Макарова
Ольга
Николаевна

Заместитель директора по воспитательной работе, учитель русского языка и литературы
I квалификационной категории

900igr.net

Мастер – класс
на тему:

«Профилактика вредных привычек».

Нетрадиционные формы и методы работы с <u>родителями</u>

Родительское собрание на тему:

«Профилактика вредных привычек».

План:

1. Понятие о вредных привычках.
2. Табакокурение.
3. Алкоголь.
4. Наркомания.
5. Здоровый образ жизни.

Ответьте на вопросы:

1.Что такое вредные привычки?
Что к ним относится?

2.Что такое курение? Каково воздействие табачного дыма на организм?

3.Что такое алкоголизм? Последствия алкоголизма.

4.Что такое наркомания? Виды наркотиков, их действие, статистика.

Понятие о вредных привычках

- **Вредная привычка – закрепленный в личности способ поведения, агрессивный по отношению к самой личности или обществу.**

- **Вредные привычки серьезно ухудшают состояние здоровья человека.**

К вредным привычкам относятся:

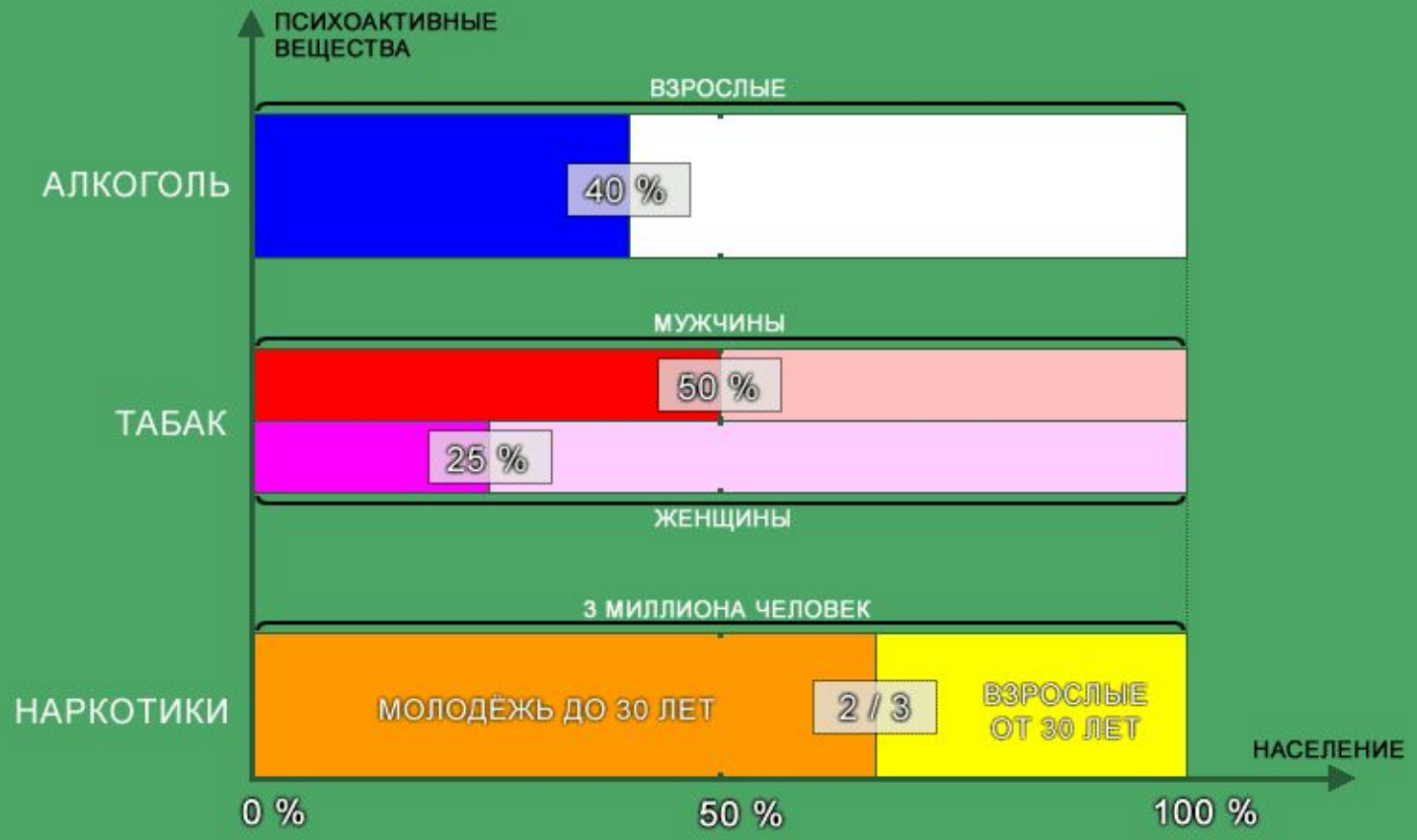
табакокурение,
алкоголизм,
наркомания,
игромания,
компьютер,
сотовый телефон,
телевидение,
шоколад,
смех,
тяжёлый рок…

Влияние вредных привычек

На формирование подростков отрицательно влияют вредные привычки :

- специфические дефекты воспитания (отрицательный пример родителей, разрешение родителей принимать алкоголь в их присутствии);
- обычаи и традиции социальной среды (праздничные застолья);
- недостатки в воспитательной работе (организация досуга и отдыха подростков);
- достаточно снисходительное отношение в обществе к употреблению курения и алкогольных напитков (плюс сравнительная доступность и стоимость);
- оценка отказа выпить, как проявление недоброжелательности по отношению к другим;
- давление компании и наличие в ней отрицательных “авторитетных” людей как примера для подражания;
- нравственная незрелость подростков.

СТАТИСТИКА ЗЛОУПОТРЕБЛЕНИЯ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ В РОССИИ

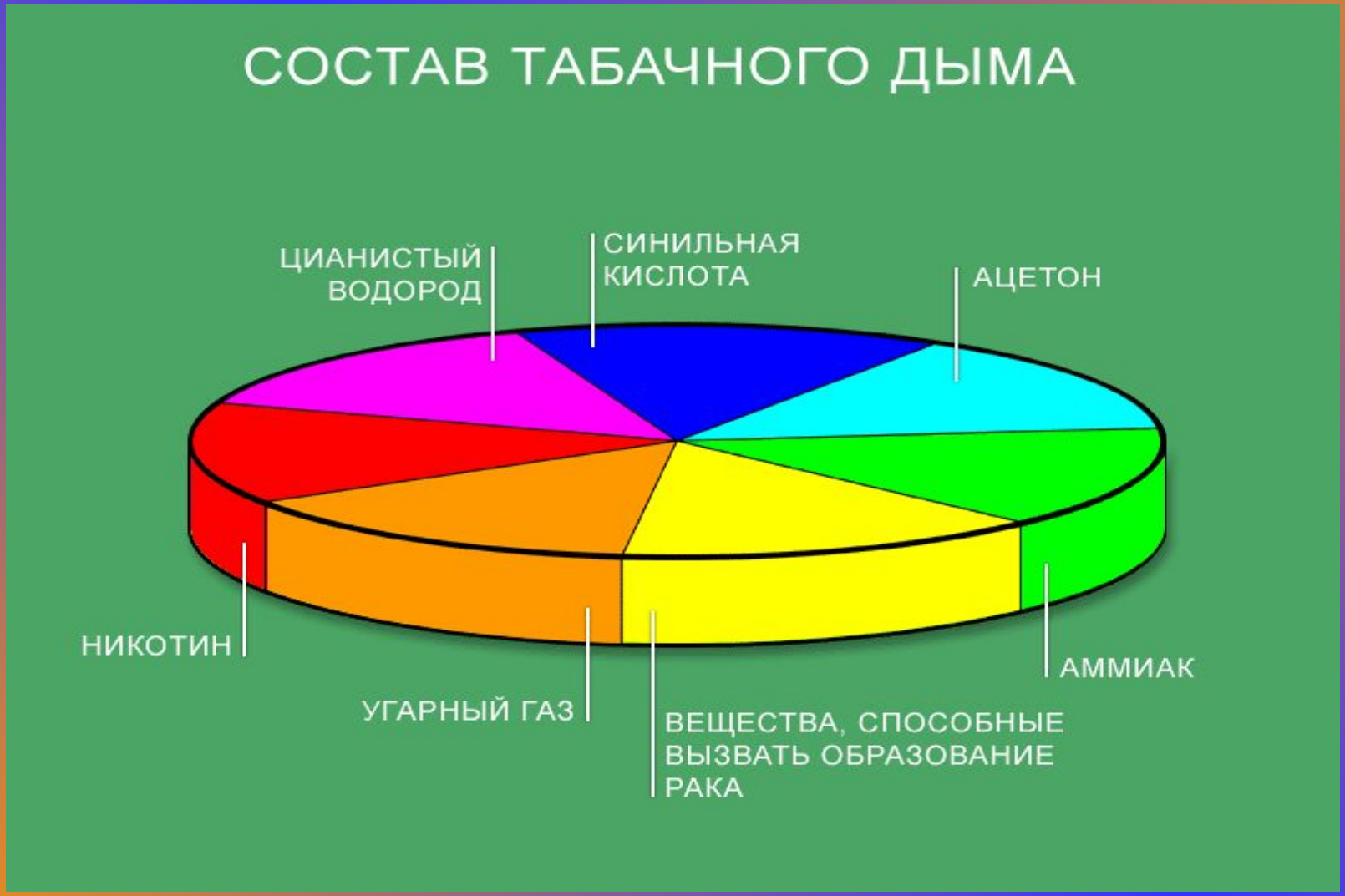


Курение - одна из вреднейших привычек.

Курение является социальной проблемой общества, как для его курящей, так и для некурящей части.

Во-первых, нужно бросить курить, во-вторых, избежать влияния курящего общества и не «заразить» их привычкой, а также – сохранить своё здоровье от продуктов курения, поскольку вещества, входящие в выдыхаемый курильщиками дым, не на много безопаснее того, если бы человек сам курил и принимал в себя никотин и многое другое, что входит в зажжённую сигарету.

Курение


СОСТАВ ТАБАЧНОГО ДЫМА
ЦИАНИСТЫЙ ВОДОРОД
СИНИЛЬНАЯ КИСЛОТА
АЦЕТОН
НИКОТИН
УГАРНЫЙ ГАЗ
ВЕЩЕСТВА, СПОСОБНЫЕ ВЫЗВАТЬ ОБРАЗОВАНИЕ РАКА
АММИАК

Курение ведет к никотиномании, зависимости дыхательного центра головного мозга от стимулирующих его работу веществ, содержащихся в табачном дыме.

Курящий человек – раб сигареты.

При пассивном курении некурящий человек стр

От воздействия табачного дыма страдают:

- органы пищеварения;
- лёгочная система;
- сердечно-сосудистая система.

Это надо знать!

- Курение поражает сердечно-сосудистую систему, органы дыхания, желудочно-кишечный тракт.

- Курильщики болеют раком лёгких в несколько раз чаще, чем некурящие и составляют 96-100% всех больных раком лёгких.

- Курение увеличивает вероятность других видов злокачественных опухолей (полости рта, пищевода, гортани, поджелудочной железы, желудка, толстой кишки, печени).

Курение является фактором риска сердечно-сосудистых заболеваний (атеросклероз и инфаркт миокарда).

В 13 раз чаще заболевают стенокардией.

В 12 раз – инфарктом миокарда.

АЛКОГОЛИЗМ -
ЭТО ФОРМА ХИМИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТИ

Алкоголь,
его влияние на организм

- Хронический гастрит желудка.
- Развивается цирроз печени (разрушение печени).
- Воздействует на головной мозг.
- Ускоряет биологическое старение.
- Приводит к развитию алкоголизма.

ПОСЛЕДСТВИЯ АЛКОГОЛИЗМА

Первая помощь при отравлении алкоголем:

- уложить набок и очистить дыхательные пути;
- дать понюхать ватку, смоченную в нашатырном спирте;
- промыть желудок;
- положить на голову холодный компресс;
- вызвать скорую помощь.

Наркомания

- (от греч. оцепенение, сон, безумие) – это хроническое заболевание, вызванное употреблением наркотиков

Признаки наркомании:

непреодолимое влечение к приёму наркотиков;

тенденция к повышению количества, принимаемого вещества

Официальная статистика

- Средний возраст приобщения к наркотикам в России составляет по статистике 15-17 лет, резко увеличивается процент употребления наркотиков детьми 9-13 лет.

- Зафиксированы случаи употребления наркотиков детьми 6-7 лет – к наркомании их приобщают родители-наркоманы.

- Как заявил в феврале 2010 г. заместитель директора ФСКН России Олег Сафонов, по данным ООН самое большое число наркозависимых, в Иране и Афганистане, третьей в этом списке значится Россия. По данным Минздрава в России около 550 тысяч наркозависимых лиц, но по экспертным оценкам их около 2-2,5 млн человек.

В Татарстане на 1 октября 2011 года с диагнозом «наркомания» на учете состоят

9 тысяч 631 человек.

Об этом сообщили во вторник на совещании в Кабмине РТ, прошедшем под

председательством главы Государственного антинаркотического комитета,

директора Федеральной службы по контролю за оборотом наркотиков России Виктора Иванова.

Дезоморфин - «крокодил» - опаснейший синтетический наркотик.

Гашиш, марихуана, героин, опий, кокаин, морфий…

Фотографии людей до и после того, как они начали принимать наркотики

Последствия наркомании

ФИЗИЧЕСКИЕ:
заболевания сердечно-сосудистой системы и дыхательных путей, гепатиты и цирроз печени, СПИД, травмы, психозы, эпилепсия, передозировки, самоубийства

ПСИХИЧЕСКИЕ:
депрессии, чувство вины, бессилия, безысходности, обиды и негодования

СОЦИАЛЬНЫЕ:
изменяются взаимоотношения с обществом, теряется смысл жизни, появляются серьёзные осложнения в социальной сфере

Признаки наркотического отравления:

- повышение мышечного тонуса;
- сужение зрачков и ослабление их реакции на свет;
- покраснение кожи.

Педагогические ситуации

1. Как вы поступите, если увидите вашего сына пьяным?
2. В кармане вашей дочери вы обнаружили табак. Ваши действия.
3. Как отреагировать на то, что сын (дочь) стали употреблять наркотики?
4. Как же предотвратить надвигающую беду?

Как же предотвратить надвигающуюся беду?

1. Прежде всего вооружитесь знаниями.
2. Старайтесь , как можно больше узнать об алкогольной и наркотической зависимости, последствиях и методах лечения.
3. Не зря говорят «знание - это сила». Когда попадает в беду ребёнок, то даже слабые родители становятся сильными.
4. Говорите с подростком о вредных привычках, убеждайте, приводите факты. Не ждите беды, предупреждайте её появление.
5. Интересуйтесь друзьями, компанией.
6. Предоставьте подростку возможность высказать своё мнение, выслушайте его.

Силен не тот , кто никогда не падал, а тот, кто падал и вставал!

Последствия вредных привычек

- происходит истощение организма, нервной системы и психики;
- личность деградирует;
- разрушаются отношения с родителями, родными, друзьями, учителями;
- совершаются преступления;
- от алкоголиков и наркоманов рождаются неполноценные дети;
- наступает преждевременная смерть (7 лет - средний срок жизни наркомана);
- но на ранней стадии употребления наркотиков

Воспитание и поддержка

Самое главное - это ваше
поддержка и люб

Ваш ребенок, состоявшийся как нравственная и успешная личность, - самая высокая мера оценки вашего жизненного пути.

Запомните!

Быть здоровым - значит не иметь проблем с самочувствием, быть физически и духовно полноценным человеком.

Здоровье - это сокровище, которое нужно сохранять ежедневно.
Хорошее здоровье - основа долгой, счастливой и полноценной жизни, и особенно это важно для сегодняшних детей.

Здоровье – богатство!

Ну что ж, мой друг,
Решенье за тобой,
Ты вправе сам командовать судьбой,
Ты согласиться можешь, но отказ,
Окажется получше в сотню раз,
Ты вправе жизнь свою спасти,
Подумай, может, ты на правильном пути,
Но если всё – таки успел свернуть,
То потрудись себе здоровье ты вернуть!

Жизнь прекрасна!!!

Относитесь к ней бережно!!!

Спасибо за внимание!!!
Желаем успехов!!!