

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Красногорская средняя общеобразовательная школа № 2

Проект

«Влияние курения на здоровье подростка»

Выполнил:
Шкуратов Антон Тимофеевич
ученик 9 класса
Руководитель:
Федотова Светлана Петровна
учитель биологии и химии

п.г.т. Красная Гора 2021 г.

- **Цель работы:**

привлечение внимания к собственному здоровью и здоровью других, помочь другим узнать о вреде курения.

- **Задачи:**

- изучить историю возникновения табака, его физико-химические свойства, а также влияние на организм человека

- определить основные причины пагубного влияния курения на подростка

- провести анкетирование подростков своего класса

- создать памятку.

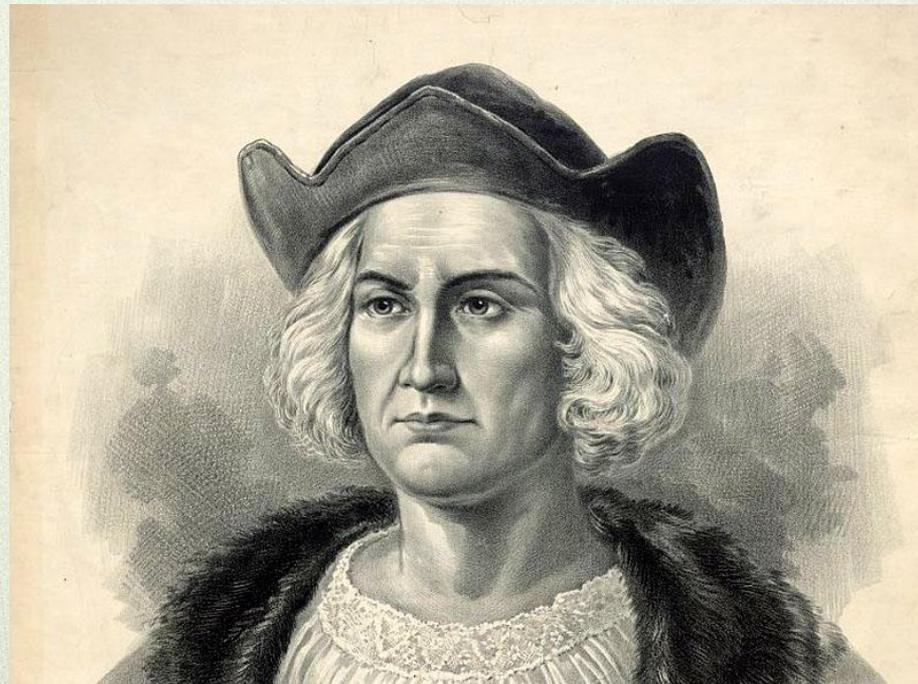
- **Предмет исследования:** влияние курения на подростков.

- **Объект исследования:** табакокурение среди подростков (14 – 16 лет).

- **Гипотеза:** курение оказывает негативное влияние на организм подростка.

История появления табака

Христофор Колумб открыл Америку в 1492 году, где индейцы уже курили табак. Слово «табак», вероятно, происходит от названия острова Тобаго. В Россию табак был завезен английскими купцами в 1585 году



Состав табака

Табачный дым содержит более 4000 химических соединений, более сорока, из которых, вызывают рак, а также несколько сотен ядов, включая никотин, цианид, мышьяк, формальдегид, углекислый газ, окись углерода, синильную кислоту и т.д. В сигаретном дыме присутствуют радиоактивные вещества: полоний, свинец, висмут. Пачка сигарет в день - это около 500 рентген облучения за год!



Оксид углерода

- Оксид углерода представляет собой ядовитый газ. До 15% крови курильщика содержит оксид углерода вместо кислорода. А кислород необходим для нормальной работы клеток и тканей. Когда за короткий период времени сокращается количество поступающего кислорода, возникают проблемы с ростом, восстановлением и усвоением таких питательных веществ, как протеин.
- Этот наркотик ведет к проблемам с сердцем, блокированию артерий и серьезным нарушениям циркуляции крови. Женщины, которые курят, рискуют здоровьем будущего плода, потому что плод будет получать меньше кислорода, чем ему необходимо для здоровья.



Влияние курения на организм

Курение сигареты оказывает немедленное воздействие на организм. Для большинства новых курильщиков вкус выкуриваемой сигареты ужасен. Частота сердечных сокращений возрастает в течение одной минуты с начала курения и может вырасти на 30% в первые 10 минут. Кровяное давление возрастает, а периферическое кровообращение замедляется, что приводит к понижению температуры кожи

Влияние курения на мозг

Выкуривание сигареты приводит к нарушению мозгового кровообращения. Клетки ЦНС испытывают дефицит кислорода и питательных веществ. Такое влияние никотина на мозговую деятельность приводит к нарушению интеллекта (по причине снижения активности нервных клеток), проблемам с концентрацией и вниманием. Курящие теряют способность к быстрому принятию решений, они решают задачи на 20–25 % медленнее, чем некурящие.



Влияние курения на сосуды мозга.

- частые головные боли;
- шум в ушах;
- головокружение;
- ухудшение зрения;
- снижение памяти, внимания;
- ухудшение работоспособности в целом.

Почему курят подростки?

- Одними из причин подросткового курения являются любопытство и курение родителей.



Вред подросткового курения.

- плохая память;
- неспособность сконцентрироваться на деле;
- ухудшение зрения;
- слабый слух;
- плохое обоняние;
- замедление реакции на раздражитель;
- низкая выносливость;
- нервное истощение;
- гормональные нарушения;
- бессонница; сердечные заболевания;
- болезни печени и почек;
- заболевания дыхательной системы;
- плохая кожа;

Как определить, курит ли подросток

- Кашель
- Одышка
- Запах изо рта
- Хриплое дыхание
- Простудные заболевания



Анкентирование

Исследование было проведено на базе
МБОУ Красногорской СОШ №2
опрошено 16 учащихся 9 класса, из них
8 девочек и 8 мальчиков.

Твой пол?	Мужской – 8 человек Женский – 8 человек
Как ты учишься?	Отлично – 5 человек Хорошо – 4 человека Удовлетворительно – 7 человек
Курят ли твои родители ?	Да– 7 человек Нет – 9 человек
Куришь ли ты?	Да – 2 человека Нет – 14 человек
С какого возраста ты куришь?	до 7 лет- 0 человек с 8-12 лет – 0 человек с 13-14 лет – 2 человека
Отметь мотивы, по которым, на твой взгляд, чаще всего начинают курить подростки?	от нечего делать – 2 человека за компанию- 4 человека успокаивает – 3 человека модно – 5 человек любопытно - 2 человека
Знаешь ли ты, что такое пассивное курение?	да - 13 человек нет - 3 человека
Совместимы ли спорт и курение?	да- 3 человека нет-12 человек -атрудняюсь ответить-1 человек

Памятка от психолога.

- Поговорить о вреде сигарет с ребёнком.
- Выяснить почему ребёнок стал курить.
- Сделать упор на деньги.
- Отвести ребёнка к специалисту.



Заключение.

Проблема табакокурения детей и подростков в настоящее время стоит достаточно остро. В ходе анализа данного материала можно убедиться в том, что, по сравнению с взрослыми, организм ребенка не имеет достаточно устойчивых и сильных восстановительных механизмов, от действия табачных веществ его организм менее защищен.

Список используемой литературы.

1. Богданов И. Дым отечества, или Краткая история табакокурения. — М.: Новое литературное обозрение, 2007г.
2. Воропай сигарета. – М.: Воениздат, 1986г.
3. ДиФранц, Дж. Зависимость с первой сигареты // В мире науки. – 2008. - №8. – С. 60-66.
- 4., Доцоев, Л. Не курить во имя будущего // РФ сегодня. – 2008. - №6. – С. 38-39
5. Колесов “Предупреждение вредных привычек у школьников”. – М.: Просвещение, 1984.
6. Котельников здоровы! – Самара, “Перспектива”, 2007.
7. Макеева уберечь ребёнка от курения и знакомства с алкоголем. – М.: Вентана-Граф, 2003
8. Не кури. – М.: Медицина, 1979.
9. Трубников Виталий- “Основные направления снижения вредного воздействия курения”
10. <https://infourok.ru/issledovatelskaya-rabota-kak-kurenie-vliyaet-na-organizm-podrobtka-4331637.html>
11. <https://obuchonok.ru/node/7298>