


Тема: Факторы отрицательно действующие на здоровье ребенка.

**Выполнила:
Белохвостова Ксения**



The background is a lush green scene with sunbeams radiating from the center. There are several butterflies: a blue one on the left, a pink one on the right, and a brown one in the middle. There are also ladybugs on the leaves. The text is centered and reads:

Анализ теоретических источников – педагогических, психологических, медицинских показывает, что на уровень здоровья населения, в том числе и детей, оказывают воздействие множество факторов.



План:

- 1. Курение. Стадии никотиновой зависимости.*
- 2. Алкоголизм. Статистика.*
- 3. Токсикомания и наркомания. Причины.*



Факторы, отрицательно действующие на здоровье ребенка. Вредные привычки.

Курение.

Табачный дым вызывает головную боль, недомогание, снижение работоспособности, утомление, заболевания верхних дыхательных путей.

Отказ от курения сразу же снижает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний и заболеваний легких.



Табак вреден!

Угарный газ,

образующийся при
горении табака, в
300 раз быстрее
растворяется в
крови курильщика,
чем кислород. Это
приводит к
кислородному
голоданию
организма, от
чего страдает,
прежде всего,
сердце.



Различают три стадии никотиновой зависимости

- 1. Эпизодическое курение не более 5 сигарет в день;*
- 2. Постоянное курение от 5 до 15 Сигарет в день провоцирует слабую физическую зависимость;*
- 3. Постоянное выкуривание от 1 до 1,5 пачек в день, привычка курить натощак, сразу после еды или среди ночи.*

Советы зарубежных специалистов:

- ✓ В течение нескольких недель проанализируйте, когда и почему вам хочется курить, запишите причины;
- ✓ Запишите причины по которым вам бы хотелось бросить курить, настройте себя на серьезное решение;
- ✓ Если пришли к выводу, что надо бросать, делайте это немедленно, не откладывайте до следующего понедельника;
- ✓ Хорошо, если с вами бросят курить ваши близкие друзья и курящие члены семьи;
- ✓ В первые дни недели, когда появится непреодолимое желание закурить, попробуйте взять в рот леденцы, жвачку, погрызть семечки, орехи, отвлечься на другое дело;
- ✓ Посчитайте, как много денег вы сможете сэкономить за неделю, месяц, год и что на эти деньги можно купить;
- ✓ В течении первых четырех недель - самых трудных для привыкания - ешьте, сколько хотите, но пища должна быть здоровой;
- ✓ Настоятельно советуем заняться физкультурой, это не только приятное времяпрепровождение, но и эффективный способ укрепления своего здоровья..

Факторы, отрицательно действующие на здоровье ребенка. Вредные привычки.

Алкоголизм.

Злоупотребление алкоголем всегда оказывает разрушающее действие на организм.

Алкоголь вызывает быстрое привыкание!

Особенно опасно

употребление за рулем!



Классификация людей по хар-ру употребления алкоголя:

- непьющие
- редко пьющие
- слабо пьющие
- умеренно пьющие
- много пьющие

Алкоголизм в России был и остается национальной трагедией!

В царской России сухой закон был введен, когда потребление алкоголя на душу населения составляло 4,5 л в год.

Сегодня на одного человека приходится 14 л алкогольных напитков в год.



Все ли алкоголики имеют наследственную предрасположенность?

Наблюдения показали, что **далеко не все.**

Многие из них сломались, не
выдержав испытаний социальной,
экономической и психологической
среды.



Следует помнить!!!

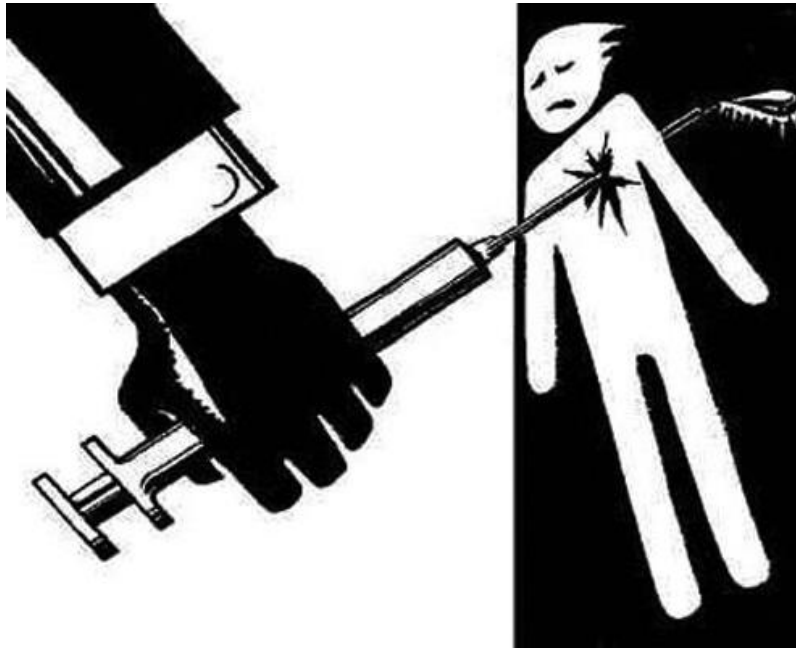
Употребление алкоголя в значительном количестве приводит к серьезным нарушениям в состоянии здоровья. От алкогольной зависимости можно избавиться, но при одном условии - сильное, осознание и неизменное желание самого пьющего.



Факторы, отрицательно действующие на здоровье ребенка. Вредные привычки.

Токсикомания и наркомания.


- Употребление наркотика приводит к развитию психологической и физиологической зависимости.
- Создаются реальные предпосылки для отчуждения от сверстников и друзей.
- Сопровождается воровством, обманом, проституцией и реальными преступлениями.



В чем причина употребления наркотических веществ?

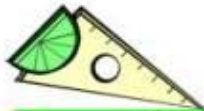
Большое значение в употреблении наркотиков и токсических веществ имеют

- биологические,
- психологические,
- культурные,
- религиозные,
- этические,
- политические,
- экономические,
- социальные факторы



У каждого человека отношение к наркотикам очень индивидуально.

- Абсолютное неприятие наркотиков;
- От случая к случаю;
- Регулярное использование с довольно большими промежутками;
- Невозможность отказаться без соответствующего вмешательства;
- Тоже, но как настоящая потребность и непреодолимая зависимость.



Наследственность и среда.

Формирование любых видов химической зависимости принимают непосредственное участие наследственность и среда, в которой находится ребенок!




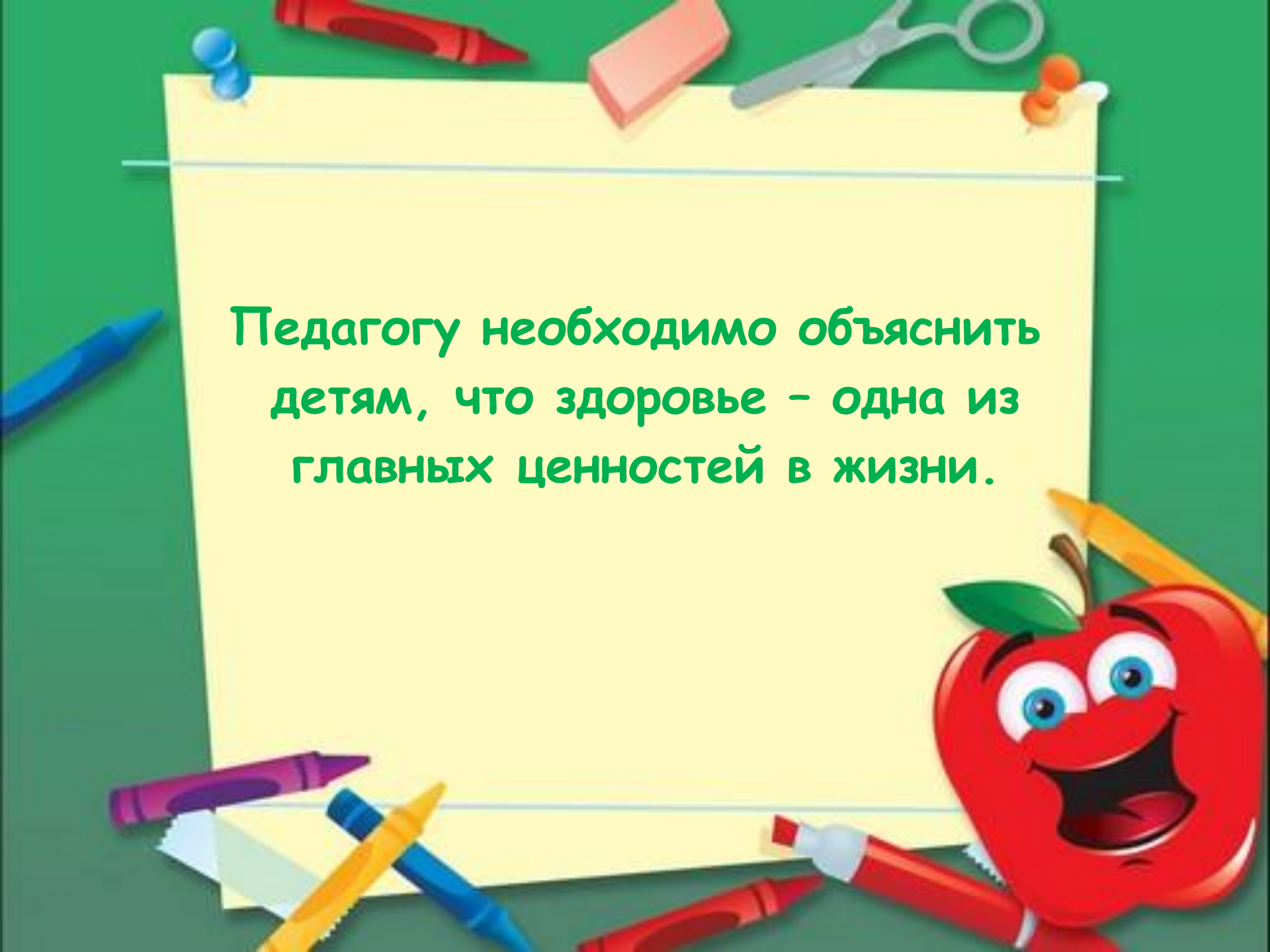


Какой ущерб молодому человеку наносит употребление наркотиков?

Честно говоря, его очень трудно выразить объективно – нет таких единиц измерения.

Но социальная опасность совершенно очевидна.





Педагогу необходимо объяснить
детям, что здоровье – одна из
главных ценностей в жизни.

И в заключении...

Учитывая все те последствия, которые появляются от вредных привычек, можно и даже нужно сделать вывод о том, что необходимо вести здоровый образ жизни!



Список литературы

Основная литература:

1. Соленова Р. И. Организация физического воспитания детей дошкольного возраста в дошкольном образовательном учреждении: Учеб. пособие / Р. И. Соленова, Ю. К. Чернышенко. – Краснодар: КГУФКСиТ, 2012. – 192 с.

Дополнительная литература

1. Здоровье – социальная ценность: Вопросы и ответы / Н.В. Понкратьева, В.Ф. Попов, Ю.В. Шиленко. –М.: Мысль, 1989. – 236 с.
2. Физическое воспитание и здоровье детей и подростков/ Ю. К. Чернышенко, В. И. Осик, Т. А. Банникова и др.; Ред.-сост. Т. А. Банникова, Ю. Н. Синицын. - Краснодар: КГАФК, 2000. – 131 с.

СПТАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!