

ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ ПОДРОСТКОВ И ИХ ПРОФИЛАКТИКА

*Автор: Нуриахметова Лилия Раузиловна
МБОУ «СОШ №2 им.А.И.Исаевой»
г.Нефтеюганск*



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

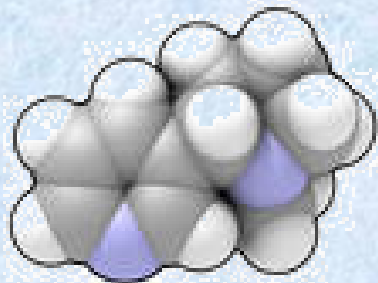
Опиум

Гашиш

Героин



«Курение»



НИКОТИН



Смертельная доза – 1 г на 1 кг массы тела.



Курение отрицательно влияет:



На нервную систему

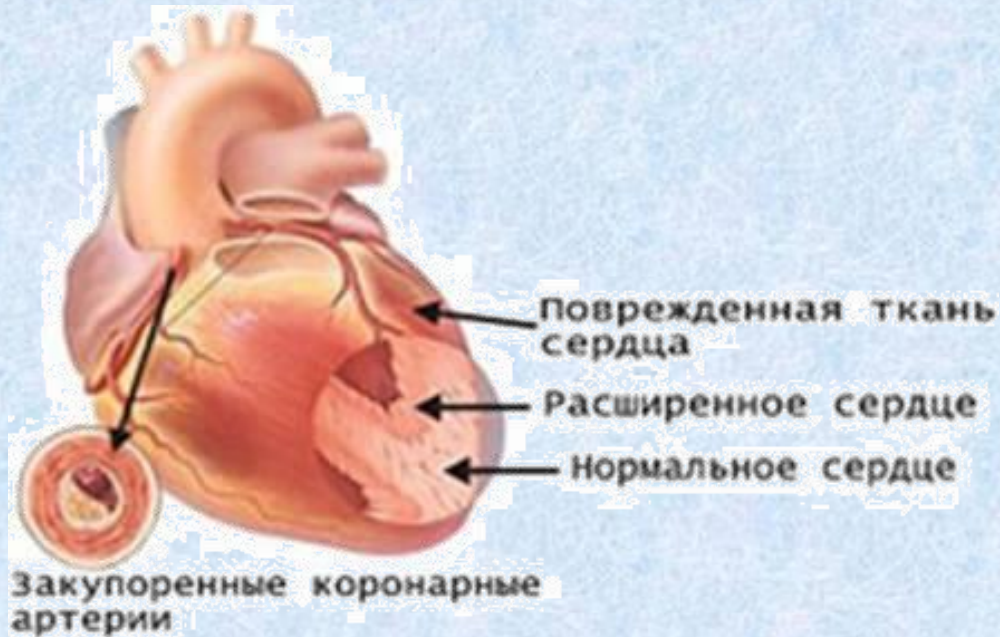
Дыхательный центр



Мозговое вещество надпочечников

Артериальное давление

Привратник желудка



Ритм сердечных сокращений



Нарушаются

работоспособность зрение слух обоняние



*Он пыхтит, как паровоз,
Хоть ещё и не подрост.
Не то уже внимание
И запоминание.
Скоро дважды два забудет,
Если пыл свой не остудит.*

Пассивное курение

Вдыхают 50 % дыма



за 1 час





*Как закурена квартира!
Во все щели лезет дым.
Видно, скоро мы «закурим»,
Хоть того и не хотим.*

*Ах, какой он «взрослый»,
Ростом с папиросу
Если будет так дымить,
Ему взрослым и не быть!*



*Вот дымят они вдвоём
И не думают о том,
Что их будущие дети
Вдруг родятся с сигаретой?*



АЛКОГОЛЬ

Винный спирт получен в 9 веке – арабами.

В 11 веке – итальянцами.

В 16 веке – завезли в Россию.



**Содержание алкоголя в пиве
достигает в некоторых сортах 14%**

**Бутылка светлого пива –
это 50 грамм водки.**

**Четыре бутылки за день –
это 200 грамм водки.**



Энергетические коктейли

К спиртному добавляется кофеин в размере четырех чашек крепкого кофе на банку.

Крайне опасно для здоровья смешивать энергетические напитки с алкоголем:

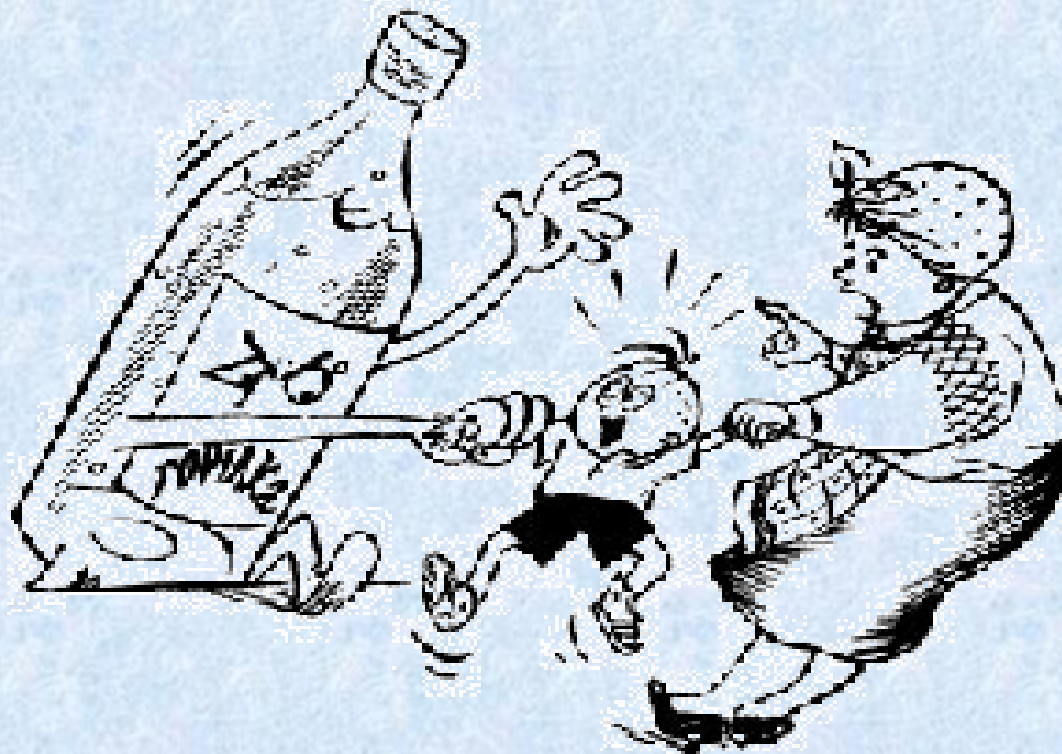
наступает гипертонический криз

нарушается ритм сердца

могут отказаться почки



*Парень рано начинает
С «змием» дружбу заводить.
Нет, не всё он понимает,
Хочет в рабство угодить.*



Вред здоровью

Желудок



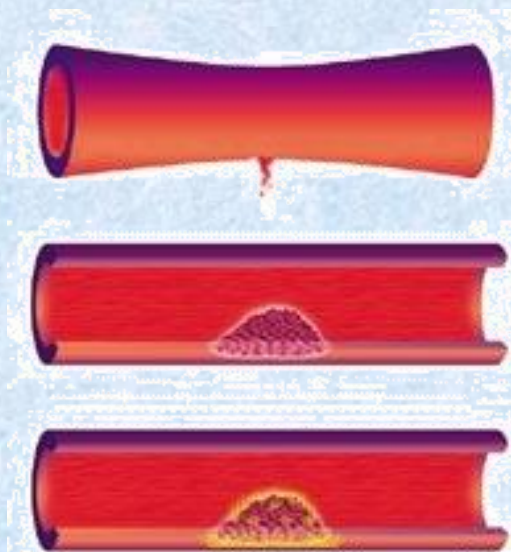
Здоровая
печень



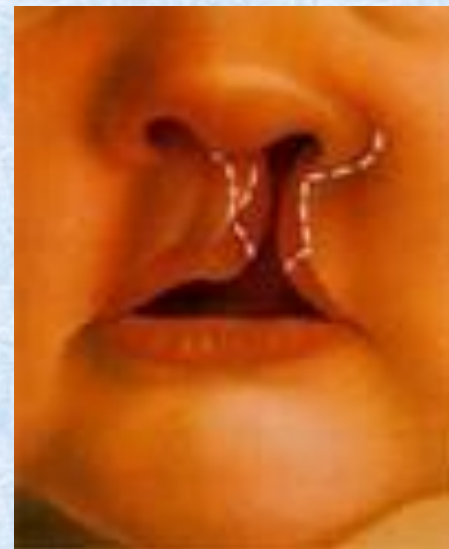
Печень
пораженная
циррозом

Печень

Сердце



Сосуды



Учащённое дыхание.

Усиление слюноотделения.

Усиление желудочного сока.

Расширение сосудов кожи.

Нарушение терморегуляции.



Обострение заболеваний почек.

Обострение мочевыводящих путей.

Снижение сопротивляемости

к инфекционным заболеваниям.

Страдает нервная система и головной мозг.

Стадии опьянения

Легкая (0,05 -0,07 % алкоголя)



Средняя (1,2 % алкоголя)



Тяжёлая (2,5 -3 % алкоголя)





**7-12 г чистого алкоголя на 1 кг веса -
смертельная доза!**



Почему?



А почему бы и нет?

Была «крутая тусовка»

Было ску-у-у-у-чно...

Случайно, за компанию.

Мне так интереснее жить.

Я, как все.

Все пьют, и я пью.



Дело было вечером, делать было нечего.



Не отрываться же мне от компании.

Наркотики



Героин



Белый мак

Опий

Героин

Морфий

Высокая степень зависимости



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

- *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 дорожусь!*



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

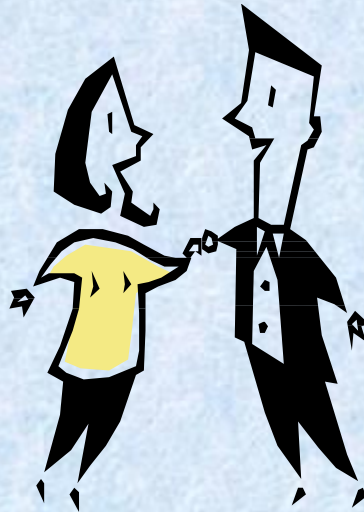
Нравственная незрелость подростков



Родительский пример
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

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!*