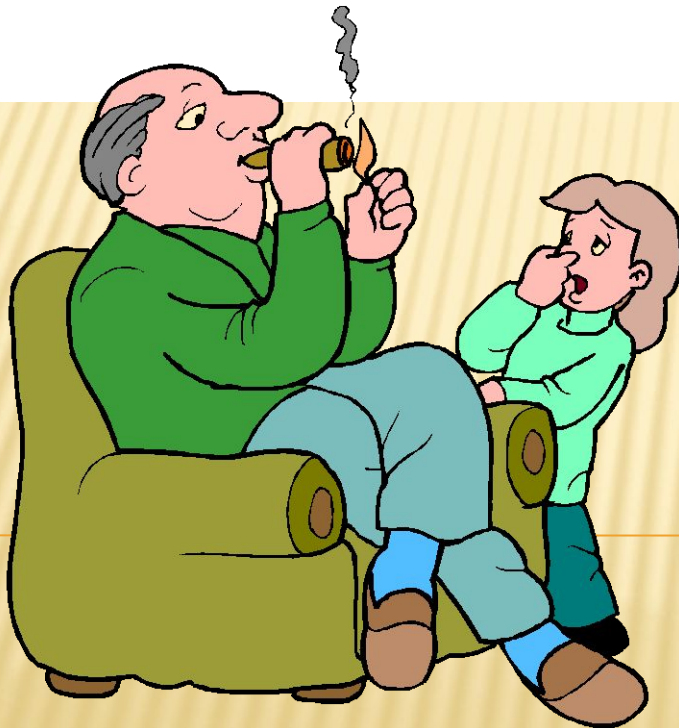


МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №99 » КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА  
Г . САРАНСКА, МОРДОВИЯ.



# *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 подыгнать. 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.**