

Проект

"Вред курения"

“Колумб Америку открыл!
Великий был моряк!
Но заодно он научил
Весь мир курить табак.
От трубки мира у костра
раскуренной с вождем
Привычка вредная пошла
в масштабе мировом...”

К сожалению, в современном мире подростка привлекает все больше соблазнов, таких как наркотики, алкоголь и курение. Справится с ними без помощи самих же подростков и их старших товарищей просто невозможно. Наибольшее распространение получила вредная привычка курения. Возраст курящих подростков и употребляющих алкоголь молодеет, поэтому необходимо систематически распространять антитабачную информацию среди учеников младшего, среднего и старшего звена.

Сегодня курение подростков является серьезной социальной проблемой: не секрет, что учащиеся тайком курят на переменах; возле разных учебных учреждений открыто толпами стоят и курят девушки и юноши, что подает отрицательный пример для подражания подростков; во многих семьях курят родители. Проблема курения в современном обществе стоит очень остро, и от нее страдают не только сами курильщики, но и некурящие люди. Для первых проблема состоит в том, чтобы бросить курить, для вторых – сохранить свое здоровье и не заразиться вредной привычкой, а также защититься от так называемого пассивного курения, поскольку вещества, входящие во выдыхаемый курильщиками дым, не намного безопаснее того, если бы человек сам курил и принимал в себя никотин и многое другое, что входит в зажжённую сигарету. По данным многочисленных социальных опросов с каждым годом увеличивается количество курящих школьников, все чаще в их ряды попадают дети младшего подросткового возраста.

- Курение приводит к снижению устойчивости к инфекционным заболеваниям, к ранней потере трудоспособности, а также к болезни, вызванной никотином, отнимают у курильщиков 7% рабочего времени. По данным Всемирной организации здравоохранения 90% всех

заболеваний раком легких, 75% всех случаев хронических нефритов а также 25% сердечно-сосудистых заболеваний приходится на курильщиков. 40 % заядлых курильщиков умирают прежде, чем достигают 65-ти лет.

- Из 12 человек, умерших от рака легких, 11 были курильщиками.
- У человека, выкуривающего 20 сигарет в день, жизнь сокращается в среднем на 5 лет. На 8 лет – у тех, кто выкуривает 40 в день.
- У курильщика в 6 раз возрастает риск смерти от острых респираторных заболеваний, эмфиземы и хронического бронхита.
- Среди курящих смерть от сердечного приступа происходит в 3 раза чаще. А для тех, кто выкуривает больше одной пачки в день, риск увеличивается в 5 раз.
- Дети, рожденные от курящих родителей, чаще болеют пневмонией и бронхитом в первый год жизни. В дальнейшем чаще обращаются к врачу, чаще попадают в больницы и дольше там пребывают, чем дети некурящих родителей.
- За один час нахождения в накуренной комнате человек получает столько канцерогенов (вещества, вызывающие рак), сколько от выкуривания 15 сигарет с фильтром.
- Каждый год сотни людей умирают от болезней, связанных с курением.

Эту смерть можно было бы предотвратить, если бы курившие знали, как бороться с никотиновой зависимостью. Именно поэтому я считаю, что необходимо поднимать эту проблему как можно чаще.

Надо знакомить подростков с действием табака на организм человека, формировать у них негативное отношение к курению как общественному явлению. Мое отношение к табакокурению только отрицательное. Я считаю, что курение и подросток – это несовместимо. Школьные годы – это годы как физического, так и умственного развития. Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками. А во время курения уменьшается содержание кислорода в крови, и это очень тяжело переносит головной мозг. Постепенно слабеет память, внимание, снижается реакция, что отрицательно влияет на успеваемость школьника. Происходит гормональная и психическая перестройка организма. Именно сейчас, когда школьник приобретает знания, когда происходит социальное становление личности, он постепенно формирует свое будущее.

Мои методы работы с подростками просты и понятны, совместно с ребятами я буду проводить беседы в неформальной обстановке, антитабачную викторину, антиникотиновые акции, конкурсы рисунков и эмблемы некурящего класса, спортивное мероприятие, развлекательно-познавательные игры, направленные на антиникотиновую пропаганду и семейный вечер. Все это приведет подростков к осознанию проблемы вреда курения.

Реализация проекта будет осуществляться на базе МБУДО «ЦДТ»
Важным пунктом в работе является привлечение как можно больше ребят к совместному проведению мероприятий по реализации проекта.
В этом проекте рассматривается не просто вопрос о вредной привычке подростка и влияние на его здоровье, а поднимается глобальная проблема – здоровье будущего поколения.

Цель проекта:

- Сформировать в сознании обучающихся негативное отношение к курению, научить их сказать: **“Нет вредным привычкам!!!”**.
- Дать обучающимся представление о последствиях курения для своего организма, общества и семьи.

Задачи проекта:

- Провести анкетирование среди воспитанников т/о с целью: выявления отношения к проблеме табакокурения, наличия пагубной привычки в семьях детей, возможности первичной пробы курения.
- Разработать мероприятия по антиникотиновой пропаганде;
- Предоставить воспитанникам (в разных формах) как можно больше информации о негативном влиянии курения на организм подростка.

Кадровое обеспечение:

- педагог – психолог , зам. директора,
- педагоги дополнительного образования.

Механизм реализации проекта:

Содержание проекта реализуется через проведение:

- а) бесед;
- б) развлекательно-познавательных игр;
- в) антиникотиновой акции;
- г) конкурса рисунков, направленных на антиникотиновую пропаганду;
- к) родительский лекторий.

План реализации проекта

| № п/п | Мероприятия | сроки | ответственные |
|-------|--|---------|---|
| 1. | Тестирование воспитанников по изучению отношения к проблеме табакокурения. | октябрь | Дайзиева А.А. |
| 2. | Конкурс рисунков “Курить не только себе вредить” | октябрь | Дайзиева А.А. пдо т/о |
| 3. | Акция “Сигарета на конфету!” | октябрь | Дайзиева А.А. пдо т/о, воспитанники ЦДТ |
| 4. | Открытое занятие “Бой с врагами организма” для воспитанников т/о ЦДТ | ноябрь | Соц педагог Гулен Д.Б. пдо Тумалаева А.З. |
| 5. | Лекция для родителей “Профилактика вредных привычек у подростков” | ноябрь | Педагог – психолог Дайзиева А.А. |
| 6. | Беседа с воспитанниками “Женское курение”. | ноябрь | Соц педагог Гулен Д.Б. |
| 7. | Разработка рекомендаций для родителей и памятки для детей | ноябрь | Педагог – психолог Дайзиева А.А. |
| 8. | Повторный опрос воспитанников и родителей по отношению к проблеме табакокурения. | ноябрь | |

Ожидаемые результаты:

- Повышение уровня знаний учащихся различных возрастов и их родителей о смысле здорового образа жизни и способах его воплощения.
- Повышение интереса учащихся младших классов к насыщенной, интересной, разнообразной жизни, в которой нет места курению.
- Получение конкретных знаний учащимися о причинах курения и способах отказа от него.

Оценка результатов проекта проводится после его завершения методом социологического опроса воспитанников т/о и родителей, принимавших участие в Проекте.