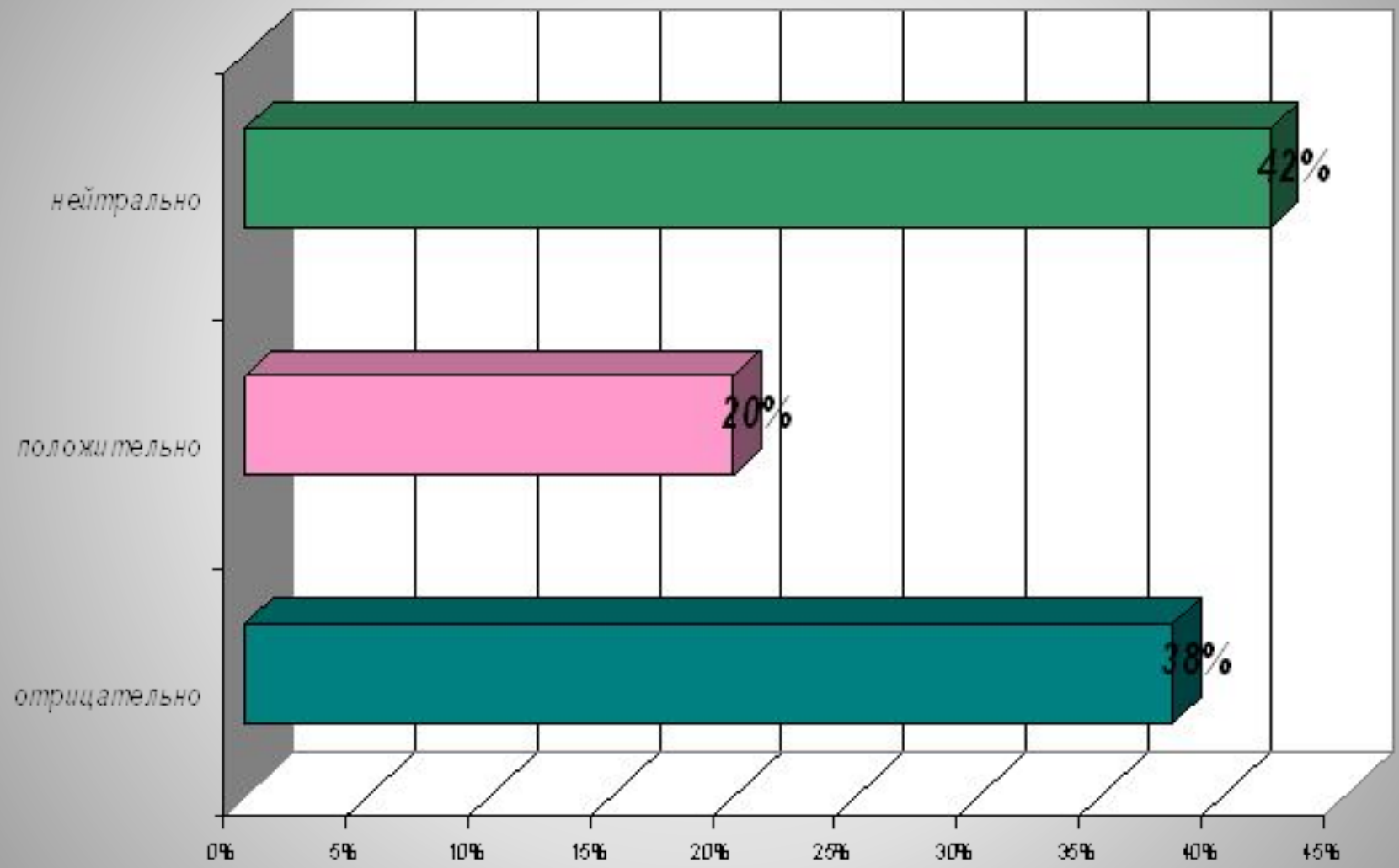


■ КОЛ-ВО

79%

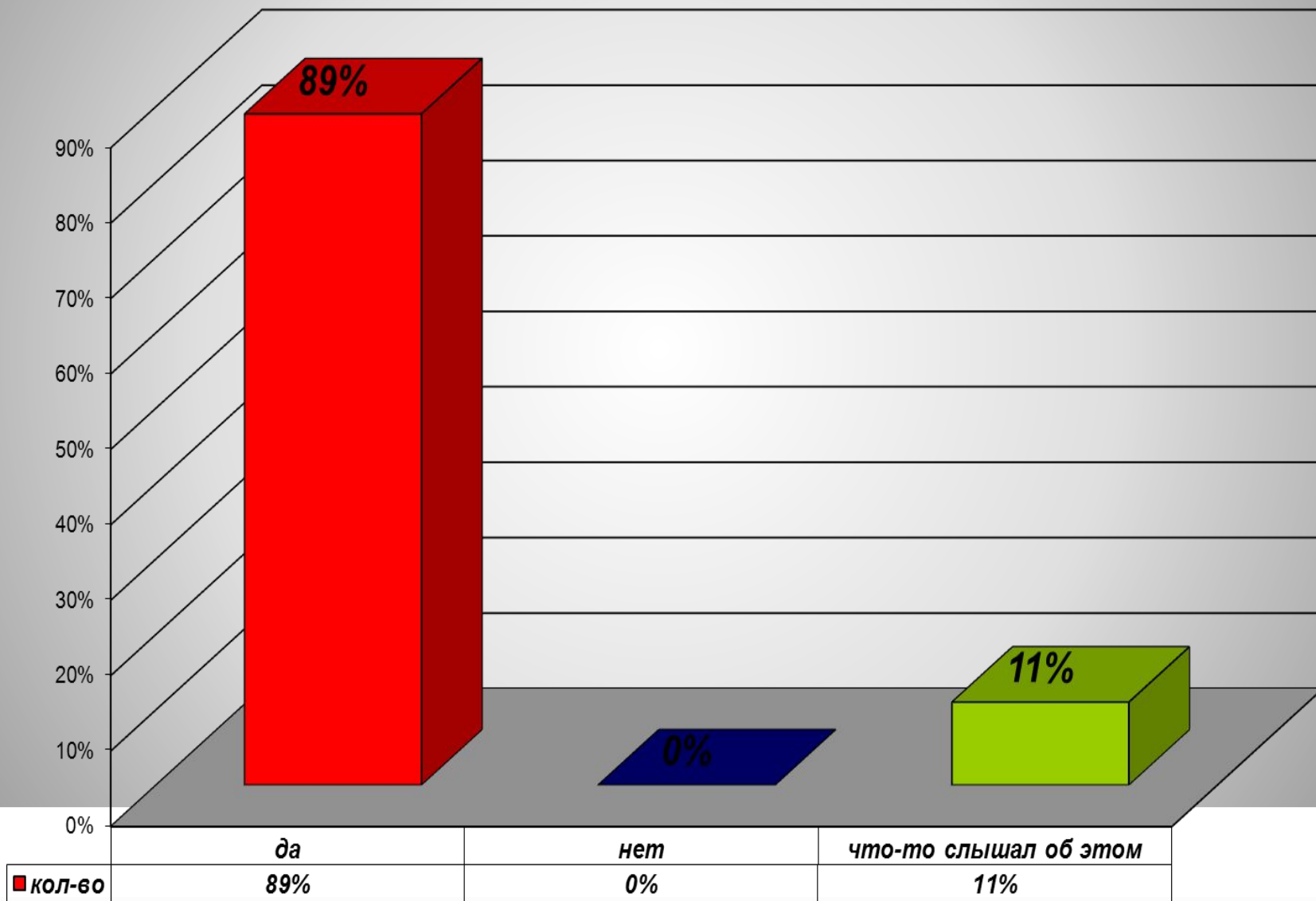
21%

Как ты относишься к курению?

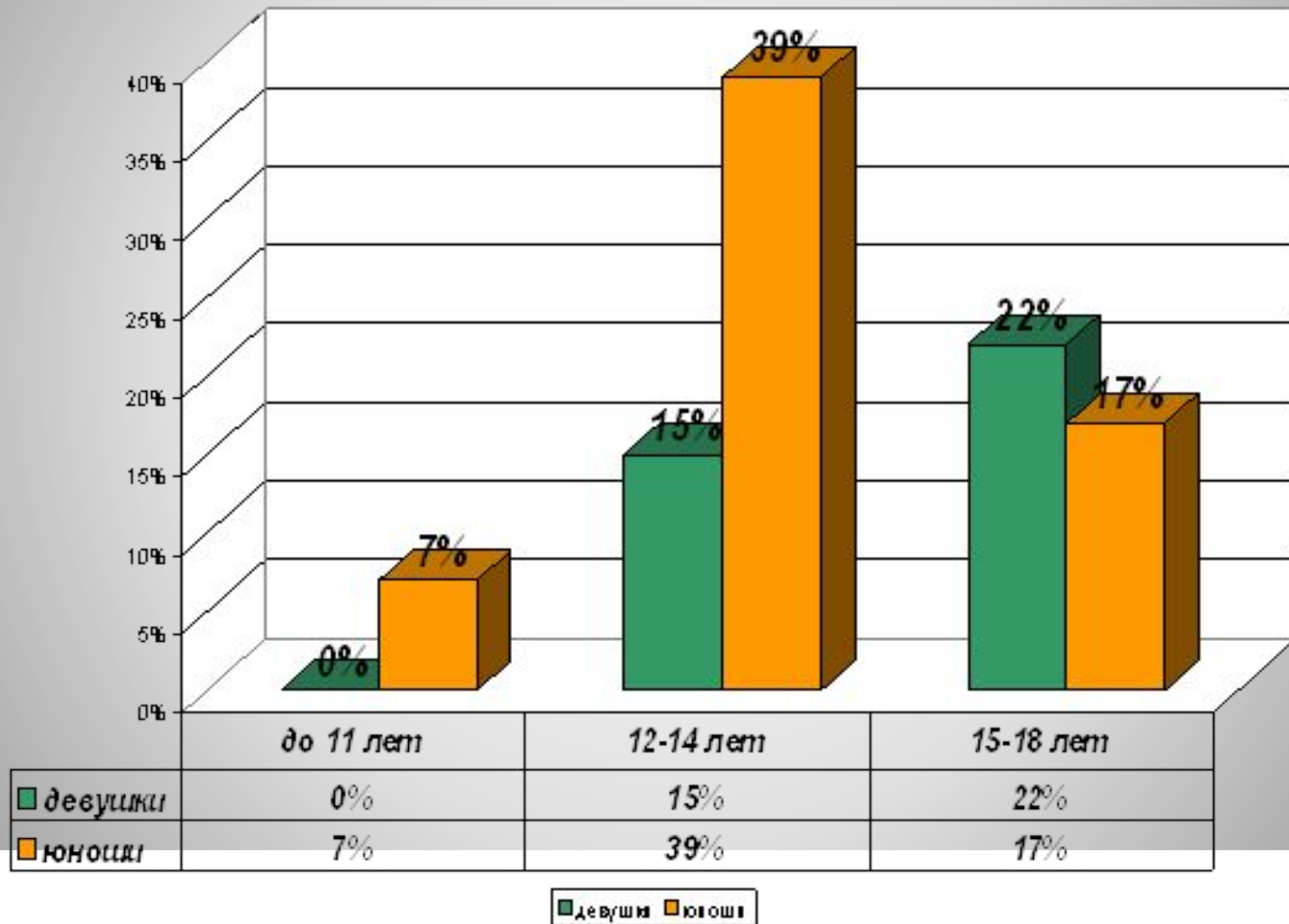


	отрицательно	положительно	нейтрально
■ кол-во	38%	20%	42%

Знаете ли Вы, какой вред наносит курение здоровью?



С какого возраста начали курить?

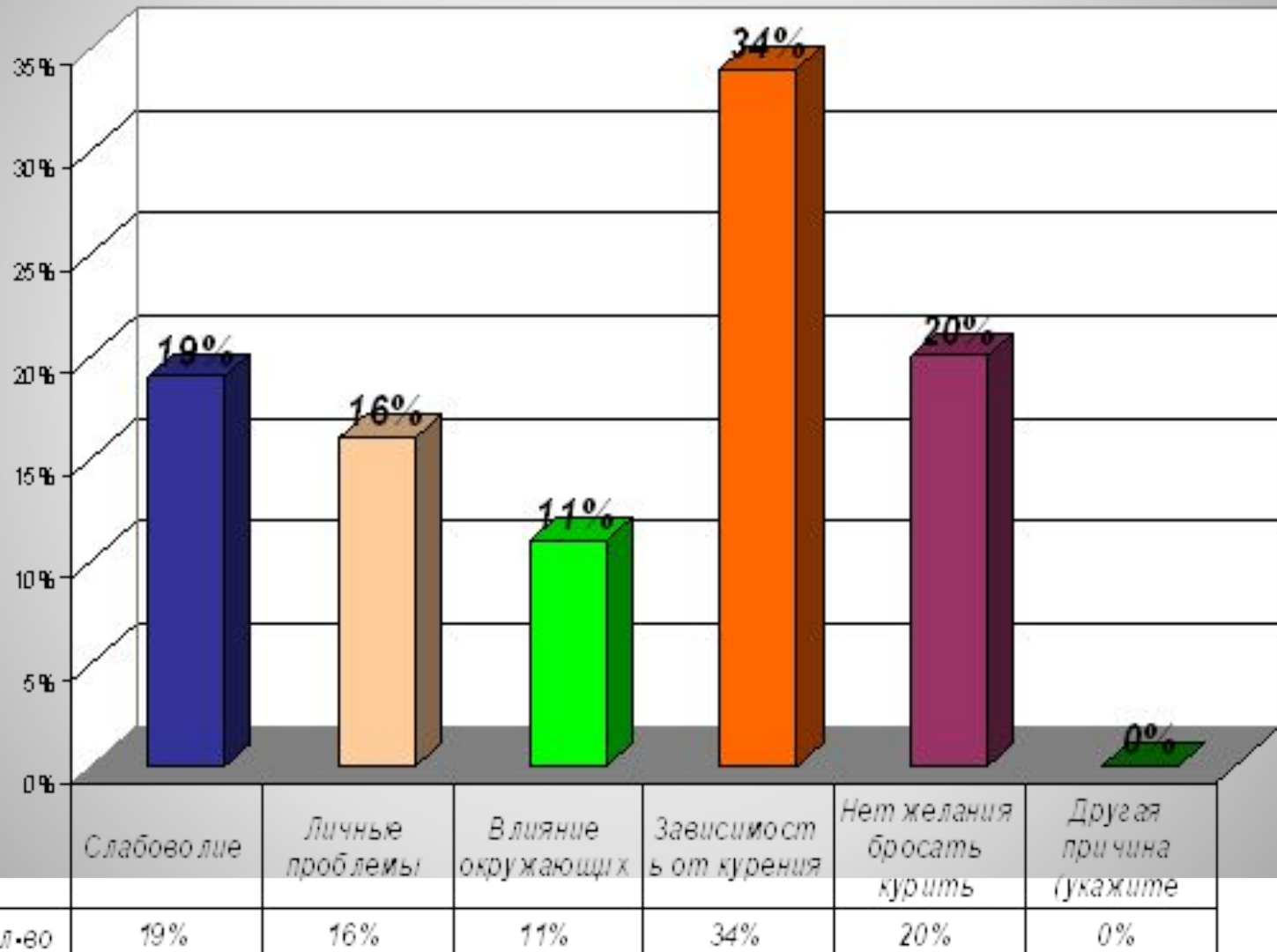


По какой причине Вы начали курить?

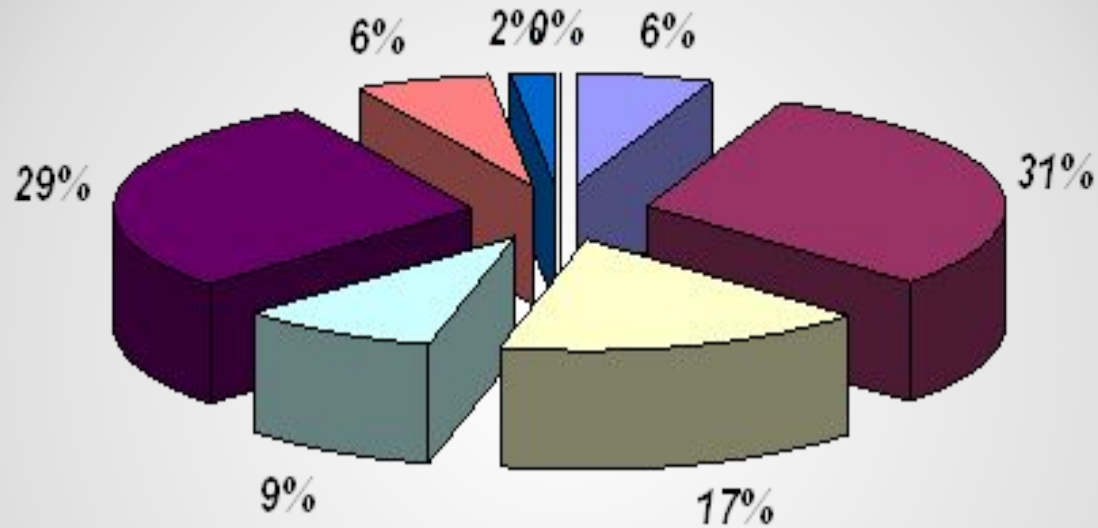


	Чувство взрослости и независимост	Из любопытства	Влияние сверстников (за компанию)	Так как это модно	Чтобы похудеть	Влияние рекламы, красивая пачка	Курение помогает снять стресс,	Курение родителей	От нечего делать, от скуки
■ кол-во	7%	17%	24%	2%	2%	4%	35%	6%	4%

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

Увлекательная жизнь?
Введь тебе это нравится!

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?



Сломай сигарету
Пока сигарета не сломала тебя

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



ВЫБИРАЕШЬ САМ



Спасибо за внимание!