

*«Знаешь сам – поведай детям, Ты за них пока в ответе...»*

**«ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ  
ПОДРОСТКОВ  
И ИХ ПРОФИЛАКТИКА»**



- **Цель:** повышение уровня педагогических знаний по вопросам профилактики вредных привычек.

### **Задачи:**

- обсудить причины появления вредных привычек;
- раскрыть механизм привыкания;
- дать рекомендации для работы с подростками по проблеме;
- привлечь родителей к профилактической работе по предупреждению вредных привычек.

- *Вредные привычки* - это сложившиеся способы деструктивного (саморазрушающего) поведения, осуществление которого в определённых ситуациях приобретает характер потребности



# Подростковый возраст



Перестройка организма

Психогормональные процессы

Становление личности

Неопределённость социального положения

# Вредные привычки

**Курение**

**Алкоголь**

**Наркотики**



Разрушается здоровье

Деградирует личность

Снижаются умственные способности

Ухудшается работоспособность



# Наркотические вещества

Никотин

Этиловый спирт

Опиум

Гашиш

Героин



# «Курение»



**НИКОТИН**



**Смертельная доза – 1 г на 1 кг массы тела.**



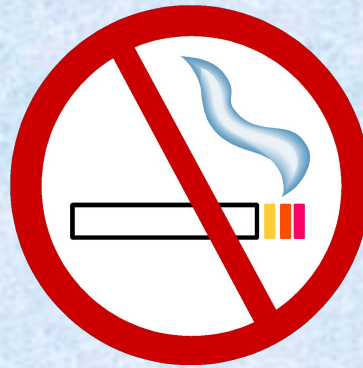


## Воздействие табака на организм

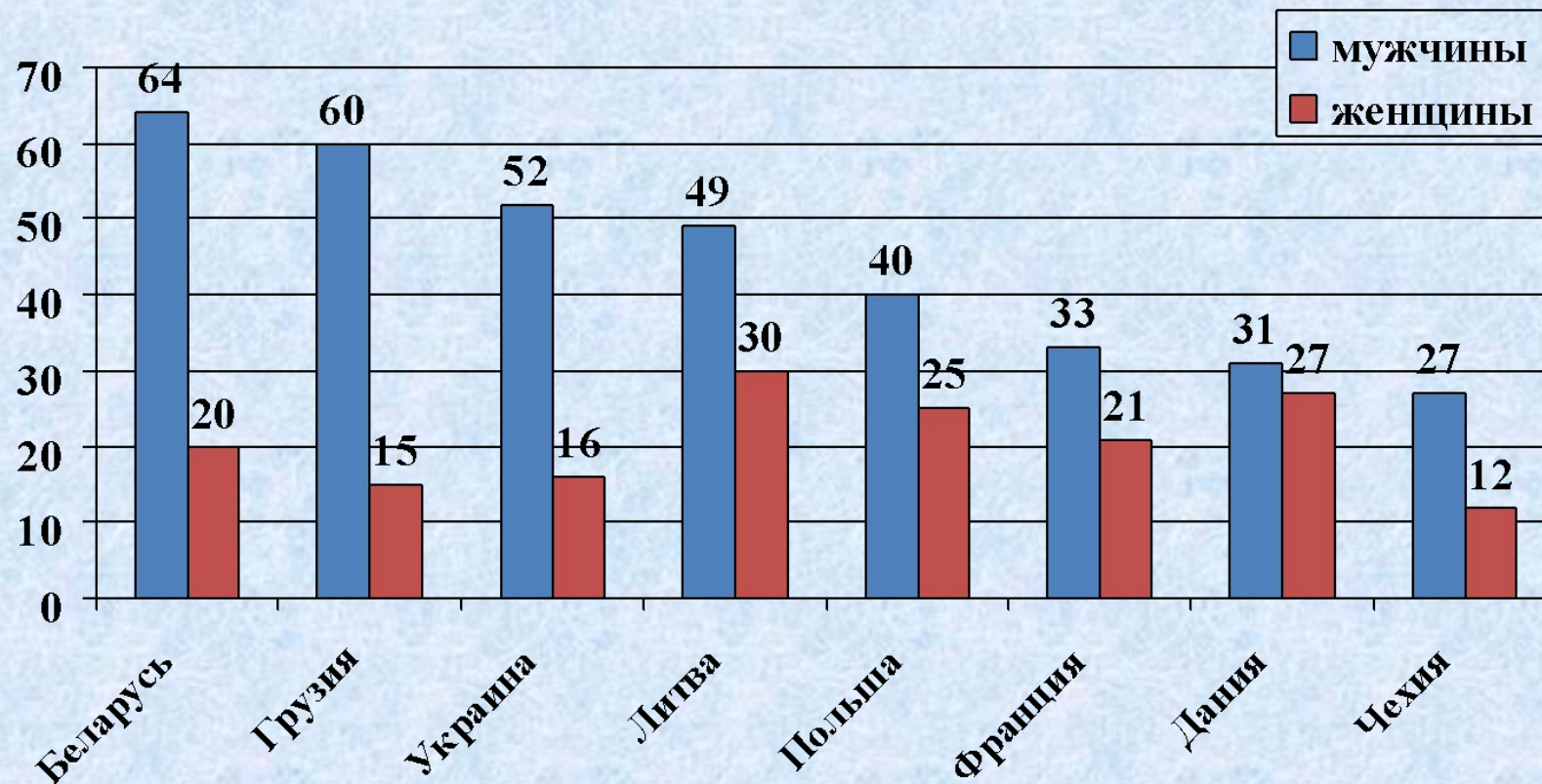
- Инсульты
- Повышается риск сердечного приступа
- Рак губ, полости рта, гортани.
- Рак легких
- Язва и рак желудка, поджелудочной железы
- Рак печени
- Бесплодие







## Курящие ежедневно мужчины и женщины (в процентах)



# У подростков нарушаются

работоспособность зрение слух обоняние

*Он пыхтит, как паровоз,*

*хоть ещё и не подросток.*

*Его уже внимание*

*запоминание.*

*Скоро дважды два забудет,*

*если пыл свой не остудит.*



# Пассивное курение

**Вдыхают 50 % дыма**



**за 1 час**



# АЛКОГОЛЬ

*Парень рано начинает  
С «змием» дружбу заводить.  
Нет, не всё он понимает,  
Учитель в работе водит.*



# Подросток и алкоголь

- Нарушая работу мозга, алкоголь делает подростка неуправляемым, а его поведение - непредсказуемым.
- нередко заболевания желудочно-кишечного тракта, нервной системы.
- появляются грубость, бестактность, неуживчивость, неуважение к окружающим, пренебрежение общепринятыми нормами поведения и морали.
- изменение психических процессов у подростков под влиянием алкоголя.



# Последствия употребления алкоголя :

Учащенное дыхание.

Усиление слюноотделения.

Усиление желудочного сока.

Расширение сосудов кожи.

Нарушение терморегуляции.



рение заболеваний почек.  
бострение мочевыводящих путей.  
ижение сопротивляемости  
к инфекционным заболеваниям.  
адает нервная система и головной мозг.



# Наркотики «белая смерть»

Если наркомания была вначале распространена в больших городах, то в настоящее время это стало проблемой и для сельской местности. К тому же она гораздо помолодела: 10-12-летние дети пополняют ряды наркоманов (а средний возраст - 25 лет).



Опий

Героин

Морфин

## Высокая степень зависимости



*Я курю, я в дыме таю,  
В «рай» волшебный улетаю.  
Зря ты, парень, так шалишь,  
В ад крошечный ты летишь.*



# Влияние наркотиков на организм подростков

Наркомания ведет к крайнему истощению организма, значительной потере массы тела и упадку физических сил. Отравление организма становится причиной поражения внутренних органов, особенно печени и почек. Самая распространенная болезнь среди наркоманов – гепатит и СПИД. Эти болезни передаются через кровь, а наркоманы, которые употребляют наркотики внутривенно, постоянно колются одним шприцом.



# Угнетение центральной нервной системы

Кокаин    Крек    Кофеин    Никотин    Амфетамины  
                  ЛСД            Мескалин



**В России - 34 тысяч человек гибнет ежегодно.  
Наркотическая зависимость – 3 - 7 дней приёма.  
3 - 5 лет – срок жизни наркоманов.**

Силобицин    1 г = 10 г героина.

- *Что, скажи, с тобою, детка?*
- *Да поссорилась я с «предком».*
  - *С нами лучше оттянись,  
Плюнь на всё и уколись.*
  - *Нет, не буду, - им скажу,*
  - *Я здоровьем дорожу!*



# Выводы

Специфические дефекты воспитания

Обычаи и традиции социальной среды

Недостатки в воспитательной работе

Достаточно снисходительное отношение в обществе  
к употреблению алкогольных напитков и курению

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

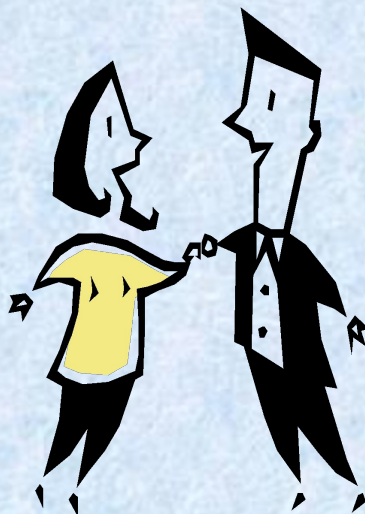


Информация  
о зависимости

Не замалчивайте тему  
курения, алкоголя и  
наркотиков

Говорите обо всём

Высказывание своей  
точки зрения



Интересуйтесь  
друзьями своего  
ребёнка

Не оскорбляйте чувства подростка  
постоянной подозрительностью

Согласовать позицию  
обоих родителей

Родительский пример

# Последствия вредных привычек

1. Заражение вирусным гепатитом и ВИЧ-инфекцией.
2. Истощение организма, нервной системы и психики.
3. Личность деградирует.
4. Разрушение отношений с родителями, родными, друзьями.
5. Совершение преступлений.
6. Рождение неполноценных детей.
7. Преждевременная смерть.



*Самое главное – это ваше  
воспитание, поддержка и любовь!*

*Ваш ребёнок, состоявшийся как  
нравственная и успешная личность  
- самая высокая мера оценки вашего  
жизненного пути!*



**Почаще смотрите на своих  
детей, когда они спят.**

**Смотрите...**

**Отдыхайте  
душой...**

**Думайте...**

