

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.

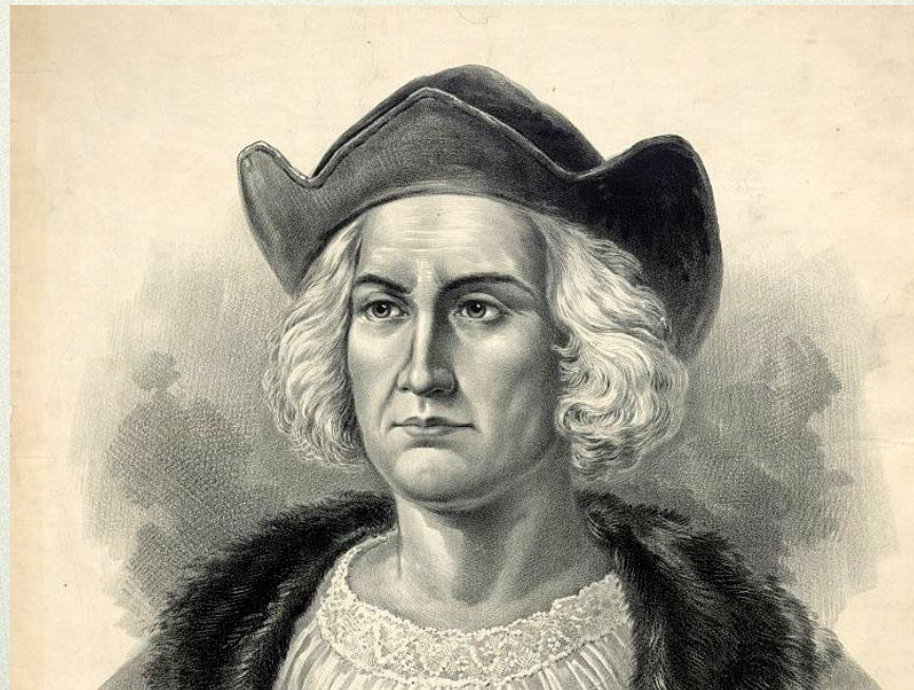
- **Предмет исследования:** влияние курения на подростков.

- **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 поступаемого 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>