

**Макарова
Ольга
Николаевна**

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



Мастер – класс
на тему:

«Профилактика вредных привычек».

Нетрадиционные формы и
методы работы с
родителями



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...

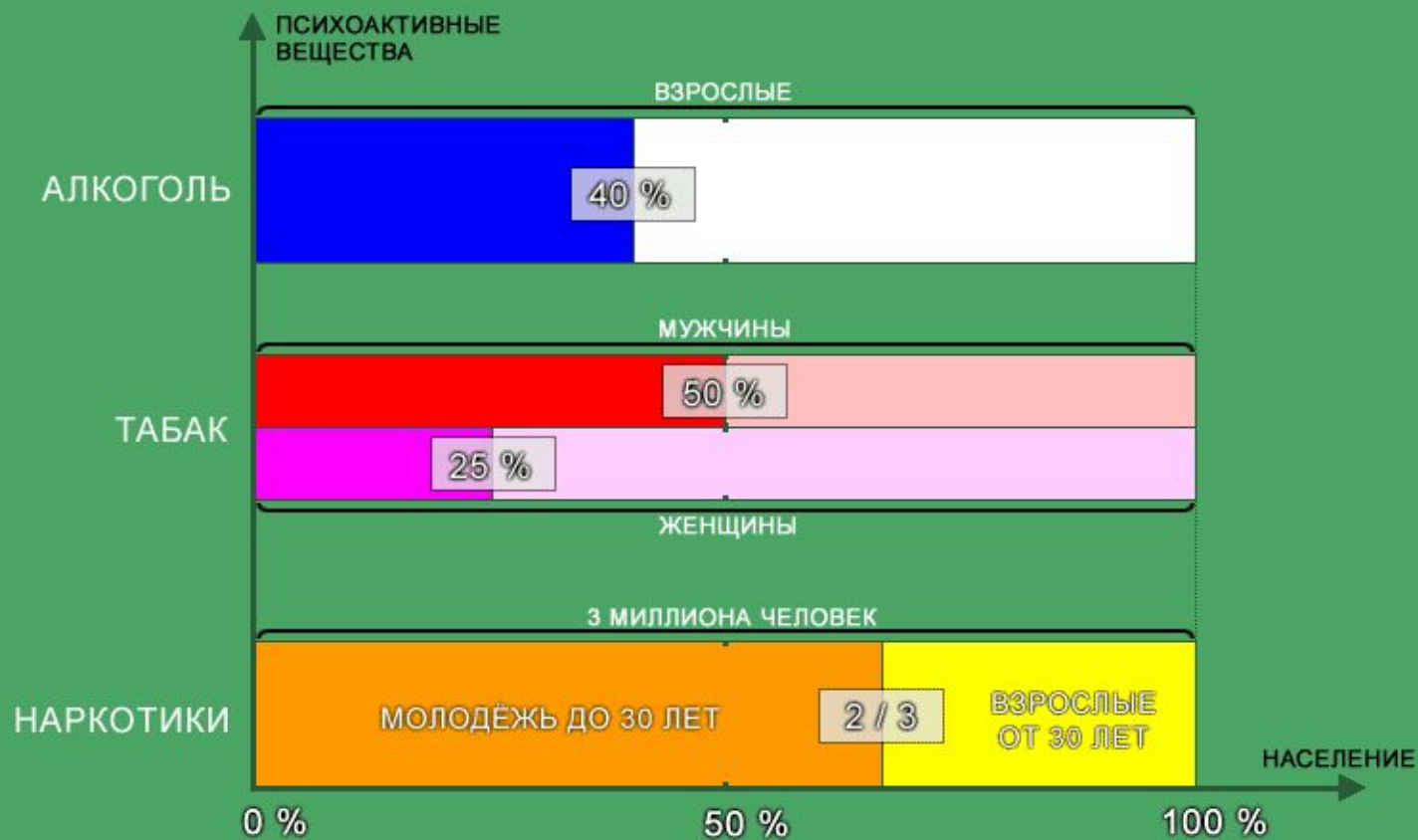


Влияние вредных привычек

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.

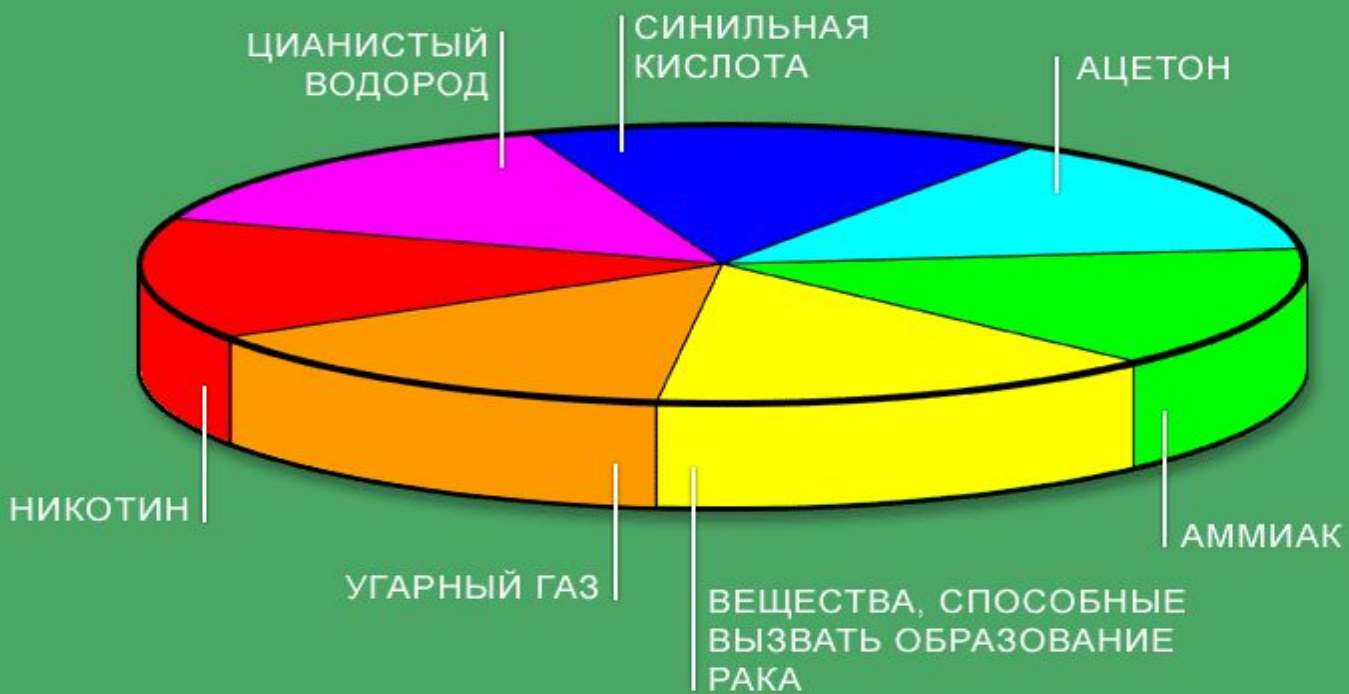


Во-первых, нужно бросить курить, во-вторых, избежать влияния курящего общества и не «заразить» их привычкой, а также – сохранить своё здоровье от продуктов курения, поскольку вещества, входящие в выдыхаемый курильщиками дым, не на много безопаснее того, если бы человек сам курил и принимал в себя никотин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



Курение

СОСТАВ ТАБАЧНОГО ДЫМА





**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.

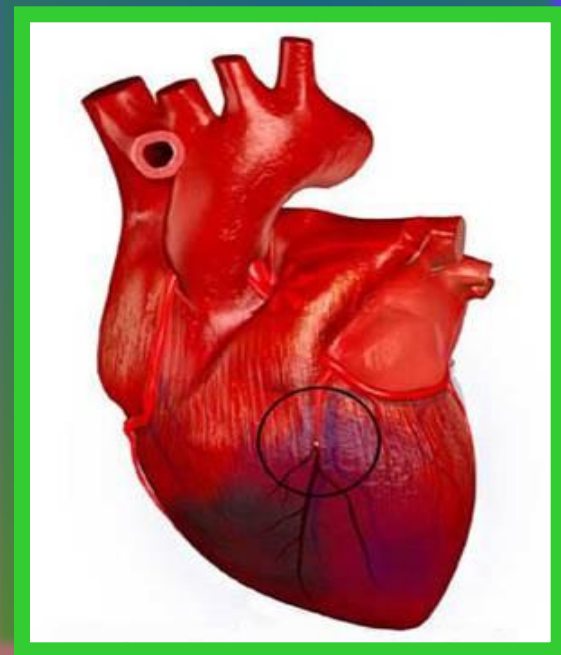


 Курильщики болеют раком лёгких в несколько раз чаще, чем некурящие и составляют 96-100% всех больных раком лёгких.



 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



+



БИОЛОГИЧЕСКОЕ
СТАРЕНИЕ



СОЦИАЛЬНАЯ
ДЕГРАДАЦИЯ ЛИЧНОСТИ

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 надвигающуюся 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 любовь



**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!!!

Pion