

Защита социального
проекта
О курении

КГБОУ НПО
«Профессиональный лицей
№51»

Диль Л.Ю. преподаватель

Тема: "Прочь - сигареты, прочь - сизый дым, мы расти здоровыми хотим".

Выход из безвыходного
положения там же, где
вход.
В.Л. Леви

•Лицей •№51

- Отсутст-
•вие зоны отдыха

- Низкая культура поведе-
•ния

•Нарко- •мания

- Алкоого-
•лизм

•Курение

- Озелене-
•ние



Над проблемой работали

- группа 109

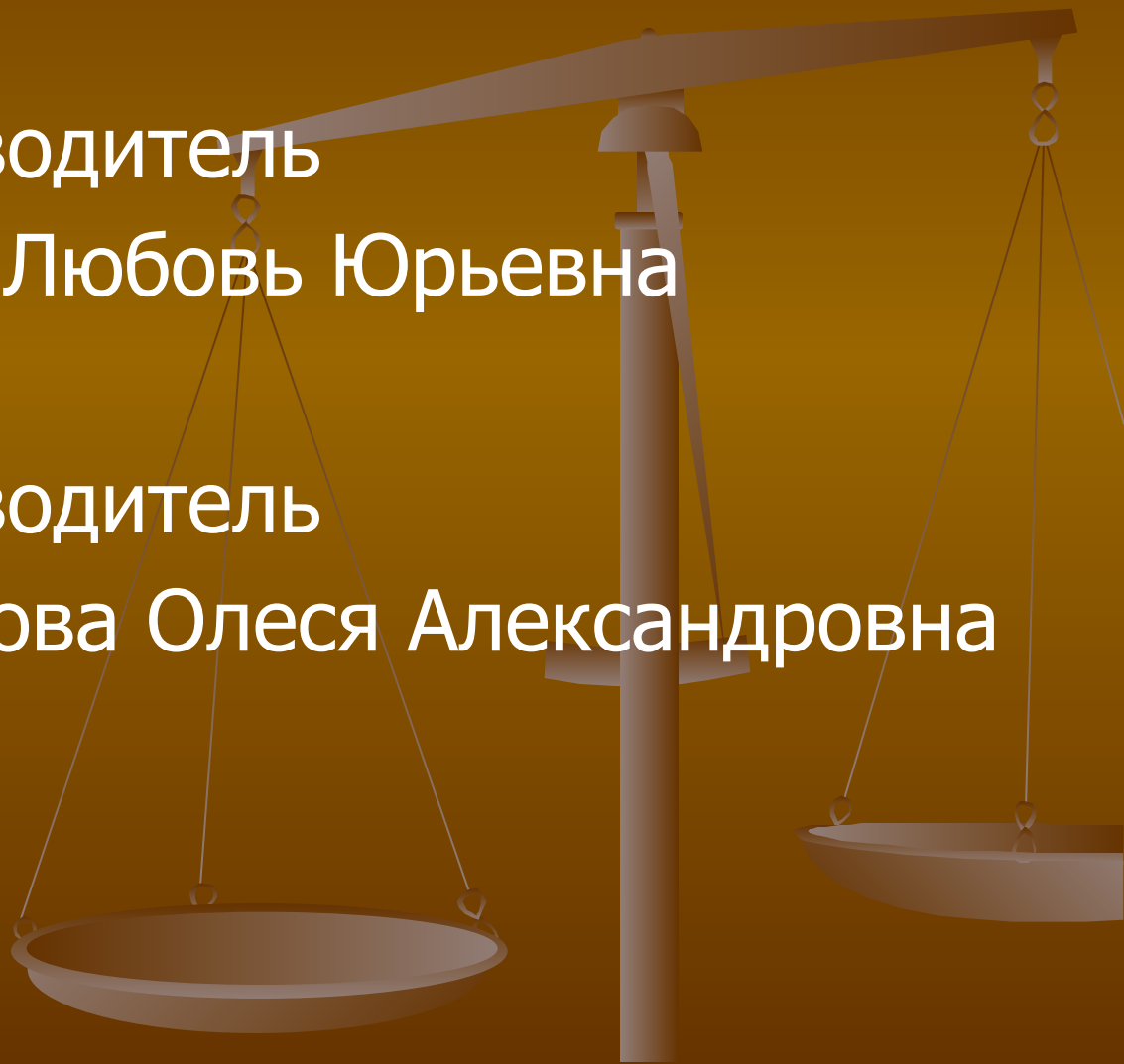
Классный руководитель

Диль Любовь Юрьевна

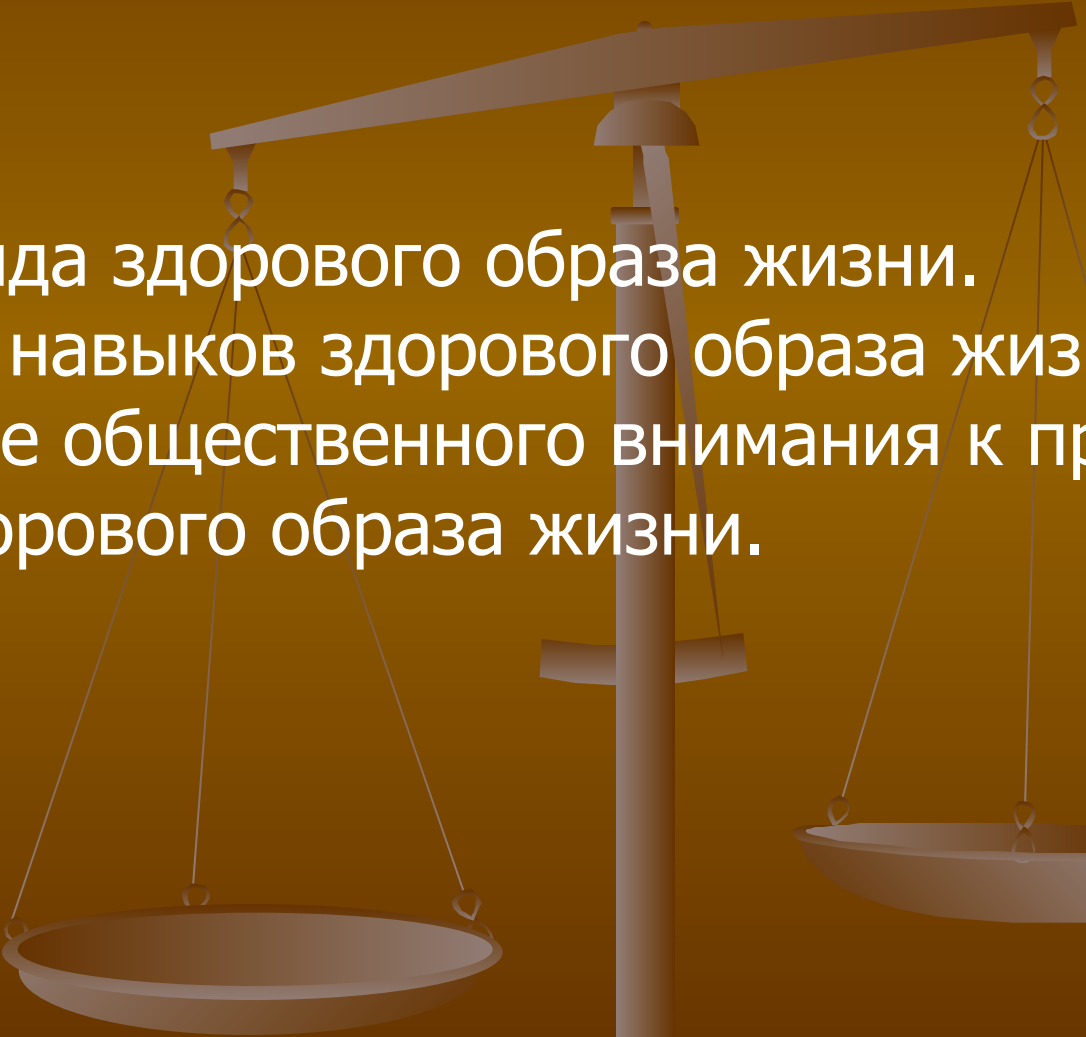
- Группа 409

Классный руководитель

Трапкова Олеся Александровна

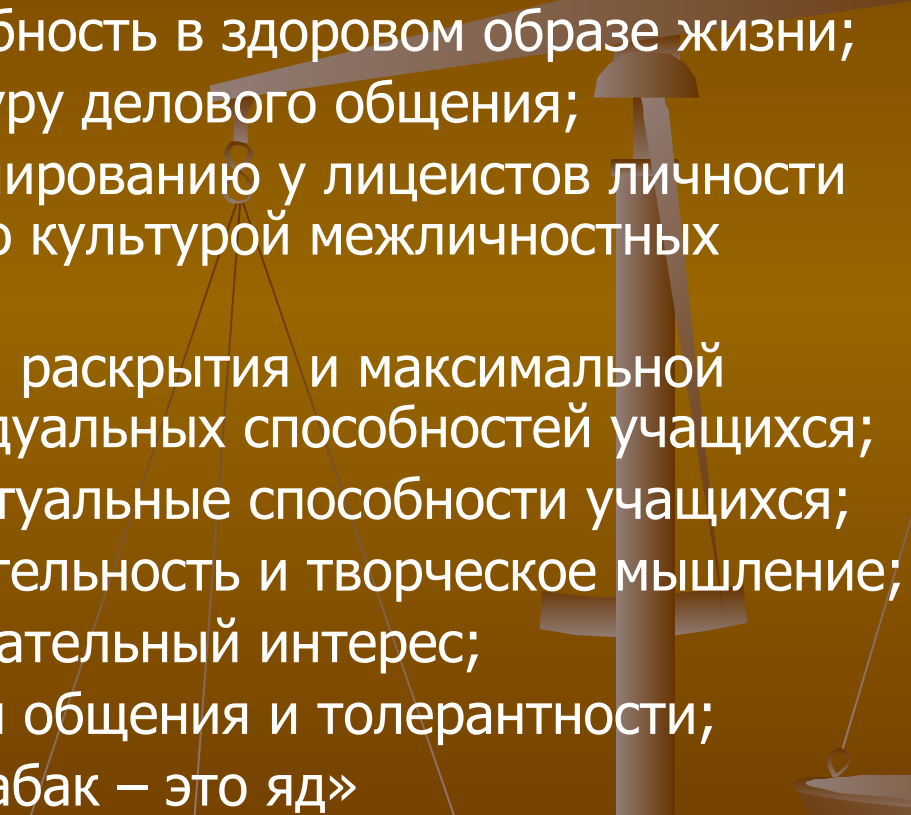


Цели проекта



Пропаганда здорового образа жизни.
Формирование навыков здорового образа жизни.
Привлечение общественного внимания к проблеме
здорового образа жизни.

Задачи проекта

- формировать потребность в здоровом образе жизни;
 - формировать культуру делового общения;
 - содействовать формированию у лицеистов личности лидера, владеющего культурой межличностных отношений;
 - создать условия для раскрытия и максимальной реализации индивидуальных способностей учащихся;
 - развивать интеллектуальные способности учащихся;
 - развивать самостоятельность и творческое мышление;
 - воспитывать познавательный интерес;
 - воспитывать навыки общения и толерантности;
 - создать рекламу «Табак – это яд»
- 

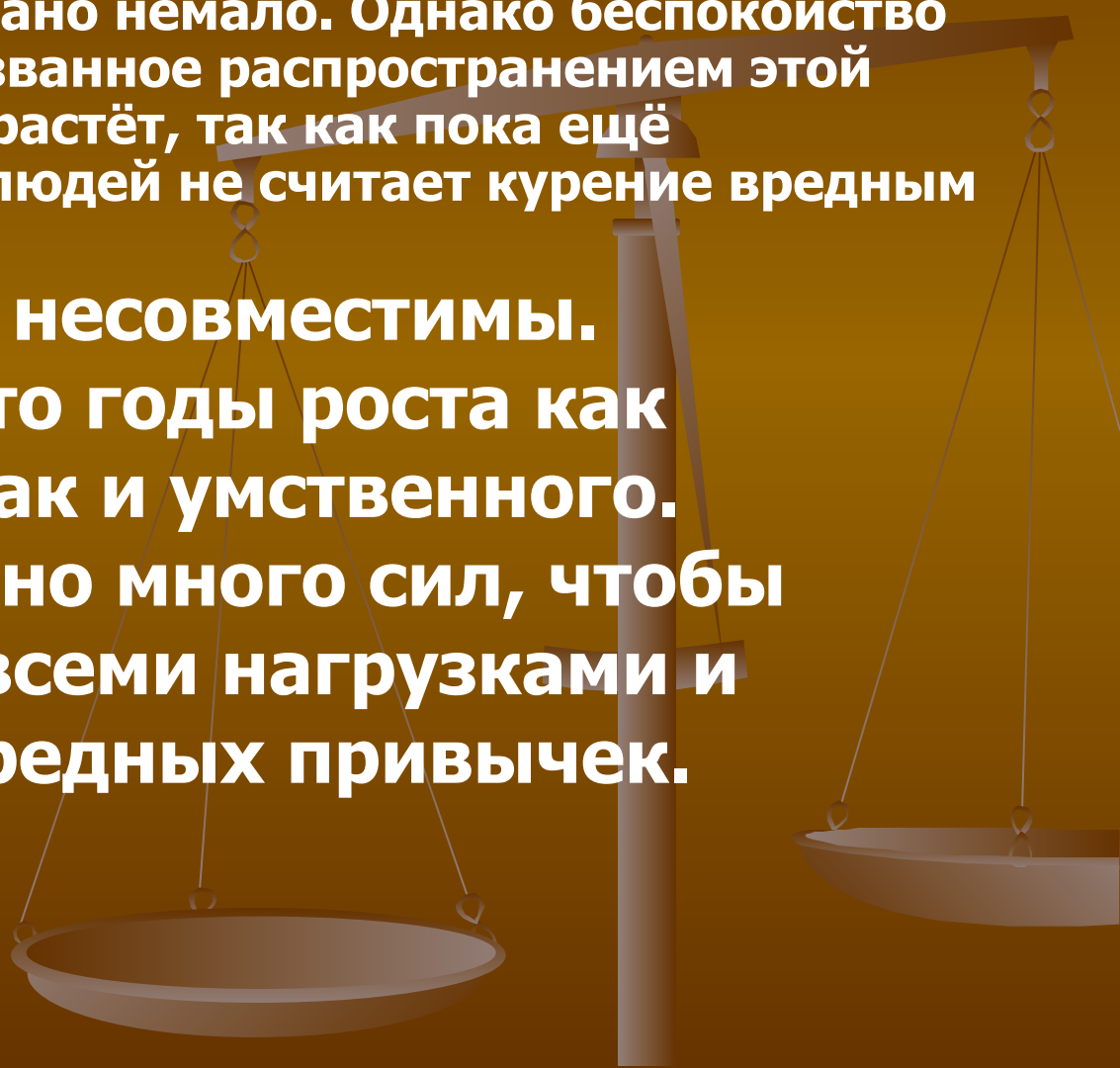
Актуальность темы

- О вреде курения сказано немало. Однако беспокойство учёных и врачей, вызванное распространением этой пагубной привычки, растёт, так как пока ещё значительное число людей не считает курение вредным для здоровья.

Табак и студент несовместимы.

Годы учебы - это годы роста как физического, так и умственного.

Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками и уберечься от вредных привычек.

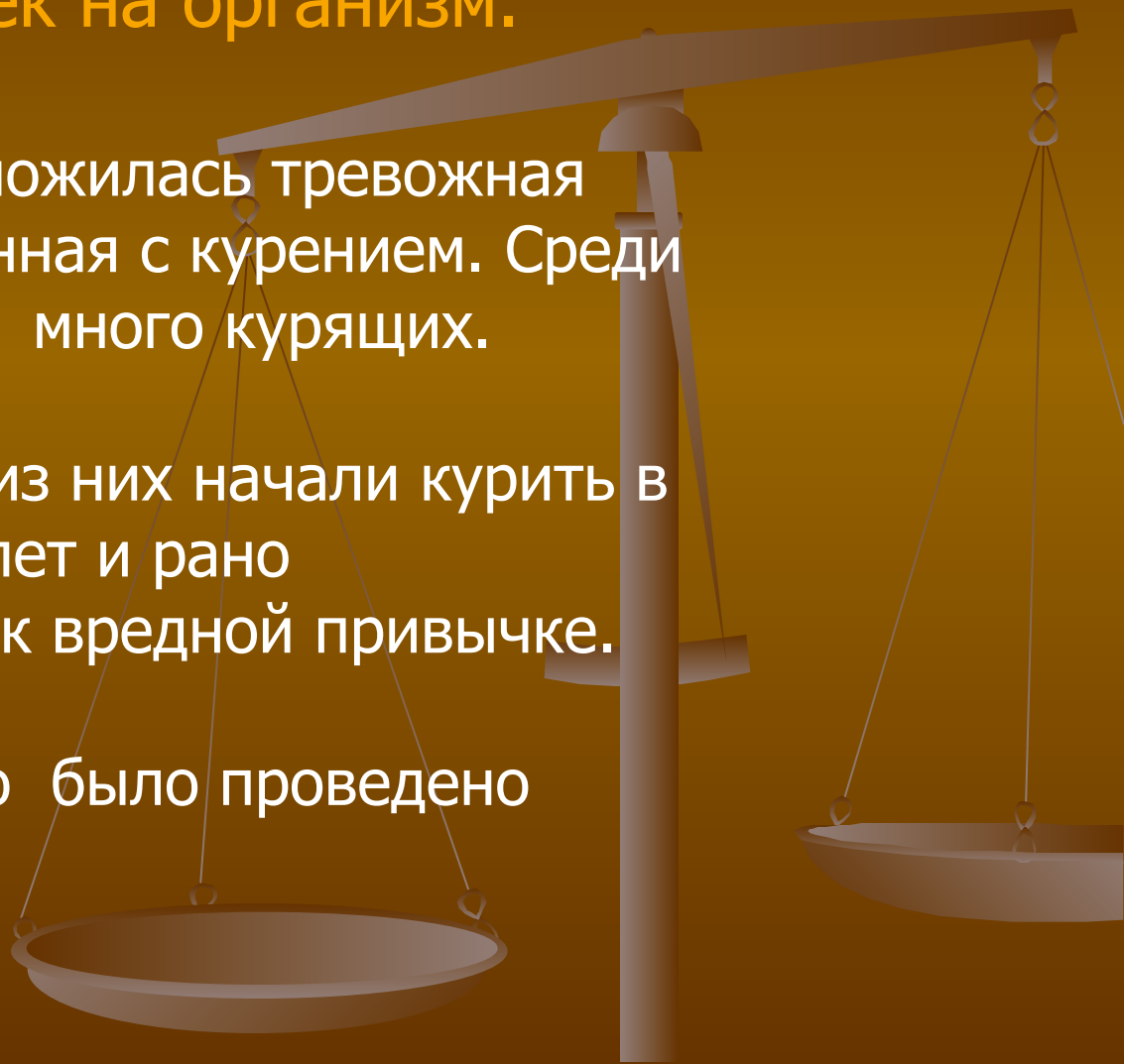


Проблема заключается в недостаточном информировании учащихся о влиянии вредных привычек на организм.

У нас в лицее сложилась тревожная ситуация, связанная с курением. Среди учащихся лицее много курящих.

Большинство из них начали курить в возрасте 12-14 лет и рано пристрастились к вредной привычке.

С этой целью было проведено анкетирование.



куришь?



и как ты себе?

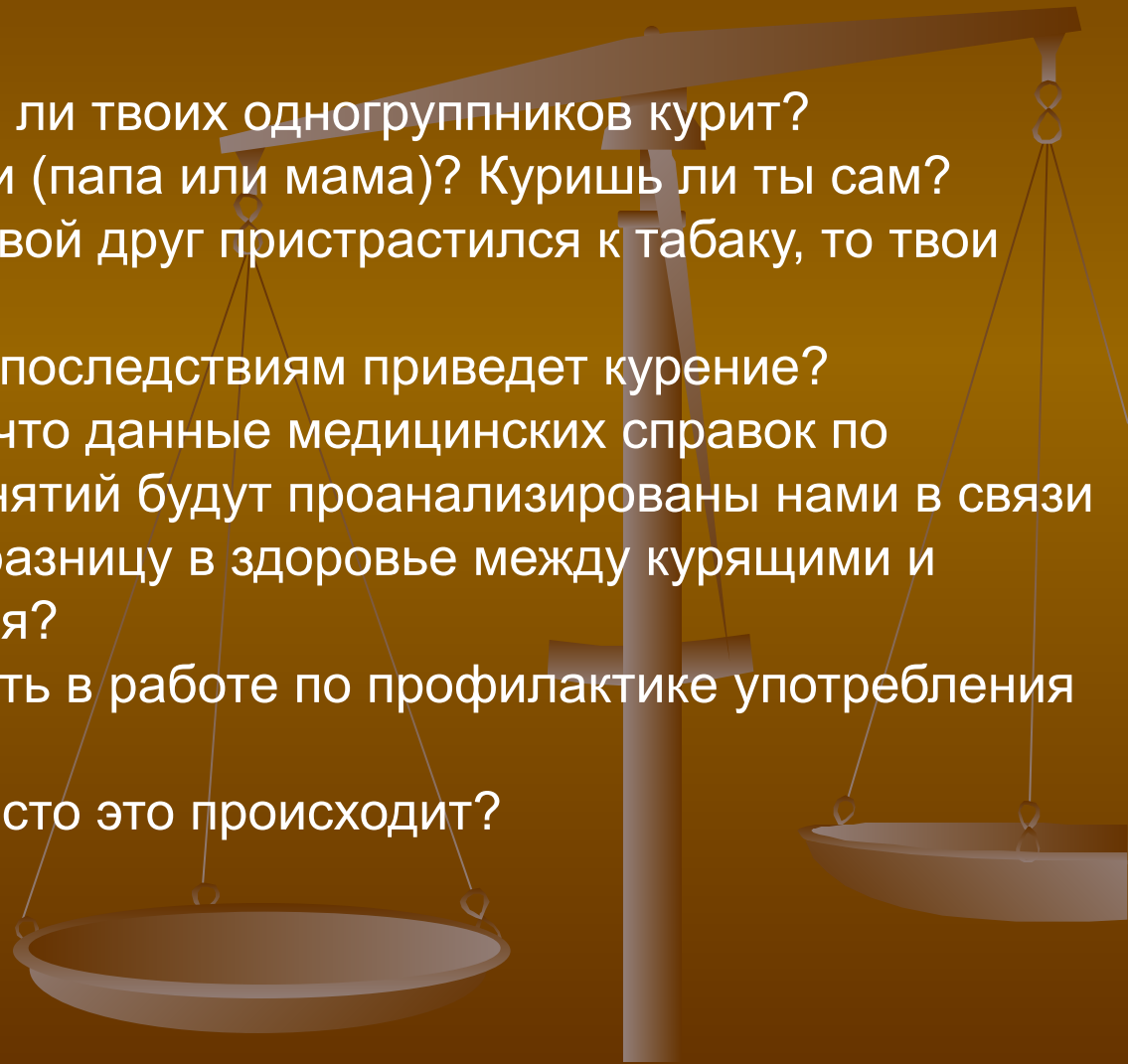
будь осторожен!



«Табак приносит вред телу, разрушает разум,
отупляет целые нации.»
(О.Бальзак)

Вопросы анкеты

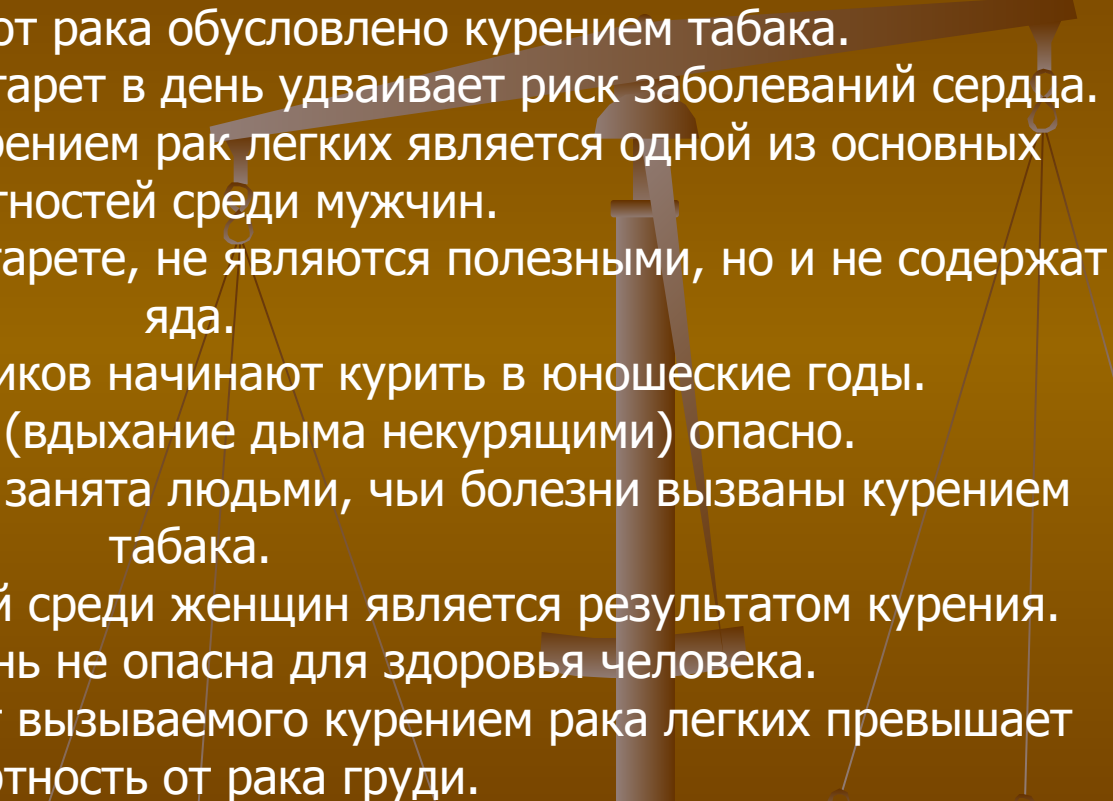
- Твой пол
- Твой возраст
- Как ты думаешь, много ли твоих одноклассников курит?
- Курят ли твои родители (папа или мама)? Куришь ли ты сам?
- Если ты заметил, что твой друг пристрастился к табаку, то твои действия...
- Знаешь ли ты, к каким последствиям приведет курение?
- Согласен ли ты с тем, что данные медицинских справок по пропускам учебных занятий будут проанализированы нами в связи с тем, чтобы выявить разницу в здоровье между курящими и некурящими учащимися?
- Хотел бы ты участвовать в работе по профилактике употребления табака?
- Если ты куришь, как часто это происходит?



Анкетирование учащихся «Мое отношение к проблеме»

Отношение к статистике и утверждениям по проблеме курения.

Прочтите, пожалуйста, утверждения и укажите, согласны вы с ними или нет:

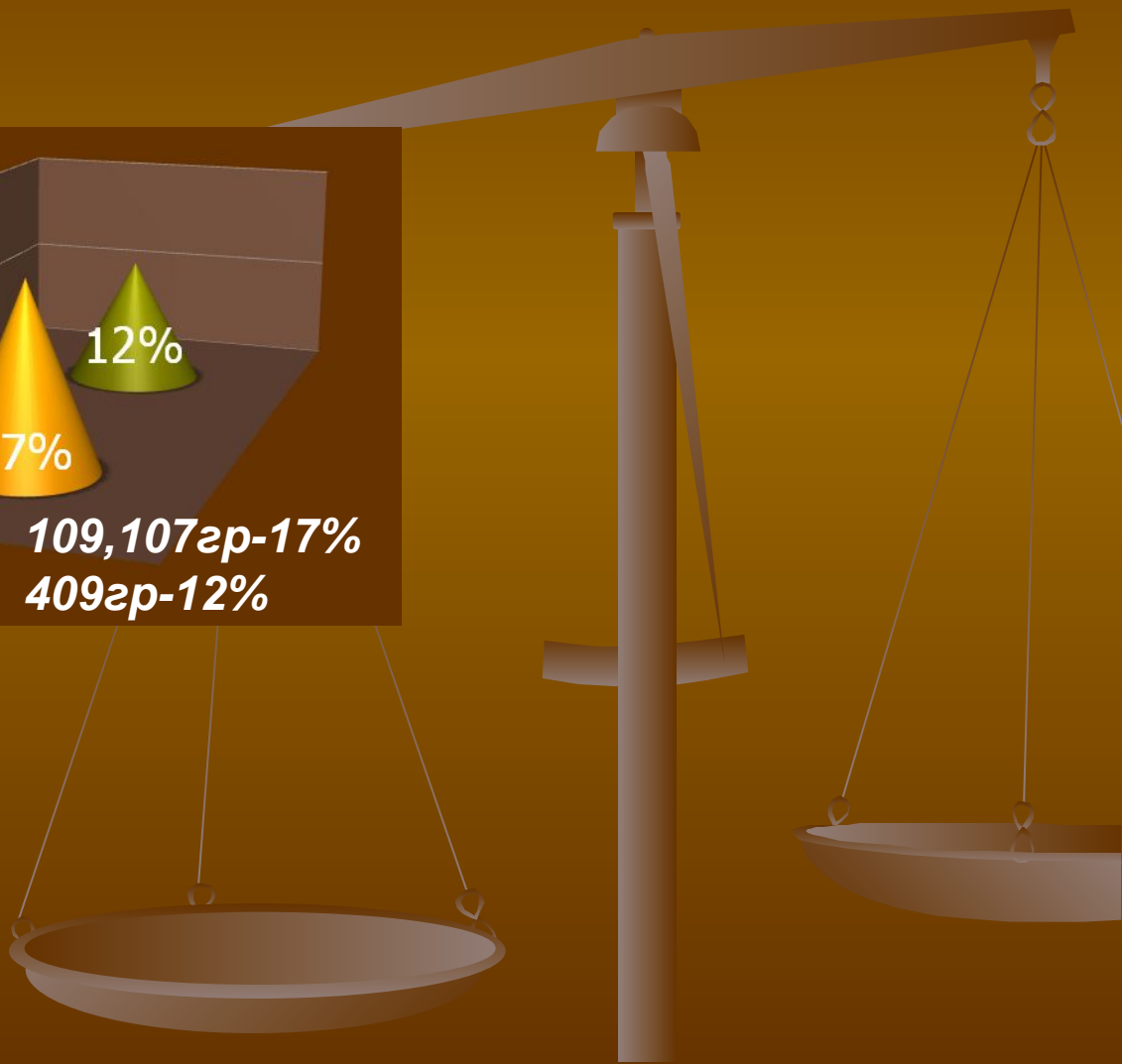
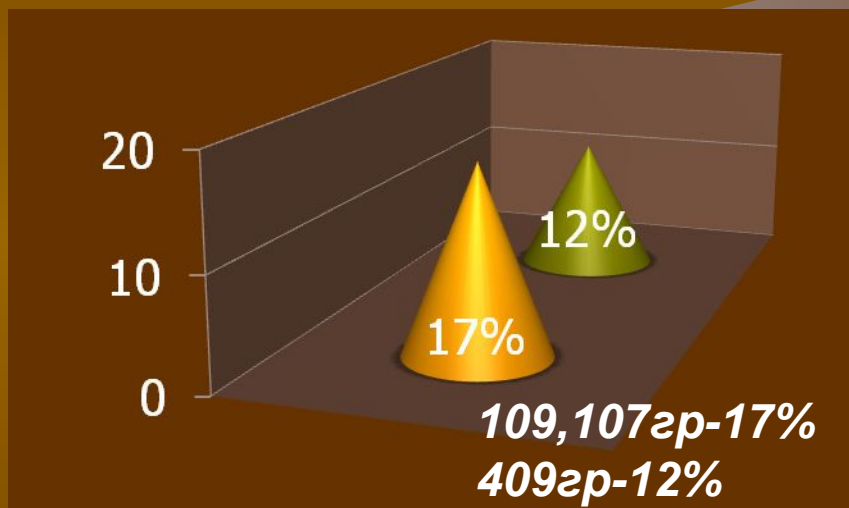
1. 20% всех смертей от рака обусловлено курением табака.
 2. Выкуривание хотя бы 1 – 2 сигарет в день удваивает риск заболеваний сердца.
 3. Вызываемый курением рак легких является одной из основных смертностей среди мужчин.
 4. Вещества, содержащиеся в сигарете, не являются полезными, но и не содержат яда.
 5. Большинство курильщиков начинают курить в юношеские годы.
 6. Пассивное курение (вдыхание дыма некурящими) опасно.
 7. Одна треть больничных мест занята людьми, чьи болезни вызваны курением табака.
 8. 50% смертей от заболеваний среди женщин является результатом курения.
Одна сигарета в день не опасна для здоровья человека.
 9. Среди женщин смертность от вызываемого курением рака легких превышает смертность от рака груди.
- 

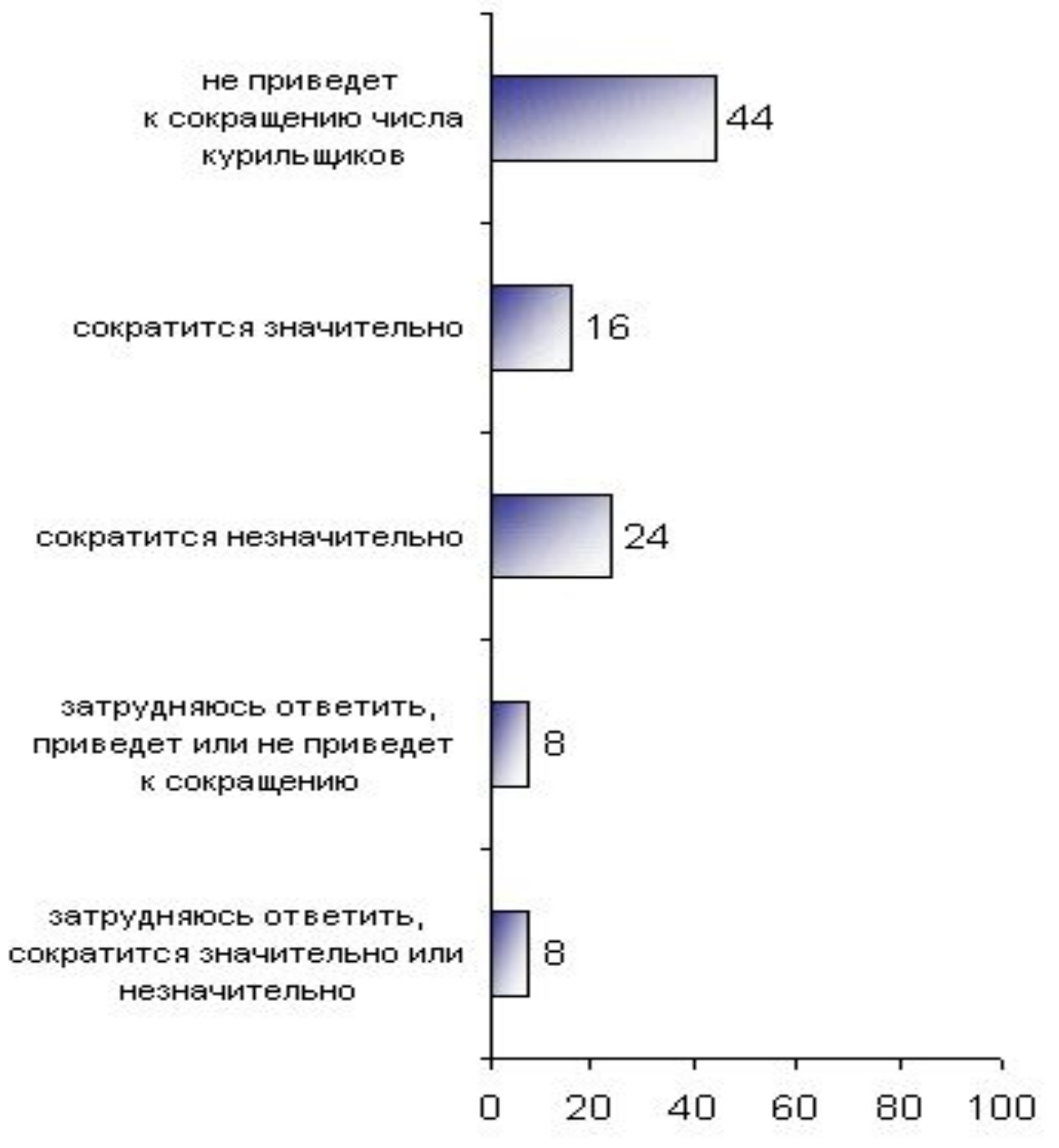
Результаты анкетирования

Номер во пр оса	Согласны (кол-во человек)	Не согласны (кол-во человек)
1.	84	19
2.	72	31
3.	103	0
4.	68	35
5.	103	0
6.	103	0
7.	103	0
8.	74	29
9.	92	11
10.	103	0

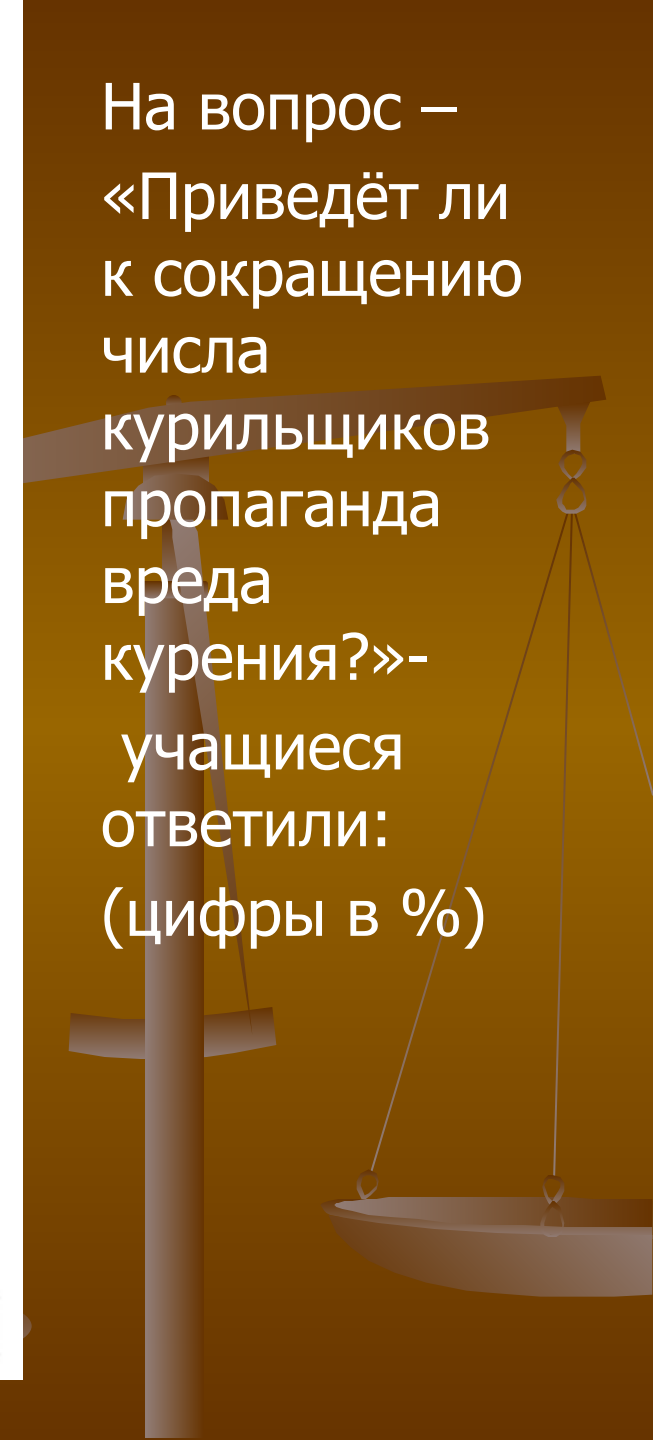
Из анкетных данных выяснили, что очень много курящих и среди наших родителей. Было выявлено, что в 58% наших семей курят папы, в 9% семей – мамы, и в 33% семей родители не курят вообще.

Число курящих учащихся (в %)





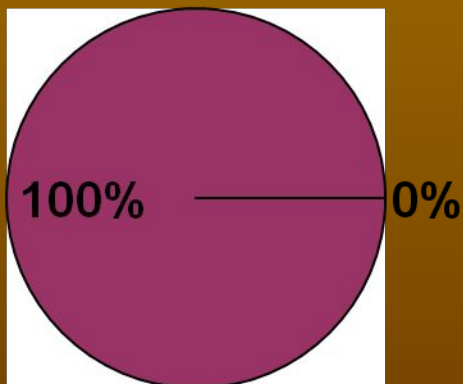
На вопрос –
«Приведёт ли
к сокращению
числа
курильщиков
пропаганда
вреда
курения?»-
учащиеся
ответили:
(цифры в %)



Мы разработали анкеты для социологического исследования. В анкету были предложены следующие вопросы (результаты опроса представлены в форме диаграммы).

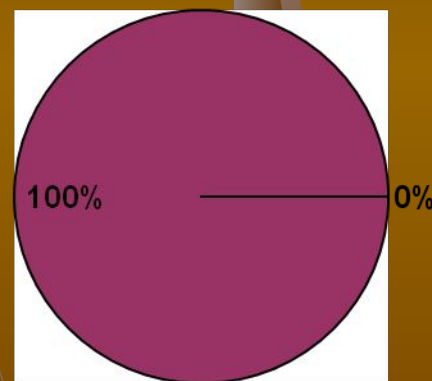
1. Как вы относитесь к курению вообще?

работники социальной сферы



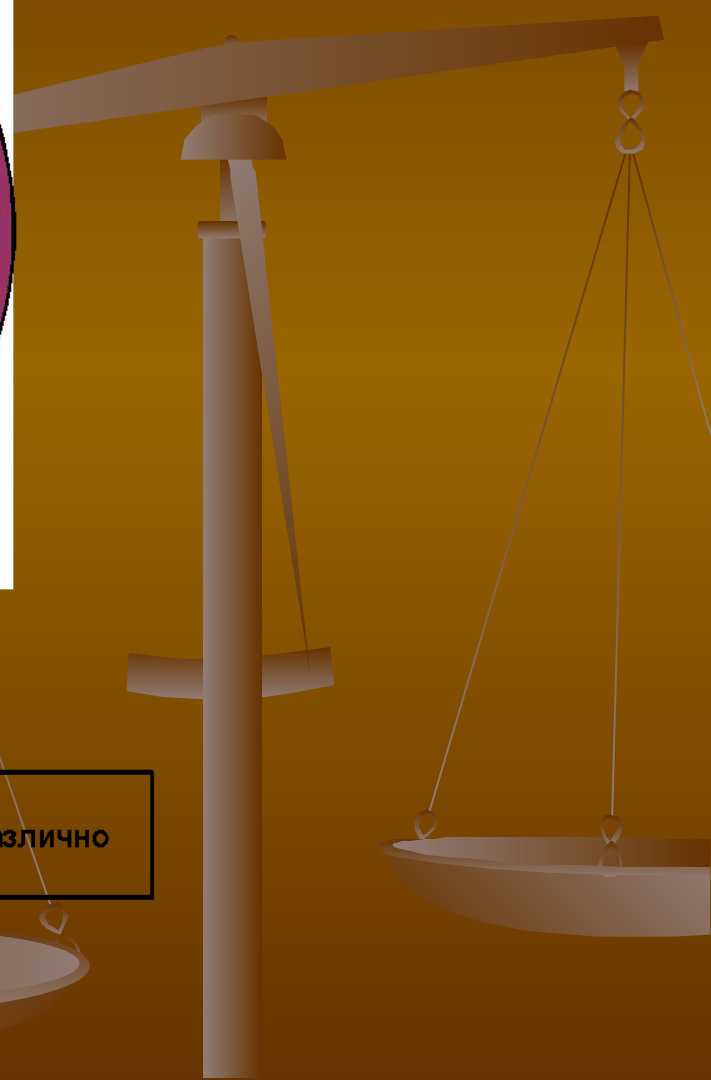
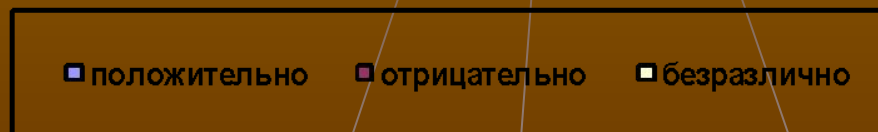
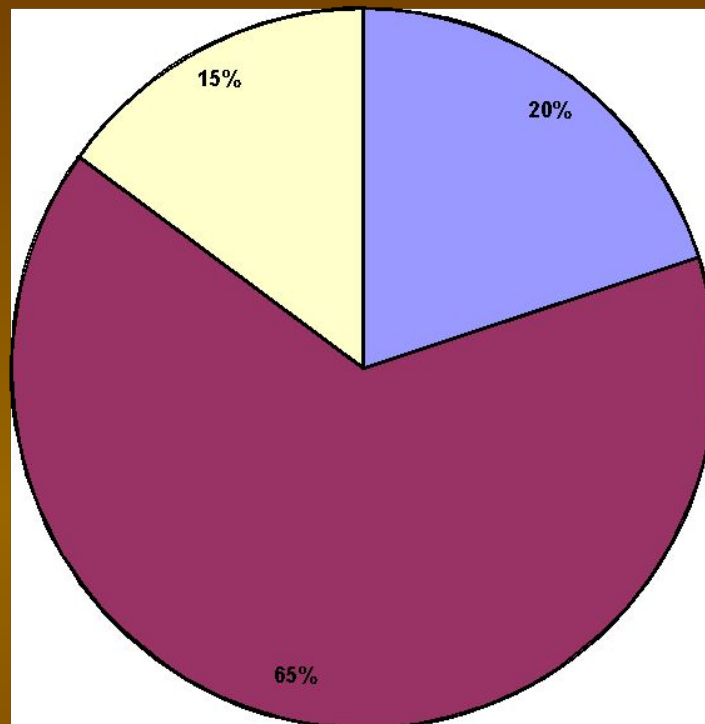
■ положительно ■ отрицательно ■ безразлично

пенсионеры

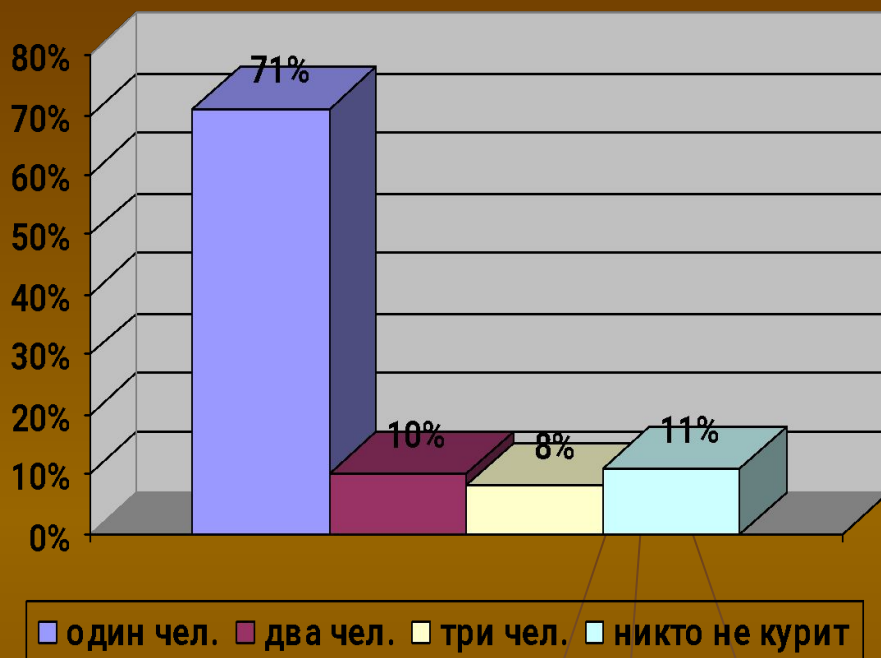


■ положительно ■ отрицательно ■ безразлично

молодежь от 18 до 25 лет



2. Кто курит в вашей семье?



3. Сколько денег тратит ваша семья на сигареты в месяц?

120-200 руб.	200-300 руб.	300-400 руб.	400-500 руб.	500-800 руб.
20%	26%	15%	14%	14%

4. Нужны ли специальные занятия по профилактике курения среди населения ?

■ - нужны ■ - не нужны, бесполезно

пенсионеры



работники соц. сферы



молодежь



В ходе социологического опроса мы выявили, что:

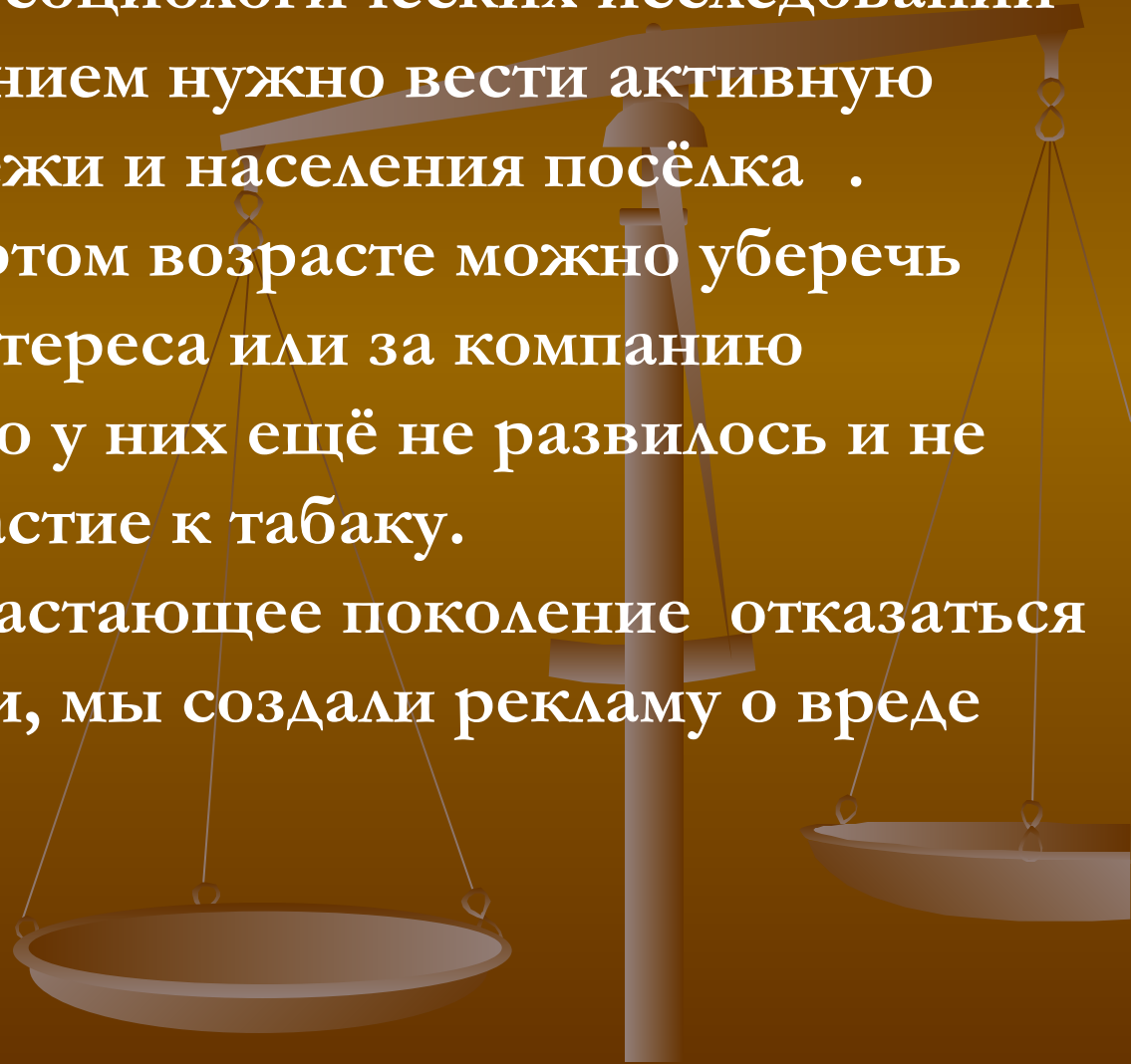
- проблема курения в нашем посёлке актуальна;
- в семьях, где курит хотя бы один член семьи, значительная часть семейного бюджета уходит на приобретение табачных изделий;
- население, в том числе и молодежь, понимает необходимость борьбы с курением.

По результатам социологических исследований

После проведённых социологических исследований очевидно, что с курением нужно вести активную борьбу среди молодёжи и населения посёлка .

Может быть, ещё в этом возрасте можно уберечь детей, которые из интереса или за компанию пробовали курить, но у них ещё не развилось и не укоренилось пристрастие к табаку.

Чтобы убедить подрастающее поколение отказаться от вредной привычки, мы создали рекламу о вреде курения.



**РЕКЛАМА «ВРЕД ТАБАКА ДЛЯ
ЖИВОГО ОРГАНИЗМА»**



КУРИТЬ.

ЗДОРОВЬЮ ВРЕДИТЬ!

НИКОТИН

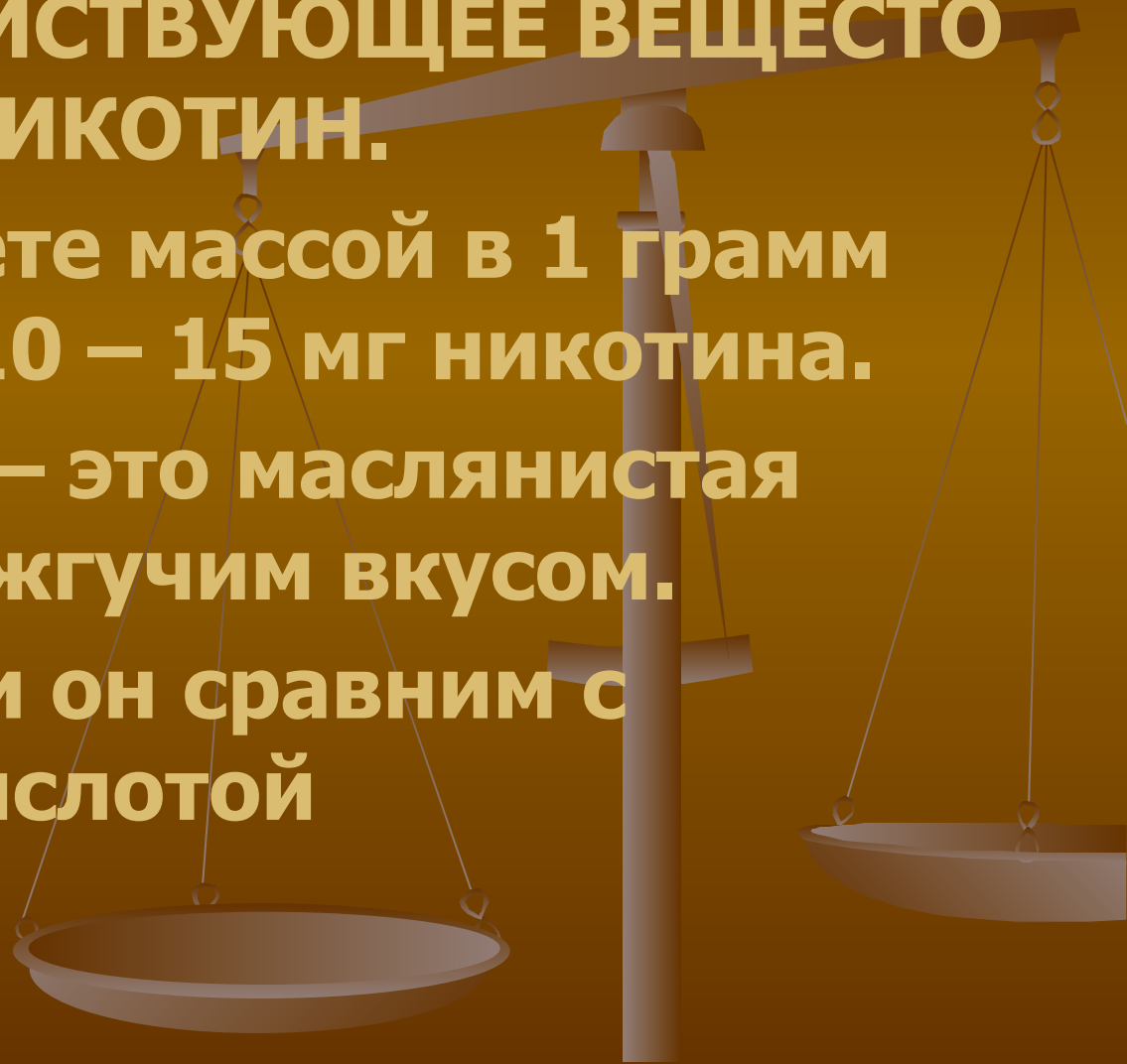


**ОСНОВНОЕ ДЕЙСТВУЮЩЕЕ ВЕЩЕСТВО
В ТАБАКЕ – НИКОТИН.**

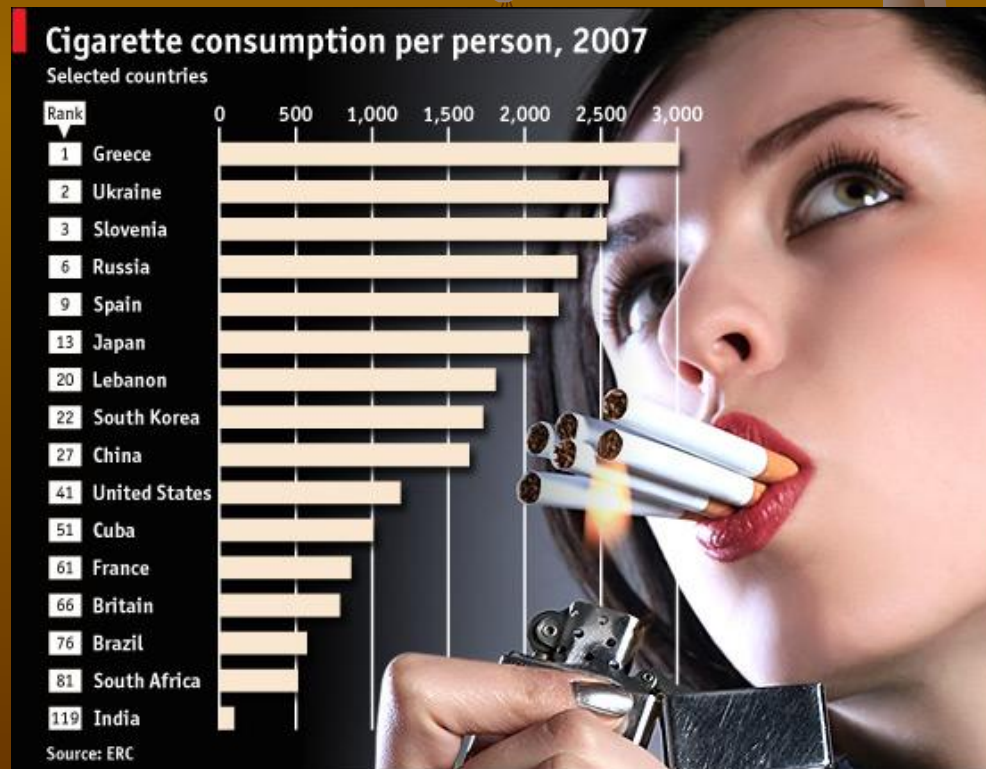
**В одной сигарете массой в 1 грамм
содержится 10 – 15 мг никотина.**

**В чистом виде – это маслянистая
жидкость со жгучим вкусом.**

**По токсичности он сравним с
синильной кислотой**



- Никотин- один из самых опасных ядов растительного происхождения.
- Для человека смертельная доза никотина составляет от 50 до 100мг, или 2-3 капли.

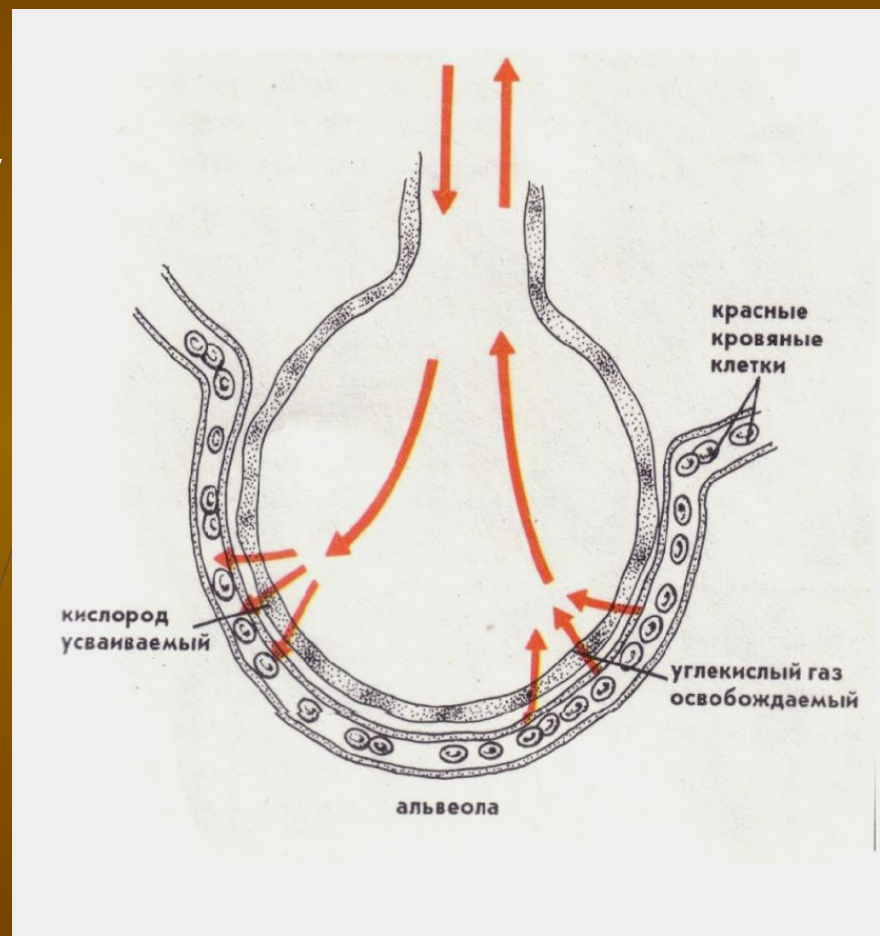


Никотин действует



АММИАК

- Аммиак раздражает слизистую оболочку рта, гортани, трахеи, бронхов. Вот почему у курильщиков не редкость рыхлость дёсен, язвочки во рту, часто воспаляется зев, что приводит к возникновению ангин. От длительного курения происходит сужение голосовой щели, появляется осиплость голоса.



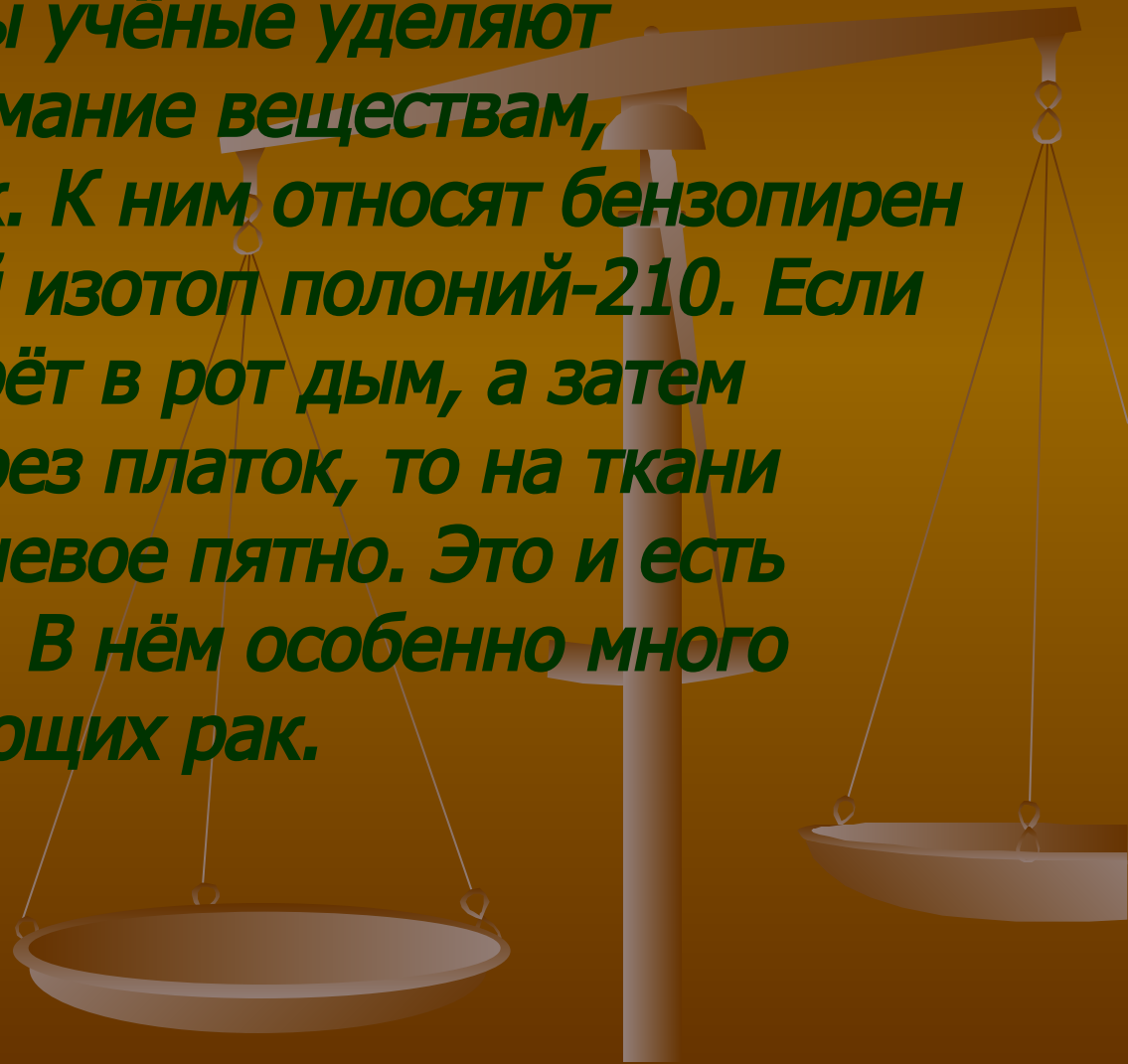
ОКСИД УГЛЕРОДА

- Угарный газ вступает в соединение с гемоглобином, который является переносчиком кислорода. При курении происходит резкое уменьшение содержания кислорода в крови. А это очень тяжело переносит головной мозг подростка.



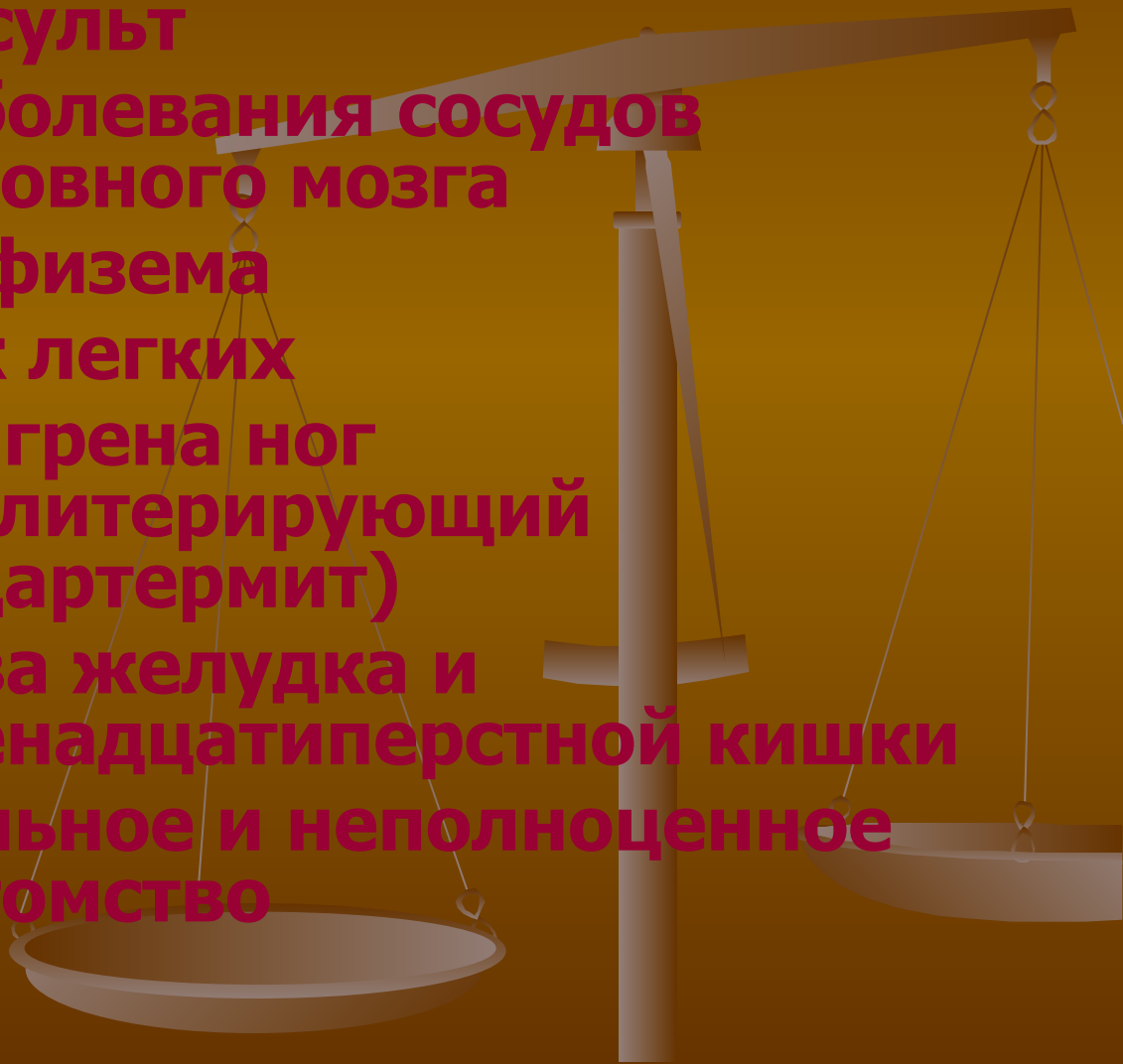
ТАБАЧНЫЙ ДЁГОТЬ

- *В последние годы учёные уделяют пристальное внимание веществам, вызывающим рак. К ним относят бензопирен и радиоактивный изотоп полоний-210. Если курильщик наберёт в рот дым, а затем выдохнет его через платок, то на ткани останется коричневое пятно. Это и есть табачный дёготь. В нём особенно много веществ вызывающих рак.*

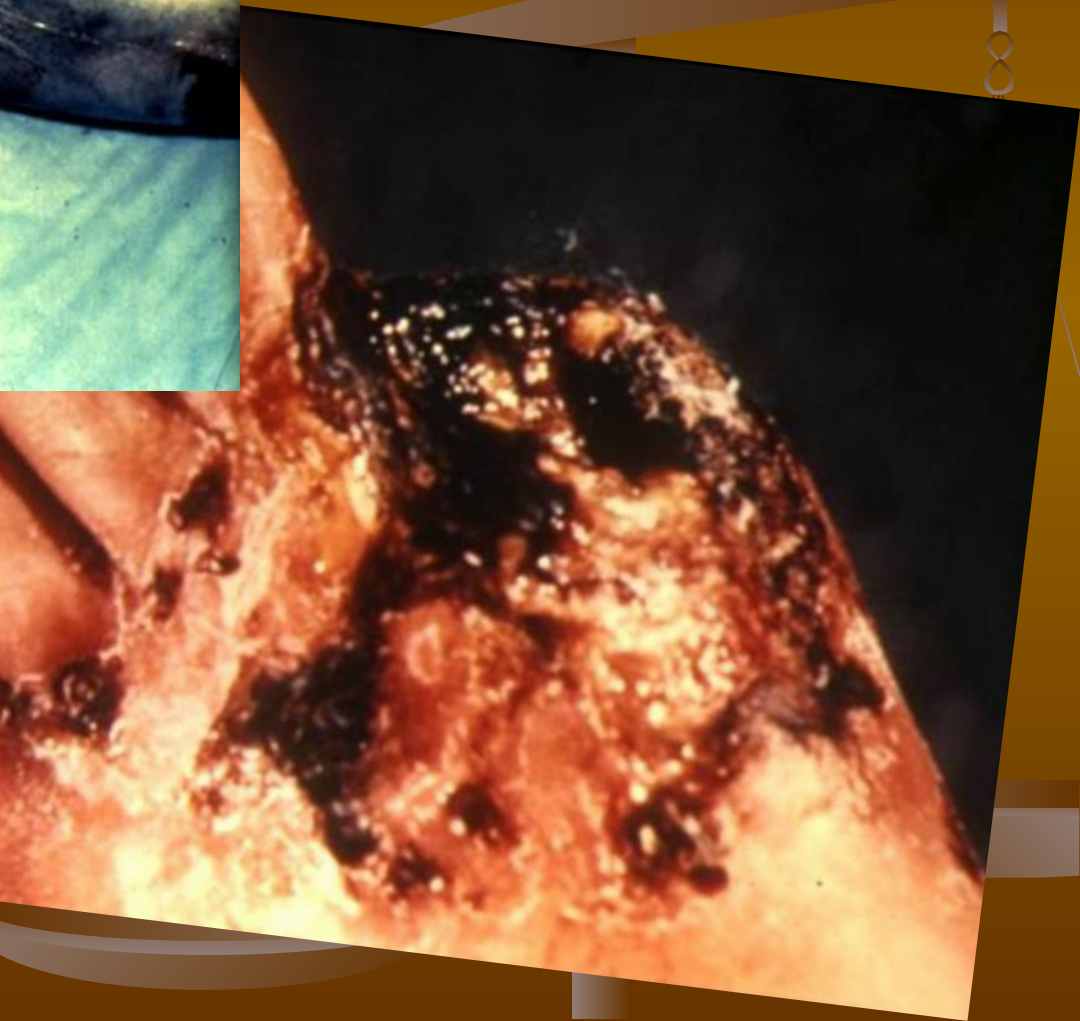


ЧТО ОЖИДАЕТ КУРИЛЬЩИКОВ?

- Инфаркт миокарда
- Инсульт
- Заболевания сосудов головного мозга
- Эмфизема
- Рак легких
- Гангрена ног (облитерирующий эндартермит)
- Язва желудка и двенадцатиперстной кишки
- Больное и неполноценное потомство



Болезнь Бюргера





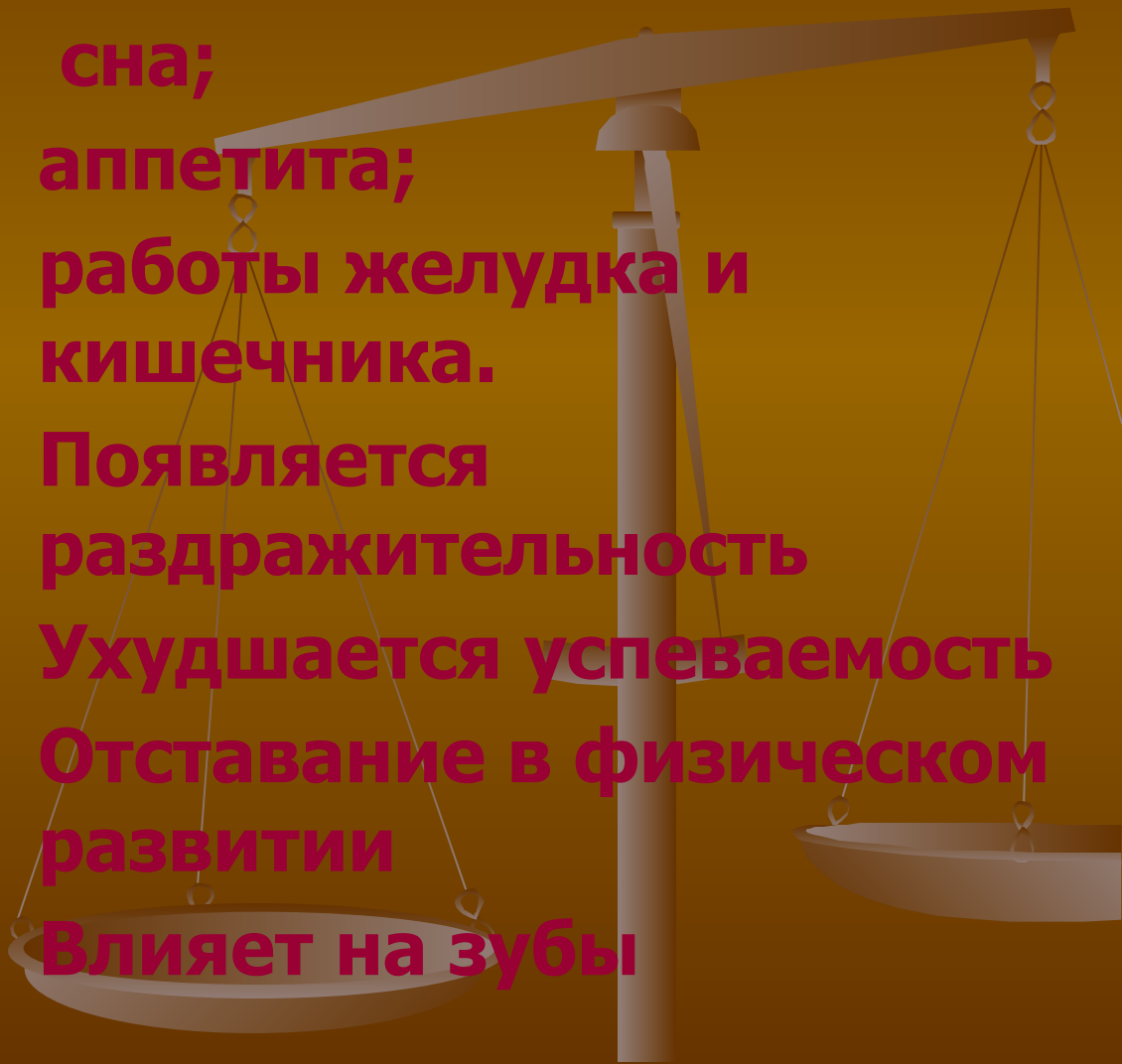
УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ЖИЗНЬ?

ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ



Нарушение:

- сна;
- аппетита;
- работы желудка и кишечника.
- Появляется раздражительность
- Ухудшается успеваемость
- Отставание в физическом развитии
- Влияет на зубы





**Если у не курящей женщины супруг – злостный
курильщик, то она «выкуривает» за день не менее 5
сигарет.**



MEROKOK TIDAK HANYA DAPAT MENYEBABKAN KANKER, SERANGAN JANTUNG, IMPOTENSI DAN GANGGUAN KEHAMILAN DAN JANIN, BAHKAN BISA MENGAKIBATKAN KEMATIAN.

Курение – удел и печать слабых! В его основе лежит комплекс неполноценности, беспомощности.

Доказано, что 75% тех, кто начал курить, становятся зависимыми от курения людьми.

Риск преждевременной смерти в результате курения очень высок. Ранняя смерть среди курильщиков в 18 раз выше, чем среди некурящих.

Половина курильщиков умирает от болезней, связанных с курением, среди них 25% умирает в среднем возрасте, теряя 20-25 лет жизни. Курение убивает каждого десятого человека в мире.

Человек! Не навреди себе! Все органы страдают от курения!



Здоровая ткань легкого

Photo courtesy of the American Lung Association



Больная ткань легкого

Photo courtesy of the American Lung Association

Сделай свой правильный выбор

Лёгкие курящего человека

Сравните! И решите для себя, что важнее для здоровья!

- 1. Оставаться здоровым, жизнерадостным...
- 2. Или страдать и мучиться всю жизнь.





Помните: закурить легко, а вот отвыкнуть от курения очень трудно, и вы будете рабом курения, медленно и верно уничтожая себя. Пока человек юн, полон сил и энергии, он не задумывается о будущих болезнях, ему лишь только кажется, что здоровье и молодость вечны.

ДАННЫЕ СТАТИСТИКИ ТАКОВЫ:

55% НАЧИНАЮТ КУРИТЬ В ВОЗРАСТЕ 16-19 ЛЕТ, КОГДА У ЧЕЛОВЕКА НЕТ ЖИЗНЕННОГО ОПЫТА;

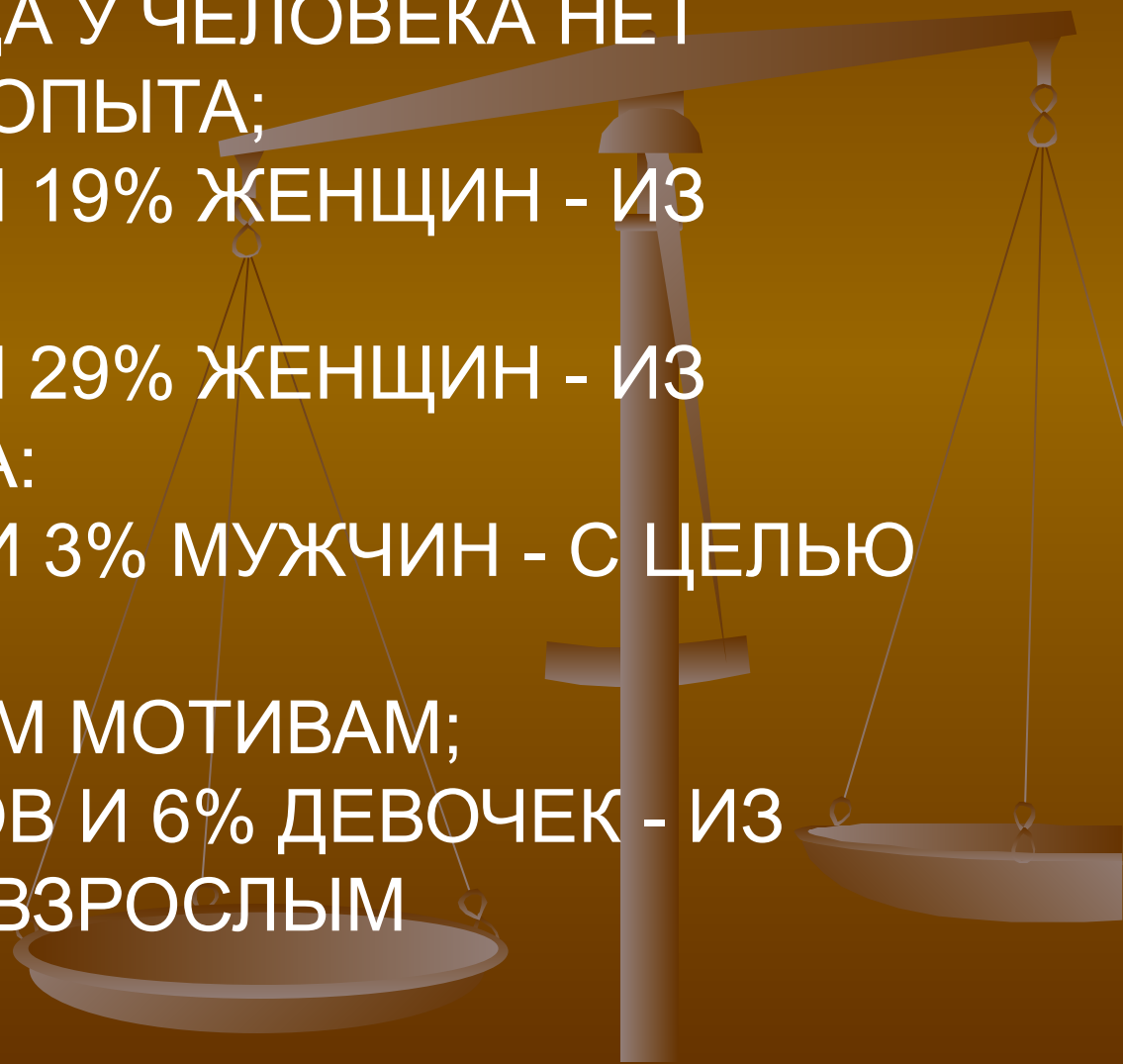
18% МУЖЧИН И 19% ЖЕНЩИН - ИЗ БАЛОВСТВА;

26% МУЖЧИН И 29% ЖЕНЩИН - ИЗ ЛЮБОПЫТСТВА:

16% ЖЕНЩИН И 3% МУЖЧИН - С ЦЕЛЬЮ ПОХУДЕТЬ;

4%- ПО ЛИЧНЫМ МОТИВАМ;

17% МАЛЬЧИКОВ И 6% ДЕВОЧЕК - ИЗ ПОДРАЖАНИЯ ВЗРОСЛЫМ

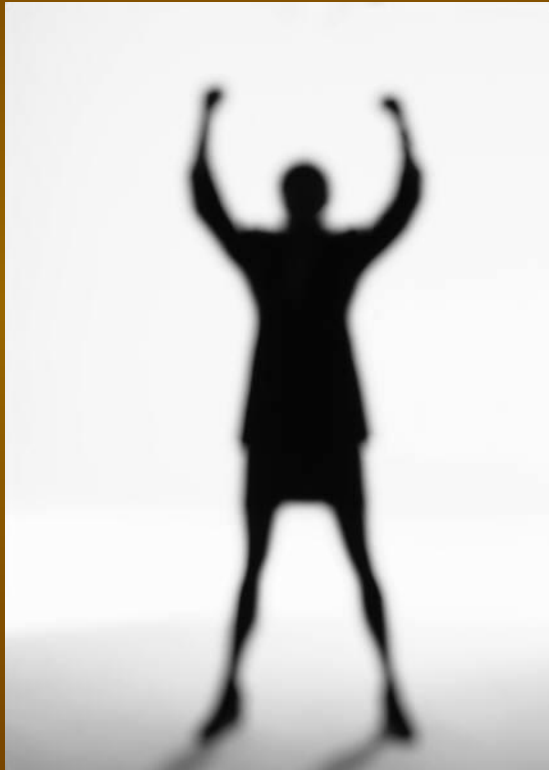


Писатель А. Дюма-младший:

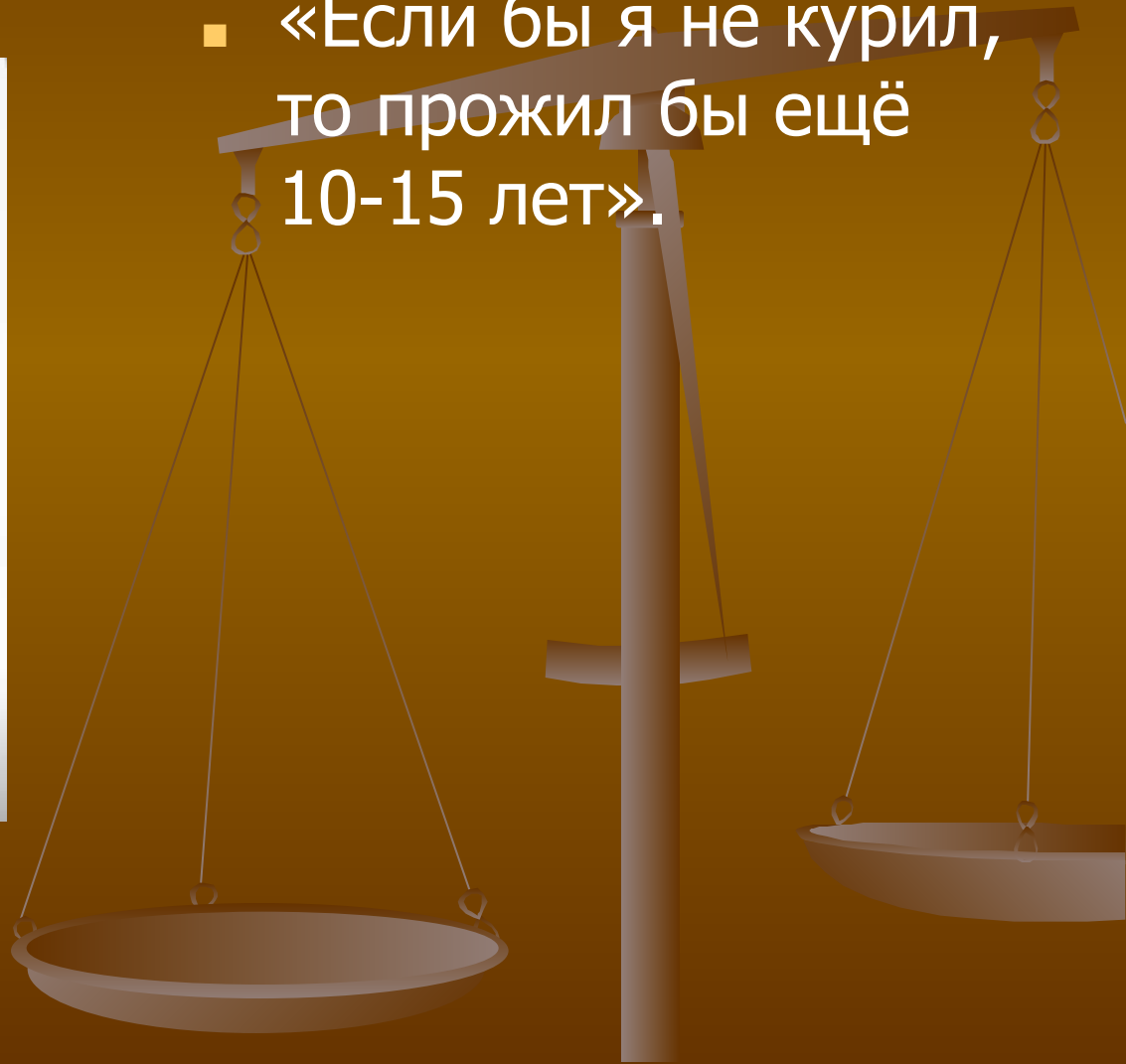
- «...Я отложил свою сигару и поклялся, что никогда не буду курить. Эту клятву я твёрдо сдержал и вполне убеждён, что табак вредит мозгу так же определённо, как и алкоголь».



Великий врач С.П. Боткин



- «Если бы я не курил, то прожил бы ещё 10-15 лет».



**Берегите себя и своих близких от
табака!**

**« В БОЛЬШИНСТВЕ
БОЛЕЗНЕЙ ВИНОВАТА НЕ
ПРИРОДА,
А ТОЛЬКО САМ ЧЕЛОВЕК.
ЧАЩЕ ВСЕГО ОН БОЛЕЕТ ОТ
ЛЕНИ
И ЖАДНОСТИ, НО ИНОГДА ОТ
НЕРАЗУМНОСТИ.»**

Н.М.АМОСОВ

Литература



Александров А.А. Профилактика табакокурения у детей и подростков // Пока не поздно, 2004.- №19

Александров А.А., Александрова В.Ю. Курение и его профилактика в школе // Пока не поздно, 2004. -№27

Бударина В.А. Слушается дело о сигарете // Читаем, учимся, играем, 2004.-№7

Вечкитова Е.Д. Планета здоровья // Читаем, учимся, играем, 2004.-№8

Гайворонская Г.А. Забавы для дураков // Читаем, учимся, играем, 2004.-№4

Гранкин А. Табак и верзилу сведет в могилу // Воспитание школьников, 2003.- №3

Журнист Л.А. Суд над табаком // Читаем, учимся, играем, 2004.-№4

Касаткин В.Н., Паршутин И.А., Рязанова О.Л., Симонятова Т.П., Сударикова М.А., Балабан Ю.Л., Смирнова О.В., Аграчева Е.Г., Церкович А.Н. Здоровье: Программа профилактики курения в школе. М., 2003

Малютина И. Забудем про табак // Будь здоров, 2003.-№8

Урок – журнал «Ваше здоровье - в ваших руках». Учитель: Гороя Светлана Николаевна сш №7 города Бийска