

Презентация для родителей.

Тема: **"Вредные привычки
и их влияние
на организм подростка."**

*Работу выполнила
учитель начальных классов
МОУ «Дзержинская СОШ»
Каширского района
Воронежской области*

Дударева Елена Николаевна



«Вредные привычки и их влияние на организм подростка»

Трудно себе представить то благотворное изменение, которое произошло бы во всей жизни людской, если бы люди перестали одурманивать и отравлять себя водкой, вином, табаком и опиумом.

Л.Н. Толстой



"С людьми живи в мире,
а с пороками сражайся".



Знаете ли Вы,
ГДЕ,
С КЕМ,
ЧТО
делает Ваш сын
или Ваша дочь
сегодня вечером
?



Что делать родителям, если они узнали, что ребёнок пробовал курить или пробовал алкоголь, наркотики?

Самое главное – поговорите с ребёнком «по душам», попытайтесь понять. Почему он решил закурить, попробовать алкоголь или наркотики.

Правила беседы.

- 1. Повернитесь к ребёнку лицом. Глаза взрослого и ребёнка должны быть на одном уровне.**
- 2. Соблюдайте при разговоре минимальную дистанцию – сядьте рядом на диване. Отодвиньте стулья, приобнимите ребёнка.**
- 3. В беседе важно держать паузу. После каждой вашей реплики дайте ребёнку возможность обратиться с мыслями, понять свои переживания.**
- 4. Не позволяйте ребёнку отмалчиваться или отшучиваться.**
- 5. Сохраняйте спокойствие, дайте ему возможность высказаться.**

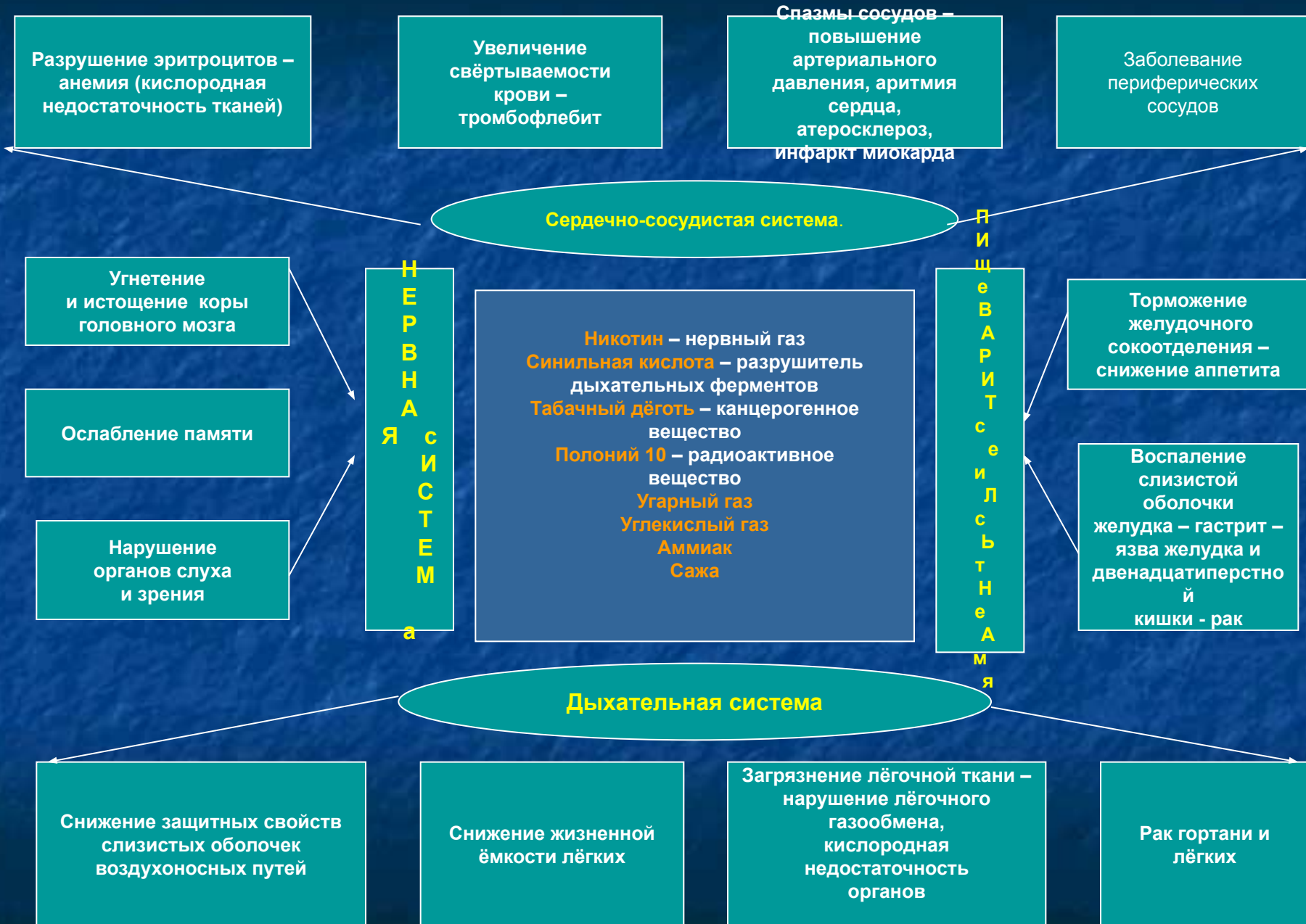
Курение



- Выкуривая 1 пачку сигарет, курильщик забивает свои легкие в год 1 литром никотиновой смолы.
- Каждая сигарета укорачивает жизнь на 8 минут.
- За последние 5 лет бросили курить 30 миллионов человек.
- Сейчас в Америке считается курить "немодным".
- Ежегодно в России умирает около миллиона человек от болезней, вызванных курением.
- Курение не только сокращает жизнь, но и снижает ее качество.
- Никотин вызывает большое количество заболеваний, таких как инсульт, инфаркт миокарда, болезни крови и артерий ног, поражает органы чувств, пищеварения и дыхания, поражает нервную систему.
- 31 мая во всем мире отмечают как День без табака.



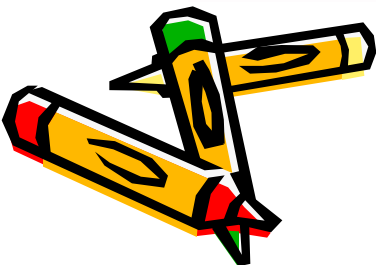
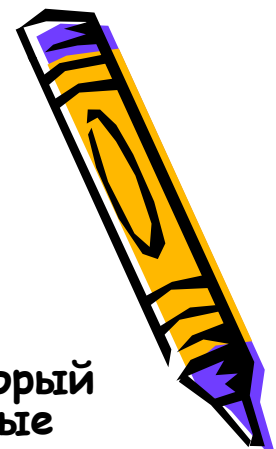
Влияние курения на организм человека



АЛКОГОЛИЗМ



Алкоголь - это внутриклеточный яд, который разрушает жизненно важные органы человека - печень, сердце, мозг. 100 граммов водки убивают 7,5 тысяч клеток головного мозга. 30% всех преступлений совершаются в состоянии опьянения. Пьяница в семье - это горе, особенно детям. Дети алкоголиков в 4 раза чаще других людей заболевают алкоголизмом и наркоманией. Алкоголь особенно вреден для растущего организма и "взрослые" дозы для детей могут стать смертельными или привести к инвалидности при поражении головного мозга.



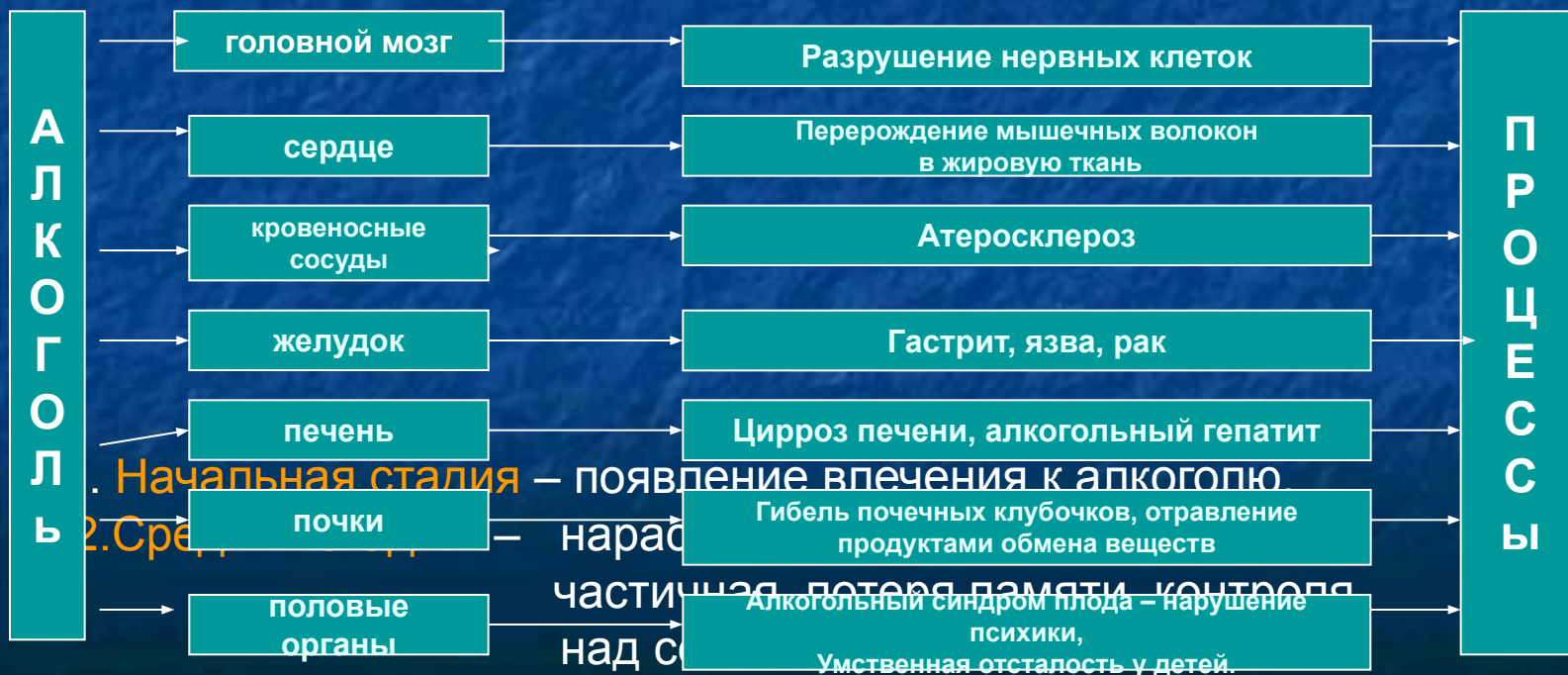
Влияние алкоголя на организм человека

Алкоголизм – заболевание, обусловленное пристрастием человека к употреблению алкоголя.

1. **Начальная стадия** – появление влечения к алкоголю.

2. **Средняя стадия** – нарастающее влечение к алкоголю, частичная потеря памяти, контроля над собой.

3. **Последняя стадия** – психическая и физическая зависимость от алкоголя, необратимые изменения организма, деградация личности.



Наркомания



Наркотики – это химические вещества растительного и химического происхождения. Их употребление вызывает наркотическое опьянение, а люди называются наркоманами. Назначение наркотиков – в медицинских целях для снижения болевых ощущений при операциях или тяжелых болезнях. К наркотикам привыкают очень быстро, а зависимость вылечить очень трудно. Наркотики изменяют сознание, вызывая галлюцинации, бред, иллюзии. Применение наркотиков вызывает химическую зависимость организма, а это часто смертельное заболевание.



Токсикомания



Токсикомания – это пристрастие к химическим веществам, то есть вдыхание паров бензина, аэрозолей, ацетона, клея, толуола. Токсикоманы добиваются опьянения, вдыхая эти пары или газы, при этом разрушая легкие, желудок, сердце, мозг. Токсикомания развивается очень быстро, вырастая из кратковременной привычки употреблять вещества, изменяющие сознание и относится к виду тяжелых заболеваний, лечение которых очень сложно.





ТОКСИКОМАНИЯ



Наркотики

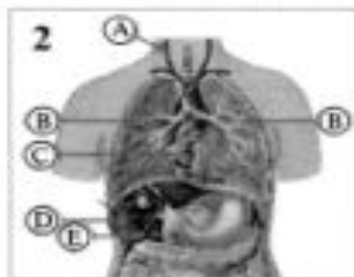
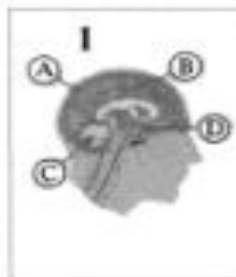
КЛЕЙ, БЕНЗИН, ГАЗ ДЛЯ ЗАЖИГАЛОК, КРАСКИ, РАСТВОРИТЕЛИ, БЫТОВЫЕ АЭРОЗОЛИ

Действие на человека: небольшое возбуждение, иногда сопровождающееся галлюцинациями и головокружением, рассеивается внимание.

Механизм: растворяются в жировой оболочке, защищающей нейроны, и нарушают их нормальное функционирование.

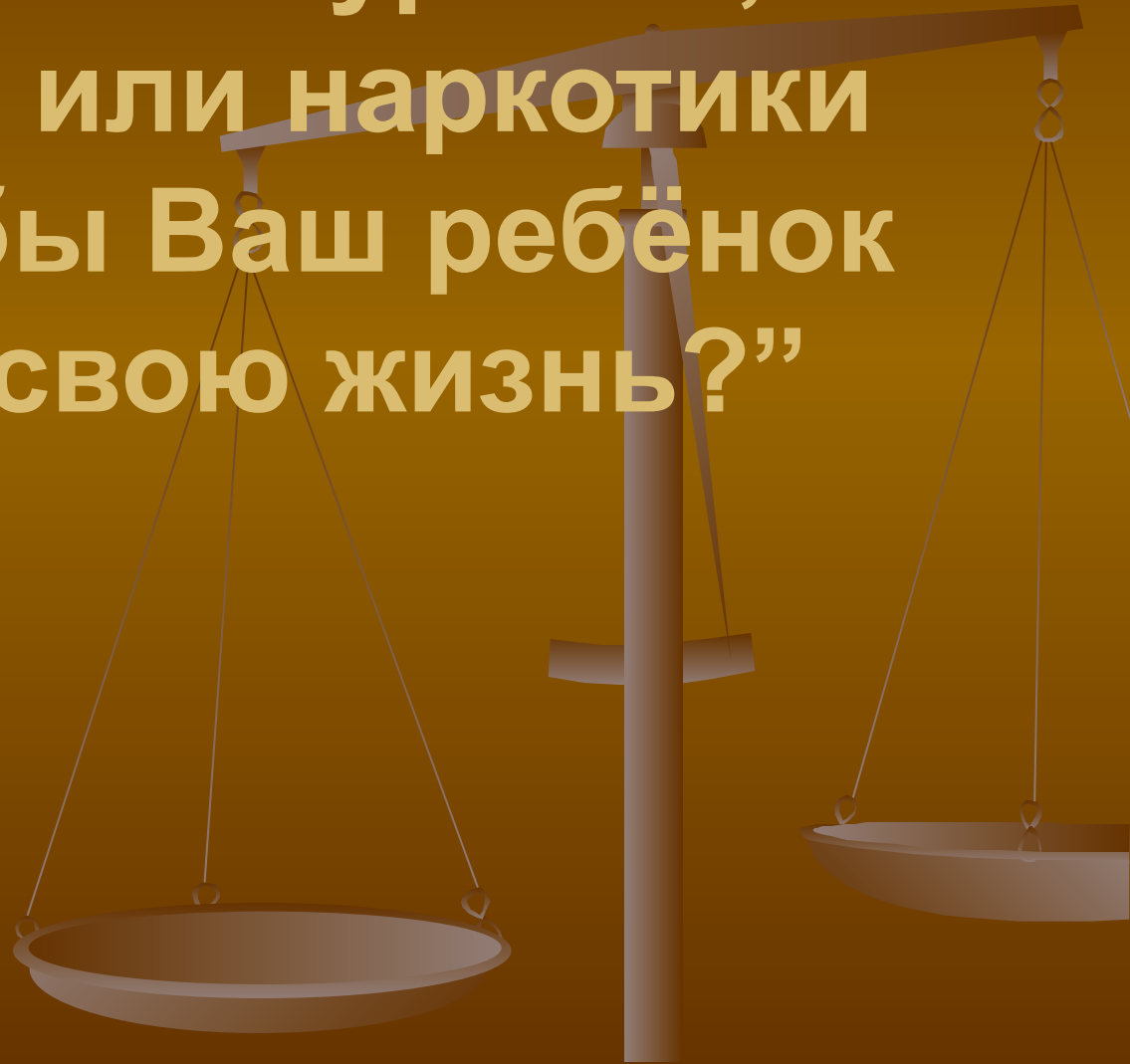
Разрушающий эффект:

- 1. МОЗГ:** А – убивают нейроны; В – ухудшают память; С – вызывают неконтролируемый тремор; D – нарушают зрение.
- 2. ТЕЛО:** А – понижают транспортную способность крови; В – повреждают легкие; С – нарушают работу сердца; D – разрушают печень; E – образование почечных камней.
- 3. МЫШЦЫ и КОСТИ:** А – истощение мускулов; В – возможна лейкемия.



(Кружками показаны места, в которые направляется разрушающее действие токсических веществ.)

**“А стоит ли курение,
пьянство или наркотики
того, чтобы Ваш ребёнок
сломал свою жизнь?”**





«Что делать родителям, чтобы помочь ребёнку не попасть в беду»

- Чаще завтракайте, обедайте, ужинайте всей семьёй.
- Организовывайте семейные поездки, которых дети ждали бы с нетерпением.
- Поощряйте детей к выражению своих чувств (злость, грусть, радость и др.) и не заставляйте их скрывать.
- Больше доверяйте своим детям.
- Не заставляйте детей чувствовать, что их ошибки неисправимы.
- Никогда не угрожайте детям: «Если ты когда-нибудь попробуешь алкоголь и наркотики, то я не буду тебя любить и откажусь от тебя!»
- Чаще давайте возможность детям принимать самостоятельные решения.
- Внимательно слушайте то, что говорят ваши дети.
- Никогда не наказывайте детей в присутствии других и чаще хвалите их, чтобы укрепить хорошее поведение.



«Давайте личным примером покажем
детям, что здоровье – это бесценный дар,
который, к сожалению, можно легко
потерять.»



● ***Желаем всем крепкого
здоровья !***

