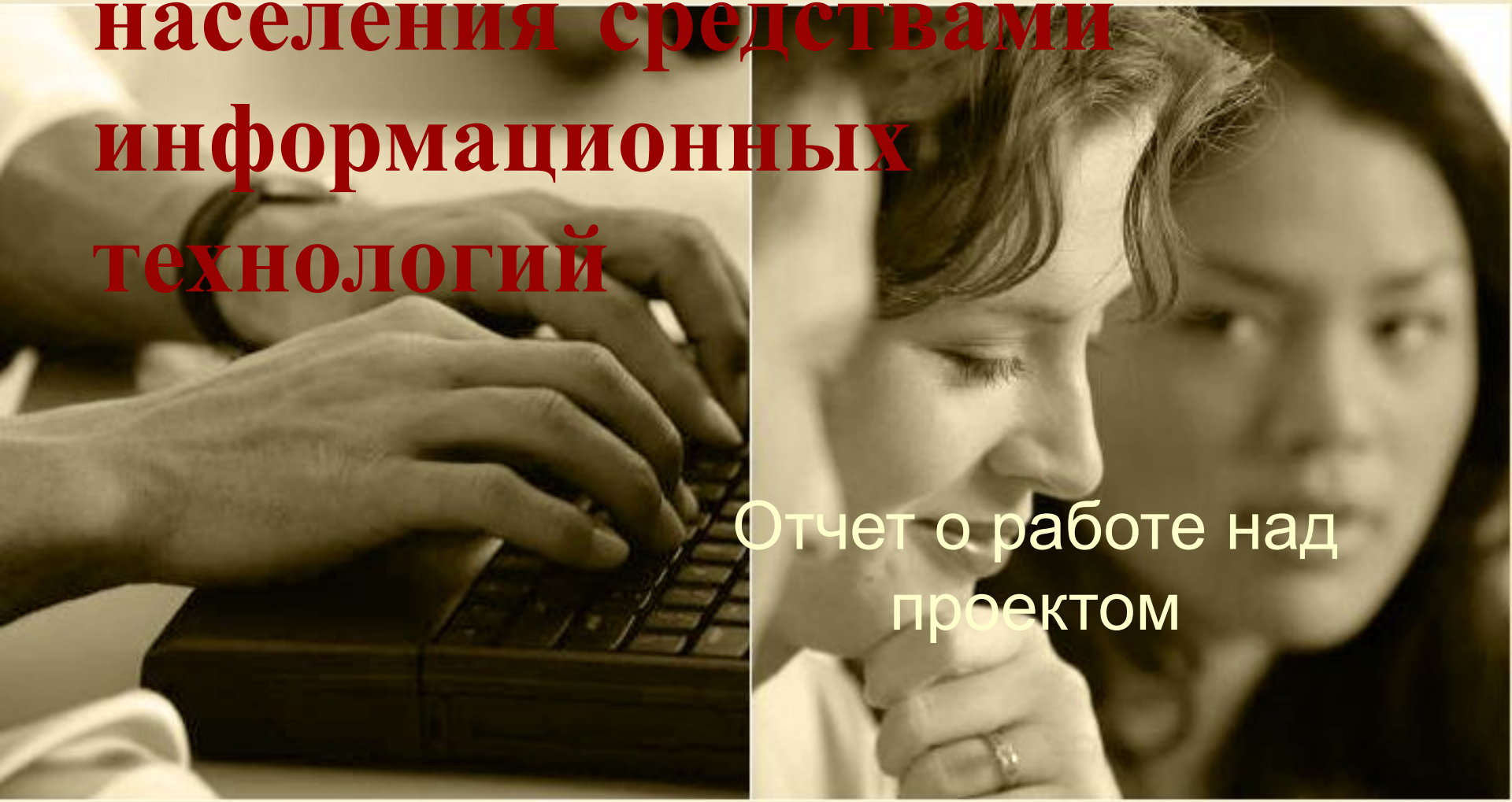
Экологическое просвещение населения средствами информационных технологий

Профессиональный лицей №1



Отчет о работе над проектом

Проблема

Нас, как будущих экологов очень волнует проблема загрязнения воздуха во всем мире, а особенно в России.

Мы хотим донести до населения то, что табачный дым является наиболее заметным отдельным источником пагубного загрязнения воздуха, что он вреден не только для курящего, но и всего живого в целом.

Актуальность

В данный момент эта проблема стала поистине глобальной.

По инициативе ВОЗ развитыми странами мира принята Конвенция об ограничении курения, которую Россия в угоду табачным компаниям отказалась подписать. Правда, в нашей стране существует закон об ограничении курения, который прошел через Госдуму и подписан президентом, но он совершенно не соблюдается.

Ситуация

При посещении нашего медпункта и библиотеки с целью найти литературу по данной проблеме, мы выяснили, что литература отсутствует, в медпункте нашлась маленькая брошюрка 1997 года издания, а в библиотеке лишь одна книга и то для преподавателей.

Цель проекта

Профессиональный лицей №1

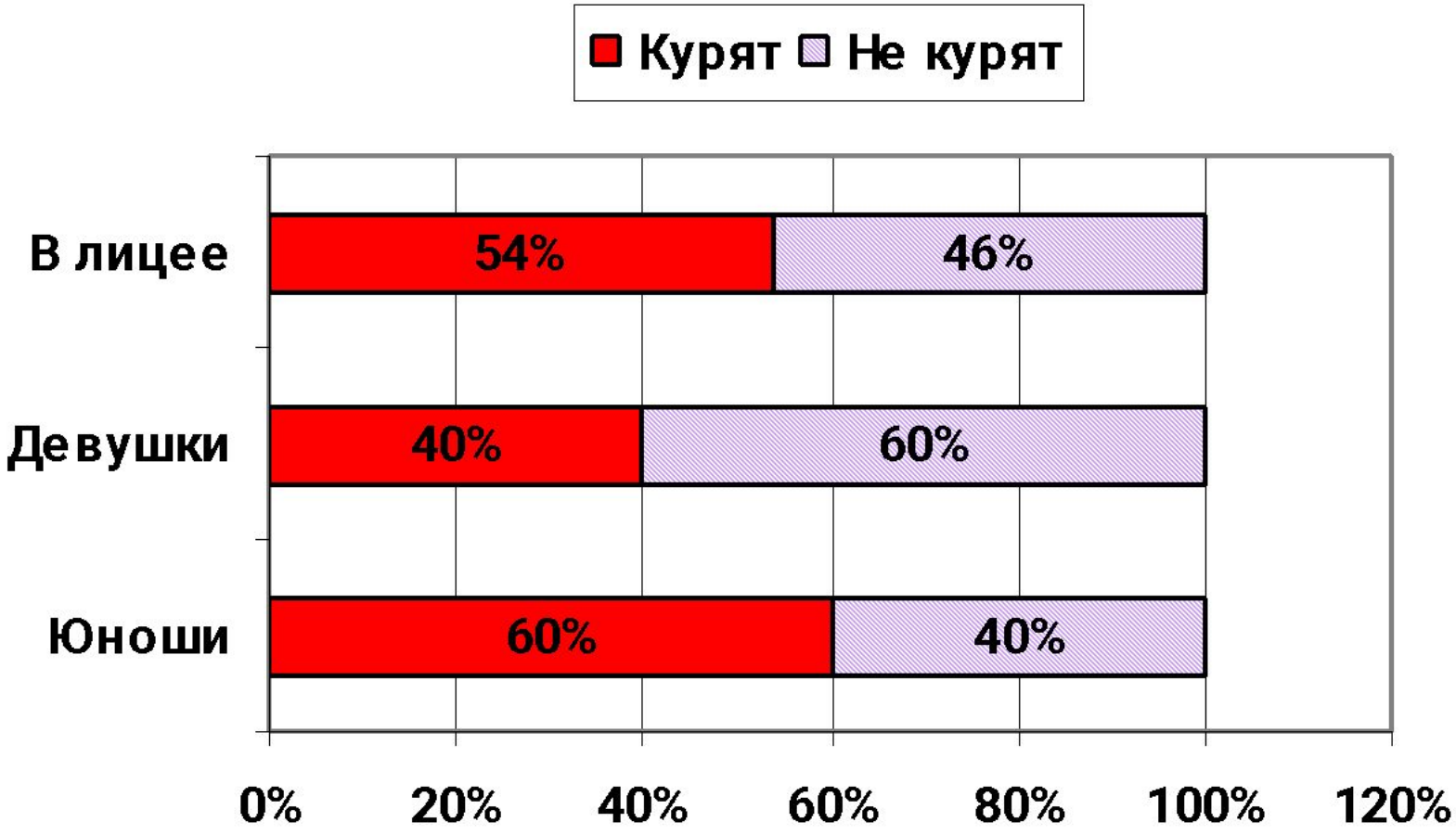
Разработать интересные и красочные методические материалы для тинэйджеров по проблеме вредного влияния табачного дыма на здоровье населения и окружающую среду.

Задачи

1. Собрать как можно больше информации по данной проблеме.
2. С помощью средств информационных технологий найти способы доведения информации до тинэйджеров на уровне учебной группы, нашего учебного заведения, города и глобальном уровне.

Результаты мониторинга табачной эпидемии среди учащихся

Профессиональный лицей №1

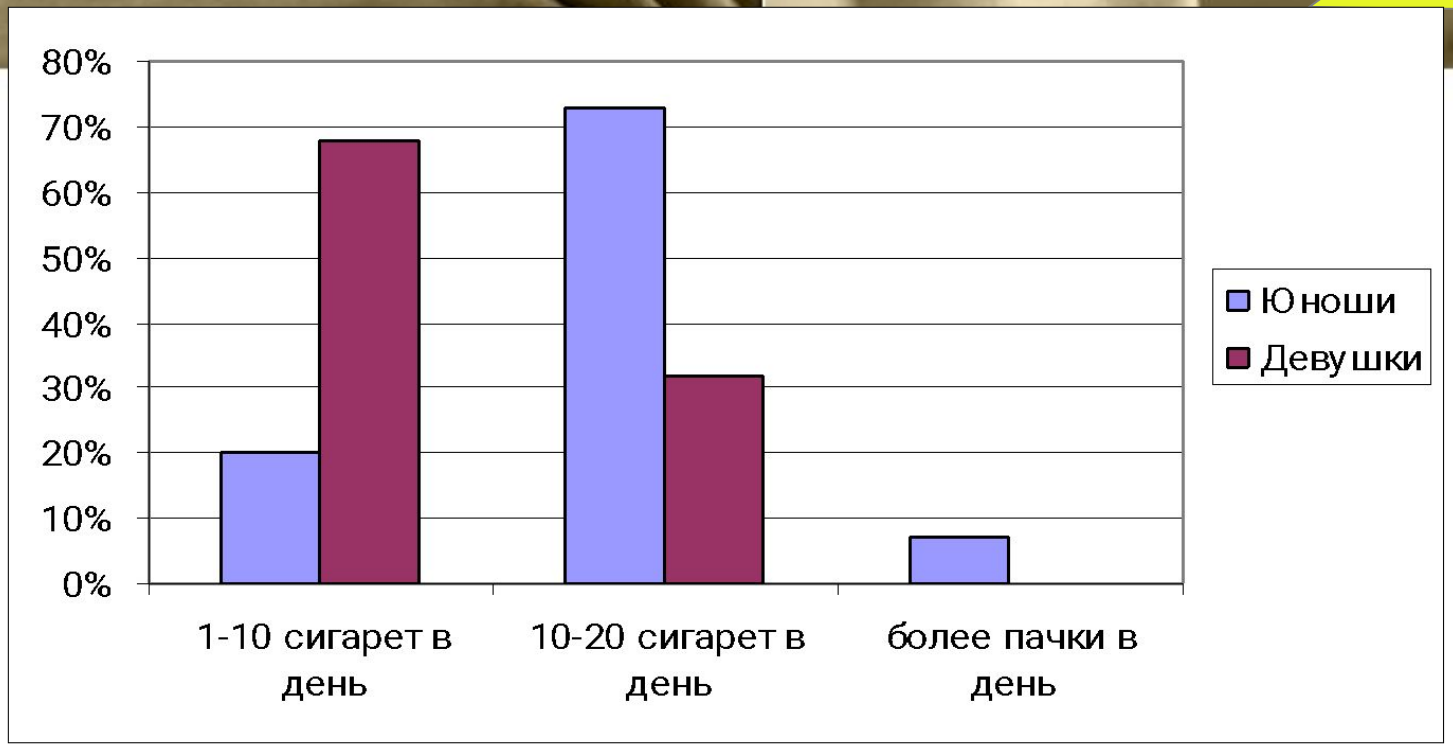


Вывод

Анализируя результаты нашего исследования, мы сделали выводы , что наши предположения о том, что курение в лицее приняло характер эпидемии оказалось верным.

Степень зависимости от сигарет

Профессиональный лицей №1



Из диаграммы видно, что большая часть курящих выкуривают от 10 до 20 сигарет в день. Это говорит о том, что они интенсивно курят, то есть у них уже выработалась зависимость от никотина.

Анализ опроса

- Также мы выяснили, что начинают курить с 12 лет до 15, то есть учиться в лицей приходят уже курящими.
- Табакокурение связано с успеваемостью: средние данные по первому курсу показывают, что некурящие учащиеся учатся лучше, чем курящие.
- Тратят от 300 до 500 рублей в месяц на покупку сигарет. Это притом, что большая часть учащихся лицея из малообеспеченных семей.
- Однако большинству опрошенных (87%) известно, что негативным последствием этих привычек является вред здоровью.
- И только 10% курящих принимают поливитаминные препараты.

Тест на мотивацию к отказу от курения

Профессиональный лицей №1

Для тестирования первокурсников на мотивацию отказа от курения, мы разработали небольшую программу.

ТЕСТ НА МОТИВАЦИЮ К ОТКАЗУ ОТ КУРЕНИЯ

Результаты тестирования на мотивацию отказа от курения

Профессиональный лицей №1

Результаты тестирования показали, только 23% курящих имеют средний и высокий уровень мотивации. На этих ребят и на тех кто не курит(46%) мы решили направить свою работу.

Электронная библиотека

Профессиональный лицей №1

Нами создан электронный каталог сайтов по данной проблеме, содержащий 35 адресов. (приложение 3)

Библиотека пока представляет из себя набор файлов, которые нуждаются в систематизации. К сожалению нам не хватило времени на создание базы данных.(на диске папка Материалы для презентаций)

Базу данных можно найти на сайте Ресурсного центра по контролю над табаком http://contact.tobinfo.org

Буклет для тех, кто хочет бросить курить

Профессиональный лицей №1

Не курение – моя привычка

Вы привыкали к сигарете достаточно долго, чтобы легко отказаться от неё. Поэтому в некоторые моменты (первая неделя борьбы с курением, третий месяц) Вам захочется вновь вернуть свое пристрастие. Главное вспомнить о том, что подтолкнуло Вас отказаться от сигареты. С чем приятным Вы столкнулись, избавив себя от этой привычки. Многим не удалось бросить курить с первого раза, но не нужно поддаваться отчаянию – всегда есть другой шанс – обратиться к врачу.

Удачи Вам!

Все живые существа на планете рождаются некурящими! Таков великий замысел природы. И только Homo Sapiens (Человек разумный) по собственной воле попадает в страшную ловушку, которая называется Табакокурение, и вырваться из которой обратно на волю получается далеко не у каждого.

Хочешь жить – бросай курить!

Г. Великий Новгород
Кочетова 28
Профессиональный лицей №1
Кафедра НИТ

Телефон 670005

Хочешь жить – бросай курить!

Никотин убивает не только лошадей!

(Приложение 4)

Буклет для тех, кто хочет бросить курить

Профессиональный лицей №1

Вы решили бросить курить?

Мы рады за вас?

Конечно не стоит ждать пока жизнь поставит Вас в такое положение когда каждая выкуренная сигарета в самом прямом смысле будет сокращать дни Вашей жизни или дни Ваших близких людей. Гораздо разумнее уже сегодня найти такой мотив отказа от курения, который перевешивал бы сомнительное удовольствие.

Скажем «Я не хочу докуриться до инфаркта», «Я не буду больше курить, потому что это отнимает слишком много денег из моего бюджета», «Я хочу родить здорового ребенка».

Мотив отказа от курения определен. Теперь действуйте! Надеемся наши советы вам помогут.

9 советов как бросить курить:

1. Хочешь этого.	Помните, что сигарета враг для здоровья, опасность для потомства, рабство привычки, материальные затраты
2. Выбрать момент.	Начните не в период экзаменов, повышенной нагрузки во время учебы, а во время каникул, отпуска.
3. Создать благоприятные условия	Бросайте курить с другом (подругой), потому что это взаимная психологическая поддержка.
4. Бросить совсем.	Полумеры не эффективны, так как когда появляется усталость или возникает какая-то проблема, человек увеличивает количество выкуриваемых сигарет.
5. Подавлять соблазны.	Уберите табак, зажигалку, пепельницу, не держите сигарет ни при себе, ни дома. Избегайте общения с курящими людьми.
6. Влиять на сознание и подсознание.	Постоянно подтверждайте свое решение бросить курить. Повторяйте это несколько раз в день. Расклейте памятки, почему нужно бросить курить.
7. Улучшить питание.	Не переедайте, жуйте пищу подольше, избегайте чай, кофе, спиртные напитки, принимайте витамины.
8. Нормализовать режим труда и отдыха	Не переутомляйтесь, спите подольше, слушайте спокойную музыку.
9. Активизировать кровообращение и дыхание.	Гуляйте, бегайте, катайтесь на велосипеде, плавайте, танцуйте. Из водных процедур выбирайте контрастный душ.

Хочешь жить – бросай курить!

Г. Великий Новгород
Кочетова 28
Профессиональный лицей №1
Кафедра НИТ

Телефон: 670005

Конкурс презентаций

Профессиональный лицей №1

В нашем лицее уже стало традицией, по окончанию лабораторно-практических работ на уроках ОИиВТ учащиеся выполняют проекты в программе PowerPoint.

В этом учебном году было предложено создать презентации по проблеме «Табачный дым и окружающая среда».

Для создания презентаций ребята могли использовать информацию собранную нами в Интернете.

Нам же нужно было выбрать лучшие из проектов. Вот они.

«Западня»

Профессиональный лицей №1

В презентации красочно и доступно рассказывается как ловко расставляют ловушки табачные компании и что делать, чтобы туда не попасть

Автор: учащаяся группы 5Л1 Кудрова Тамара

Западня

Искания курильщика

«Будь независимой»

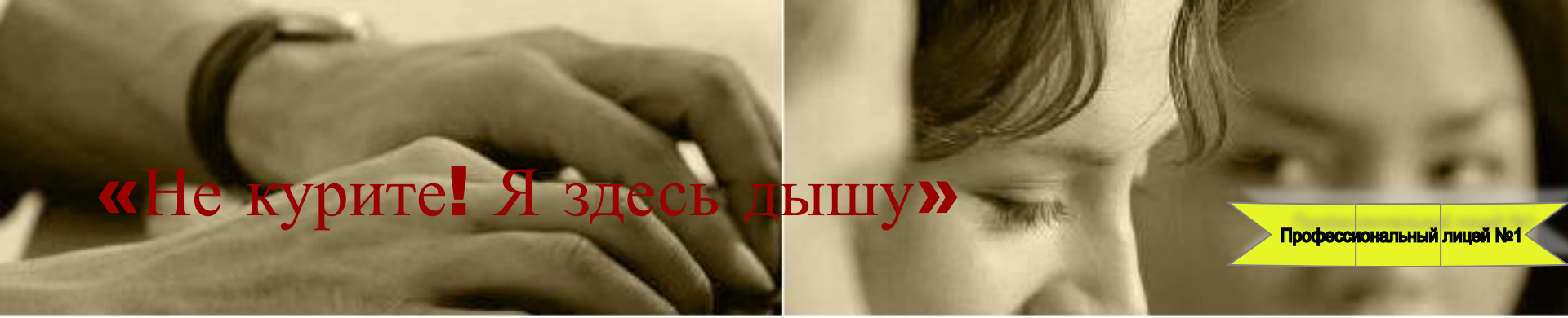
Профессиональный лицей №1

Рассказ о том, как легко девушки становятся зависимыми от сигареты, что ждет девушку в будущем.

Автор: учащийся группы 5СА1 Иванов Евгений.

Будь независимой

Курящим девушкам посвящается



«Не курите! Я здесь дышу»

Профессиональный лицей №1

Рассказ о том какую серьезную опасность для окружающей среды несет табачный дым.

Автор: учащаяся группы 5КТ Петрова Светлана

Не курите!
Я здесь дышу!

Табачный дым и окружающая среда

Наша газета

Начиная с 1999 года в лицее издается газета «Лицейские вести». Она пользуется большой популярностью среди учащихся. Мы решили воспользоваться этим и к 31 мая, Международному дню без табачного дыма, подготовить специальный выпуск газеты.

Специальный выпуск

Лицейские вести

Издается с 1999 года как печатный орган профессионального лицея №1

30 мая 2006 года

31 мая – день без табачного дыма

Бросить курить! Прямо сегодня!

Ну что, ты с нами? Молодец, абсолютно правильно, пора начать новую жизнь.

Минздрав предупреждает

Больше всего о вреде курения после врачей знают сами курильщики. Ведь на каждой пачке их предупреждают об опасности для их здоровья.

Не смотря на это, количество курящих с каждым годом увеличивается. Россия уже вышла на первое место по количеству курящих подростков. Почему? Это отдельный разговор.

Сегодня мне хочется обратиться к совести курильщиков – если вам не жалко себя, подумайте об окружающих. Установлено, что принудительное курение является причиной ряда болезней некурящих людей, включая рак легкого у взрослых, а у детей вызывает бронхит, пневмонию, ухудшает течение астмы и подвергает здоровых детей риску этого заболевания. Известны случаи, когда табачный дым в окружающей среде оказывался причиной синдрома внезапной смерти младенцев.

У нас в лицее есть много учащихся с таким заболеванием, как астма. Уважаемые курильщики, дайте дышать этим людям чистым воздухом.

Мануйкина Е.М., фтизиатр детской поликлиники №2 и ПЛ№1

В этом выпуске:

Результаты мониторинга	2
Кто развеет табачный дым	2
Берегись табачного дыма, бармен	3
Фоторепортаж	3
Что думают юноши о курящих девушках	4
Итоги конкурса презентаций	4
Вредные советы	4

Обратите внимание:

Курильщики ежегодно «выкуривают»:

- *720 т синильной кислоты;*
- *384 000 т аммиака;*
- *108000 т никотина;*
- *600 000 т дегтя;*
- *более 550 т угарного газа;*

Общая масса окурков на Земле за год составляет

2 520 000 т.

При выкуривании 20 сигарет в день за 1 год курильщик получает дозу облучения, соответствующую дозе от 200 рентгеновских снимков.

Что думают юноши о курящих девушках?

Он может слышать Ваш голос.

Открывать и закрывать свои глаза, а также получать никотин из организма матери.

Было опрошено 70 юношей. На первый вопрос: «Если в твоей компании девушки курят, как ты к этому относишься?» – они ответили:

- *«положительно»* – 5,6%,
- *«безразлично»* – 55,6%,
- *«отрицательно»* – 38,9 %.

Другими словами, почти 56 процентов лицеистов не высказали отрицательного отношения к курению девушек.

На второй вопрос: «Девушка, с которой ты дружишь, курит. Как ты к этому относишься?» – юноши ответили так:

- *«положительно»* – 8,3 %,
- *«отрицательно»* – 66,7%,
- *«мне все равно»* – 25%.

Третий вопрос звучал: «Хотел бы ты, чтобы у тебя жена курила?» Буря протеста. «Да» не сказал никто. «Мне все равно» из 70 человек сказали только пять. Все остальные категорично заявили: «Нет». Другими словами, даже курящие юноши, за ничтожным исключением, не хотят иметь курящих жен.

Вот так-то! Что же это происходит? Девушки курят потому, что думают, что это нравится юношам, 40 процентов юношей относится отрицательно к курению девушек. Если же курит та, с которой мальчик дружит, то недовольных этим оказывается уже 67 процентов. И нет ни одного, кто хотел бы иметь курящую жену. Где же здесь логика?

Вот так, некурящие девушки, обстоит дело с проблемой курения ваших подруг. Я думаю, вам уже понятно, что брать с них пример не следует, а если вы с курящими дружите по-настоящему, то ваш долг уговорить их бросить эту дурную привычку.

Непомнящей Надежда, психолог лицея

Итоги

По итогам конкурса презентаций «О вредных привычках» победителями стали:

1 место

Кудрова Тамара

гр. 5п1

«Западня»

2 место

Степанова Алена

гр. 5п1

«Ужас привычки»

3 место

Пеньтишвихин Максим гр. 5с1

«Что нас губит?»

Молодцы!!!

Вредные советы

Если ты вдруг отказался
От куренья сигарет,
Знай, что твой поступок скверный -
Сын твой может взять пример.
Ну а если каждый, скажем,
Вдруг удумает бросать
Так страну разрушить можно,
Подорвать весь ВВП,
Разорить ей все заводы
Производства сигарет.
Где тогда работать будут
Фармацевты и врачи?
А онкологи учились,
Между прочим, по семь лет.
Если, ты, читая строки,
Не запхал всю пачку в рот
Сразу ясно – враг народа
И совсем не патриот.

Неизвестный автор

Специальный выпуск

Профессиональный лицей №1
В. Новгород
ул. Кочетова 28
ул. Германа 31

Телефон 670002
Факс (8162) 67-00-00
Эл. почта: prof@mail.nsktu.ru

Номер подготовили:
Учащиеся группы 5а1

Лицей-наш мир. В лицее - клево!!! Вам каждый день здесь будет ново !!!

(Приложение 5)

Результаты мониторинга табачной эпидемии

Руководитель проекта Батыгина Анна преподаватель информатики.

Учащиеся группы 5Л1 провели социологическое обследование учащихся по уровню распространения табакокурения в нашем лицее. Обследовалось 100 учащихся первого курса. Результаты наглядно представлены на диаграмме.

Также мы выяснили, что средний возраст начала курения 12 лет. В день в среднем наши курильщики выкуривают по 11 сигарет. И только 10% из них принимают поливитаминные препараты.

Средний бал успеваемости у курящих 3,2 , а у тех кто не курит 3,9. Вывод сделайте сами.

В месяц в среднем тратят на сигареты 270 рублей тогда в год— 3 240 . Это месячная зарплата учителя!

Решите задачу:

Если средний возраст курящего 60 лет, а начал он курить в 12 лет, то сколько денег потратит курящий на табак за всю свою жизнь?

Будущие лаборанты-экологи

"...в целях снижения вредного воздействия табачного дыма запрещается курение табака на рабочих местах, в городском и пригородном транспорте, на воздушном транспорте при продолжительности полета менее трех часов, в закрытых спортивных сооружениях, организациях здравоохранения, образовательных организациях и организациях культуры, помещениях, занимаемых органами государственной власти, за исключением курения табака в специально отведенных местах для курения табака" Статья 6 закона "Об ограничении курения табака"

Реклама табака должна быть примерно такой

Кто развеет табачный дым

О вреде курения известно всем, повторяться не станем. Отравляя себя, мы наносим вред и своим близким, ведь от табачного дыма страдают наши родные, друзья, коллеги, окружающие животные и растения.

Конечно, запрет на курение результатов не даст, а только подстегнет желание попробовать покурить. Но контролировать этот процесс можно и необходимо.

Что происходит в нашем городе?

Еще можно увидеть на рекламный щитах рекламу табака. А это нарушение закона об ограничении курения. Газоны покрыты слоем окурков.

Только в двух из 15 посещенных нами кафе запрещается курить. Самое страшное зрелище мы увидели в кафе «Вентилятор» - во истину приют Сатаны.

Мы обращаемся к мэру города Гражданкину Николаю, чтобы он принял решение о запрете любой рекламы табака.

Мы считаем, что необходимо составить перечень мест общественного пользования, где курить будет строжайше запрещено. Хотя бы Кремлевский парк должен стать местом культурного отдыха, а не местом массового пьянства и курения.

Мы хотим работать, учиться и проводить свободное время в свободных от табачного дыма местах.

А если курильщики будут плевать на наше законное право не дышать сигаретным дымом - тогда мы с чистой совестью и осознанием собственной правоты будем этим возмущаться.

Группа некурящих учащихся Профессионального лицея №1

Берегись табачного дыма, бармен

Бледный бармен с дрожащей рукой,
Дыма табачного пленный...

Так начинается песня Александра Иванова из группы «Рондо». И не случайно.

Ведь пребывании некурящего в течение 1 ч. в закрытом накуренном помещении равносильно тому, что он выкурил 4 сигареты, а рабочий день бармена составляет более 8 часов. Начнут тут и руки дрожать , и походка станет неуверенной, и начнет бросать то в жар, то в холод, а также появятся перебои в работе сердца. Так проявляется разрушительное действие никотина – одного из самых сильных табачных ядов.

Кроме того известно, что в задымленных сигаретами барах содержание веществ, способствующих развитию рака, в воздухе в 50 раз выше, чем на трассах и улицах, переполненных транспортом в час пик.

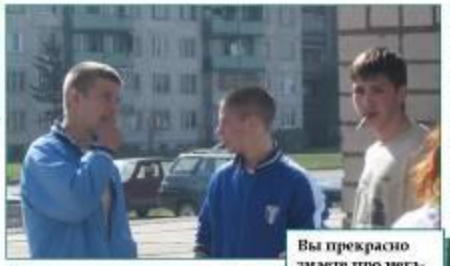
Скоро наши выпускники официанты-бармены пойдут устраиваться на работу. Поэтому хочется дать им добрый совет. Подумайте о своем здоровье В нашем городе в погоне за прибылью, владельцы большинства баров, кафе, ресторанов не запрещают курить в помещении, то есть экономят на здоровье своих сотрудников. Помните, что здоровье за деньги не купишь. Устраивайтесь на работу туда, где не курят в помещении.

В среднем 25% всех видов веществ, содержащихся в табаке, сгорает и разрушается в процессе курения, 50% уходит в окружающую среду, 20% попадает в организм курильщика и только 5% остается в папиросе.

Фоторепортаж у стен лицея

Вы в курсе, что 31 мая - Всемирный День без табака?

- Нет, я слышу про это в первый раз. А что за день такой и кто его придумал?



Хотя бы в этот День без табака вы не будете курить ?

- Я попробую, но не обещаю.

Какие минусы от табакокурения ?

- Много денег уходит.
- Портится цвет кожи.
- Я даже не знаю, еще не ощутила.
- Плохо для здоровья.
- А я вообще то не курю, это просто, балуюсь, думаю, что я в это не втянусь.

Вы прекрасно знаете про негативное влияние никотина на организм, особенно это касается девушек, будущих матерей ?

- Да, конечно, я думаю, что в свое время я перестану курить.

Сайт

Чтобы выйти на глобальный уровень мы создали сайт газеты. На сайте можно разместить больше информации, сделать ссылки на другие источники информации, пообщаться со сверстниками на форуме и по электронной почте. Найти единомышленников.

Сайт опубликован по адресу

WWW.Licey-news.narod.ru

Перспективы

Профессиональный лицей №1

При желании можно стать мультипликатором. Нужно лишь освоить например, программу Flash. В Интернете много мультиков о вреде курения созданных в этой программе.

Если обзавестись своей цифровой камерой, то можно создавать свои фильмы. Например, антирекламу табачной продукции, фильм или телепередачу.

Наше мнение

Когда я начала работать мне казалось, что курит большинство, и мы как «белые вороны», со своей антитабачной пропагандой. Теперь мы знаем, что людей занимающихся этой проблемой много.

Это они думают о будущем населения планеты. Табачные компании набивают свои толстые кошельки. Я считаю, что они должны оплатить лечение людей пострадавших от табачного дыма и тогда они точно разоряться.

Презентация

Презентация проекта состоялась в сентябре нынешнего учебного года. Наши проекты демонстрировались первокурсникам на классных часах.

Учащиеся слушали с интересом.

Никто не остался равнодушным данной проблеме.

Источники информации

Профессиональный лицей №1

1. Голубкина Н.А., Шамина М.А, Лабораторный практикум по экологии. Общая экология. – Форум, 2004
2. Маркина И.В., Основы издательских технологий. – СПБ, «БХВ-Петербург», 2005
3. Смирнова И.Е., Начала Web-дизайна – СПБ , «БХВ-Петербург», 2003
4. Дэвид Брайзер, Как бросить курить для "чайников", Компьютерное изд-во "Диалектика"2005
5. Аллен Карр, Легкий способ бросить курить, – Добрая книга, МОСКВА 2002
6. Табак и верзилу сведет в могилу. // Воспитание школьников. – М.: Школьная пресса, 2003. №8. 80 с.
7. Татьяна Андреева, Константин Красовский и др. Курс выживания для некурящих - Киев, 2000 http://www.adic.org.ua/sobercool/thematic/nonsmoker/nonsm-top.htm предварительный текст книги «Курс выживания для некурящих»
8. http://contact.tobinfo.org - Ресурсный центр по контролю над табаком
9. http://www.adic.org.ua/teenager/middle/substanc.htm - ОПиУМ, сайт для тинэйджеров

Об авторах

Руководитель: Батынько Анна Николаевна, преподаватель информационных технологий.

Исполнители: учащиеся группы 5Л. Степанова Алена – исследователь,

Кудрова Тамара – верстальщик и web-мастер

В проекте принимали участие

294 учащихся первого курса, 10 преподавателей, зам. Директора по воспитательной работе, медработник лицея, библиотекарь, психолог и социальный педагог.