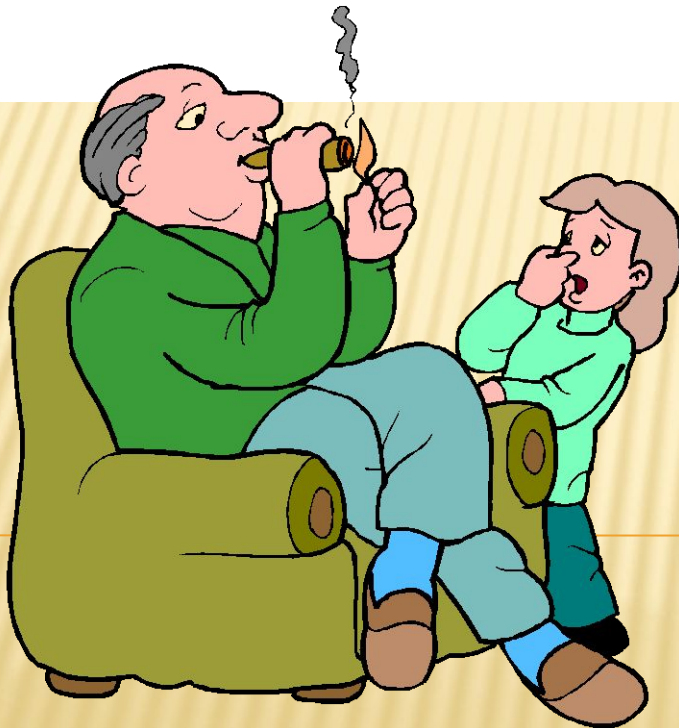




Вред курения для детей.

ПОСОБИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.



**ВЫПОЛНИЛА ВОСПИТАТЕЛЬ ВЫСШЕЙ КАТЕГОРИИ
ХРАМОВА ЛИДИЯ НИКОЛАЕВНА**

Если человек курит , то он отравляет не только себя , но и окружающих его людей. Даже в дыму содержится до 20 ядовитых веществ, в том числе и никотин, который является сильнейшим ядом. Никотин пяти папирос убивает кролика , а из 100 – лошадь. Практически каждый третий современный подросток уже знаком с сигаретой и большинство из них курят постоянно. В силу юного возраста и присущего легкомыслия, школьники редко задумываются о последствиях, несмотря на угрожающие рисунки картинки: курение убивает, «украшающие» каждую сигаретную пачку.



Курящий человек живет на 20 лет
меньше некурящего.



Практически каждый третий современный подросток уже знаком с сигаретой и большинство из них курят постоянно.

В силу юного возраста и присущего легкомыслия, школьники редко задумываются о последствиях, несмотря на угрожающие рисунки картинки: курение убивает, «украшающие» каждую сигаретную пачку.

Почему эти предупреждения не имеют ожидаемого должного эффекта? Все дело в психологии. Подростковый возраст славится своим беспощадным максимализмом. Взяв в руки пачку с сигаретами, юный человек уже не может отступить назад – в этом возрасте «бегство» грозит насмешками сверстников.



Основные причины курения школьников :

1. Сигарета как «запретный плод». О чем мечтает каждый подросток? Чтобы быстрее стать самостоятельным и уважаемым человеком. Сигарета в представлении школьника – атрибут взрослой самодостаточной жизни.

Если подросток постоянно сталкивается с пропагандой о вреде курения, сигаретная пачка становится особенно желанным дополнением к «взрослости, самостоятельности и крутости».

2. Авторитет. Курящий как взрослый школьник поневоле приобретает авторитет среди своих приятелей. Подросток как бы перешагивает некую черту, которая для многих сверстников становится еще недоступной (дети боятся недовольства и ругани родителей).

3. Влияние культуры. На школьников (из-за неуравновешенной, еще молодой психической системы) легко можно повлиять. Подростки, пытаясь подражать героям любимых фильмов (а практически все герои боевиков просто обожают красиво затягиваться в кадре), берутся за сигаретную пачку. К счастью, снимая новые фильмы, современные режиссеры избегают кадров с откровенной демонстрацией процесса курения.



4. Влияние семьи. По наблюдениям детских психологов, истоки раннего школьного курения часто уходят в семью. Если дома кто-то из родителей входит в число курильщиков – высока вероятность того, что ребенок и сам раньше времени попробует подыграть. Это доказанная закономерность. Первоначально увлечение сигаретами подростков носит кратковременный и эпизодический характер. Пагубное влияние никотина пока незаметно для детского организма, но зависимость в этом возрасте формируется очень быстро. Самостоятельно оценить всю необратимость ситуации в юном периоде развития еще невозможно.



Последствия курения :

1.Ухудшение памяти. Дети, знакомые с курением, не могут запомнить даже элементарную школьную программу – страдающий организм не в состоянии усвоить большой объем информации.

2.Падает зрение. Курение негативно сказывается на функциональности зрительного аппарата. По статистике, люди, начавшие курить в юном возрасте, чаще страдают от развития глаукомы и повышения внутриглазного давления.

3.Слабеет физическое развитие. Курильщики славятся тщедушным телосложением и слабыми мышцами. Мускулистых красавцев, к сожалению, из курящих людей сделать не удастся.

4.Страдает нервная система. У подростков-курильщиков особенно заметно быстрое появление утомляемости и раздражительности. У них падает способность логически мыслить.

5.Проблемы с щитовидкой. Никотин запускает разрушительные процессы в щитовидной железе, чем провоцирует проблемы с сердцем. У таких людей отмечаются приступы агрессивности, плохой сон. Происходит глобальное нарушение обмена веществ.

6.Появление угревой сыпи. На состояние кожного покрова также влияет никотин. Канцерогенные смолы и токсические вещества провоцируют развитие угрей. У подростков-курильщиков угри «красуются» на всей поверхности кожи лица и с ними очень трудно справиться.

Какие же картинки рекомендуют использовать детские психолог?

Разрушение внутренних органов.

Сравнение легких курильщика и здорового человека.

Изображения детей, страдающих от курения родителей.

Очень важно начать пропаганду здорового образа жизни и вреда курения еще с малых лет ребенка. Поначалу в игровой и развлекательной форме, постепенно формируя у маленького человека стойкое отвращение к сигаретам.

Родителям и воспитателям/педагогам необходимо приложить максимум усилий и объяснить им это до того момента, когда подростку протянут первую сигарету и не позовут «курнуть за углом».





Смысл в Курении?



Хотя многие курят
Отравляя себя и близких людей

Я НЕ КУРЮ!!!

Будь умнее!

И Вам не советую

В ваших силах сделать курение "не модным"

Жизнь и так коротка...



Если Ты не куришь, вставь эту картинку к себе на сайт :)



Я не курю!
и это мне нравится.