

Родительское собрание



Круглый стол: родители и дети

О чём пойдёт разговор на нашей встрече?

Ответить на этот вопрос поможет сказка.

Сказка – ложь,

да в ней намёк,

добрым молодцам урок!

Что такое курение?

- Продолжите предложение:

Курение – это.....

Курение – это не простая вредная привычка,
это НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ.

Никотин - основной компонент табака.

В табачном дыме около 30 вредных веществ:

- аммиак,
- оксид углерода,
- канцерогенные углеводороды,
- радиоактивный элемент полоний 20,
- табачный деготь,
- мышьяк,
- калий и др.

Фильтры не помогают (лишь на 20% задерживают вредные вещества).

Четыре стадии приобщения к курению:

- Узнавание
- Проба
- Привыкание
- Зависимость

Привыкание происходит в раннем детстве, когда ребёнок видит курящих взрослых.



Основные последствия курения:

- Кашель.
- Одышка.
- Болезнь сердца.
- Гастрит.
- Рак легких.
- Инвалидность.
- Морщины.
- Преждевременная смерть.
- Рождение ослабленного потомства.
- Нарушение взаимоотношений между людьми.
- Ухудшаются память, внимание, почерк, глазомер.

Статистика: курение сигарет за один день.

<i>Сигареты</i>	<i>Мужчины</i>	<i>Женщины</i>
• 1 - 9	10 %	20%
• 10 – 19	22 %	18 %
• 20 – 29	17 %	8 %
• 30 и более	10 %	4 %

Болезни, связанные с курением:

- бронхит;
- болезни сердца, инфаркты;
- рак легких и иные раковые заболевания;
- болезни желудка и двенадцатиперстной кишки;
- 85% от всех умерших от рака легких были курящими людьми;
- 25% от всех умерших от инфаркта миокарда были курящими людьми;
- инфаркт в 40 лет ждет прежде всего курящего человека.

Выкуренная сигарета сокращает жизнь!

- 1 сигарета сокращает жизнь на 15 минут;
- 1 пачка сигарет – на 5 лет;
- 1 год курения – 3 месяца жизни;
- 4 года курения – 1 год жизни;
- 20 лет – 5 лет жизни;
- 40 лет – 10 лет жизни

Рекомендации:

Продолжите предложение:

- Для того, чтобы бросить курить

Решили:

- активно вести антиникотиновую пропаганду среди друзей,
- никогда не прикасаться к сигарете,
- вести здоровый образ жизни.



Спасибо за внимание!

До свидания!