

МОЙ ВЫБОР

О

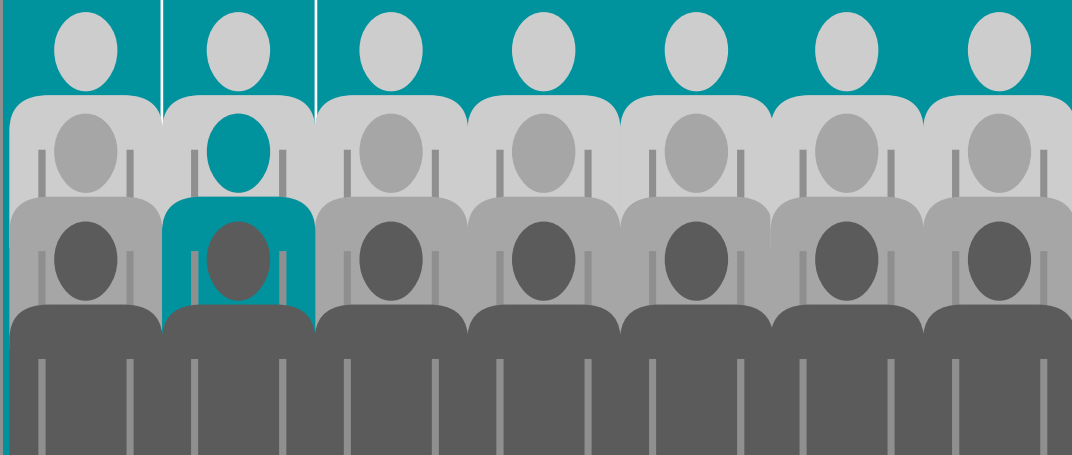
ТВЕТСТВЕННЫЕ

Р

ОДИТЕЛИ

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ
ПРОВЕДЕНИЯ РОДИТЕЛЬСКИХ СОБРАНИЙ ПО
ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕТСКОГО ТАБАКОКУРЕНИЯ

1-11 КЛАССЫ





ТВЕТСТВЕННЫЕ



РОДИТЕЛИ

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ
ПРОВЕДЕНИЯ РОДИТЕЛЬСКИХ СОБРАНИЙ ПО
ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕТСКОГО ТАБАКОКУРЕНИЯ**

1-11 КЛАССЫ

Под редакцией Е.В.Будилиной

Москва
Всероссийская образовательная программа "Мой выбор"
2007 г.

Ответственные родители / учебно-методическое пособие для учителей средней школы /
Издание первое. - М. : Всероссийская образовательная программа "Мой выбор", 2007- 176 с., ил.

ОБЩАЯ РЕДАКЦИЯ: Будилина Елена Вениаминовна

АВТОРЫ СОБРАНИЙ:

Баулина Нина Анатольевна	8 класс
Будилина Елена Вениаминовна	11, 8 классы
Ефремова Татьяна Ивановна	4 класс
Ионова Вера Юрьевна	5 класс
Казмина Надежда Георгиевна	1 класс
Ларченкова Раиса Александровна	7 класс
Паросова Лилия Владимировна	5 класс
Павлова Елена Андреевна	1 класс
Петрович Владимир Глебович, канд. истор. наук	9 класс
Приказчикова Ольга Александровна	2 класс
Мостяева Людмила Васильевна, канд. истор. наук . . .	10 класс
Шумилова Татьяна Павловна	6 класс
Якимович Ирина Геннадьевна	3 класс

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

Леванова Елена Александровна, доктор педагогических наук, профессор, декан вечернего и заочного отделения факультета педагогики и психологии Московского педагогического государственного университета.

Скворцова Елена Сергеевна, доктор медицинских наук, профессор, руководитель Московского областного Центра медицинской профилактики МОКЦВМиР.

Зайцева Лидия Александровна, кандидат медицинских наук, врач по гигиеническому воспитанию МОКЦВМиР.

Пособие содержит разработки родительских собраний по профилактике детского табакокурения (для родителей учащихся 1-11 классов).

Цель пособия: создание системы работы с родителями по проблеме детского курения на основе программы "Мой выбор" и оказание помощи педагогам и родителям в разрешении проблем, связанных с детским курением.

Собрания разработаны с использованием активных и интерактивных технологий.

ISBN 978-5-9901083-1-8

© Центр образовательных и социальных Программ "Мой выбор". Москва. 2007г.

© Будилина и коллектив авторов. 2007г.

Над этой книгой трудился большой авторский коллектив, в состав которого вошли научные работники, методисты, педагоги. Нам была оказана помощь со стороны людей, которые откликнулись на нашу просьбу. Благодаря пониманию ими современных социальных проблем, их профессионализму, отзывчивости нам удалось создать эту книгу.

Огромное спасибо за ваш труд и участие!

ВЫРАЖАЕМ БЛАГОДАРНОСТЬ:

- Р.В. Непопаловой,** руководителю западного управления Министерства образования и науки Самарской области.
- И.А. Николаевой,** главному специалисту отдела развития образования западного управления Министерства образования и науки Самарской области.
- О.В. Пановой,** заместителю директора по УВР,
Е.А. Мочалкиной, психологу ОУ для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи, Центр диагностики и консультирования г.Сызрани.
- С.В. Зиновьевой,** социальному педагогу Центра социально-трудовой адаптации и профориентации г.Сызрани.
- Специалистам** ОУ ДО Дворец творчества детей и молодежи г.Сызрани.
- А.Н. Кузибецкому,** заведующему кафедрой управления образованием ВГИПКРО г.Волгограда.
- Д.Н. Супрун,** региональному координатору ВОП "Мой выбор" Волгоградской области.
- Н.С. Коваленко,** руководителю Центра гражданского образования Брянской области.
- Р.А.Ларченковой,** заместителю директора МОУ СОШ №2 г.Дорогобужа Смоленской области.
- О.А. Ходаковой,** руководителю клуба "Мой выбор" г.Дорогобужа Смоленской области.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1.	Введение	5
2.	Методическая копилка.	7
3.	Рекомендации по учету психологических особенностей школьников	10
	Родительские собрания	
4.	1 класс "Дети учатся тому, что видят у себя в доме".	19
5.	2 класс "Здоровье в вредные привычке".	32
6.	3 класс "Пассивное курение - это опасно?".	43
7.	4 класс "Профилактика детского табакокурения".	54
8.	5 класс "Почему подростки курят".	66
9.	6 класс "Формирование привычки табакокурения у детей".	85
10.	7 класс "Ты можешь помочь своему ребенку".	101
11.	8 класс "Шаг от сигареты к наркотикам".	112
12.	9 класс "Последствия необратимы".	131
13.	10 класс "Законодательство о запрете курения".	145
14.	11 класс "Имидж, стиль жизни... сигарета".	161
15.	Литература.	174

ВВЕДЕНИЕ

Уважаемые педагоги, классные руководители, администраторы образовательных учреждений, представители родительских комитетов, - это пособие обращено к вам.

Весь процесс от возникновения идеи создания программы "Ответственные родители" до написания родительских собраний был проникнут единой целью - помочь учителям, родителям справиться с проблемой детского курения, разобраться в причинах, по которым сигарета оказалась в руках ребенка.

У наших детей в современном, быстро меняющемся обществе много проблем. Одна из них - это сигарета в руках ребенка и, как следствие, - никотинозависимость. А любая зависимость - это несвобода. Мы хотим видеть своих детей свободными, здоровыми, сильными, разумными, способными состояться и стать успешными.

Программа "Ответственные родители" разработана Центром образовательных и социальных программ "Мой выбор".

Образовательная программа "Мой выбор", работающая во многих регионах России, способствует формированию у учащихся умения анализировать социальную действительность, навыков сводного самостоятельного выбора и готовности нести личную ответственность за принятое решение. Основой программы является интерактивный урок с использованием разнообразных методик: мозгового штурма, дискуссии, ролевой игры. На занятиях педагог выступает в роли ведущего, координатора, эксперта.

Данный подход мы рекомендуем использовать при проведении родительских собраний по профилактике детского табакокурения, широко применяя интерактивные технологии, приемы анализа, сравнения, поиска.

Мы предлагаем вам пособие "Ответственные родители" - систему родительских собраний по профилактике детского курения с 1 по 11 классы, что предполагает их последовательное проведение в процессе обучения детей в школе. Но возможно, вы воспользуетесь предложенными материалами на свое усмотрение в связи с ситуативно сложившимися обстоятельствами в школе, в семье.

Мы будем рады, если это пособие поможет вам вместе с родителями добиться реальных результатов, чтобы наши дети росли здоровыми и свободными.

Пособие подготовлено для классных руководителей, психологов, социальных педагогов, преподавателей ОБЖ - для всех педагогов общеобразовательных учреждений, работающих с родителями.

ОСОБЕННОСТИ ПОСОБИЯ

- Пособие "Ответственные родители" представляет собой цикл родительских собраний по профилактике детского табакокурения для родителей учащихся 1-11 классов. Такой подход дает возможность создания системной комплексной работы с родителями по проблеме детского табакокурения на протяжении всех лет обучения ребенка в школе. Задача сохранения здоровья школьников является сегодня приоритетной и для родителей, и для педагогов, поэтому предлагаемая нами форма сотрудничества школы и семьи будет интересна, полезна, эффективна.

Введение

- Все собрания имеют единую структуру, которая включает обязательные компоненты: мотивацию, работу с понятиями, обсуждение основной проблемы, подведение итогов, рефлексию, "шпаргалку для родителей". Все этапы собраний выстроены в логической взаимосвязи, и каждый из них решает свои определенные задачи по раскрытию темы собрания, детальному осмыслению понятий и практической направленности.
- Собрания разработаны на основе технологий Всероссийской образовательной программы "Мой выбор" с широким использованием активных и интерактивных методик. Слово "интерактив" пришло к нам из английского языка от слова "interact". "Inter" - это "взаимный", "act" - "действовать". Интерактивный - означает способность взаимодействовать или находиться в режиме беседы, диалога с кем-либо, с чем-либо. Мы предлагаем, на первый взгляд, необычную форму для работы с родителями. Но, как показывает опыт, интерактивная деятельность ведет к взаимопониманию, взаимодействию, к совместному решению общих, но значимых для каждого участника проблем.
- Материалы пособия "Ответственные родители" распределяются по принципу спирали. Педагог имеет возможность ежегодно с 1 по 11 класс проводить родительские собрания по проблеме детского табакокурения. На каждом новом "витке спирали" темы меняются, усложняется материал и методические приемы. Материалы собраний, тематика, уровень сложности и формы работы обусловлены физиологическими и психологическими особенностями детей по мере их взросления. Такой подход будет интересен родителям, и знания, полученные в ходе собраний, помогут им понять своих детей, скорректировать свое поведение и ответить на многие вопросы.
- Материалы пособия можно адаптировать в соответствии с родительским контингентом. Разработки собраний позволяют педагогам в рамках одной темы вариативно использовать материалы с учетом подготовленности родителей. На усмотрение педагога можно делать отбор материала или упрощать, заменять задания, используя различные методические приемы.
- В пособии подобран большой материал по проблеме подросткового курения, затронуты многие аспекты и представлены интересные подходы в решении этой проблемы. Обращаясь к этому пособию, педагог имеет широкие возможности использования материалов для работы со школьниками отдельно и родителями с детьми вместе. Также пособие может быть полезным для проведения уроков ОБЖ, биологии, обществознания; материалы пособия можно использовать для проведения волонтерских занятий.
- Одной из задач пособия является оказание консультативной практической помощи родителям. С этой целью мы предлагаем в книге много заданий, советов, рекомендаций, которые помогут родителям ответить на проблемные вопросы. В каждом родительском собрании есть раздел "Шпаргалка для родителей". Мы рекомендуем материалы "Шпаргалки" использовать как раздаточный материал. Очень важным считаем, чтобы родители ушли с собрания "не с пустыми руками".

МЕТОДИЧЕСКАЯ КОПИЛКА

Работа в группах.

При распределении родителей по группам можно использовать разные способы.

- Учитель может попросить родителей рассчитаться на 2, 3, 4, 5, В зависимости от количества рабочих групп. После этого группы формируются в соответствии с выбранной цифрой.
- Родители выбирают карточки с цифрами, листочки разного цвета, фигурки и т.п., а затем по подобию выбранных карточек формируют группы.
- Педагог заранее разрезает на несколько частей (по числу необходимых групп) открытки, фотографии, рисунки. Каждый родитель получает одну часть от целого и должен найти тех, кто имеет другие недостающие части, чтобы составить картинку. Составившие картинку формируются в группу.
- Родители получают карточки, на которых написаны отдельные фразы из какой-нибудь поговорки, известного стихотворения или высказывания. Родители собирают карточки вместе, так, чтобы получилось полное высказывание, стихотворение, поговорка. Составившие одно целое предложение формируются в группу.
- Педагог, зная родителей класса, их особенности, возможности, может сформировать группы
 - по преобладающему цвету в одежде;
 - по времени рождения: зима, весна, лето, осень;
 - по профессии родителей;
 - по гендерному принципу.

Работа с понятиями

Работа с понятиями является структурной составляющей всех родительских собраний. Как правило, на это обращается внимание в начале каждого собрания, а по его завершению учитель вновь возвращается к ключевым терминам.

Существуют разнообразные подходы в работе с понятиями.

- Сформулировать определение понятия на основе уже ранее имеющихся знаний и представлений о данном термине.
- Подобрать ассоциации к основному понятию, что поможет глубже раскрыть его суть.
- Сравнить различные определения одного и того же понятия, выделяя характеристики, которые наиболее точно дают представление о данном термине.
- Из ряда предложенных слов и словосочетаний выбрать подходящие по смыслу слова и вставить на месте пропусков в определении.
- Из ряда предложенных терминов выбрать то, которое подходит для данного определения.
- Из предложенных (вразброс) слов и словосочетаний составить определение понятия.

- Из нескольких определений выбрать то, которое раскрывает данное понятие.
- Если понятие достаточно сложное для понимания или имеет несколько значений, можно организовать беседу по вопросам.
- Установить смысловую связь между понятиями, используя анализ схем.
- Разгадать кроссворд, составленный из основных понятий собрания.

Мозговой штурм

Мозговой штурм - это прием, при котором участники высказывают свои мнения, суждения по заданной теме или проблеме. В мозговом штурме принимают участие все присутствующие. Цель мозгового штурма: за короткий промежуток времени получить большое количество разнообразных вариантов ответов на поставленный вопрос. Участники руководствуются следующими правилами:

1. Как можно больше идей.
2. Нет критике.
3. Принимаются все идеи.

Ролевая игра

Ролевая игра является разновидностью театральной постановки по определенному сюжету, где каждый участник выступает в роли и актера, и зрителя. В ходе игры моделируются различные ситуации, в которых участники проигрывают разные роли. Тем самым возникает понимание мотивации поступков и поведения "героев", а значит, появляется возможность либо предупреждения проблем, либо бесконфликтного разрешения проблем разного рода.

Ролевая игра - это творческий процесс, поэтому при ее проведении важны толерантность и доброжелательность участников. Важно избежать доминирования отдельных участников в группе или отдельных групп в игре. Роли должны быть распределены в соответствии с интересами и способностями участников. Надо внимательно следить за правом меньшинства на выражение своего мнения, не допускать давления окружающих на одного человека.

В ходе ролевой игры возможны импровизация и спонтанность поведения, уместно выражать чувства и эмоции в соответствии со своей ролью.

Дискуссия

Дискуссией называют обсуждение какого-либо спорного вопроса. Эта методика увеличивает включенность участников в реализацию групповых решений путем возложения и принятия ответственности; повышает эффективность и заинтересованность путем предоставления им возможности проявить компетентность и удовлетворить свои потребности в признании и уважении.

Предлагаем правила ведения дискуссии и критерии оценки.

Правила ведения дискуссии.

1. Выбрать ведущего дискуссии, ответственного за время и правила ее проведения.
2. Не допускать выпадов против личности.
3. Высказываться четко, кратко и по теме обсуждения.
4. Дать высказаться всем желающим, уважительно относиться к любой точке зрения.
5. Внимательно слушать друг друга, не говорить одновременно.
6. Постараться проанализировать разные точки зрения.
7. Не допускать излишнюю эмоциональность.
8. Не повторяться, продвигать дискуссию дальше через выдвижение новых идей, сообщение новой информации.

Критерии оценки участия в дискуссии.

1. Точность аргументов и контраргументов.
2. Четкость и логичность выражения мыслей.
3. Умение выделить главное.
4. Отделение фактов от субъективных мнений.
5. Видение сути проблемы. И т.д.

Синквейн

Синквейн - это методический прием, используемый для развития творческого мышления учащихся, а в данном случае и родителей. Синквейн это стихотворение, состоящее из пяти строк, в котором автор выражает свое отношение к исследуемой проблеме.

Алгоритм составления синквейна.

1 строка

Одно существительное - ключевое слово, определяющее содержание синквейна.

2 строка

Два прилагательных, характеризующих ключевое слово.

3 строка

Три глагола, раскрывающих действие понятия.

4 строка

Фраза на тему - короткое предложение, где отражается авторское отношение к понятию.

5 строка

Одно слово, в котором автор выражает свои чувства и ассоциации, связанные с понятием.

Вот один из примеров синквейна.

Табак.

Горький, опасный.

Попробовал, втянулся, пропал.

Сигарета упала к ногам, сердце остановилось.

Финал.

Ранжирование - метод распределения в соответствии с личными предпочтениями или степенью важности.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕТУ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ОСОБЕННОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ РАЗНОГО ВОЗРАСТА

Работа с родителями учащихся должна осуществляться, как в плане помощи им в отказе от табакокурения (на информационном уровне), подчеркивании важности этого шага для здоровья и последующего благополучия их ребенка, так и в плане инструктирования их о методах родительской педагогики, позволяющей снизить риск приобщения их ребенка к этой вредной привычке или отказ от нее, пока она не приобрела формы психологической зависимости.

Есть такое выражение: "Мы родом из детства". Наши хорошие и плохие привычки тоже родом "из детства", и то, каких будет больше, во многом зависит от семьи. Семья вполне способна сформировать у ребенка устойчивость к любому соблазну. Но, увы, она же может спровоцировать возникновение пагубного пристрастия.

Для того чтобы понимать мотивы поведения и поступков детей, понимать причины, побуждающие ребенка курить, родителям необходимо знать его возрастные психологические особенности.

Возрастные особенности младших школьников 1-4 классы

Работа с младшими школьниками по предупреждению табакокурения имеет свою специфику, определяемую, с одной стороны, организацией обучения в начальной школе (один учитель, сравнительно небольшая нагрузка, возможность осуществлять воспитание учащихся в тесной связи с обучением и т.п.), а с другой - психологическими особенностями младших школьников. В связи с этим следует учитывать следующие факторы, определяющие особенности профилактической работы с учащимися начальных классов.

1. Учитель - непререкаемый авторитет для младших школьников. Поэтому не только отдельные его высказывания, но и стиль поведения, отношение к тому или иному предмету оказывают воздействие на учащихся. Негативное мнение учителя о курении, особенно среди подростков и молодежи, должно многократно повторяться, иллюстрироваться житейскими примерами, наблюдениями, обосновываться ссылкой на авторитетные для ребенка мнения.

2. Младшие школьники обычно воспринимают мир в полярных категориях - "хорошо-плохо", "правильно-неправильно", "плохой человек-хороший человек" и т.п.

Поэтому все, связанное с вредными привычками, в том числе табакокурение, употребление алкоголя, наркотиков, должно в сознании ребенка облачатся в "одежды темного цвета", противопоставляться всему светлому, доброму, приятному, полезному.

3. Образность мышления ребенка позволяет ему увидеть то, что говорит учитель, взрослый, более ярко, фантастично, сказочно.

Стимуляция представлений ребенка - важный элемент его воспитания и развития. Рассказывая младшему школьнику о чем-то, учителю, родителю надо периодически делать паузы, давать ученику возможность самому представить тот или иной образ.

Это же касается и работы с образами, связанными с тематикой табакокурения. Учитель,

прошедший соответствующую подготовку, может использовать приемы педагогической суггестии, например, в таком словесном варианте: "Закройте на минутку глаза! Сосредоточьтесь и представьте себе человека, который уже много лет курит. Кожа его становится темно-серого цвета, на ней постепенно появляется все больше морщин, она становится дряблой и шероховатой.. Изо рта такого человека исходит неприятный запах. На вид курящему человеку больше лет, чем на самом деле. Его походка, как у старика, - шаркающая, медлительная. Его внутренние органы поражены дымом и ядами, содержащимися в табаке".

4. Склонность ребенка к игре обуславливает необходимость максимально активного использования игровых форм и методов работы, касающихся профилактики табакокурения.

5. Большая, чем у старшекласников, связь младших школьников с родителями определяет возможности использования этого пути для формирования негативного отношения к курению.

6. У учащихся младших классов почти отсутствует ощущение определенной "разорванности" картины мира, к которому приводит свойственная основной и старшей школе предметная разобщенность. Поэтому учителю, родителям предоставляется больше возможностей связать курение, как и другие вредные привычки, со всем, что воспринимается ребенком в негативном контексте.

Общими чертами младших школьников являются: восприимчивость, внушаемость, податливость, большая подражаемость, любознательность, которые в неблагоприятных условиях могут составить основу положительного субъективного восприятия табакокурения, или даже способствовать формированию установки на "престижность" потребления табака с уже осознанным намерением ощутить то, что ощущают взрослые, и тем самым как бы уравнивать себя с недоступным ранее взрослым.

Неуспешная учебная деятельность, конфликтные отношения с учителем и низкий статус в классе приводит к депривации потребности в признании, что вызывает к жизни неадаптивные защитные механизмы. При пассивном типе поведения появляются замкнутость, лень, апатия, уход в фантазии. При активном поведении защита может оборачиваться агрессией, компенсируя школьную неуспешность в других сферах, в том числе в асоциальной деятельности.

К концу обучения в начальной школе в классе могут образовываться группы детей (чаще мальчиков), которые утверждают себя через некоторое противостояние требованиям и мнению учителя. В этом возрасте детей уже начинает интересовать все, что связано с табакокурением, наркотиками. Это выступает как запретный и неизвестный мир и, как все незнакомое и запретное, вызывает особое любопытство.

Немаловажным фактором приобщения к табакокурению может стать и то обстоятельство, что младшему школьному возрасту присущ так называемый этап естественного аутодеструктивного (саморазрушающего) поведения, когда все то, что связано с риском, кажется особенно привлекательным. Главным образом это касается мальчиков. Ребенок с удовольствием демонстрирует "чудеса храбрости": не думая о последствиях, перебегает дорогу прямо перед мчащейся машиной, забирается на крышу, совершает множество других "подвигов". В том случае, если у ребенка недостаточно сформированы функции самоконтроля, стремление к риску может провоцировать отклоняющееся поведение, в том числе и приобщение к табакокурению.

Курение как привычка встречается в младшем школьном возрасте в единичных случаях. При этом необходимо различать два вида раннего курения: "игру", основанную на любопытстве, подражании взрослым, случайном нерегулярном экспериментировании, и курение, связанное с педагогической запущенностью ребенка и его вовлеченностью в компанию старших курящих подростков. Таким образом, если первый вид курения - прямой объект профилактической работы, то второй, помимо этого, должен дополняться психологической и педагогической коррекцией поведения ребенка в рамках учебно-воспитательных программ.

Предупреждение табакокурения у детей младшего школьного возраста, основанное на разъяснении его вредных последствий для организма, затруднено отсутствием у детей базисных знаний из области анатомии и физиологии человека, поэтому у них складывается абстрактное, лично незначимое отношение к курению. Это обуславливает определенные требования к ранней профилактике курения. Например, чтобы сообщить детям о вредном воздействии табачного дыма на дыхательную систему человека, необходимо в образной и доступной форме объяснить, как функционирует эта система и почему ее нужно беречь, и не стремиться раньше времени предлагать учащимся информацию, которую они будут подробно изучать в последующих классах.

Важна правильная расстановка акцентов при подаче материала о вреде табакокурения. *Основным направлением работы по предупреждению табакокурения должно стать обоснование необходимости сохранения и поддержания здоровья в любом возрасте, условием чего является отказ от вредных привычек.*

Такая постановка вопроса создает основу для формирования здорового образа жизни в целом. А вот запугивание последствиями курения не только перестает со временем восприниматься детьми, но и формирует у них неосознанный страх за здоровье курящих родителей.

Нередко учащиеся задают "провокационный" вопрос: "Почему взрослые курят, если это вредно, и почему продают сигареты, если все знают об их вредном воздействии?" Нужно сообщить детям, что курение входит в привычку, от которой бывает очень трудно избавиться. Курящие взрослые знают о вреде курения и чаще всего хотели бы бросить курить, но не могут сделать этого без специальной помощи. Иными словами, сигарета вызывает привыкание, и лучше вовсе не начинать курить, чем потом мучиться, пытаясь бросить.

Важно иметь в виду, что факт привыкания к табаку очень мало осознается юными курильщиками. У них существует иллюзия, что от курения можно отказаться в любой момент, что человек курит потому, что ему это нравится, а не потому, что он не может обойтись без сигареты. Это необходимо учитывать при проведении профилактической работы.

Значительное влияние на формирование привычек ребенка, его жизненных установок и будущего стиля жизни оказывает семья, поэтому работе с родителями нужно уделить особое внимание. 80% курящих родителей считают, что их дети не будут курить, а статистика говорит об обратном - большинство курильщиков выросли в семьях, где курили один или оба родителя.

Одна из задач педагогов - вовремя предостеречь родителей от агрессивной реакции на курение ребенка. Такая реакция не только не приводит к желаемым результатам, но и нарушает доверительные отношения с ребенком, что исключает в дальнейшем возможность эффективно

влиять на его поведение. Родители должны осознать, что раннее начало курения связано с их собственными ошибками в воспитании, и что во всем винить школу - неразумно и неконструктивно. Лучше серьезно ознакомиться с основами профилактики, запастись нужными аргументами и терпеливо объяснить ребенку его ошибку.

Родителей надо предостеречь от использования тезиса о том, что сыну или дочери курить еще рано. Это создает у ребенка установку - придет время, и курить будет можно. Такого рода аргументация готовит почву для неизбежного начала табакокурения в будущем. Таким образом, основные задачи предупреждения табакокурения у младших школьников - разъяснение пользы от физкультуры, закаливания организма, ведения правильного здорового образа жизни и несовместимости с этим табакокурения, а также рассмотрение причин курения взрослых и вреда от пассивного курения.

Возрастные особенности младших подростков 5-6 классы

Возраст 10-11 лет - пограничный между детством и отрочеством. В 11 лет начинается перестройка организма, ребенок становится импульсивным, проявляет негативизм, для него характерны частая смена настроений, ссоры со сверстниками, бунты против родителей.

Вот существенные психологические особенности учащихся 5-6 классов. В связи с началом этапа полового созревания происходят следующие изменения: дети чаще отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания, иногда ведут себя вызывающе, бывают раздражены, капризны, их настроение часто меняется. Все эти особенности объективны и они быстро пройдут и не окажут отрицательного влияния на учебу, взаимоотношения со взрослыми, если учителя и родители найдут целесообразные, щадящие методы и формы взаимодействия с ребенком.

Говоря о психологических особенностях школьника 10-11 лет, необходимо кратко остановиться на тех возрастных особенностях, которые, в лучшем случае, игнорируются взрослыми, а в худшем, - служат почвой для возникновения конфликтов между родителями и детьми.

Именно в этом возрасте проявляется не подкрепленное еще реальной ответственностью "*чувство взрослости*" - особая форма самосознания, возникающая в переходный период и определяющая основные отношения младших подростков с миром.

"Чувство взрослости" проявляется в противоречивом желании "быть взрослым":

с одной стороны - стремление утвердить себя как старшего, выросшего; потребность в равноправии, уважении и самостоятельности; требование серьезного, доверительного отношения со стороны взрослых;

с другой стороны - повышенная зависимость от взрослых, "прилипчивость" к классному руководителю, плач, капризы, желание оказаться в ситуации опеки и зависимости.

Пренебрежение этими требованиями, неудовлетворенность их потребностей обостряет негативные черты подросткового кризиса. Если взрослые не предлагают детям средств реализации их чувства взрослости, оно все равно проявится, но самым невыгодным образом - уверенностью подростка в несправедливости и необъективности взрослых: учителей, родителей.

В знак протеста против диктата родителей подростки могут делать все "назло":

Рекомендации по учету психологических особенностей школьников

пропускать уроки, курить, дружить с теми, с кем запрещают родители. В более острых ситуациях подростки могут убежать из дома, начинают употреблять спиртные напитки, наркотики, токсические вещества.

Склонность к фантазированию, к некритическому планированию своего будущего. Результат действия становится второстепенным, на первый план выступает свой собственный авторский замысел.

Стремление экспериментировать, используя свои возможности, - едва ли не самая яркая характеристика младших подростков. Если взрослые не предоставляют младшим подросткам развивающих культурных форм такого экспериментирования, то оно реализуется лишь в самой поверхностной и примитивной форме - в экспериментах со своей внешностью, в первых пробах курения, употребления спиртных напитков и т.д.

Сообщество взрослых ожидает от подростков способности понимать других людей и сосуществовать с ними на принципах равноправия и терпимости. Эта способность человека называется децентрацией, именно она создает условия для возможного понимания другой культуры, другой эпохи, другого мировоззрения. У школьников она только начинает формироваться в подростковом возрасте, при умелом построении диалога она может окрепнуть и стать личностным образованием. Но развитие этой способности не терпит суеты, требует осторожности и ненавязчивости. Речь идет о создании ситуаций, которые учат подростков принимать разные точки зрения.

Младшие подростки характеризуются резким ростом познавательной активности и любознательности, возникновением познавательных интересов.

В этот период подростку становится интересно многое, далеко выходящее за рамки его повседневной жизни - это период "зенита любознательности". Проявления любознательности поверхностны и практически не имеют связи со школьной программой. Эта любознательность отражает увеличившийся интерес школьника к окружающему миру. Подросток ощущает свои возросшие возможности, что имеет существенное значение для "подпитки" чувства взрослости. В это время интересы еще достаточно неустойчивы, легко меняются. Специфика интересов заключается в потребности подростка в общении со сверстниками: общие увлечения дают повод для общения, определяют его содержание и средства. В значительной части случаев подросток интересуется тем, чем интересуются его друзья. С этим связана и характерная для подростков "мода на интересы", когда какое-либо увлечение как бы внезапно охватывает весь класс, параллель, а иногда и всю школу. Подобная "мода" может причудливо соединять в различные комбинации самые разные интересы - от достаточно возвышенных до простых и даже вредных. Известны случаи, когда младшие школьники начинают курить вследствие появившейся в школе "моды на курение".

Своеобразной чертой подростковых интересов является безоглядность увлечения, когда интерес часто случайный и ситуативный, вдруг приобретает сверхценный характер, становится чрезмерным.

Возрастные особенности подростков 7-8 классы

13 лет - начало длительного и одного из важных периодов развития человека, - "возраст второго рождения личности". В психологическом облике 13-летнего подростка во многом сохраняются "детские черты" и наиболее полное воплощение получают те линии развития, которые прослеживаются на протяжении предподросткового и младшего подросткового возраста.

Признаки наступления переломного момента между детством и пубертатной стадией:

- настроение характеризуется повышенной лабильностью, постоянными переходами между веселостью и грустью, унынием с чувством неудовлетворенности собой и окружающим миром;
- мир психических переживаний становится пронизанным парадоксальностью: уверенность в себе сменяется робостью и застенчивостью; чрезмерная активность - пассивностью; эгоизм чередуется с альтруистичностью; тяга к общению - с замкнутостью;
- проявляется повышенная чувствительность к критическим замечаниям сверстников и взрослых (не родителей), к тому, как на него смотрят, и что о нем говорят; подросток становится легко возбудимым, раздражительным и одновременно незащищенным, ранимым;
- общее снижение работоспособности с чувством физического недомогания, которое может сопровождаться проявлениями вегето-сосудистой дистонии, функциональными нарушениями со стороны отдельных соматических систем - дыхания, пищеварения, кровообращения и пр.

Потребность в общении со сверстниками становится одной из центральных потребностей подростка. Принадлежность к группе играет существенную роль в самоопределении подростка и в определении его статуса в глазах ровесников. Особенно большую роль играет воздействие окружения школьника, часто принимающее форму группового давления. А поскольку в подростковом возрасте потребность в одобрении поведения со стороны высока, то курение может стать той минимальной жертвой, которую готов принести подросток, чтобы быть принятым в компанию. Поэтому преодоление давления группы сверстников в подростковом возрасте - важнейшая проблема для профилактики курения, а информирование о вредных последствиях табакокурения имеет только вспомогательное значение.

Следует также иметь в виду повышенную потребность подростков в эмоциональном насыщении, "жажду ощущений", причем новых и сильных, с чем бывают связаны весьма рискованные формы поведения: курение, первое знакомство с другими психоактивными веществами.

Негативную роль в приобщении подростков к табакокурению могут сыграть и некоторые характерологические особенности подростков, такие как акцентуация характера. Подростковый возраст - критический период проявления различных акцентуаций. В этом возрасте особенно резко проявляется характер, некоторые из его свойств, не будучи сами по себе патологическими, тем не менее, повышают вероятность психической травмы или отклоняющегося поведения. Психологи определяют акцентуацию, как чрезмерное заострение некоторых личностных черт. Подростки с акцентуациями характера составляют группу "повышенного риска", так как они podatливы к определенным пагубным влияниям среды. Акцентуация требует дополнительного внимания со стороны родителей и педагогов, поскольку в подростковом возрасте акцентуированные черты могут провоцировать приобщение к курению, алкоголю и даже наркотикам.

Особого внимания требуют подростки с неустойчивым типом акцентуации характера. У них часто меняется настроение, они ищут острых ощущений, легких развлечений. Поэтому они легко идут на "эксперименты" с алкоголем, приобщаются к курению.

Особенного внимания также требуют подростки с истероидным типом акцентуации. Они отличаются сильнейшим стремлением быть в центре внимания окружающих. Часто им даже не важно, хвалят их или осуждают, главное, чтобы именно они являлись "темой разговора". Ради популярности они готовы совершать даже те поступки, которые в душе не одобряют: курят, употребляют алкоголь, - не потому что им это нравится, а для того чтобы завоевать авторитет, подчеркнуть свою значимость, особенность, "взрослость". Они любят преувеличивать собственную "испорченность", похвалиться своей "бывалостью". Подростки с истероидными чертами очень подвержены внешним влияниям, поэтому они легко соглашаются на предложение закурить, попробовать алкоголь, лишь бы не выглядеть в глазах окружающих "маленькими", "смешными".

По статистике именно у учащихся седьмых-восьмых классов происходит первое серьезное приобщение к табакокурению.

Именно в этих классах в соответствии с принципом о том, что активные профилактические мероприятия должны немного опережать возникновение у подростков первого "пика" интереса к курению, необходимо проводить основную профилактическую работу силами педагогов, психологов, медицинских работников и родителей. Разнообразие школьных предметов дает учителям большие возможности для реализации обучающих и воспитательных воздействий с разных сторон. Каждый учитель может (и должен!) найти в тематике своего предмета аргументы, факты, примеры, которые способствовали бы формированию у учащихся стойкого убеждения, что курить - вредно и неправильно.

Таким образом, предупреждение табакокурения у подростков необходимо проводить с учетом их возрастнo-психологических особенностей. Одна из самых эффективных форм такой работы - проведение групповых дискуссий на темы, связанные с курением. На дискуссиях подростки обучаются четко формулировать аргументы против курения, а также активно использовать их в ходе обсуждения. В результате этого происходит формирование группового мнения, направленного против табакокурения и других вредных привычек, связанных с употреблением ПАВ.

Другая форма предупреждения табакокурения в подростковом возрасте - проведение ролевых игр, во время которых проигрываются основные ситуации, связанные с противодействием давлению сверстников. Подростки знают, что труднее всего бывает отказать не только группе, но и ближайшему другу, который настойчиво предлагает курить. Проведение такого рода тренингов показало, что основная ошибка подростков - хаотическая и разноплановая аргументация своего отказа закурить, недостаточное уважение к своему мнению, нечеткость собственной позиции.

Основная задача в работе с подростками - отработка социальных навыков (умения побеждать в споре, не поддаваться на уговоры и т.п.).

Возрастные особенности старшеклассников 9 -11 классы

В отличие от подростков у старшеклассников в меньшей степени выражена эмоциональная зависимость от группы сверстников. Общение старшеклассников становится более избирательным, меняется соотношение значимых других, но во многих вопросах, особенно в том, что касается досуга, моды, художественных вкусов, они больше ориентируются на мнение сверстников. На первый план выдвигаются формы поведения, выражающие индивидуальность. Им уже не надо кому-то доказывать свою зрелость.

Старшеклассники обладают уже весьма высокой степенью автономии от старших, прежде всего родителей и учителей, и покушение на эту автономию часто вызывает конфликты. Это не означает, что старшие вообще теряют авторитет; в наиболее серьезных вопросах (выбор профессии, мировоззренческое самоопределение, поведение в сложных ситуациях) влияние родителей большей частью перевешивает влияние сверстников. Однако взрослым приходится доказывать свою правоту не авторитарно, а апеллируя к рациональным доводам.

В раннем юношеском возрасте следует различать два принципиально разных типа развития: прагматический и творческий.

Для прагматического типа характерна ориентация на целесообразность и на уход от источников беспокойства. Прагматически ориентированные юноши и девушки, у которых доминируют материальные ценности и которые часто не стремятся получать образование, вызывают определенную тревогу. Их развитие не является развитием в собственном смысле слова, поскольку их личность устроена так, что центральным становится стремление к гомеостатическому равновесию, к уходу от источников беспокойства, что как раз и препятствует развитию. На практике оказывается, что тому же молодому человеку часто проще всего "уйти от источника беспокойства" за счет курения, алкоголя, наркотиков.

При творческом пути развития интересы старшеклассников устремлены далеко в будущее и они в своей жизни ведут себя в известной степени независимо от того, что считается целесообразным или "разумным", активно включая различные новые познавательные или иные формирующие возможности в собственный образ жизни.

Работая с 15-17-летними юношами и девушками, важно учитывать это принципиальное различие двух типов развития. У любого молодого человека есть обе тенденции - и гомеостатическая, и творческая, однако соотношение их может быть очень различно благодаря биологическим, биографическим, социальным факторам.

По данным различных исследований в старших классах число курильщиков резко возрастает. Здесь немалую роль играет реклама, которая в той или иной степени оказывает воздействие на формирующийся стиль жизни и самовосприятие молодого человека или девушки. Соединение идеи курения с такими понятиями, как молодость, красота, жизненный успех, победа в значительной степени укрепляет социально-психологическую мотивацию приобретения вредной привычки.

Кроме того, у многих старшеклассников курение уже вошло в привычку, формируется зависимость от табака. Молодые люди начинают понимать, как трудно отказаться от курения, даже если знаешь, что это вредно для здоровья. Таким образом, в старшем школьном возрасте особо важна тема отказа от курения.

Рекомендации по учету психологических особенностей школьников

Еще одна проблема, связанная с курением и актуальная для юношества, - это проблема здоровья и красоты женщины, деторождения, материнства и охраны матери и ребенка от пагубного влияния табачного дыма. Поэтому составляющей частью воспитательной работы со старшеклассниками должно стать их ознакомление с основами супружества, материнства и отцовства.

Но здесь нельзя "переусердствовать" - слишком сильный нажим может привести к противоположному результату, поскольку у школьников все еще силен мотив негативного поведения, противопоставления себя миру взрослых. Так, например, рассказывая о том, что курящая девушка становится непривлекательной, можно встретить оппозицию - реальные примеры из жизни старшеклассниц противоречат такому утверждению, что в свою очередь вызывает недоверие и ко всей остальной информации о вреде курения. Лучше сообщить, строго придерживаясь фактов, что табачный дым оставляет налет на зубах, портит волосы и т.д. При этом важно постоянно подчеркивать, что отказ от курения позволяет восстановить утраченную привлекательность, и чем раньше это произойдет, тем лучше для сохранения внешности. А вот высказывания учителя и тематические беседы о влиянии курения на здоровье будущих детей не должны допускать компромисса.

Надо особо отметить недопустимость курения во время беременности и грудного вскармливания, так как это касается не личного пристрастия женщины, а жизни и здоровья ребенка, нарушения его права на здоровье.

Другой аспект, на котором следует акцентировать внимание учащихся, - вред пассивного курения и ответственность курильщика перед окружающими и членами семьи. Тезис здесь такой - курение перестает быть личным делом каждого, если оно вторгается в жизнь других людей. Этот тезис может найти свое развитие в дискуссиях о правах курящих и некурящих или о том, могут ли дети упрекать родителей за курение.

Говоря о возрастных особенностях, психологических факторах риска развития вредных привычек, важно понимать, что они способны только потенциально приобщить ребенка к табакокурению, другим психоактивным веществам. Реализуется или нет этот потенциал - зависит от взрослых, окружающих ребенка. Если родители сумеют вовремя научить ребенка регулировать свое состояние, удовлетворять потребность в получении удовольствия за счет источников, не разрушающих физическое и психическое здоровье, то даже его предрасположенность к негативным влияниям не сыграет своей печальной роли.

ЛИТЕРАТУРА:

- 1.Материал для проведения родительского собрания / Школьный психолог №6, №8, №9, №10, №12, №15, №17, №21, 2002, №11, №20, 2003.
- 2.Мухина В.С.Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. Москва, AcademiA, 1998.
- 3.Практическая психология образования / Под ред. Дубровиной И.В. М., Творческий центр СФЕРА, 1998.
- 4.Предупреждение табакокурения у школьников. Методическое пособие для работников образовательных учреждений. Москва, 2004.
- 5.Профилактическая работа с несовершеннолетними различных групп социального риска по злоупотреблению психоактивными веществами. / Под ред. Шипициной Л.М., Шпилени Л.С., М., 2004.
- 6.Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков. М., "Апрель Пресс", "ЭКМО-Пресс", 1999.

*Из радуги постройте дом,
Основу заложите в нём:
Любовь, радушие и добро.
В нём будет радостно, светло.*

Елена Павлова

*Свою жизнь я вычерпал из родникового колодца опыта
семьи, в которой рос.*

Олег Борисов

В ходе собрания родители смогут

- определить влияние семьи на формирование личности ребёнка;
- раскрыть понятие "социальный опыт ребенка";
- рассмотреть, каким должен быть родительский дом, в котором растёт ребёнок;
- осознать роль социального опыта семьи в воспитании детей.

Вопросы собрания

- Что является главным фактором, влияющим на воспитание и здоровье ребёнка?
- Что такое социальный опыт ребёнка?
- Каким должен быть дом, в котором бы ваш ребёнок воспитывался гармонично развитой личностью и мог усвоить полезные привычки?
- Как найти для ребёнка пути выхода из лабиринта вредных привычек?

Основные понятия

- Родительский дом
- Воспитание
- Личность
- Ценности
- Пример
- Привычка

СТРУКТУРА СОБРАНИЯ

Этапы	Формы и методы	Время	Ожидаемые результаты
I этап Мотивация	Анализ диаграммы. Постановка проблемы. Аналитический метод. Исследовательский метод.	10 мин	У родителей должно появиться желание открыть мир социального опыта своего ребёнка, рассмотреть проблему собрания с позиции: "дети учатся тому, что видят у себя в доме".

«Ребенок учится тому, что видит у себя в доме»

II этап Работа с понятиями	Работа в группах. Разгадывание кроссворда. Аналитический метод.	10 мин	Родители определяют значимость основных понятий в контексте темы родительского собрания.
III этап Обсуждение основной проблемы	Работа в группах. Анализ проблемных ситуаций. Исследовательский метод. Игра: "Из радуги построим дом." Метод моделирования. Коллективное обсуждение. Поиск пути выхода из лабиринта вредных привычек.	35 мин	Родители приходят к выводу, что позитивный и негативный социальный опыт ребенка закладывается в семье. Конструирование проекта дома определит ценности, которые родители закладывают в основу воспитания ребёнка. Поиск выхода из лабиринта покажет родителям конкретные способы борьбы с вредными привычками.
IV этап Подведение итогов	Фронтальная беседа. Обсуждение эпитафии. Домашнее задание для родителей.	5 мин	Совместная творческая деятельность в диалоге с ребёнком в ненавязчивой форме поможет показать разницу между вредными и полезными привычками и подвести ребёнка к ответственному выбору.

ХОД СОБРАНИЯ**1 ЭТАП: МОТИВАЦИЯ**

Главный фактор, влияющий на воспитание ребёнка и на его здоровье, - это семья. Об этом говорил и Себастьян Брант в своём стихотворении, написанном более двух веков назад.

Стихотворение можно написать на плакате и повесить на доске или на отдельных листочках раздать родителям.

Ребёнок учится тому,
Что видит у себя в доме.
Родители - пример ему.
Кто при жене и детях груб,
Кому язык распутства люб,
Пусть помнит, что с лихвой получит
От них всё то, чему их учит.
Там, где аббат не враг вина,

Вся братия пьяным пьяна.
Не волк воспитывал овец,
Походку раку дал отец.
Коль видят нас и слышат дети,
Мы за дела свои в ответе
И за слова: легко толкнуть
Детей на нехороший путь.
Держи в приличии свой дом,
Чтобы не каяться потом.



Педагог предлагает родителям вопросы для обсуждения.

- Созвучны ли мысли С.Бранта современным читателям?
- Какова основная мысль стихотворения?
- На ком лежит ответственность за воспитание детей?
- Какой совет дает автор родителям?

"Все мы родом из детства". Всё - и хорошее, и плохое - человек получает в семье.

Именно семья была, есть и, по-видимому, всегда будет важнейшей средой формирования личности.

Факторы, которые влияют на формирование личности ребёнка, его социального опыта, специалисты условно подразделяют на три группы.

Первая - это социальная микросреда семьи, в которой осуществляется приобщение детей к социальным ценностям и ролям, введение их в сложности и противоречия современного мира.

Вторая - это внутри- и внесемейная деятельность, по преимуществу бытовой труд.

Третья группа - это собственно семейное воспитание, некий комплекс целенаправленных педагогических воздействий.

Эти факторы являются основой педагогики семейных отношений, той самой, о которой писал А.С.Макаренко в своей "Книге для родителей":

"Ваше собственное поведение - самая решающая вещь. Не думайте, что вы воспитываете ребёнка только тогда, когда с ним разговариваете, или поучаете его, или приказываете ему. Вы воспитываете его в каждый момент вашей жизни, даже тогда, когда вас нет дома. Как вы одеваетесь, как вы разговариваете с другими людьми и о других людях, как вы общаетесь с друзьями и с врагами, как вы смеётесь, читаете газету - всё это имеет для ребёнка большое значение..."

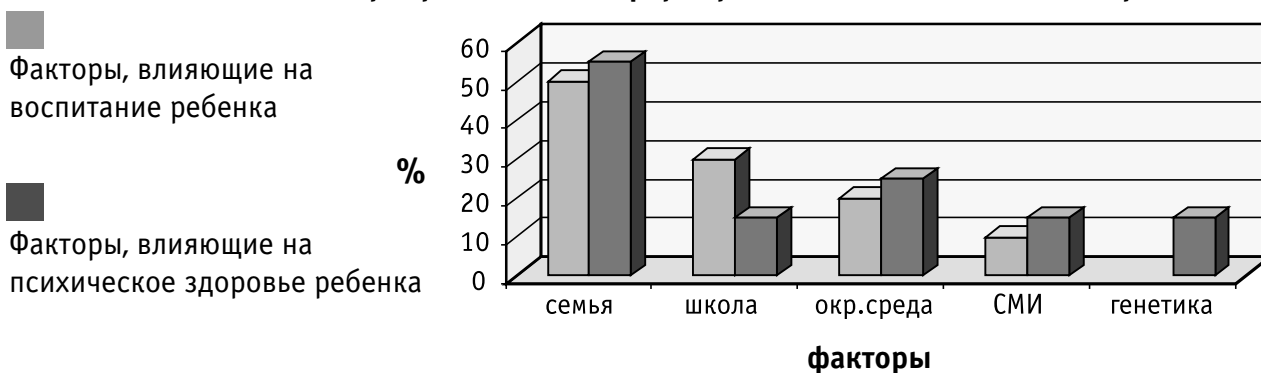
...А если дома вы грубы или хвастливы, или вы пьянствуете, а ещё хуже, если вы оскорбляете мать, вы уже воспитываете их плохо, и ваше недостойное поведение будет иметь самые печальные последствия".

Ребёнок копирует поведение взрослых. Дети видят и то, что мы хотим скрыть от них.

Дети вольно и невольно перенимают опыт своих родителей.

В подтверждение сказанному приведем исследования психологов, представленные в диаграмме.

Диаграмма
«Приоритет семьи в формировании социального опыта ребёнка»



«Ребенок учится тому, что видит у себя в доме»



Родителям предлагается во фронтальной беседе ответить на вопросы.

- Как происходит формирование социального опыта ребёнка?
- Каково влияние семьи на формирование личности ребёнка?



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Родители приходят к выводу, что доминирующую роль в развитии личности ребенка играет социальный опыт, усвоенный им на протяжении всего детства под влиянием окружающих его взрослых людей (в первую очередь родителей), во взаимодействии, в общении с ними, а также в процессе совместной активной деятельности. В большей степени "дети учатся тому, что видят у себя в доме", т.е. в семье, где они воспитываются.



2 ЭТАП: РАБОТА С ПОНЯТИЯМИ



Разделить родителей на 3 группы. Каждая группа получает задание и работает над понятием "социальный опыт ребенка".

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

ПЕРВАЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- из предложенных слов и словосочетаний составьте определение "социальный опыт".
*понимается, с окружающим миром, Под **социальным опытом**, активного взаимодействия, результат действия. значит усвоить, знаний, сумму сведений, деятельности и общения, и владеть ими, Овладеть **социальным опытом** - , как способом, навыков, образцов.*

ВТОРАЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- в определении вставьте пропущенные слова, подходящие по смыслу.
*Под **социальным опытом** понимается, _____ активного _____ с окружающим миром. Овладеть **социальным опытом** - значит усвоить, _____, знаний, навыков, образцов и _____ ими как способом _____.*

деятельности и общения, взаимодействия, результат действия, сумму сведений, владеть

ТРЕТЬЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- сформулируйте определение понятия "социальный опыт";
- сравните получившееся определение с определением Н.Ф. Головановой и сделайте вывод.

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

После обсуждения в группах родители дают определение:

Под **социальным опытом** понимается результат действия, активного взаимодействия с окружающим миром. Овладеть социальным опытом - значит усвоить сумму сведений, знаний, навыков, образцов и владеть ими как способом деятельности и общения. (По Н.Ф.Головановой)

Для уточнения понятия "социальный опыт" педагог акцентирует внимание родителей на значимых словах в определении: **результат действия, взаимодействие, способ деятельности и общения.**

Для наглядности можно привести пример социального опыта (положительного):

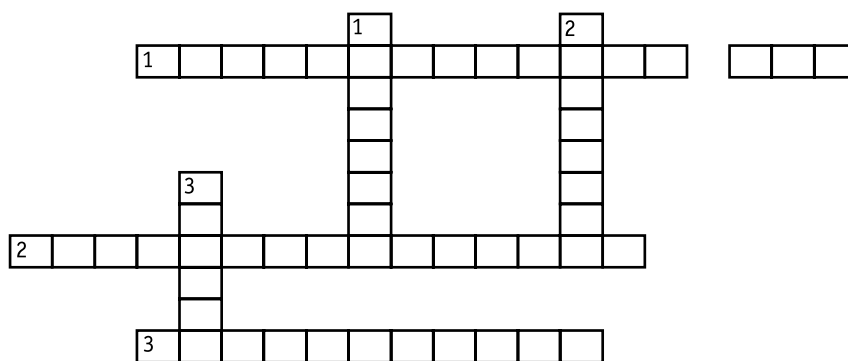
- Соблюдение норм гигиены
- Умение убирать квартиру, мыть посуду
- Уважительное отношение к старшим
- Умение разговаривать по телефону
- Умение ухаживать за животными
- Навыки культуры поведения и т.д.



После того, как группы выполняют это задание, педагог задает родителям вопрос:

- **Какой социальный опыт передали вам ваши родители?** (Высказывания фиксируются на доске).

Далее родителям предлагается разгадать кроссворд, составленный из основных понятий темы. Кроссворд предварительно можно нарисовать на доске либо на листе ватмана.



По горизонтали:

1. Родное место, где живёт и воспитывается человек. (Родительский дом)
2. Навыки поведения, привитые школой, семьёй, средой и проявляющиеся в общественной жизни. (Воспитание)
3. Поведение, образ действия, ставшие в жизни обыденным, постоянным. (Привычка)

По вертикали:

1. Важность, значимость. (Ценности)
2. Человек как носитель каких-либо свойств. (Личность)
3. Частный случай, приводимый в пояснение, в доказательство чего-либо. (Пример)

«Ребенок учится тому, что видит у себя в доме»

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Родители разгадывают кроссворд, опираясь на знание понятий, и определяют значимость каждого включённого в кроссворд понятия в контексте темы родительского собрания.

Работа с понятиями подготовит родителей к изучению и обсуждению основной проблемы собрания.



3 ЭТАП: ОБСУЖДЕНИЕ ОСНОВНОЙ ПРОБЛЕМЫ

Каким должен быть дом, в котором растёт ребёнок?

Заранее проводится анкетирование детей: **«Что в вашей семье считается ценностью?»** (Пояснить, что речь идет не о материальном)

1 вариант анкетирования - «Волшебный цветок»

Учащимся предлагается три волшебных цветка. Каждому ряду - по цветку. На цветке столько лепестков, сколько учеников.

Школьник пишет на лепестке то, что больше всего ценит в жизни. Лепестки сдаются учителю, который проводит ранжирование ценностей (готовит к собранию)

2 вариант анкетирования - «Ценности моей жизни»

Каждый ученик получает конверт с карточкой и сердечками (по 3-4 сердечка).

На карточке - "Ценности моей жизни" (дружба, книги, машина, родина, любовь, деньги, доброта, сладости, игрушки, самоуважение и т.д.).

Ученикам предлагается наклеить сердечки против тех ценностей, которые они считают самыми важными.

На собрании этот вопрос задайте родителям. Они отвечают письменно, педагог сравнивает ответы детей и родителей.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Родители понимают, что семейные ценности детей и взрослых могут быть разными в силу разного социального опыта. Задача родителей состоит в том, чтобы выстроить такие отношения в семье, создать такую атмосферу, чтобы в родном доме было всем хорошо. Гармония в семье может быть лишь тогда, когда все члены семьи слышат друг друга, понимают друг друга, терпеливы друг к другу, имеют семейные традиции, уважают старших, помогают младшим и т.д.



Работа в группах. Задание всем группам дается одинаковое.

Родителям предлагается обсудить проблемные ситуации и дать словесный портрет Саши, Володи, Васи, Пети несколько лет спустя.

Словесный портрет может включать описание:

- внешнего вида
- манеры поведения
- особенностей характера
- привычек
- увлечений и интересов
- круга общения

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

ПЕРВАЯ ГРУППА

Четырёхлетний Саша послал бабушку к чёрту. Когда бабушка пожаловалась отцу, тот возмутился:

- Бабушка о тебе заботится, а ты её оскорбляешь.

Сын парирует:

- Но ведь ты маме тоже так говорил!

- Да как ты смеешь отца учить?!

Вмешивается мать:

- Что ты кричишь на сына? Сам хамишь, а от ребёнка требуешь вежливости!

ВТОРАЯ ГРУППА

Володя рос хилым, часто болел, прибавилось новое несчастье: Володя упал с крыши сарая, сломал руку, долго пролежал в больнице. Родителям было не до него: они выясняли отношения в скандалах и драках. Он убегал из дома и долго оставался на улице, боясь вернуться назад, но потом привык.

Однажды отец со своим братом избили Володину мать за то, что она попыталась помешать им пить самогон. Всё происходило на глазах маленького сына. Володина мать разошлась со своим мужем. Нервная, неуравновешенная, она часто наказывала Володю, за малейшую провинность тяжко била.

Вскоре мать опять вышла замуж. Новый "папа" был не лучше старого. Каждый день приходил пьяным, устраивал скандалы, издевался над матерью и Володей. Мать боялась нового мужа, его угроз: прогонишь - убью.

Володя получил наглядный урок, из которого сделал вывод: чтобы тебя боялись, надо быть жестоким и наглым.

И он стал холодным, безразличным, безжалостным, недобрим.

ТРЕТЬЯ ГРУППА

Васёк бежал домой радостный: наконец-то его желание сбылось - ему подарили щенка. Он давно мечтал о четвероногом друге. Открыл дверь - знакомая картина: отец с друзьями сидел на кухне.

- Папа! Посмотри, какого щенка мне подарили. Я выращу его, и это будет мой друг.

- Щенок... Это зачем? Чтоб этой твари здесь не было.

Он вырвал из рук сына щенка и вышвырнул его за дверь...

ЧЕТВЕРТАЯ ГРУППА

...Петя уже спал, когда пришёл отец. Сквозь сон он слышал, как снова ссорились родители, как плакала мама, стыдила отца. А он громким голосом увещевал жену:

- Смотри, сколько чего принёс. И картошечка свежая, и помидорчики, и огурчики. И яблоч собрал.

- Ведь ворованное это, Ваня, - плакала, упрекая его, жена.

- Ничего, с них, дачников, не убудет... А ну, сынок, покушай яблочки - хорошие.

И он протянул сыну ворованное яблоко.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

В ходе этой работы родители смогут осознать, что поведение родителей для ребенка всегда является примером для подражания. Поступки, представленные в ситуациях и подобные им, приводят к формированию девиантного поведения ребенка: недисциплинированности, лживости, лени, неуспеваемости, конфликтному поведению со взрослыми и сверстниками, курению, употреблению алкоголя и другим вредным привычкам.

После этого педагог предлагает родителям отрывок из воспоминаний Натальи Долининой. Можно раздать родителям текст воспоминания или прочитать вслух.

ИЗ ВОСПОМИНАНИЙ Н.ДОЛИНИНОЙ

Родив ребёнка, мы все твёрдо знаем, кем он должен будет вырасти, но не думаем о главном: какого человека нам хотелось бы вырастить.

Я знаю женщину (только одну!), которая, качая на руках годовалого сына, повторяла: "Хочу, чтоб ты вырос хорошим отцом и мужем". Мальчик вырос таким, но, кроме того, он вырос ещё и хорошим гражданином. Обществу нужны люди, умеющие нести ответственность за своё дело и за свою страну.

...Родители поменяли квартиру. Мы переехали из центра на окраину. Отец считал, что девочке нужна отдельная комната.

В новой квартире мне была отдана самая большая комната. Отец сколотил мне длинную низкую скамью, на которой можно было разместить большой кукольный дом. Время от времени он заглядывал в кукольное хозяйство: если там был порядок, то вскоре отец приносил то плиту, то набор посуды. Если обнаруживался беспорядок, я знала: новых игрушек долго не будет.

...С тех пор прошла целая жизнь. Сейчас я отчётливо вижу: никогда, ни с одним человеком я не была так счастлива, так душевно переполнена, как в детстве, когда отец стучал в дверь моей комнаты, входил и ложился на диван - это значило, что он пришёл надолго.

...Отец чтит понятия дома, семьи. Семья - это был праздник. Отец с матерью за обедом разговаривали, я не могла упустить их разговоров. Редко - о делах, неприятностях и обидах. Чаще всего - о чём он думал по дороге на работу в университет и обратно, что прочитал. Каждый день был для него открытием мира, а для меня - открытием богатства, которое может нести в себе человек.

Может быть, во время этих обедов я научилась уважать работу. Вообще работу - любую.

Отец терпеть не мог, когда я слонялась без толку и заводила унылым тоном: "Папа, поговори со мной". Он возмущался: "Не понимаю. Займись делом!"

Раз или два в месяц он проводил со мной целый вечер - читал вслух. До сих пор я слышу его голос, когда перечитываю "Полтаву", "Горе от ума", да, наверное, почти всю русскую классику. Дарил мне книги и помечал, что надо выучить наизусть.

...Я любила отца без памяти как отца. Но, кроме того, он был для меня идеалом мужчины.

...Знаю: он был некрасив, но понимаю женщин, которые до сих пор утверждают, что он

был красивый: это ученицы, те, кто видел его в работе. Он был сильный мужчина, любил свою жену, и я выросла в атмосфере этой любви, в атмосфере каждодневного внимания, цветов, подарков. Это было его радостью - делать подарки. Все необязательно дорогие, иногда - шуточные.

...Ёлку наряжали без меня. Меня пускали, когда всё было готово. Утром я находила на подушке подарки - всегда неожиданные и всегда те, о которых мечталось. Я сохранила этот ритуал для своих детей, они делают то же для моих внуков.

Отец был для меня самый сильный, самый умелый, самый мужественный из всех мужчин.



Вопросы для обсуждения:

- Что видела девочка в своей семье?
- Какой социальный опыт она получила от своих родителей?
- Каким человеком она выросла? (Предположим).



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Учитель обобщает высказывания родителей и делает вывод: да, "ребёнок учится тому, что видит у себя в дому".



Педагог задает вопрос:

Каким должен быть ваш дом? Какими **запахами, звуками и красками** должен он быть наполнен?

Чтобы ответить на эти вопросы, давайте вспомним эпиграф урока:

**Из радуги постройте дом,
Основу заложите в нём:
Любовь, радушие и добро.
В нём будет радостно, светло.**



Группы получают одинаковое **задание**:

Выполните работу в "архитектурном бюро" и "постройте" дом, в котором ваш ребенок рос бы личностью гармонично развитой, радовал вас, смог стать успешным, смог избежать формирования негативных личностных качеств.

Рисунки выполняются на ватманских листах.

Для работы над рисунком можно использовать краски, фломастеры, рисунки детей, цветную бумагу, вырезки из журналов и т.д.

После выполнения работы каждая группа представляет презентацию дома. В презентации каждого проекта нужно сделать акцент на звуках, запахах, красках дома и представить его:

"В нашем доме есть..."

"В нашем доме нет..."

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ***В ходе творческой работы родители делают вывод:*

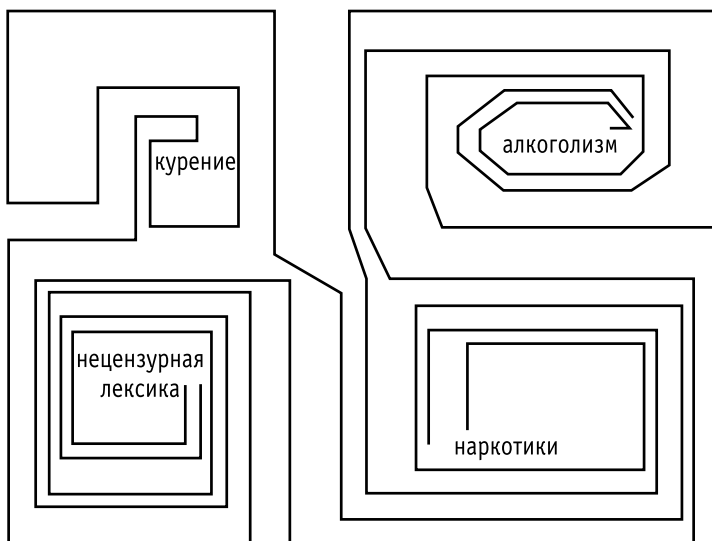
В нашем доме есть:	В нашем доме нет:
<ul style="list-style-type: none"> • родители и дети, бабушки, дедушки • любовь и дружба • добрые друзья • взаимопомощь и уважение • домашние животные • интересные увлечения • семейные традиции • трудолюбие • праздники • вкусная еда • уют и тепло • сюрпризы и подарки 	<ul style="list-style-type: none"> • грязи и паутины • дыма сигарет • алкоголя и пьянства • ругани, брани, скандалов • лжи и обмана • рукоприкладства • лени и безделья

В вашем доме могут быть лабиринты, которые помешают построить "дом из радуги", - это **курение, алкоголь, нецензурная брань, скандалы**. Эти факторы могут повлиять на вашего ребенка и способствовать формированию негативного социального опыта.

**Как найти для ребенка пути выхода из лабиринта вредных привычек?**

Далее идет работа в группах

На отдельных листах нарисованы лабиринты. Каждая группа получает листок с лабиринтом и задание: найти пути выхода из лабиринта. На каждом изгибе лабиринта нужно написать возможные варианты, которые приведут ребенка в "дом из радуги". (Например: совместное проведение свободного времени; совместный просмотр фильмов, спектаклей; занятие спортом, формирование семейных традиций, здоровый образ жизни и т.д.)



**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

В ходе представления вариантов по выходу из лабиринта родители смогут обозначить вредные привычки, которые уже усвоены или могут быть усвоены их детьми. Самым важным является то, что они смогут осознать личную ответственность за воспитание и развитие своего ребенка, а также смогут определить конкретные способы борьбы с вредными привычками.

**4 ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**

Вопрос родителям:

Какой социальный опыт вы хотите передать своим детям?



Результаты фиксируются на второй половине доски.

(А на первой стороне: **Какой социальный опыт передали вам ваши родители?**)

Записи на доске сравниваются. Учитель задает вопросы:

- Существует ли преемственность поколений в передаче социального опыта?
- Повлияло ли время на содержание знаний, умений и навыков, которые родители передают своим детям?
- Что можно отнести к вечным семейным ценностям?

Работа со вторым эпитафием.

Свою жизнь я вычерпал из родникового колодца опыта семьи, в которой рос.

Олег Борисов

Педагог просит родителей прокомментировать это высказывание. Далее делает обобщение.

Родительский дом, семья являются самыми главными в жизни человека. Это истоки, от которых начинается течение жизни человека. Нравственное начало, заложенное в семье, человек пронесет по всей жизни.

Жизненные вехи будут отмечены через призму обращения к своему социальному опыту, содержание жизни сформирует свой стиль. Разные стили жизни либо благоприятствуют, либо, напротив, препятствуют полноценному социальному становлению личности. От этого будет зависеть здоровье человека, его успешность, профессиональная карьера, семейное счастье, его жизнь в целом.

ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

Учитель раздаёт родителям текст неоконченной сказки "Курилка и Физкультурка" и предлагает завершить её вместе с детьми с той целью, чтобы дети сделали сами свой осознанный выбор, с кем дружить: с полезными или вредными привычками. Законченные варианты сказок дети принесут в школу и зачитают их на уроке, где будут обсуждаться плохие и хорошие привычки. К тексту сказки учитель рекомендует выполнить иллюстрации.

Сказка «Курилка и Физкультурка»

Вчера в 1 "Б" классе поселилась Курилка. Она была невообразимо толстой, с двойным подбородком, шаркающими ногами и тяжёлой одышкой...

Курилка забиралась на парту к каждому ученику и вкрадчивым голосом уговаривала его подружиться с ней и начать курить.

Вот и сегодня Курилка подсела на парту к Пете Воробьёву и, подмигивая ему, вынула сигаретку: "Слышь, Петя, давай закурим. Ты уже первоклассник, а ещё не умеешь курить. Вон Колька из 2 "А" - уже курильщик со стажем, с детского сада покуривает. Он настоящий герой: три раза в больнице лежал, пять раз его скорая помощь увозила прямо из школы! Он и на физкультуру не ходит. Только в постели может лежать и курить, курить, курить! Не жизнь, а красота!" Петя уже протянул руку к сигарете, как вдруг в класс вбежала Физкультурка. Она была очень красивая: стройная, свежая, с ярким здоровым румянцем на щеках. Физкультурка весело выкрикнула: "Ребята! Завтра спортивный чемпионат для всех первоклассников нашей школы. Вы будете соревноваться в плавании, беге, игре в футбол, волейбол. Будет здорово и весело. Вас ждут награды и призы".

"Ура!" - закричали ребята 1 «Б».

"Но есть одно но, - продолжала Физкультурка, - к участию в чемпионате не допускаются первоклассники, которые дружат с Курилкой".

"Безобразие! Это нарушение прав свободных курильщиков! Я буду жаловаться во всемирную организацию курилок!" - раздался хриплый голос Курилки.

"Ну что ж, - засмеялась Физкультурка, - собирай свою команду, посоревнуемся!"
.....



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Совместная творческая деятельность в диалоге с ребёнком в ненавязчивой форме поможет показать разницу между вредными и полезными привычками и подвести ребёнка к осознанному выбору.

Говорят наши дети:

Людам плохо от курения
Мой папа всегда курит. А я ему говорю: "Не кури!
Можешь заболеть!" От папы, когда он курит, идёт очень плохой запах.
Это неприятно и мне, и маме.

ШПАРГАЛКА
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.

Курить - очень вредно
Один человек курил, и ему стало очень плохо. У него заболела голова, он весь побледнел, у него испортились зубы, и он начал задыхаться от дыма. Чтобы выздороветь, этот человек должен бросить курить.

Курить - вредно
Женщинам вредно курить, потому что они становятся некрасивыми. А когда у них рождаются сынки и дочки, они будут тоже курить, как мама. А ещё может случиться пожар, если курящий человек уронит сигарету на пол.

Курение вредит организму детей
Одна женщина гуляла с ребёнком в парке. Она решила покурить, а ребёнок в это время лежал в колясочке и спал. Его мама курила, и дым падал на окружающих детей и на ребёнка. У всех разболелась голова. Женщина не обращала на это внимания, она заботилась только о своём удовольствии. А ребёнок ночью никак не мог уснуть, он плакал, потому что мама курит и он надышался дымом сигарет.

Курение и его последствия

Причиной 19% всех пожаров с человеческими жертвами является непогашенная сигарета.

Курение притупляет вкусовые ощущения, обоняние, слух и ведёт к преждевременному старению всего организма. Сердце курильщика вынуждено совершать в минуту на 10-20, а в год - на 5-10 млн. сокращений больше, чем сердце некурящего, поэтому заядлый курильщик имеет в 3 раза большую вероятность сердечного приступа.

80% людей, страдающих раком лёгких, - курильщики. Курящие женщины чаще рожают детей с недостатком веса, что является основной причиной смерти новорожденных.

Вообще, курильщики в 3,5 раза больше болеют, в 2 раза чаще становятся жертвами несчастных случаев на производстве. Смертность среди бросивших курить начинает уменьшаться лишь через год после отказа от курения.

Дети курящих родителей страдают заболеваниями дыхательных путей в 2 раза чаще, чем их ровесники из некурящих семей. Родственники заядлых курильщиков имеют в 4 раза больше шансов умереть от рака лёгких.

*Посеешь поступок - пожнешь привычку,
посеешь привычку - пожнешь характер,
пожнешь характер - пожнешь судьбу.*

Пословица

В ходе собрания родители смогут

- рассмотреть понятия "привычка", "вред", "вредная привычка";
- сформулировать понятие "здоровье";
- рассмотреть влияние вредных привычек на здоровье человека;
- осознать свое отношение к привычкам (в том числе вредным);
- сформировать чувство личной ответственности за собственное здоровье, за здоровье своих детей.

Вопросы собрания

- Что такое привычка? Виды привычек (полезная/вредная).
- Что относится к вредным привычкам?
- Почему табакокурение является вредной привычкой?
- Как вредные привычки влияют на здоровье человека?

Основные понятия

- Привычка
- Вред
- Вредная привычка
- Здоровье

СТРУКТУРА СОБРАНИЯ

Этапы	Формы и методы	Время	Ожидаемые результаты
I этап Мотивация	Вводное слово учителя. Фронтальная беседа.	5 мин	Понимание родителями целей и задач собрания.
II этап Работа с понятиями	Работа в группах. Составление таблиц. Аналитический метод.	10 мин	Осмысление понятий "привычка", "вред", "вредная привычка", "здоровье".
III этап Обсуждение основной проблемы	Работа в малых группах. Работа с документами. Проектная деятельность.	20 мин	Получение подробной информации о "природе" привычки, о вредных привычках, о влиянии вредных привычек на здоровье человека. Осмысление значимости рассматриваемых вопросов.

IV этап Подведение итогов	Работа в малых группах. Коллективная дискуссия.	10 мин	Осознание степени влияния вредных привычек (табакокурения в первую очередь) на здоровье родителей и детей.
V этап Рефлексия	Синквейн.	5 мин	Осознание важности сохранения и поддержания собственного здоровья и здоровья своих детей, здорового образа жизни ребенка и самих родителей.

ХОД СОБРАНИЯ



1 ЭТАП: МОТИВАЦИЯ

Для быстрого и активного включения родителей в проблематику занятия предложите им в самом начале собрания ответить на несколько вопросов:

- ?** 1. В нашей стране левостороннее движение. Вы водите машину с рулем, расположенным с левой стороны. Вдруг Вы садитесь за руль автомобиля, расположенного с правой стороны. Ваши ощущения? Почему?
2. Вы - левша? А быть может, правша? Возьмите карандаш в другую руку и напишите свое имя. Ваши ощущения? Почему?
3. Вы любите чай без сахара, а Вам подали чай с тремя ложками сахара. Ваши ощущения? Почему?
4. Вы любите тишину, спокойствие, одиночество. И тут к вам приехали погостить родственники... Ваши ощущения? Почему?
5. Вы видели, как ребенок грызет ногти? Почему он это делает?

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ответы родителей сводятся к тому, что все предложенные ситуации вызывают ощущение неудобства, непривычности. Вывод: это происходит из-за нашего "подчинения" привычке. Причем, многие привычки влияют на наше самочувствие, а следовательно, и на здоровье.

После разминки родители готовы "включиться" в серьезную работу. Целесообразно продолжить беседу обсуждением результатов анкетирования, проведенного среди родителей по теме: "Каким я вижу моего ребенка в будущем".

Данный тест лучше провести заранее, чтобы была возможность обработать ответы на вопросы теста. Родителям предлагается выбрать один из вариантов ответов на каждый вопрос.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ**ВОПРОСЫ ТЕСТА:**

1. Что, на Ваш взгляд, является залогом счастливого будущего Вашего ребенка?
 - Здоровье
 - Знания
 - Характер
2. Что мешает ребенку быть абсолютно здоровым в современном обществе?
 - Экология
 - Некачественные продукты (и продукты генной инженерии)
 - Наследственность
 - Стрессовые ситуации
 - Вредные привычки
3. Кто, на Ваш взгляд, должен оказывать влияние на формирование у детей здорового образа жизни?
 - Семья (родители)
 - Школа
 - СМИ
 - Улица
4. Что предпринимаете лично Вы для того, чтобы Ваш ребенок рос здоровым?
 - Регулярно провожу медицинское обследование ребенка
 - Слежу за правильным распорядком дня, за режимом ребенка
 - Занимаюсь с ребенком физической культурой, спортом
 - Стремлюсь, чтобы ребенок часто выезжал на "чистый" воздух, санаторно-курортное лечение
 - Провожу профилактические беседы, дискуссии о проблемах здоровья.

Учитель делает подробный анализ теста, указывая количественный показатель ответов родителей по каждому пункту, чтобы доказать, что поднятая на данном собрании проблема не только "общая", глобальная, но и "конкретная" личная проблема каждого родителя.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Результаты проведенного тестирования позволяют сделать вывод о том, что проблема здоровья ребенка - это главная проблема для родителей. По данным Всемирной организации здравоохранения, состояние здоровья детей является одной из актуальных проблем во всем мире. Причем, здоровье воспринимается не просто как состояние отсутствия заболеваний. Здоровье - это залог счастливого будущего, основа дальнейшей жизни, ее успешности, всестороннего развития личности. Именно здоровье дает возможность для успешной учебы, карьерного роста, успешности, психологической устойчивости, оптимистического отношения к жизни. Поэтому чрезвычайно важно не только сохранять, но и укреплять здоровье подрастающего поколения.

Ведущая роль в формировании у ребенка ответственного отношения к собственному здоровью отводится родителям (об этом свидетельствуют и результаты тестирования среди родителей). Именно перед ними ставится задача - воспитание здоровой личности ребенка. Но на здоровье оказывают влияние различные факторы: зависящие от человека или нет (об этом свидетельствуют и ответы родителей в тестировании). Родителям необходимо быть в курсе того, что негативно влияет на наше здоровье и здоровье детей. Собрание посвящено рассмотрению вопроса: какое воздействие вредные привычки могут оказывать на наше здоровье.



2 ЭТАП: РАБОТА С ПОНЯТИЯМИ



Во время этого этапа родителям предлагается поработать над определениями слов "привычка", "вредная привычка", "здоровье".

Работа с понятиями проводится по группам. Родители делятся на 3 группы. Каждой группе предлагается по 2 задания, над которыми они работают.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

ПЕРВАЯ ГРУППА

1-ое ЗАДАНИЕ:

- проанализируйте предложенные словосочетания;
- выберите словосочетания, характеризующие данное понятие, чтобы закончить предложение;
- сформулируйте определение понятия "привычка".

"ПРИВЫЧКА - это форма поведения человека...".

Словосочетания: **возникающая в процессе обучения, многократное повторение, жизненные ситуации, выполняемые автоматически.**

2-ое ЗАДАНИЕ:

- ответьте на вопрос:
Какие из предложенных пословиц отражают тему занятия и почему?
Привычка-вторая натура.
На привычку есть отвычка.
Хорошему работнику мало умения, нужна привычка.
Без привычки косить тяжело. На всякое дело нужна привычка.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ЗАДАНИЯ №1

Должно получиться следующее определение:

"Привычка - это форма поведения человека, возникающая в процессе обучения, многократного повторения различных жизненных ситуаций, выполняемых автоматически. Сформировавшись, привычка становится неотъемлемой частью образа жизни".

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ЗАДАНИЯ №2

Привычка-вторая натура. Эта пословица помогает дать толкование определению "привычка". Ведь, по определению, сформированная привычка становится неотъемлемой частью нашей жизни, а значит, и характера.

На привычку есть отвычка. Эта пословица говорит о том, что при желании человек может отказаться от привычки, особенно вредной, что существуют различные способы отказа от вредной привычки.

ВТОРАЯ ГРУППА**1-ое ЗАДАНИЕ:**

- подберите синонимы к слову "ВРЕД".

2-ое ЗАДАНИЕ:

- вставьте в предложение с пропусками слова, подходящие по смыслу;
- сформулируйте определение понятия "вредная привычка".

"ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА - это _____ человека, выполняемое автоматически, наносящее _____ психическому и физическому _____ человека. Привычка, которая мешает или не дает _____ человеку в течение жизни _____ себя как _____.

Группа слов: **поведение, вред, здоровье, возможность, реализация, личность.**

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ЗАДАНИЯ №1

Повреждение, порча, потеря, ухудшение, осложнение, убыток, пагуба, невыгода.

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ЗАДАНИЯ №2

ВРЕДНАЯ ПРИВЫЧКА - это поведение человека, выполняемое автоматически, наносящее вред психическому и физическому здоровью человека. Привычка, которая мешает или не дает возможность человеку в течение жизни успешно реализовать себя как личность.

ТРЕТЬЯ ГРУППА**1-ое ЗАДАНИЕ:**

- сформулируйте свое определение понятия "здоровье".
ЗДОРОВЬЕ-это _____

2-ое ЗАДАНИЕ:

- сравните Ваше собственное определение со следующими определениями:
"Здоровье - это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, равновесие организма с окружающей средой, а также отсутствие физических дефектов и болезней".
"Здоровье - это состояние духа, эмоционально-психической и физиологической сфер жизнедеятельности человека, создающее благоприятные условия для расцвета личности человека, талантов и способностей".

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

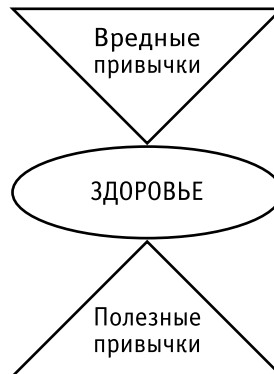
В результате обсуждения и сравнения определений получится следующее:

ЗДОРОВЬЕ - это объективное состояние и субъективное чувство полного физического, психического и социального комфорта.

**3 ЭТАП: ИЗУЧЕНИЕ ОСНОВНОЙ ПРОБЛЕМЫ**

Работа на данном этапе проводится по группам. Количество и состав групп целесообразно сохранить тем же, что и на втором этапе.

Влияние на организм человека, на его здоровье вредных привычек целесообразно начать с рассмотрения схемы, которую учитель предлагает родителям проанализировать в группах:

**ЗАДАНИЕ:**

- ответьте на "вопрос":
В какой зависимости находятся эти 3 составляющие: вредные привычки, здоровье и полезные привычки?
- графически покажите взаимосвязь и зависимость понятий: "ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ", "ВРЕДНЫЕ ПРИВЫЧКИ", "ЗДОРОВЬЕ".

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

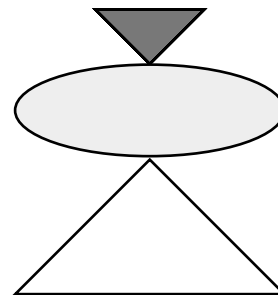
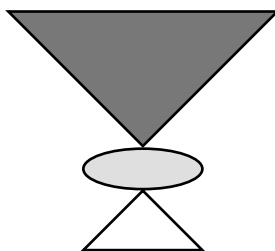
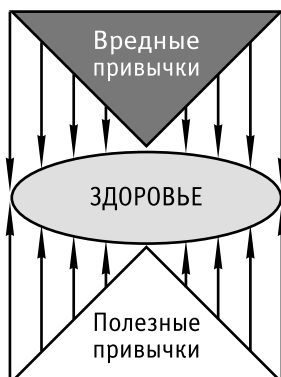
После того, как каждая группа предложила свои результаты выполненного задания, родители сообща приходят к выводу, что эти понятия взаимообусловлены и взаимозависимы.

Наше здоровье - это тот багаж, который мы имеем. Но любому человеку, даже самому здоровому, необходимо его поддерживать. Наше здоровье держится на полезных привычках. Они выступают в роли фундамента, основания. И, следовательно, чем больше у нас полезных привычек, тем крепче и надежнее здоровье.

И наоборот. Вредные привычки, как пресс, давят на наше здоровье сверху, прижимают его, делая слабее. А нам все тяжелее поддерживать его на должном уровне. Возникает зависимость: чем больше вредных привычек, тем меньше здоровья; чем больше полезных привычек и меньше вредных, тем больше здоровья.

«Здоровье и вредные привычки»

Графически эту взаимосвязь можно изобразить так:



Затем учитель предлагает раскрыть понятия, рассматриваемые в течение собрания.

Что скрывается за ПОЛЕЗНЫМИ и ВРЕДНЫМИ ПРИВЫЧКАМИ. Что можно отнести к одним, а что к другим? И на каком основании?

Учитель проводит "мозговой штурм", предлагая родителям заполнить таблицу. Учитель фиксирует ответы родителей, заполняя графы таблицы на доске или листе бумаги с той целью, что в последующем данные таблицы пригодятся в работе.

ПРИВЫЧКИ	
полезные	вредные



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

ПРИВЫЧКИ	
полезные	вредные
Здоровый образ жизни	Табакокурение
Правильное питание	Наркомания
Полноценный сон	Алкоголизм
Прогулки перед сном	Игромания
Соблюдение режима дня	Чрезмерное употребление пищи
Соблюдение норм гигиены	Самолечение
И другие	И другие

После обсуждения таблицы, предложите родителям задание:

- расположите вредные привычки:
 - 1) по степени увеличения их опасности для здоровья человека;
 - 2) по количеству людей, зависимых от данной вредной привычки.
- Почему именно так распределились места?



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ранжирование по увеличению "пагубности" привычки выглядит следующим образом. На первом месте расположена привычка, которая наносит минимальный, а на последнем месте - максимальный вред по отношению к другим:

- 1- табакокурение
- 2- игромания
- 3 -алкоголизм
- 4- наркомания

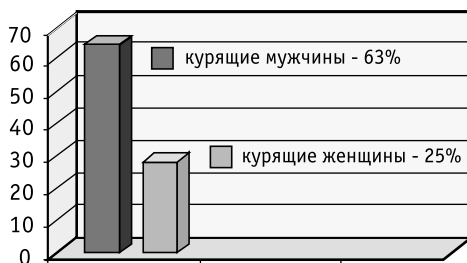
Основанием для такой последовательности является не только рассмотрение нанесения вреда физическому здоровью человека (ведь табакокурение считается "бомбой замедленного действия", то есть признаки пагубного воздействия появляются не сразу, а спустя несколько лет), но и социальная деградация личности, являющаяся следствием вредной привычки.

Учитель акцентирует внимание родителей на том, что проблема табакокурения становится с каждым годом все более актуальной. Возраст начинающих курильщиков с каждым годом становится все моложе.

И хотя главное отличие табакокурения от большинства остальных вредных привычек состоит в том, что обладатель этой привычки не деградирует как личность, нельзя рассматривать ее как "безобидную" вредную привычку.

Несмотря на то, что табакокурение по пагубности является наиболее "безобидной" привычкой, масштаб ее распространения чрезвычайно широк. Количество курильщиков превышает общее суммарное количество носителей всех других вредных привычек. И с каждым годом этот показатель становится все выше.

В подтверждение данному тезису можно привести статистические данные:



Россия находится на первом месте в мире по курению среди подростков. По результатам "Глобального опроса молодежи о табаке", проведенного в 1999 году, в России пробовали курить 67% подростков, 41% подростков курят ежедневно.

«Здоровье и вредные привычки»

Учитель предлагает группам следующее задание:

- сравните табакокурение с любой другой вредной привычкой.

Параметры сравнения	Табакокурение	Алкоголизм, наркотики, игромания

Параметры сравнения:

- причины возникновения привычки (как правило, причины одинаковы: желание снять стресс, волнение, не казаться "белой вороной", физическая зависимость и пр.);

-ощущения во время приема;

-последствия от привычки (общее: вред здоровью, степень вреда разная; различное: только при табакокурении не наступает социальная деградация личности в отличие от алкоголизма и наркомании).

Учитель может предложить родителям любой вариант для сравнения: и алкоголизм, и наркоманию, и другие. Предположим, что табакокурение сравнивали с алкоголизмом.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Параметры сравнения	Табакокурение	Алкоголизм, наркотики, игромания
Причина возникновения привычки	Стресс Незанятость Протест И др.	Стресс Незанятость Протест И др.
Ощущения во время приема	Удовольствия нет	Удовольствия нет
Привыкание	Испытывает удовольствие. С каждым разом для прежнего эффекта требуется большая доза.	Испытывает удовольствие. С каждым разом для прежнего эффекта требуется большая доза.
Последствия	Вред здоровью, "бомба замедленного действия".	Вред здоровью, причем очень быстро, яркая зависимость + деградация личности.

Табакокурение, как правило, является отправной точкой для других вредных привычек. Большинство алкоголиков и наркоманов курят.



4 ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

В результате собрания родители приходят к выводу, что здоровье (как состояние и ощущение физического, психического (и психологического) и социального комфорта) является залогом удачного будущего, необходимым условием для реализации себя как личности.

Но здоровье - категория непостоянная. Оно изменяется в силу различных обстоятельств, по зависящим или не зависящим от нас причинам. Одной из причин изменения здоровья становится вредная привычка. Табакокурение, алкоголизм, наркомания - вот неполный перечень того, что негативно влияет на организм человека. Любое из этих проявлений чаще всего начинается с первой сигареты. Постепенно количественные и качественные показатели здоровья становятся все менее утешительными.

Задача учителя на заключительном этапе - подвести родителей к мысли, что привычка - это то, что человек в состоянии изменить, в отличие от множества факторов, влияющих на ЗДОРОВЬЕ человека, над которыми человек безвластен.



Родители вместе обсуждают вопросы:

- Как влияют вредные привычки на здоровье человека, особенно ребенка?
- Как сохранить здоровье ребенка?
- Кто несет ответственность за здоровье своих детей?



5 ЭТАП: РЕФЛЕКСИЯ

В конце собрания представляется целесообразным обратить внимание на впечатление родителей от прошедшего собрания, полученной информации. Предложите родителям составить синквейн:



- 1 группе по теме "**Вредная привычка**"
- 2 группе по теме "**Курение**"
- 3 группе по теме "**Здоровье**"

Это задание дает возможность учителю увидеть, в какой степени слушатели восприняли информацию и какой интерес они испытывают к теме данного собрания.

В финале целесообразно выслушать мнение родителей о ходе собрания.

* * *

Как считают психологи, в основе устойчивого следования вредным привычкам лежат:

- негативный пример старших членов семьи,;
- социальная преемственность поколений;
- необходимость выглядеть "нормальным" членом общества; не выделяясь на фоне большинства;
- сопротивление запретам старшего поколения.

* * *

Ученые-психологи вычленили 6 методов, которые обычно применяются для избавления от нежелательной привычки:

1. Замена одного отклика на другой (например, фрукты вместо конфет, сосательные конфеты или жвачка вместо сигареты).
2. Повторение действия до тех пор, пока усталость или другое неприятное ощущение не отвратит от него (слушать одну и ту же песню, пока не надоест, выкуривать одну сигарету за другой, пока не наступит отвращения от курения).
3. Перемена окружения с целью избавления от стимула (если подросток много времени проводит в компании людей, где большинство курит, попытаться сменить круг общения, чтобы изолировать ребенка от курения).
4. Постепенное включение стимула, приводящего к реакции, которой хотят избежать (подарить щенка, чтобы не бояться собак).
5. Наказание, являющееся наименее эффективным мероприятием.
6. Осознание причины привычки (негативный пример, нежелание выглядеть "белой вороной", запрет и порицание старшего поколения и другие), создание новой модели поведения.

* * *

Армянская притча

В далеком прошлом, когда табак только что был завезен в Армению из дальних стран, у подножия Арарата жил один старец, добрый и мудрый. Он сразу невзлюбил это одурманивающее растение и убеждал людей не использовать его. Однажды старец увидел, что вокруг чужеземных купцов, разложивших свой товар, собралась огромная толпа. Купцы кричали: "Божественный лист, божественный лист! В нем средство от всех болезней!"

Подошел мудрый старец, сказал:

- Этот "божественный лист" приносит людям и другую пользу: к курящему в дом не войдет вор, его не укусит собака, он никогда не состарится.

Купцы с радостью посмотрели на него.

- Ты прав, о мудрый старец! - сказали они. - Но откуда ты знаешь о таких чудесных свойствах "божественного листа"?

И мудрец пояснил:

- Вор не войдет в дом курящего потому, что тот всю ночь будет кашлять, а вор не любит входить в дом бодрствующего человека. Через несколько лет курения человек ослабеет и будет ходить с палкой. А какая собака укусит человека, если он с палкой?! И наконец, он не состарится, ибо умрет в молодости...

Отошли люди от купцов, задумавшись...

Всякий курильщик должен знать и помнить, что он отравляет не только себя, но и других.

Н.А. Семашко

В ходе собрания родители смогут

- на основе анализа материалов СМИ и общего обсуждения составить представление о пассивном курении как серьезном факторе риска для здоровья своих детей;
- сформировать аргументированную позицию относительно проблемы пассивного курения;
- рассмотреть варианты защиты от курильщиков дома и на улице;
- задуматься о последствиях пассивного курения как дополнительных аргументах к отказу от собственного курения.

Вопросы собрания

- Как соотносятся между собой понятия "родительское счастье", "родительская забота"?
- Могут ли родители повлиять на состояние здоровья своего ребенка?
- Что такое пассивное курение?
- Каковы последствия пассивного курения для детского здоровья?
- Как защитить себя и своих детей от пассивного курения?

Основные понятия

- Пассивное курение
- Забота

СТРУКТУРА СОБРАНИЯ

Этапы	Формы и методы	Время	Ожидаемые результаты
I этап Мотивация	Мозговой штурм. Круговая беседа.	7 мин	Родители приходят к выводу, что родительское счастье, в первую очередь, - это здоровье детей.
II этап Работа понятиями	Моделирование ситуаций. Поисковый метод.	15 мин	Родители уточняют понятие "пассивное курение", осознают понятия "забота", "заботливые родители".
III этап Обсуждение основной проблемы	Работа в группах. Дискуссия. Работа с документами. Работа с таблицей. Ролевая игра. Создание плакатов.	33 мин	Родители в ходе дискуссии приходят к выводу, что пассивное курение вредно для окружающих, особенно для детей. Родители прогнозируют свои действия в ситуациях пассивного курения.

«Пассивное курение-это опасно?»

IV этап Подведение итогов	Рефлексия "Продолжи фразу".	5 мин	Родители высказывают свое мнение о собрании, делятся впечатлениями, насколько полезной для них была информация о пассивном курении.
---------------------------------	--------------------------------	----------	---

ХОД СОБРАНИЯ



1 ЭТАП: МОТИВАЦИЯ



Учитель предлагает родителям поразмышлять о родительском счастье и ответить на вопрос: Что такое для Вас родительское счастье?

Родителям в процессе круговой беседы предлагается завершить фразу:

"Родительское счастье для меня - это...".

Возможные варианты:

это когда ребенок весел и здоров, ...Это когда у детей все хорошо, ...когда у детей все получается, ...когда дети не болеют.

Все мы согласимся, что родительское счастье - это, в первую очередь, когда дети здоровы. На детский организм ежеминутно воздействует множество самых разных факторов, которые положительно или отрицательно влияют на здоровье.

От чего же зависит здоровье ребенка?

**ЗАДАНИЕ:**

- разделитесь на группы;
- в режиме "мозгового штурма" составьте перечень факторов, влияющих на уровень здоровья детей;
- проранжируйте и выделите наиболее важные из них.

Затем в процессе обсуждения и презентации ответов групп составляется общий перечень факторов, негативно влияющих на здоровье человека. Результаты фиксируются на доске.

Учитель может указать на их процентное соотношение.

Если условно уровень здоровья принять за целое, то **50%** уровня здоровья зависит от следующего перечня факторов:

- наследственность (от того, насколько здоровы родители);
- условия внешней среды (от чистого воздуха, природы, воды, в том числе экологии домашнего жилища);
- деятельность системы здравоохранения.

Остальные 50 % зависят от самого человека, от образа жизни, который он ведет.

Можем ли мы, родители, влиять на какие-то из этих факторов? Зависит ли от нас, например, экология жилища, а значит, и здоровье собственных детей? Влияет ли дым табакокурильщиков на членов семьи? Давайте постараемся разобраться в этом в ходе сегодняшнего собрания на тему: "Пассивное курение-это опасно?".



2 ЭТАП: РАБОТА С ПОНЯТИЯМИ



Этот этап работы рекомендуется проводить в микрогруппах.

Что такое "**пассивное курение**"?

Родителям предлагается придумать сценки-ситуации на тему:

"Пассивное курение в картинках".

Участниками в процессе работы создается перечень ситуаций, где дети бывают подвержены действию табачного дыма чаще всего.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Возможные варианты ситуаций

- *папа смотрит футбольный матч и курит, рядом сын за столом делает уроки;*
- *мама с дочкой приходят в кафе и вынуждены бежать из него, так как в помещении накурено;*
- *дети ждут автобус на остановке и дышат дымом рядом курящего мужчины и т.п.*
- *беременная женщина сидит в парке на скамеечке и курит;*
- *молодой папа гуляет с малышом в коляске, малыш спит; отец встречает друга, завязывается разговор, они закуривают.*

В ходе представления результатов работы ставится задача: выделить основные признаки понятия "пассивное курение" и выбрать из трех предложенных на доске определений одно, наиболее верное:

Пассивное курение:

- курение не в затяжку;
- курение иногда;
- вынужденное вдыхание табачного дыма тем, кто не курит.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Пассивное курение - это вынужденное вдыхание табачного дыма тем, кто не курит.

Родителям предлагается пояснить утверждение: "**Заботливые родители - здоровые дети**", а также привести примеры фраз, выражающих заботливое поведение родителей по отношению к детям, например:

- Давай, я помассирую тебе больное место.
- Это, конечно, плохо, но не стоит так нервничать.
- Как ты себя чувствуешь сегодня?

В словаре русских синонимов и сходных по смыслу выражений приводятся следующие синонимы к слову "**забота**": *речение, радение, рвение, старание, беспокойство, возня, хлопоты, уход, внимание, надзор, призор, присмотр, попечение.*

Участникам собрания предлагается на основе анализа данных из словаря и выполненного задания составить определение понятия "забота".

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Забота - это деятельная любовь, желание добра и само добро, обращенные к окружающим.

В сознании многих из нас "забота" предстает как простое, с детства знакомое доброе ласковое слово, не научное понятие, а явление повседневной жизни.

Здоровье детей с первых дней жизни - самая главная **забота** родителей.

**3 ЭТАП: ОБСУЖДЕНИЕ ОСНОВНОЙ ПРОБЛЕМЫ**

Давайте попробуем исследовать проблему влияния пассивного курения на здоровье детей и обсудить верность следующей формулы: **"Пассивное курение = двойное отравление"**.

Организуется **дискуссия**.

- Участники делятся на три микрогруппы.
- Группам дается задание: на основе информационных материалов, а также на основе собственного жизненного опыта составить:



- | | |
|----------|--|
| 1 группа | аргументы "за" пассивное курение |
| 2 группа | аргументы "против" пассивного курения, |
| 3 группа | указать основные "зоны риска здоровья детского организма" , страдающие от пассивного курения, как аргумент "против" |

- Проводится жеребьевка и решается вопрос, какой из команд предстоит отстаивать заявленный тезис, а какой - отвергать.
- Участники команды "за" готовят и представляют свои **аргументы**, а участники команды "против" готовят и представляют свои **контраргументы**.
- В конце дискуссии на плакате с изображением ребенка отображаются **"зоны риска ухудшения здоровья детского организма"**: зубы, кровеносная система, дыхательная система и т.д.
- Аргументы "за" и "против" фиксируются на доске в таблице.

МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ДИСКУССИИ - ДЕБАТОВ.
РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Пассивное курение разрушает детские зубы. www/likan.Info

Курение родителей повышает заболеваемость кариесом среди детей. К такому выводу пришли ученые университета Рочестера, проанализировавшие состояние полости рта почти 4 тыс. детей. Доктор Эндрю Элайн обратил внимание на то, что кариес чаще встречается у детей из бедных семей. При анализе многих факторов (пол, возраст, место жительства и др.) установлено, что именно курение родителей повышает частоту разрушения зубов у детей.

**Александр Ржевский. Пассивное курение - здоровью не во вред.
www.utro.ru/articles/2003/05_116/148076.shtml**

Пассивное курение не так опасно для здоровья, как нас долгие годы убеждали медики. В результате исследования, проведенного американскими учеными, связь между пассивным курением и типичными для курильщика болезнями не подтвердилась. Ни у одного из обследованных пациентов, долго вдыхавших дым сигарет, не было найдено ни коронарной болезни, ни рака легких - типичных заболеваний заядлых курильщиков. Всего в исследовании приняли участие 35,5 тыс. человек, которые никогда в жизни даже не пробовали курить, зато кто-нибудь из их близких дымил, как паровоз. Результаты исследования опубликованы в статье английского издания *British medical journal*, в котором авторы делают вывод: "Связь между пассивным курением и возникновением легочных и сердечных заболеваний намного меньше, чем считалось до недавнего времени".

Пассивное курение. <http://anti-smoking.ru/stati>

В течение последних лет появляется все больше сведений о том, что так называемое пассивное курение способствует развитию у некурящих заболеваний, свойственных курильщикам. Пассивный курильщик, находясь в помещении с безостановочно курящими в течение 1 часа, вдыхает такую дозу некоторых газообразных составных частей табачного дыма, которая равносильна выкуриванию половины сигареты, однако доза вдыхаемых твердых частичек, в том числе смолы, несколько меньше и соответствует выкуриванию 0,1 части сигареты. Маленький ребенок значительно хуже защищается от пассивного курения, чем взрослый. В семьях курильщиков у детей, находящихся в одном помещении с курящими родителями, вдвое чаще регистрируются респираторные заболевания по сравнению с детьми, родители которых курят в отдельном помещении, или с детьми, родители которых не курят. Однако результаты исследования здоровья детей школьного возраста в связи с курением их родителей уже не говорят определенно о вреде пассивного курения.

**О вреде пассивного курения, или пассивное курение и его влияние на организм. По материалам Московского городского Центра по лечению и профилактике табакокурения.
<http://www.toprunet.com/article.phpid>**

У детей из семей, где один или оба родителя курят дома, чаще возникают простудные заболевания: бронхит и пневмония. Эти дети чаще болеют в раннем детстве, чаще пропускают школу и вообще получают меньший запас здоровья на будущую жизнь. Курение родителей на 20 -80% увеличивает риск заболевания дыхательной системы, тормозит рост легких ребенка. Воздействие на респираторную систему ребенка пассивного курения не исчерпывается его сиюминутным токсическим влиянием на организм, даже после подрастания остается разница в показателях умственного и физического развития в группах детей из семей курильщиков и некурящих. Ученые пришли к сенсационному выводу: дети впитывают никотин, даже если родители не курят в их присутствии. Это связано с так называемым "третичным дымом",

«Пассивное курение-это опасно?»

частицами и газами, которые образуются при горении сигарет. Частицы способны оседать на стенах мебели, одежде и даже на волосах, а затем могут попадать в организм некурящих людей. Поэтому ребенок может получать никотин и другие вещества табачного дыма, просто обнимая свою мать, даже если она никогда не курит в его присутствии.

Материалы из книги "Что такое пассивное курение?"

Составитель Александр Пащенко. Калининград, 2000г. Что такое пассивное курение?

Большинство некурящих из числа ваших родственников, сослуживцев неоднократно замечало, что, находясь в закрытом помещении в окружении курящих, начинает испытывать как минимум состояние дискомфорта. Табачный дым не дает им возможности сосредоточиться на работе, ослабляет внимание, снижает работоспособность, усвоение материала, а у некоторых четко проявляется клиническая симптоматика, а именно: отмечается раздражение слизистых оболочек глаз и верхних дыхательных путей, сухость в горле, чихание, кашель, головные боли, обостряется течение сердечно-сосудистых, легочных заболеваний, аллергических реакций и пр. Ну а причина появления такого "букета" симптомов ясна - пострадавшие стали жертвами пассивного (вынужденного, принудительного, невольного) курения. Именно пассивное курение, как подтверждают исследования отечественных и зарубежных специалистов, способствует развитию у некурящих заболеваний, свойственных курильщикам.

"Курильщики поневоле", находясь в окружении курящих, попадают под воздействие так называемого "бокового" дымового потока, исходящего от тлеющей сигареты, в котором содержится множество высокотоксичных химических компонентов: угарный газ, оксид азота, альдегиды, цианид, акролеин и другие твердые и жидкие вещества, отрицательно влияющие на состав крови, мочи, на сердечно-сосудистую, нервную системы и т.д.

Особую опасность для здоровья представляют находящиеся в табачном дыме канцерогенные соединения, обладающие способностью накапливаться в организме человека практически без потерь. В литературе по вопросам профилактики курения приводится немало поучительных примеров, доказывающих, что из "бокового" потока, образующегося при сгорании сигареты, в легкие некурящих попадает в десятки раз больше канцерогенных веществ, чем из "прямого дымового потока", направленного в легкие курильщика.

Ученые пришли к заключению, что некурящие, находясь в одном помещении с активными курильщиками, вдыхают до 14 мг канцерогенных веществ, которые задерживаются в легких до 70 дней.

И все это не досужая выдумка ученых, так как наличие в прокуренных помещениях канцерогенных веществ, способствующих возникновению онкологических заболеваний, легко обнаруживается с помощью современных химических методов. Абсолютно недопустимо нахождение в прокуренных помещениях беременных женщин - будущих матерей, а также детей и подростков.

Запомните! Табачные яды отрицательно влияют не только на здоровье будущей матери, но и на развитие плода, так как легко проникают в его кровеносную систему через плаценту (детское место). И как результат - выкидыш, преждевременные роды, рождение недоношенных, ослабленных, болезненных детей.

Ну а после рождения ребенка отдельные компоненты табачного зелья могут легко задерживаться в материнском молоке, что впоследствии может сказаться на его умственном и физическом развитии. Так как же бороться с таким злом, каким является пассивное курение? Как защитить некурящих? Одними запретами преодолеть это зло невозможно. Запрещение курения во всех видах транспорта, в культурно-зрелищных, санаторно-курортных, лечебно-профилактических учреждениях, на рабочих местах предприятий и организаций и т. д. не дало ожидаемых результатов.

Но есть другой путь, на наш взгляд, совсем несложный!

По многочисленным статистическим данным, в нашей стране курящие (впрочем, как и некурящие!) неплохо осведомлены о вредном влиянии курения на здоровье. Исходя из этого, мы вправе обратиться к сознанию всех любителей табачных изделий.

Уважаемые товарищи! Курить или не курить - это личное дело каждого. Но почему от этого должны страдать окружающие?

Так будьте благоразумны и не курите, пожалуйста, в присутствии некурящих!



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

"ЗА"	"ПРОТИВ"
<p>Я никого не заставляю курить. Сигаретный дым не вредит здоровью окружающих, если они не курят. Ничьи права не ущемляю. Не нравится - отойди в сторону.</p>	<p>У пассивных курильщиков:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Слезятся глаза • Начинается кашель и чихание • Головная боль • Головокружение, тошнота • Ослабление памяти • Запах на волосах и одежде • Развиваются заболевания, свойственные курильщикам <p>Здоровье детей более уязвимо от пассивного курения, чем у взрослых. Негативный пример для подражания, особенно для детей. Нанесение вреда здоровью будущего ребенка (он является пассивным курильщиком), если беременная женщина курит. Ущемление права на заботу о собственном здоровье.</p>

В результате дискуссии родители приходят к выводу, что пассивное курение является крайне вредным для здоровья ребенка. Подтверждением этому может быть факт: если ребенок живет в квартире, где один из членов семьи выкуривает 1-2 пачки сигарет, то у ребенка обнаруживается в моче количество никотина, соответствующее 2-3 сигаретам.

Хотя информация, представленная из разных источников, противоречива, стоит принять все возможные профилактические меры, чтобы избежать последствий пассивного курения на здоровье ребенка.

«Пассивное курение-это опасно?»

Можно ли что-то сделать, чтобы люди не курили вокруг нас и наших детей? Как мы можем в данном случае проявить заботу о своем здоровье и здоровье детей?

Обсуждение вопроса происходит в ходе **ролевой игры: "Почему бы Вам не..."**

Педагог зачитывает текст. Можно, чтобы монолог прозвучал и уст одного из родителей.

МОНОЛОГ КУРИЛЬЩИКА

Современный человек подвержен стрессам, нет ни минуты свободного времени, нагрузки эмоциональные, психические, физические. Где найти спасение от этого кошмара? Есть одно средство расслабиться - затянуться хорошей сигаретой. Правда, помогает не очень, но все же релаксация. Легко, доступно, быстро и главное - никому не мешаю. Как приятно втянуть в себя теплый сладкий дым сигареты утром с чашкой кофе или выйдя из общественного транспорта на свежий воздух, или после разговора с начальником и, конечно же, вечером с газетой у телевизора.

Дети?... А что дети?... Я с детьми очень строг. Никаких сигарет! Авторитет у меня - о - го-го! Если только попробуют, гнев мой будет страшен! И потом, я их закаливаю, заставляю заниматься спортом. Я отдыхаю, сижу под березкой, курю, а они в футбол играют. Здоровье - вот что самое главное! О нем заботиться нужно!



Очень расхожее мнение среди родителей, но ошибочное. Чтобы развенчать это мнение, проведем ролевую игру.

- Участники делятся на микрогруппы по 4-6 чел.
- Каждая из микрогрупп получает свою роль, например: **"Некурящие страдальцы", "Педагоги", "Дети", "Врачи", "Правозащитники".** **"Страдальцы"** обращаются ко всем за советом: **"Что делать, если в доме курильщик?"** (Можно обратиться ко всем с речью, как можно более драматизировав ситуацию примерами из жизни).
- Участники игры, предварительно обсудив в микрогруппах, должны дать советы курильщикам с позиции той роли, которую они играют. Каждый совет начинается со слов: **"Почему бы Вам не..."**.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ (как вариант)

а) педагоги:

Почему бы Вам не перестать курить в присутствии детей, так как вы подаете дурной пример. Большой процент детей, пристрастившихся к этой привычке, именно из семей, где хотя бы один родитель курит.

б) дети:

Почему бы Вам не перестать курить в присутствии детей. Если взрослых членов семьи не жалко, так хоть бы пожалели нас. В этом дыму уроки не запоминаются, уже голова болит и тошнит. А на кухне пахнет не любимыми пирогами, а табачным дымом.

в) врачи:

Почему бы Вам не перестать курить в присутствии детей, так как дети уязвимы к вторичному дыму сильнее, чем взрослые. Иммунная система и легкие детей еще не сформировались. Под воздействием дыма сигарет могут развиваться болезни органов дыхания,

органов кровеносной системы, страдают зубы. Настоятельно рекомендуем организовать дома ежедневный прием витаминов, заниматься спортом, больше бывать на свежем воздухе.

г) правозащитники:

Почему бы Вам не перестать курить в присутствии детей, а организовать для этого "место для курения" (балкон, лестничная площадка), и таким образом курильщик не будет нарушать право на "чистый воздух" всех остальных членов семьи.

В конце игры "страдальцам" предлагается выделить из предложенных рекомендаций наиболее удачные, рациональные.



Данный этап родительского собрания заключается в выполнении родителями в микрогруппах творческого задания:

Нарисовать плакат как вариант социальной рекламы на тему: "Всякий курильщик должен знать и помнить, что он отравляет не только себя, но и других".

- Участники делятся на микрогруппы.
- Происходит обсуждение идей и выбирается одна наиболее удачная.
- Обращается внимание участников на обязательную социальную направленность плакатов.
- Родители рисуют плакаты.
- Выполнение задания завершается презентацией итогов работы.

При защите указываются:

- | | |
|-------------------------------|---------------------------------|
| - Задачи плаката | - Идея плаката |
| - Социальное значение плаката | - Воспитательный эффект плаката |

Материалы творческого задания - плакаты - можно вывесить в школьном пресс-центре, использовать как наглядные материалы для проведения акций и мероприятий по антитабачной теме.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

В ходе выполнения этой работы родители смогут проявить свою позицию по обсуждаемой проблеме, высказать свое отношение к пассивному курению и осознать актуальность разговора. Значимость этой работы состоит в том, что родители:

- получают знания о вреде пассивного курения;
- смогут использовать эту информацию в профилактике;
- не останутся "равнодушными прохожими" по отношению к чужим детям;
- проявят заботу о детях, об их здоровье и будущем.



4 ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

В процессе круговой беседы родителям предлагается завершить два варианта фраз:

1. Пассивное курение - оказывается...

2. Теперь я точно знаю...

Быть или не быть пассивным курильщиком?

Если мы позволяем кому-то курить в нашем присутствии и в присутствии наших детей, то мы и наши дети превращаемся в пассивных курильщиков со всеми вытекающими последствиями вдыхания табачного дыма.

В результате опроса молодежи о курении оказалось, что лишь 50% подростков избавлены от принудительного вдыхания табачного дыма у себя дома.

Если мы хотим защитить себя и своих детей и не превратиться в пассивных курильщиков, то это потребует определенных усилий. Нам предстоит осознать свои права на чистый воздух и научиться их защищать. Наша задача в отношении курильщиков состоит вовсе не в том, чтобы ставить им на вид, а в том, чтобы помочь им стать некурящими. Как свидетельствуют сами бывшие курильщики, нет ни одного курящего человека, который бы временами не мечтал стать некурящим. Кроме того, курильщик вспоминает о сигарете во многих случаях, когда у него просто что-то не ладится и он испытывает дискомфорт по какому-то поводу. Если в этот момент он находится рядом с нами и собирается закурить, то, попросив его не курить в нашем присутствии, мы будем способствовать тому, чтобы он выкурил хотя бы на одну сигарету меньше, и он будет иметь возможность поупражняться в том, чтобы не курить как можно дольше. Таким образом, мы будем способствовать приближению курильщика к осуществлению его заветной мечты - освобождению от курения.

<http://www.adicorgua/sober-cool>

Правила одной курильщицы

(Может, курящим родителям стоит выработать подобные и следовать им?)

1. Я не курю при некурящих собеседниках и детях.
2. Я выбираю залы для некурящих в ресторанах (если таких залов там нет, в этот ресторан я не зайду).
3. Я не курю в жилых комнатах квартиры.
4. Тщательно соблюдаю правила личной гигиены (чтобы исключить запах изо рта).
5. Я не курю на работе.

URL: www.24open.ru

Материалы из книги "Что такое пассивное курение?"

Составитель Александр Пащенко. Калининград, 2000г.

Что такое пассивное курение?

Большинство некурящих из числа ваших родственников, сослуживцев неоднократно замечало, что, находясь в закрытом помещении в окружении курящих, начинает испытывать как минимум **состояние дискомфорта**.

Табачный дым не дает им возможности сосредоточиться на работе, ослабляет внимание, снижает работоспособность, усвоение материала, а у некоторых четко проявляется клиническая симптоматика, а именно: отмечается раздражение слизистых оболочек глаз и верхних дыхательных путей, сухость в горле, чихание, кашель, головные боли, обостряется течение сердечно-сосудистых, легочных заболеваний, аллергических реакций и пр. Ну а причина появления такого "букета" симптомов ясна - пострадавшие стали жертвами пассивного (вынужденного, принудительного,

невольного) курения. Именно пассивное курение, как подтверждают исследования отечественных и зарубежных авторов, способствует развитию у некурящих заболеваний, свойственных курильщикам.

"Курильщики поневоле", находясь в окружении курящих, попадают под воздействие так называемого "бокового" дымового потока, исходящего от тлеющей сигареты, в котором содержится множество высокотоксичных химических компонентов: угарный газ, оксид азота, альдегиды, цианид, акролеин и другие твердые и жидкие вещества, отрицательно влияющие на состав крови, мочи, на сердечно-сосудистую, нервную системы и т.д. Особую опасность для здоровья представляют находящиеся в табачном дыме канцерогенные соединения, обладающие способностью накапливаться в организме человека практически без потерь.

В литературе по вопросам профилактики курения приводится немало поучительных примеров, доказывающих, что из "бокового" потока, образующегося при сгорании сигареты, в легкие некурящих попадает в десятки раз больше канцерогенных веществ, чем из "прямого дымового потока", направленного в легкие курильщика.

Ученые пришли к заключению, что некурящие, находясь в одном помещении с активными курильщиками, вдыхают до 14 мг канцерогенных веществ, которые задерживаются в легких до 70 дней.

И все это не досужая выдумка ученых, так как наличие в прокуренных помещениях канцерогенных веществ, способствующих возникновению онкологических заболеваний, легко обнаруживается с помощью современных химических методов.

Абсолютно недопустимо нахождение в прокуренных помещениях беременных женщин - будущих матерей, а также детей и подростков.

Запомните! Табачные яды отрицательно влияют не только на здоровье будущей матери, но и на развитие плода, так как легко проникают в его кровеносную систему через плаценту (детское место). И как результат - выкидыш, преждевременные роды, рождение недоношенных, ослабленных, болезненных детей.

Ну а после рождения ребенка отдельные компоненты табачного зелья могут легко задерживаться в материнском молоке, что впоследствии может сказаться на его умственном и физическом развитии.

Так как же бороться с таким злом, каким является пассивное курение? Как защитить некурящих? Одними запретами преодолеть это зло невозможно. Запрещение курения во всех видах транспорта, в культурно-зрелищных, санаторно-курортных, лечебно-профилактических учреждениях, на рабочих местах предприятий и организаций и т. д. не дало ожидаемых результатов.

Но есть другой путь, на наш взгляд, совсем несложный!

По многочисленным статистическим данным, в нашей стране курящие (впрочем, как и некурящие!) неплохо осведомлены о вредном влиянии курения на здоровье. Исходя из этого, мы вправе обратиться к сознанию всех любителей табачных изделий.

Уважаемые товарищи! Курить или не курить - это личное дело каждого. Но почему от этого должны страдать окружающие?

Так будьте благоразумны и не курите, пожалуйста, в присутствии некурящих!

| *Знал бы, где упасть, соломку подстелил.*

Русская народная поговорка

В ходе собрания родители смогут

- определить особенности работы по профилактике детского табакокурения;
- обсудить правила профилактики детского табакокурения;
- составить план работы с подростками по предупреждению курения;
- познакомиться с такой формой работы по профилактике курения, как игра.

Вопросы собрания

- Что такое профилактическая работа?
- Каковы особенности работы по профилактике детского табакокурения?
- Каких правил нужно придерживаться в профилактической работе с детьми?
- Каковы эффективные формы работы по профилактике табакокурения?

Основные понятия

- Профилактика
- Профилактика детского табакокурения

СТРУКТУРА СОБРАНИЯ

Этапы	Формы и методы	Время	Ожидаемые результаты
I этап Мотивация	Вводное слово учителя. Постановка проблемы.	3 мин	Родители приходят к пониманию задач, возникает интерес к проблеме.
II этап Работа с понятиями	Аналитический метод.	5 мин	Родители формулируют понятия "профилактика" и "профилактика детского табакокурения".
III этап Обсуждение основной проблемы	Работа в группах. Работа с документами. Игра "Опасное путешествие".	50 мин	Родители -обсудят особенности работы по профилактике детского табакокурения; -познакомятся с правилами профилактики; -составят и презентуют план профилактики табакокурения в семье; -обсудят эффективность применения различных форм профилактики; -познакомятся с методикой проведения игры.

IV этап Подведение итогов	Фронтальная беседа.	3 мин	Родители формулируют основные выводы собрания.
---------------------------------	---------------------	----------	---

ХОД СОБРАНИЯ



1 ЭТАП: МОТИВАЦИЯ

Ухудшение здоровья детей школьного возраста в России стало не только медицинской, но и серьезной педагогической проблемой.

Возникает такой образ: тихая, полноводная река, в ней купаются дети, не очень умеющие плавать. Впереди - огромный, кипящий водопад. Течение уносит детей, они оказываются в падающем потоке воды, рискуя разбиться и погибнуть. А мы, взрослые, стоим внизу, протягиваем руки и пытаемся их спасти, в то время как мы должны были быть наверху, где спокойное течение, и учить их плавать.

Если перенести эту метафору в область здоровья, то река - это образ жизни, и наша общая задача - научить каждого ребенка безопасному плаванию по ней, всячески помогая ему в выборе стиля жизни, способствующего сохранению и укреплению здоровья.

Есть школьные предметы, в рамках которых ребенок получает базовые знания о здоровом образе жизни, приобретает необходимые навыки. Но, к сожалению, часто формальное, отстраненное от реальной жизни ребенка обучение мало способствует выбору правильных поступков, здорового поведения.

При всех достоинствах большинства существующих систем обучения детей здоровому образу жизни общим их недостатком является то, что ребенок рассматривается исключительно как объект для обучения, как "пустой сосуд", который нужно наполнить "правильным содержанием".

Мы должны уважать опыт ребенка и искать такие подходы, которые бы помогали нам понять, как он видит мир. Если мы хотим достичь цели - направить выбор детей к принятию здорового образа жизни, то должны признать их право иметь полезные идеи и взгляды на самих себя.

Практический опыт показывает, что совместная деятельность детей и родителей поможет понять, что наши дети знают о здоровье, что их интересует, беспокоит, тревожит больше всего, что бы они хотели сделать для своего здоровья и здоровья других людей. А инструментом может стать сотворчество, совместное постижение знаний, опыта - в неформальном, партнерском взаимодействии детей, родителей и педагогов.

Одним из ключевых моментов в выработке мотивации ребенка на сознательное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих является формирование понимания осознанной необходимости в решении вопросов физического и нравственного здоровья. Если ребенком не будет внутренне принята позиция: "Это мне надо", то все старания взрослого будут напрасны.

«Профилактика детского табакокурения»

Эта совместная деятельность может быть не только интересной и увлекательной - она выгодна с точки зрения здоровья для каждого участника этого процесса. На сегодняшнем собрании мы попробуем научиться делать эту работу интересной и увлекательной. Эффективность работы достигается в результате сотворческой деятельности каждого участника этого процесса.

Смысл нашего эпиграфа и образа, который мы сейчас представили, объясняет выбор темы родительского собрания. Назвать эту тему можно одним словом - "Профилактика". На собрании мы рассмотрим это широкое понятие и обсудим более узкое направление - профилактику детского табакокурения.



2 ЭТАП: РАБОТА С ПОНЯТИЯМИ



Педагог организует работу в группах.

ЗАДАНИЕ:

- самостоятельно сформулируйте определение понятия "профилактика".

Родители предлагают свои варианты, педагог обобщает и подводит к выводу:

Профилактика - 1) совокупность мероприятий, предупреждающих заболевания и направленных на создание здоровых условий труда и быта населения; 2) совокупность мероприятий, предохраняющих от порчи, износа и т.д. (в технике) (Толковый словарь Ефремовой)

Далее педагог предлагает уточнить, что такое **профилактика детского табакокурения**.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Профилактика детского табакокурения - совокупность методов и форм работы, предупреждающих курение среди несовершеннолетних, направленных на создание здоровых условий для образования и развития, на формирование навыков здорового образа жизни.



3 ЭТАП: ИЗУЧЕНИЕ И ОБСУЖДЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ

Различают 2 вида раннего курения:

- "игру", основанную на любопытстве и подражании взрослым, случайном нерегулярном экспериментировании;
- раннее курение, связанное с педагогической запущенностью и вовлеченностью в компанию старших курящих подростков.

Профилактическая работа эффективна при первом виде курения, в то время как второй вид курения является объектом психологической и педагогической коррекции поведения ребенка.

Профилактическая работа с подростками имеет свои **особенности**.

Педагог предлагает родителям работу в группах.



ЗАДАНИЕ:

- разбейтесь на три группы;

- познакомьтесь и проанализируйте информацию об особенностях профилактики детского табакокурения;
- выделите в каждом тезисе главную мысль, сформулируйте ее одним предложением, запишите на листе А - 4 фломастером:
 - 1 группа* - 1, 2 тезисы,
 - 2 группа* - 3, 4 тезисы,
 - 3 группа* - 5, 6 тезисы.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Особенности профилактики детского табакокурения

1. У детей этого возраста отсутствуют базовые знания из области анатомии и физиологии человека. Поэтому формируется абстрактное, лично незначимое отношение к курению. Сообщать им о вредном воздействии табака необходимо с объяснением в доступной форме, как функционирует та или иная система органов в организме человека.

2. Большинство подростков не могут достаточно четко сформулировать аргументы "за" и "против" курения именно в силу того, что у них представления о вреде курения носят неопределенный аморфный характер. Поэтому наряду со знаниями необходимо формировать умение четко формулировать аргументы против курения.

3. В профилактике важна правильная расстановка акцентов при подаче материала. Основным направлением профилактической работы должно стать обоснование необходимости сохранения и поддержания здоровья в любом возрасте, для чего весьма важно избегать вредных привычек, в частности курения.

4. Юные курильщики не осознают факт привыкания к табаку. У них существует иллюзия, будто от курения можно отказаться в любой момент, что человек курит потому, что ему это нравится, а не потому, что уже не может обойтись без сигареты.

5. Существенную роль в приобщении подростков к курению играет давление группы сверстников или более старших подростков, которые уже курят и считают это своеобразной групповой нормой. В результате подросток вынужден принять эту норму, если он хочет войти в группу. В подростковом возрасте потребность в одобрении поведения со стороны сверстников является базисной потребностью. Курение может оказаться той минимальной жертвой, на которую подросток готов пойти, чтобы оказаться в компании. Поэтому задачей профилактической работы является формирование умения противостоять давлению сверстников.

6. Эффективными мерами профилактики табакокурения в подростковом возрасте являются групповые игры, дискуссии, так как именно в них ребенок получает навыки формулирования аргументов, учится защищать свою позицию, чувствует себя значимым. Кроме того, важным является предоставление достоверной информации в формах, интересных для подростка, проведение разнообразных опытов, показывающих вредное воздействие веществ табачного дыма. Но самыми эффективными методами профилактики всегда были: занятость подростков интересными творческими делами, интерес к делам подростков со стороны взрослых, совместный отдых и совместная работа с родными, причастность ребенка к решению семейных проблем, положительный пример взрослых в разных жизненных ситуациях.

«Профилактика детского табакокурения»

После работы в группах листки вывешиваются на доску.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

1. У младших подростков отсутствуют базовые знания анатомии и физиологии человека, что затрудняет возможность в полной мере наглядно представить влияние последствий курения на организм человека, его здоровье.

2. У подростков недостаточно информации и знаний для того, чтобы четко сформулировать аргументы "за" и "против" курения.

3. Основным направлением профилактической работы является обоснование необходимости сохранения и поддержания здоровья, для чего весьма важно избегать вредных привычек, в частности курения.

4. Юные курильщики не осознают факт привыкания к табаку.

5. В приобщении подростков к курению играет большую роль давление группы сверстников или более старших подростков, которые уже курят, поэтому задачей профилактической работы является формирование умения противостоять давлению сверстников.

6. Самыми эффективными методами профилактики являются: занятость подростков интересными творческими делами, интерес к делам подростков со стороны взрослых.

При организации профилактической работы в семье могут помочь некоторые **правила**, с которыми педагог предлагает познакомиться родителям.

**ЗАДАНИЕ:**

- разделитесь на три группы;
- прочитайте и проанализируйте правила профилактики;
- прокомментируйте правила и ответьте на вопрос:
"Могут ли эти правила иметь положительный эффект в профилактической работе? Почему?"
1 группа - 1, 2, 3 правила;
2 группа - 4, 5, 6 правила;
3 группа - 7, 8, 9 правила.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

1. Не курить в присутствии подростков.
2. Обосновывать и мотивировать запрет на курение.
3. Давать подростку только достоверную информацию о последствиях курения.
4. Не унижать достоинство подростка при наказании за курение.
5. Постоянно подчеркивать значимость ребенка в семье и свою любовь к нему.
6. Поддерживать положительный эмоциональный настрой в семье.
7. Уделять внимание организации здорового образа жизни: проводить закаливающие процедуры, увеличить пребывание на свежем воздухе, обеспечить ребенку двигательную активность.
8. Совместно проводить досуг, применять ненавязчивые и разнообразные формы работы.
9. Проводить профилактическую воспитательную работу в системе, а не от случая к случаю.



Разработка плана комплексных мер профилактики детского табакокурения в семье.

ЗАДАНИЕ:

- разработайте план с учетом особенностей профилактики подросткового курения и правил профилактики табакокурения в семье (не менее 7 пунктов);
- напишите план на листах ватмана и расскажите о результатах работы.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Может быть разработан план, подобный этому.

- Чтение книг - художественных и научно-популярных - о табакокурении.
- Посещение музея здравоохранения (или любого другого по теме).
- Беседа с курящим родственником "Что дает вам курение" (Заранее подготовленная родителями).
- Просмотр фильма (взять из фильмотеки) о воздействии табака на организм человека.
- Игра "Опасное путешествие".
- Исследование на тему "Определение по внешнему виду знакомых людей, курит человек или нет" (по критериям, разработанным по данным литературы).
- Беседа с человеком, бросившим курить.
- Подготовка и проведение ребенком беседы о вреде курения для младшего брата, сестры или для младшего класса в школе .
- Написание исследовательской работы по теме табакокурения.
- Организация занятости ребенка интересными, здоровьесберегающими мероприятиями, такими, как игры на воздухе, походы.
- Назначение постоянных обязанностей в семье для ребенка и др.



В ходе беседы по итогам работы педагог предлагает ответить на вопросы:

- Какие из пунктов плана вам понравились и почему?
- Могут ли все запланированные мероприятия быть одинаково эффективными в разных семьях и почему?
- Какую из предложенных форм работы вы бы взяли для проведения профилактической работы в своей семье?

Как один из вариантов игровых методик педагог предлагает родителям игру "Опасное путешествие".

3-4 группам родителей дается задание нарисовать на ватмане поле для игры, придумав сюжет и героев. На поле изображен путь с 32 кружочками. Для игры необходимы кубик, на сторонах которого цифры от 1 до 6, разноцветные фишки по количеству групп (игроков в команде). Далее каждая группа получает набор карточек для игры и начинает игру.

Начав играть со старта, каждая команда по очереди выбрасывает кубик и передвигается на то количество кружков, которое выпало на кубике.

«Профилактика детского табакокурения»

Кружки разного цвета, например,
Желтого - факты,
Голубого - история,
Зеленого - отказ от курения,
Красного - биология.

Попав на кружок определенного цвета, играющий получает соответствующую номеру на поле карточку, которую зачитывает вслух, а, кроме того, остановившись на **красного** цвета кружках, он пропускает 1 ход, на **желтого** цвета - играет дальше, на **зеленого** - продвигается вперед на 3 кружка, **голубого** - отодвигается на 3 хода назад.

Тот, кто приходит на финиш первым, принимает обоснованное решение "Я не буду курить, потому что..." и приводит аргументы.

КАРТОЧКИ**1.**

Каждая новая затяжка сигаретой сокращает человеческую жизнь, по меньшей мере, на один вдох, а каждая выкуренная сигарета - на 12 мин. В среднем по статистике, если человек начал курить в возрасте 15 лет, он живет на 8 лет меньше, чем некурящий человек. **(Ж)**

2.

Табачный дым в 4 раза более загрязнен токсическими веществами по сравнению с выхлопными газами автомобиля. **(Ж)**

3.

Первыми в контакт с табачным дымом вступают рот и носоглотка. Температура дыма после прохождения через фильтр 55-60 градусов, он разбавляется воздухом. Высокая температура дыма раздражает и вызывает воспаление слизистой оболочки щек, неба, десен. Раздражаются слюнные железы, которые начинают активно выделять слюну, чтобы очистить рот от раздражающего вещества. Курильщики вынуждены постоянно сплевывать слюну. Часть слюны проглатывается, а растворившиеся в ней ядовитые вещества начинают свое воздействие на слизистую оболочку желудка, что не остается бесследным. Потеря аппетита, боли в области желудка, чередование поноса и запора, хронические гастриты, наконец, язва желудка и двенадцатиперстной кишки - вот расстройства, которые встречаются у курящих намного более часто, чем у некурящих. **(К)**

4.

Никотин вреден не только самому курильщику, но и окружающим людям. Исследования последних десятилетий в Германии показали, что если в семье курят мать и отец, то впоследствии их дочь не может иметь детей, весь организм у нее отравлен ядом. **(Ж)**

5.

Под действием никотина резко сужаются кровеносные сосуды, а это значит, каждая клеточка тела не получает необходимые ей питательные вещества и кислород, кровь не может унести от клеток продукты распада веществ, которые скапливаются вокруг клеток и отравляют их. Страдают все клетки, но особенно клетки растущего организма ребенка, которые нуждаются в усиленном питании. Именно поэтому резко задерживается рост и развитие ребенка. Курящие дети в среднем меньше ростом, чем одноклассники, и выглядят более хилыми. **(К)**

6.

В России в царствование Михаила Федоровича уличенных в курении в первый раз наказывали 60 ударами палками по стопам, во второй - отрезанием носа или ушей. После опустошительного пожара в Москве в 1634 году, причиной которого оказалось курение, оно было запрещено под страхом смертной казни. В специальном "Уложении" от 1649 года было велено "всех, у кого будет найдено богомерзкое зелье, пытать и бить на козле кнутом, пока не признаются, откуда зелье получено". Частных торговцев табаком повелевалось "пороть, ссылат в дальние города". **(Г)**

7.

Результат спазма сосудов после выкуренной сигареты наиболее сказывается на работе мозга. Резко снижается уровень внимания, человек не может долго удерживать его на каком-нибудь предмете или действии, поэтому падает успеваемость детей в школе. Отравленные никотином клетки головного мозга постоянно находятся в состоянии возбуждения, это приводит к нарушению сна. **(К)**

8.

Бронхит - это болезнь всех заядлых курильщиков, так как никотин раздражает дыхательные пути и увеличивает количество производимой в них слизи. У курильщиков начинается кашель с отхаркиванием сероватой грязно-коричневой мокроты. Кроме того, никотин снижает эффективность работы ресничек по удалению слизи из дыхательных путей, и она скапливается там, делая легкие более подверженными инфекции. Бронхит может со временем перейти в рак легких. Из 100 человек, заболевших раком легких, 90 - курильщики. **(К)**

9.

Даже одна сигарета не безобидна для организма. Подсчитано, что смертельная доза никотина для человека составляет 1 мг на 1 кг веса, т.е. около 50-70 мг для подростка.

При этом надо учесть, что чувствительность у растущего организма к никотину примерно в 2 раза выше, чем у взрослого человека. Следовательно, смерть может наступить в результате выкуренной одновременно полпачки сигарет. Однако известны случаи смерти подростков от куривания даже 2-3 сигарет. Смерть наступала в результате рефлекторной остановки работы сердца и органов дыхания из-за токсического удара на нервные центры этих органов. **(Ж)**

«Профилактика детского табакокурения»

10.

Регулярное употребление табака вызывает зависимость, близкую к наркотической, что приводит к необходимости лечения. Наиболее часто употребляемые методы - иглотерапия (введение в биологически активные точки ушной раковины специальных игл), полоскание рта раствором нитрата серебра с целью вызывания рвотного рефлекса на курение и др. Процент успешного отказа от курения при этом редко превышает 40%. Таким образом, 6 из 10 взрослых курильщиков, несмотря на все процедуры, не в состоянии бросить курить. **(З)**

11.

Курящего характеризует цвет лица. Эритроциты - красные клетки крови - должны переносить кислород из легких к клеткам организма, а у курильщиков они начинают переносить клеткам угарный газ, который, вступая с гемоглобином крови в стойкое соединение, не дает крови насытиться кислородом. В результате страдают все клетки тела от кислородного голодания, нарушается важнейший физиологический процесс - дыхание, без которого невозможна жизнь. Внешне это выражается в том, что кожа приобретает сероватый цвет, тускнеет. **(К)**

12.

Выкуривая 20 сигарет ежедневно, человек дышит воздухом, загрязненность которого в 580-1100 раз превышает санитарные нормы. **(Ж)**

13.

Каков механизм привыкания к табаку? Составные части табачного дыма всасываются в кровь и разносятся по организму кровью. Через 7 секунд после первой затяжки яд поступает в мозг, а через 15-20 уже оказывается в пальцах ног. Происходящее параллельно с этим кратковременное расширение кровеносных сосудов и воздействие аммиака, содержащегося в дыме, на органы дыхания воспринимаются курильщиком как освежающий приток сил или своеобразное чувство успокоения. Затем чувство приподнятости и прилива сил исчезает, так как наступает длительное сужение кровеносных сосудов. Чтобы опять почувствовать состояние приподнятости, курильщик опять тянется за сигаретой, невзирая на остающуюся после курения горечь во рту, обильное слюноотделение и неприятный запах. Привыкая к подъему энергии после выкуренной сигареты, курильщик убеждает себя в том, что без табака не может нормально работать, жить, и скоро становится настоящим рабом своей страсти. **(К)**

14.

Курение снижает возможность восприятия запахов. **(Ж)**

15.

В экономически развитых странах мода на курение постепенно проходит. Сейчас в моде спортивный стиль, стройная фигура, регулярные занятия спортом. Курить не модно и не престижно. **(Ж)**

16.

Признаки никотинового отравления: слюнотечение, тошнота, побледнение кожных покровов, слабость, головокружение, сонливость. Также чувство страха, головные боли, шум в ушах, учащение пульса и другие расстройства деятельности организма. Очень точное описание симптомов острого отравления табаком дал Л.Н.Толстой в повести "Детство, отрочество, юность": "Запах табака был очень приятен, но во рту было горько и дыхание захватывало. Однако, скрепив сердце, я довольно долго втягивал в себя дым, пробовал пускать кольца и затягиваться. Скоро комната вся заполнилась голубоватыми облаками дыма, трубка начала хрипеть, горячий табак подпрыгивать, а во рту я почувствовал горечь и в голове маленькое кружение. Я хотел уже перестать и только посмотретья с трубкой в зеркало, как, к удивлению моему, зашатался на ногах; комната пошла кругом, и, взглянув в зеркало, к которому я с трудом подошел, я увидел, что лицо мое бледно, как полотно. Едва я успел упасть на диван, как почувствовал такую тошноту и такую слабость, что, вообразив себе, что трубка для меня смертельна, мне показалось, что я умираю. Я серьезно испугался... и со страшной головной болью, расслабленный, долго лежал на диване". (К)

17.

Голосовые связки, которые находятся по пути прохождения дыма к легким, грубеют от курения, поэтому меняется тембр голоса: он теряет звучность и чистоту, что особенно заметно у девушек и женщин, злоупотребляющих курением. (К)

18.

Курение снижает возможность чувствовать вкус пищи. (Ж)

19.

Из закуривших подростков каждый четвертый умрет от заболеваний, связанных с курением (рак легкого, инфаркт миокарда и т.д.). (Ж)

20.

Был поставлен такой опыт: на тело курящего приложили несколько пиявок, а выделенную им мочу дали выпить мышам. Утром, после того как человек выкурил первую сигарету, пиявки отвалились в судорогах, а мыши впали с состояние сильного возбуждения. (К)

21.

Известно, что человек живет столько, сколько живет его сердце. За 70 лет оно делает 2575 миллионов сокращений. Сердце курильщика во время курения и после него ускоряет свой ритм. Если человек выкуривает 20 сигарет ежедневно, то его сердце работает в ускоренном темпе около 10 часов с суток. Следовательно, свое положенное количество ударов сердце курильщика совершит быстрее, а значит, курильщик стареет раньше некурящего. (К)

«Профилактика детского табакокурения»

22.

В табачном дыму насчитывается более 3660 компонентов, многие из которых весьма небезопасны для организма, в частности для сердечно-сосудистой системы, 300 из них - активные биологические яды. **(Ж)**

23.

Из каждых 100 человек, умерших от рака легких, 90 курили. Из каждых, кто умер от хронических заболеваний легких, 75 курили. **(Ж)**

24.

Особенно вредно курение для сердечно-сосудистой системы. Никотин отравляет сердечную мышцу, вызывает резкие нарушения сосудистого тонуса и деятельности сердца. У курящих людей чаще, чем у других, возникают спазмы сосудов сердца, вызывающие тяжелые сердечные приступы, а иногда и смерть. **(К)**

25.

Никотин - это ядовитый алкалоид. Его назвали никотином в честь французского посла Жака Нико. Говорят, что он сам привез семена табака из Южной Америки в Европу. Но есть и другая версия: Жак Нико будто бы закупил семена табака у купца, приехавшего из Америки. В 1559 году Жак преподнес их французской королеве Марии Медичи с рекомендацией нюхать их при головной боли, приступы которой часто беспокоили королеву. "Заслуга" Нико была увековечена в латинском названии табака - *Nicotiana*. Смертельная доза никотина содержится примерно в 20 папиросах. Но и от одной вреда немало. **(Г)**

26.

Под действием никотина число сердечных сокращений возрастает на 15-20%. Регулярное курение постоянно заставляет сердце работать с повышенной нагрузкой, что приводит в конце концов к его преждевременному изнашиванию. При длительном непрерывном курении пульс нормализуется лишь через 30 минут после прекращения курения. **(К)**

27.

Никотин раздражает слизистую оболочку желудка и кишечника и вызывает спазмы кровеносных сосудов, тем самым способствует развитию язв и рака. Плохо пережеванная поврежденными никотином зубами пища проходит по пищеварительной системе в виде комочков, а не кашицы, что затрудняет ее переваривание и всасывание. **(К)**

28.

Курение во время беременности повышает риск мертворождения. Особенно опасно курение во второй половине беременности. Кроме того, у курящих матерей вырабатывается меньше молока. **(Ж)**

29.

Женщины, у которых курят мужья, живут на 4 года меньше по сравнению с женщинами, у которых мужья не курят. Пассивное курение увеличивает на 10-30 процентов риск развития рака легких. (Ж)

30.

Все бросившие курить люди обладают развитой волей, достаточной, чтобы

- сказать никотину "НЕТ"
 - поддержать свои слова действиями (хотя это бывает достаточно трудно).
- Как правило, люди, отказавшиеся от курения, потом с трудом переносят даже запах табака. (З)

31.

Курение может испортить не только здоровье, но и карьеру. Все больше работодателей отказываются принимать на работу курящих. В США бросили курить более 35 миллионов человек, а в Англии более 8 миллионов. (Ж)

32.

В Ницце французские юноши устроили состязание на выносливость к табаку. Молодого человека, выкурившего табака больше, чем другие, ждал специальный приз. Но "победитель" не получил его: после выкуренных 60 сигарет он скончался. Другие члены компании были доставлены в госпиталь в тяжелейшем состоянии. (Ж)

Если на собрании недостаточно времени, чтобы закончить игру с родителями, можно поиграть несколько ходов и рекомендовать родителям организовать игру дома со своими детьми.



4 ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ



Фронтальная беседа с родителями по вопросам:

- Что такое профилактическая работа?
- Каковы особенности профилактики детского табакокурения?
- Каких правил нужно придерживаться в профилактической работе с детьми?
- Каковы эффективные формы работы по профилактике табакокурения?
- Считаете ли вы, что нужно проводить профилактику табакокурения с вашими детьми?
- Пригодится ли вам информация, полученная сегодня?
- Что необходимо вам для проведения профилактической работы дома?

Игра "Опасное путешествие".

ШПАРГАЛКА
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Мы не должны забывать, что наши дети, став большими, совершенно походят на нас, имеют те же страсти и те же желания, что и мы.

Джон Локк

Причина в том, - сказал Грифон, - что Сардинки уж больно любят танцевать с Морскими Раками. Ну, Раки и увлекают их в море. Ну, они и увлекаются. Ну, раз увлекаются, значит, теряют голову. Ну, потом не могут ее найти! Вот и все.

Л.Кэррол.

В ходе собрания родители смогут

- уточнить представления о причинах, по которым ребенок начинает курить;
- определить собственную роль в стимулировании подросткового курения;
- обсудить возрастные особенности младшего подростка, его проблемы, потребности и мотивы поведения, которые могут повлиять на приобщение подростка к курению.

Вопросы собрания

- Какие возрастные и психологические особенности характерны для младших подростков?
- Каковы основные причины курения школьников?

Основные понятия

- Мотив
- Поведение
- Подростковый возраст

СТРУКТУРА СОБРАНИЯ

Этапы	Формы и методы	Время	Ожидаемые результаты
I этап Мотивация	Вводное слово учителя. Работа с документами.	7 мин	У родителей должно появиться желание обсудить заданную тему.
II этап Работа с понятиями	Работа в группах. Свободная дискуссия.	7 мин	В ходе обсуждения родители смогут определить такие понятия, как "подростковый возраст", "мотив", "поведение".

III этап Обсуждение основной проблемы	Работа в группах. Работа с таблицей. Моделирование ситуаций.	38 мин	Родители смогут: -определить возрастные психологические особенности младшего подростка; -сформулировать причины, по которым ребенок начинает курить; -определить собственную роль как родителей в стимулировании подросткового курения; -определить основные способы взаимодействия с младшим подростком.
IV этап Подведение итогов	Организованная дискуссия.	5 мин	Родители смогут аргументировать свою точку зрения по проблеме.
V этап Рефлексия	Итоговая беседа.	3 мин	Родители смогут выразить собственное отношение к данному собранию, поделиться впечатлениями.

ХОД СОБРАНИЯ



1 ЭТАП: МОТИВАЦИЯ

"Привычка, противная по виду, отвратительная для обоняния, опасная для мозга, вредная для груди", - так было охарактеризовано курение королем Англии Иаковом I Стюартом еще в 1604 г., когда Европа с любопытством и восторгом начинала знакомиться с загадочным заморским растением под названием табак.

Действительно, курение - одна из тяжелейших проблем, которая особенно актуальна для нашего времени. Курение является причиной множества болезней и преждевременной смерти.

То, что наши дети курят, начиная с младшего подросткового возраста, ни для кого не секрет. Для того чтобы успешно этому противодействовать, необходимо хорошо представлять себе причины, побуждающие подростка курить. Ответить на вопрос "Почему дети курят?" - это значит определить причины этой проблемы, избежать семейных конфликтов и, в конечном счете, спасти здоровье своих детей.

Каждый родитель получает информационный лист, где сделана подборка фактов о курении.

ЗАДАНИЕ:

- познакомьтесь с информацией о курении;
- определите, какие из перечисленных фактов о курении представляются вам наиболее важными и почему;
- выскажите свое мнение.

Высказанные мнения родителей записываются на доске для дальнейшего обсуждения.

ШЕСТЬ ФАКТОВ О КУРЕНИИ И ДЕТЯХ

1. Большинство людей начинают употреблять табак еще до того, как заканчивают школу. Это значит, что если подросток не закурит в школьном возрасте, то есть вероятность, что он не закурит никогда.

2. Большинство курящих подростков зависимы от никотина. Они хотят бросить курить, но не могут. Когда они пытаются бросить, они испытывают так же, как и взрослые, неприятные симптомы отмены.

3. Потребители алкоголя и нелегальных наркотиков чаще всего начинали свое знакомство с алкоголем и наркотиками с табака.

4. Начиная курить, дети в большинстве случаев снижают успеваемость в школе. Они предпочитают общаться с теми детьми, которые тоже курят. Обычно у них низкая самооценка и они не знают, как сказать "НЕТ" табаку.

5. Реклама сигарет заставляет людей думать, что курить - это "классно" и что курят все. Эти рекламы вводят всех в заблуждение и все больше детей приобщают к курению.

6. По данным медицинских исследований, из общего числа детей, болеющих бронхиальной астмой, воспалением легких и ОРЗ, более 65 % - пассивные курильщики.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

В процессе обсуждения у родителей должно появиться желание обсудить заданную тему "Почему подростки курят?".



1 ЭТАП: РАБОТА С ПОНЯТИЯМИ

Чтобы ответить на вопрос "Почему подростки курят?", необходимо сформулировать собственное определение таких понятий, как "подростковый возраст", "мотив", "поведение", которые являются основными для понимания темы родительского собрания.



Родители делятся на три группы. Группам предлагается сформулировать определение понятий "подростковый возраст", "мотив", "поведение".

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

ПЕРВАЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- вставьте подходящие по смыслу слова, чтобы получилось определение "подростковый возраст".
Подростковый возраст - возраст, являющийся _____ от _____ к _____ и охватывающий _____ человеческой жизни от _____ до _____ лет.
Слова для справок: 13-15, взрослости, переходным, 10-11, детства, период.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Подростковый возраст - возраст, являющийся переходным от детства к взрослости и охватывающий период человеческой жизни от 10-11 до 13-15 лет.

ВТОРАЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- вставьте подходящие по смыслу слова, чтобы получилось определение "мотив".
Мотив - субъективная _____ (осознанная и неосознанная) того или иного _____ , действия _____.

Слова для справок: поведения, человека, причина.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Мотив - субъективная причина (осознанная и неосознанная) того или иного поведения, действия человека.

ТРЕТЬЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- вставьте подходящие по смыслу слова, чтобы получилось определение "поведение".
Поведение - это _____ реальных _____ и _____ проявлений жизнедеятельности _____.

Слова для справок: человека, действий, совокупность, внешних.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Поведение - это совокупность реальных действий и внешних проявлений жизнедеятельности человека.

**3 ЭТАП: ОБСУЖДЕНИЕ ОСНОВНОЙ ПРОБЛЕМЫ**

Для того чтобы понимать мотивы поведения и поступков младшего подростка, понимать причины, побуждающие ребенка курить, необходимо знать его возрастные психологические особенности.

**РАБОТА ПО ГРУППАМ****КТО Я: РЕБЕНОК ИЛИ ВЗРОСЛЫЙ?**

Каждая группа получает карточки и таблицу.

ЗАДАНИЕ:

- в течение 3-5 минут ознакомьтесь с материалами;
- составьте таблицу, подобрав соответствующие карточки для каждой колонки: "ребенок", "младший подросток", "взрослый";
- ответьте на вопрос:
"Какие отличительные черты присущи младшему подростку?"

«Почему подростки курят»

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

РЕБЕНОК	МЛАДШИЙ ПОДРОСТОК	ВЗРОСЛЫЙ

Повышенная восприимчивость, внушаемость, большая подражаемость.
Ответственность за собственные поступки, неудачи иногда воспринимаются младшими подростками как временные, не имеющие прямого отношения к его способностям и возможностям.
Эмоциональная неустойчивость проявляется в ранимости, чрезмерной чувствительности.
Может неадекватно реагировать на замечания, иногда ведет себя вызывающе, бывает раздражительным, капризным, его настроение часто меняется.
Умение позитивно разрешать трудности, конфликты, возникающие в жизни.
Активная сознательная включенность в общественную жизнь.
Плач, капризы, упрямство.
Эмоциональная устойчивость, умение контролировать свои эмоции, поведение.
Чувство "взрослости" проявляется в стремлении подражать внешнему облику, манере поведения взрослых.
Страхи темноты, диких животных, незнакомых людей и т.д.
Способность реагировать на изменения, приспосабливаться к новым условиям.
Ответственность за других: родителей, детей, членов семьи; ответственность за свои поступки.
Стремление подражать в поведении значимому взрослому своего пола.
Уравновешенность может сочетаться с импульсивностью, необдуманностью поступков.
Эмоциональная неустойчивость, преобладание импульсивных действий над обдуманными.

Затем каждая группа представляет результаты своей работы.

 **ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Таблица "Кто я: ребенок или взрослый?" выглядит следующим образом:

РЕБЕНОК	МЛАДШИЙ ПОДРОСТОК	ВЗРОСЛЫЙ
Повышенная восприимчивость, внушаемость, большая подражаемость.	Ответственность за собственные поступки, неудачи иногда воспринимаются младшими подростками как временные, не имеющие прямого отношения к его способностям и возможностям.	Умение позитивно разрешать трудности, конфликты, возникающие в жизни.
Эмоциональная неустойчивость, преобладание импульсивных действий над обдуманными.	Эмоциональная неустойчивость проявляется в ранимости, чрезмерной чувствительности.	Ответственность за других: родителей, детей, членов семьи; ответственность за свои поступки.
Плач, капризы, упрямство.	Уравновешенность может сочетаться с импульсивностью, необдуманностью поступков.	Эмоциональная устойчивость, умение контролировать свои эмоции, поведение.
Страхи темноты, диких животных, незнакомых людей и т.д.	Может неадекватно реагировать на замечания, иногда ведет себя вызывающе, бывает раздражительным, капризным, его настроение часто меняется.	Способность реагировать на изменения, приспосабливаться к новым условиям.
Стремление подражать в поведении значимому взрослому своего пола.	Чувство "взрослости" проявляется в стремлении подражать внешнему облику, манере поведения взрослых.	Активная сознательная включенность в общественную жизнь.

В ходе обсуждения делается вывод о том, что младший подросток находится на переходном этапе от детства к взрослости, что многие черты ребенка и взрослого характерны для младшего подростка: уравновешенность может сочетаться с импульсивностью, необдуманностью поступков, чувство "взрослости", не подкрепленное еще реальной ответственностью, проявляется в стремлении подражать внешнему облику, манере поведения взрослых. Эмоциональная неустойчивость проявляется в ранимости, чрезмерной чувствительности; ответственность за собственные поступки, неудачи иногда воспринимаются как временные, не имеющие прямого отношения к его способностям и возможностям. Может неадекватно реагировать на замечания, иногда ведет себя вызывающе, бывает раздражительным, капризным, его настроение часто меняется. Некоторые проблемы у него, как у взрослого, а решать он их продолжает, как ребенок, поэтому часто терпит неудачи, не научившись получать удовлетворение от их решения.

«Почему подростки курят»

**ПРИЧИНЫ КУРЕНИЯ**

Каждой группе предлагается список из 13 возможных причин курения подростков, полученный в результате опроса подростков по проблеме табакокурения, проведенного в России в 2000 году.

ЗАДАНИЕ:

- оцените важность каждой причины;
- проранжируйте причины;
- выберите три наиболее важных, по вашему мнению, причины;
- аргументируйте свой выбор.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

ПРИЧИНЫ КУРЕНИЯ ПОДРОСТКОВ		РАНГОВОЕ МЕСТО
1.	Влияние сверстников, давление с их стороны.	
2.	Курящие друзья.	
3.	Стремление выглядеть "круто".	
4.	Удовольствие от того, что делаешь что-то запретное.	
5.	Стремление подражать взрослым.	
6.	Сигареты легко можно купить.	
7.	Снятие стресса.	
8.	Желание поступить наперекор.	
9.	Курящие родители.	
10.	Удовольствие от курения.	
11.	Примеры, которые видят по телевидению или в кино.	
12.	Потому что это опасно.	
13.	Влияние рекламы табака.	

Затем проводится обсуждение результатов и сравнение их по группам.

Подводя итог этого собрания, учитель приводит данные российского опроса подростков по проблеме табакокурения. Среди основных причин курения подростки чаще всего называли: "влияние сверстников", "пример курящих друзей", "стремление выглядеть круто". Учитель также обращает внимание родителей на то, что желание соответствовать сверстникам и их стандартам считается основными причинами подросткового курения среди большинства подростков всех исследованных возрастов. Значительная доля **младших подростков (12-13 лет)** основными причинами курения считают:

- желание подражать взрослым;

- примеры, которые они видят по телевизору и в кино;
- пример курящих родителей.

По мере **взросления** доля тех, кто считает важным фактором подражание взрослым или, наоборот, стремление поступить всем наперекор, падает, зато растет доля тех, кто объясняет подростковое курение "взрослыми факторами" - желанием снять стресс.

Курение родителей имеет тесную взаимосвязь с попытками подростка начать курить. В семьях с курящими родителями и даже в семьях бывших курильщиков две трети подростков хоть раз в жизни пробовали курить, в некурящих семьях таких намного меньше - 41%. Роль родителей и семьи в целом очень велика, так как с раннего детства на всех "этажах" психики человека могут закрепляться привычки, в том числе и привычка табакокурения.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Родители представляют результаты обсуждения в группах. На основе обсуждения делается вывод, что поведение подростка весьма противоречиво, что причинами начала курения могут стать опасения подростка потерять свою компанию или быть непризнанным в своей группе, стремление отличиться любой ценой, которое может реализоваться в самой поверхностной и примитивной форме - в экспериментах со своей внешностью, в курении и т.д.

МИФЫ О КУРЕНИИ

Немаловажными причинами курения являются и следующие убеждения (мифы) о курении. На доске написаны мифы:

1. Курение помогает оставаться стройным.
2. Курение помогает согреться на морозе.
3. Курение помогает сосредоточиться и лучше работать.
4. Курят для того, чтобы выглядеть современным, независимым, взрослым.
5. Курение позволяет расслабиться и успокаивает нервы.



ЗАДАНИЕ:

- разделитесь на три группы;
- ознакомьтесь с мифами;
- определите, какой миф о курении в наибольшей степени может повлиять на младшего подростка (используйте информацию об особенностях младшего подростка).

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

МИФ 1 "КУРЕНИЕ ПОМОГАЕТ ОСТАВАТЬСЯ СТРОЙНЫМ"

Это широко распространенное заблуждение. Многие школьники наверняка знают тучных людей, которые много курят, тем не менее, это не помогает им избавиться от лишнего веса. В то же время, если человек бросил курить, он действительно может прибавить в весе. Это объясняется не таинственными свойствами табака, а тем, что, отказавшись от него, человек возвращает себе

«Почему подростки курят»

прежнее здоровье, аппетит. В частности, у него восстанавливается вкусовая чувствительность, и первое время многие бывшие курильщики получают большое удовольствие от еды. Этим и объясняется то, что некоторые полнеют. Но если одновременно с отказом от курения повысить двигательную активность и контролировать аппетит, то можно вообще не набрать лишнего веса. Таким образом, не курение, а физкультура и спорт помогают человеку быть и оставаться красивым и стройным. Курение нарушает аппетит и способствует возникновению гастрита, а порой и язвы желудка. Стройность же, которая достигается за счет курения, слишком дорого обходится.

МИФ 2 "КУРЕНИЕ ПОМОГАЕТ СОГРЕТЬСЯ НА МОРОЗЕ"

Здесь следует рассмотреть механизмы, которые лежат в основе "согревающего" эффекта курения. Попав в организм человека, табачные яды способствуют выработке таких веществ, которые увеличивают частоту пульса и уровень артериального давления. Это в определенной степени действительно создает кратковременный "согревающий" эффект. Во что обходится организму это "согревание"? Ведь те вещества, которые вырабатываются при курении табака, на самом деле должны вырабатываться только в экстремальных ситуациях - когда человек спасается бегством или испытывает волнение из-за реальной угрозы. При сильном волнении сердце начинает биться учащенно, и курильщик каждой выкуренной сигаретой подстегивает выработку этих веществ. Учащение пульса и повышение артериального давления в конечном счете приводят к истощению резервов организма и к разным заболеваниям. Есть еще одна вредная сторона курения на морозе. Чередование воздействия на зубную эмаль холодного воздуха и горячего табачного дыма приводит к образованию в ней трещин, порче зубов и развитию кариеса.

МИФ 3 "КУРЕНИЕ ПОМОГАЕТ СОСРЕДОТОЧИТЬСЯ И ЛУЧШЕ РАБОТАТЬ"

Это не так. Курение несколько притупляет аппетит, потому что табачные яды способствуют выбросу глюкозы из печени в кровь. В связи с этим курящие могут работать без приема пищи несколько дольше по сравнению с некурящими. В то же время, попадая в организм человека, табачные яды способствуют сужению кровеносных сосудов, в том числе и сосудов головного мозга. Кровоснабжение мозга значительно ухудшается, в результате снижается умственная работоспособность. Курящие школьники с трудом усваивают учебный материал, что сказывается на их успеваемости. В эксперименте было установлено, что курение замедляет скорость реакции и ослабляет внимание, тогда как многие современные профессии требуют от человека именно быстрой реакции и высокой концентрации внимания. Таким образом, курение может стать помехой в приобретении профессии, поскольку оно снижает умственную работоспособность и выносливость организма в период его роста и развития. Постоянное "подстегивание" организма курением, в конечном счете, оказывает отрицательное воздействие на здоровье человека.

МИФ 4 "КУРЯТ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ ВЫГЛЯДЕТЬ СОВРЕМЕННЫМ, НЕЗАВИСИМЫМ, ВЗРОСЛЫМ"

Действительно, когда-то курить было модно. Считалось, что курящий мужчина выглядит мужественным, а курящая женщина - элегантно и независимой. Сейчас во всем мире мода на курение проходит, курящих становится все меньше. В наше время во всех цивилизованных странах считается модным, если молодой человек выглядит спортивным, стройным и не курит. Что только ни делают иностранные табачные компании, чтобы заманить молодежь в ряды курильщиков, - всячески рекламируют свою продукцию, финансируют международные спортивные соревнования, например автогонки, но с каждым годом все больше и больше людей понимают несовместимость курения со спортом и хорошим здоровьем. Ведь прошла мода на нюхательный табак и табакерки, пройдет она и на курение сигарет.

Именно в 5-ом классе начинает формироваться "чувство взрослости", которое проявляется в потребности равноправия, уважения и самостоятельности, в требовании серьезного, доверительного отношения со стороны взрослых, в желании выглядеть взрослее и современнее.

Проявление чувства взрослости можно расшифровать примерно так: "Я хочу казаться взрослее в глазах своих сверстников (потому что на взрослых это не производит такого впечатления). Хочу казаться независимым, самостоятельным. Хочу, чтобы меня считали таким, потому что мне этого не хватает. По крайней мере, мне нужно подкрепление, чтобы я по настоящему хотя бы на минуту почувствовал себя взрослым".

Пренебрежение требованиями, неудовлетворенность этой потребности обостряет негативные черты подросткового кризиса. Если взрослые не предлагают детям средств реализации их чувства взрослости, оно все равно проявится, но самым невыгодным образом - уверенностью подростка в несправедливости и необъективности взрослых: учителей, родителей.

Подростки в знак протеста против диктата родителей могут делать все назло: пропускать уроки, курить, дружить с теми, с кем запрещают родители. В более острых ситуациях подростки могут убегать из дому, начинают употреблять спиртные напитки, наркотики, токсические вещества.

МИФ 5 "КУРЕНИЕ ПОЗВОЛЯЕТ РАССЛАБИТЬСЯ И УСПОКАИВАЕТ НЕРВЫ"

Здесь целесообразно рассмотреть механизмы, которые лежат в основе такого "расслабления". Прежде всего эффект достигается за счет прямого тормозящего действия табачных ядов на самые важные участки нервной системы человека. Кроме того, компоненты табачного дыма, попадая в кровь, вызывают выброс глюкозы из печени, что притупляет чувство голода, на время создает чувство комфорта, который курящий трактует как расслабление. Получается, что, стараясь избежать эмоционального стресса, курильщик не только попусту расходует резервы своего организма, но и, постепенно привыкая к курению, приобретает новый источник стресса - отсутствие сигареты. Ведь он уже не может расслабиться без сигареты. Создается порочный круг: и возникновение, и прекращение стресса зависят от курения. Это объясняется тем, что расслабление и снятие эмоциональной

«Почему подростки курят»

напряженности в значительной мере имеют характер рефлекса, выработанного в результате курения. Этот рефлекс закрепляется настолько, что курильщик, оказавшись без табака, испытывает чувство тревоги, раздражения. Чтобы избавиться от этого, ему просто необходимо выкурить сигарету. Отсюда можно сделать вывод, что порой чувство раздражения и напряженности связано у курящего человека просто с самой привычкой к курению, а не с особенностями характера.

Что нужно делать, чтобы человек не испытывал раздражения от отсутствия табака? Не курить. Для снятия нервного напряжения хорошими методами служат аутогенные тренировки или регулярные занятия физкультурой и спортом, а курение - ложное и опасное "успокаивающее" средство.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Во время обсуждения результатов работы над мифами каждая группа представляет свой вариант, объясняет, какой миф и почему выбрала. Другие группы могут задать вопросы.

ТОЧКА ЗРЕНИЯ ПСИХОЛОГА

У курящих родителей ребенок невольно с раннего детского возраста фиксирует эту привычку. Она закладывается в его сознании как черта родительского облика. Ребенок учится связывать эмоционально-психологическое состояние родителей с тем, курят они или нет, отмечать, как изменяется их состояние после выкуренной сигареты. В сознание ребенка закладывается не только визуальный образ родителя, но и ощущения, связанные с обонятельным анализатором. Ребенок ощущает его запах, а в подростковом возрасте легче связывает это со своим образом курящего человека. И картинка "дымящий папа (мама)" будет навязываться сознанию как нормальный вариант поведения.

Когда мама, бабушка выговаривают папе, что он много дымит, да еще и не там, то эта информация, как и все происходящее вокруг ребенка, адресно идет в отсек психики "позитива". В дальнейшем в детском саду, в школе этот отсек пополняется информацией, ориентирующей против табака.

В дальнейшем по мере становления личности эта информация приобретает некоторое влияние, определяющее отношение к проблеме курения.

Для более полного раскрытия этого явления рассмотрим несколько вариантов.

МОДЕЛИРОВАНИЕ СИТУАЦИЙ**ЗАДАНИЕ:**

- ознакомьтесь с ситуацией;
- смоделируйте последствия развития данной ситуации для ребенка.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ**ПЕРВАЯ ГРУППА**

Оба родителя курят, и ребенок не получил в семье никакой информации о вреде табака. Это вариант не гипотетический, он имеет место у малочисленных народностей севера, когда семья оленеводов живет обособленно. В этой семье табак употребляют папа, мама, бабушка, старшая сестра. Настя начала курить в 8-9 лет. Ребенок музыкально одаренный, она, вовремя замеченная, попадает в московскую консерваторию, а затем в камерный оркестр.

ВТОРАЯ ГРУППА

Курит один папа. А мама ему за это постоянно выговаривает, причем обоснованно и аргументированно. К тому же папа, несмотря на свое пристрастие, с раннего детства ведет с сыном антиникотиновую пропаганду.

ТРЕТЬЯ ГРУППА

Обособленная деревня староверов. Табачное пристрастие большой грех, поэтому папа не курит, мама не курит, да и вообще в деревне никто не курит. Табачный дымок в деревню попадает лишь со случайно зашедшим охотником. Это сразу же становится поводом для антиникотиновой беседы с сыном.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

В ходе обсуждения выявляются взгляды родителей на причины подросткового курения и их собственную роль как родителей в стимулировании подросткового курения.

КОДЕКС ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С МЛАДШИМ ПОДРОСТКОМ

Учитель обращает внимание родителей на то, что одной из причин, толкающих подростков к курению, является отсутствие взаимопонимания с родителями.

Если ваш ребенок делится с вами своими проблемами, не боится высказывать мнение, противоположное вашему, если он может в любое время говорить с вами на любую тему, не боясь вашей критической оценки, - значит, вы хороший ответственный родитель и вашему ребенку повезло.

Но если это не так, то есть вы не даете ребенку быть самим собой, ему может быть с вами неуютно, некомфортно, то он обязательно будет искать в другом месте возможность чувствовать себя человеком и личностью. Где он найдет желаемое - непредсказуемо. **Проблема** ребенка - это только следствие, **причиной** являются его отношения с близкими и родными.

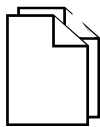
Поэтому родителям необходимо обладать навыками конструктивного взаимодействия с младшими подростками.



Для работы в группах в помощь родителям раздается дополнительный материал.

ЗАДАНИЕ:

- ознакомьтесь с "Заповедями для родителей, которые любят своих детей";
- разработайте "Кодекс взаимодействия с подростком".

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ**ЗАПОВЕДИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ, КОТОРЫЕ ЛЮБЯТ СВОИХ ДЕТЕЙ**

1. Будьте для своего ребенка не только родителем, но и другом. Ни один ребенок не хочет быть постоянно воспитываемым. Он еще хочет, чтобы его понимали и принимали таким, какой он есть. Если Вы не способны принимать его таким, какой он есть, он, скорее всего, перестанет быть с Вами искренним, потому что он нуждается не в критике, а в понимании и сочувствии. Строгость и родительская позиция не должны быть самоцелью в отношениях с ребенком, целью должны быть только партнерские отношения.

2. Воспитывать подростка нужно так, чтобы он не знал, что его воспитывают. Всеми силами подросток старается доказать, что он взрослый. И как ни странно, родители всеми силами стараются доказать ему обратное. Давайте понять своему ребенку, что он взрослый, дайте ему свободу, которую он требует, но потребуйте от него ответственности, которая сопряжена с этой свободой.

3. Не ограждайте ребенка от трудностей. Переживания победы и поддержка в ситуации неудачи - лучшая защита от пагубных привычек. Помните, что подросток уже не ребенок, но еще не взрослый. Некоторые проблемы у него, как у взрослого, а решать он их продолжает, как ребенок, поэтому часто терпит неудачи, не научившись получать удовлетворение от их решения. В этом случае для него важна поддержка именно родителей. Ведь "кайф" от жизни - это когда ты достигаешь поставленные тобой цели своими собственными усилиями. Не лишайте своего ребенка "кайфа" от жизни!

4. Понимание ребенка - это путь его доверия к Вам. Самое дорогое в отношениях между людьми - это искренность и доверие. Доверяют тогда, когда уверены, что не посмеются, не поругают, а просто поймут. Один из основных навыков, необходимых родителям, - это умение слушать своего ребенка, при этом совершенно не обязательно давать советы или пытаться помочь. Главное - дать ребенку возможность высказаться.

5. Лучшее нравовоспитание - Ваше поведение. Не задумывались ли Вы, что глупо говорить о вреде курения с сигаретой в зубах? "Болтливое воспитание воспитывает болтунов".

6. Не упрекайте. Если сравнивать ребенка с другими, то в результате такого воспитания получается не цельная личность, а набор качеств, одобряемых родителями в других людях.

7. Не допускайте, чтобы ребенку было скучно с Вами. Курить, употреблять наркотики часто начинают от скуки. Ребенок меняется быстрее Вас. А родители часто "застревают" на временах своей молодости, на тех принципах, которые сейчас не применимы, тем самым мешая развиваться своему ребенку. Подумайте, может быть, чему-то вы можете научиться у своего ребенка.

8. Ругайте за поступок, а хвалите всегда личность. Что бы ни сделал Ваш ребенок, не говорите ему, что он плохой, скажите, что он плохо поступил.

9. Не шантажируйте ребенка своей любовью, а то он подумает, что его любят за что-то, а не просто так. Самое жестокое наказание для ребенка - нелюбовь родителя. Если родитель за какой-либо поступок дает понять ребенку, что не любит его, тот начинает понимать, что любят его поступки, а не его самого. Скажите своему ребенку, что Вы его любите и будете любить, несмотря ни на что.

10. Не манипулируйте ребенком, а то он научится манипулировать Вами.

11. Будьте способны понять, принять, посочувствовать, оказать поддержку. Каждый раз старайтесь обнаружить, в чем истинная проблема Вашего ребенка, и, не разрушая его собственного решения, попытайтесь помочь ему решить эту проблему самостоятельно.

12. Учитесь правильно выражать свои эмоции. Родителям, не умеющим управлять своими чувствами, дети часто не говорят правду, чтобы не присутствовать при их бурных реакциях. В результате родители узнают правду самыми последними и, как правило, только тогда, когда они уже ничего не могут исправить.

13. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований, не демонстрируйте ему однозначно несбыточных ожиданий. Ребенок скрывает от мамы плохие отметки, потому что мама ждет от него только хороших! Совершенно естественно для родителей ждать успехов от своего ребенка, но нужно научиться справляться с его неудачами.

14. Не торопитесь искать виноватых. Если ребенок видит, что родители в любой ситуации склонны обвинять других людей, то он может скрывать от них правду, боясь попасть под их суд.

15. Не афишируйте свою беспомощность. Если, говоря с родителями о своих проблемах, ребенок чувствует себя палачом, то, скорее всего, он перестанет говорить им правду. В сложной жизненной ситуации Ваш ребенок не обратится к Вам за помощью, а будет искать утешение в сомнительных компаниях или, ещё хуже, в курении, алкоголе или наркотиках.

16. Не торопитесь наказывать своих детей. Правда для ребенка теряет всякий смысл, если по умолчанию можно избежать наказания. Слушайте то, что дети рассказывают Вам о своей жизни. Позвольте им помогать Вам.

17. Не будьте унылыми пессимистами. Если Вы уверены (или хотя бы стараетесь быть как можно увереннее) в том, что, при определенных условиях, все может закончиться хорошо, что из любого положения можно найти выход, то это и Вашему ребенку придаст сил справиться с его проблемой.

18. Учитесь радоваться своим и чужим победам и учите этому своего ребенка.

19. Старайтесь говорить правду своим детям. Они очень чутко распознают ложь. Если в семье ложь является нормой, то нечего ждать, что ребенок будет правдив и искренен. Он скажет правду тому, кто честен с ним, тому, кто умеет сообщить правду и справиться с ней.

«Почему подростки курят»

КОДЕКС ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С МЛАДШИМ ПОДРОСТКОМ

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5...

Затем группы представляют свои результаты. Все участники группы должны принимать участие в работе. Одни могут представлять результаты, другие - отвечать на вопросы представителей других групп, третьи - задавать вопросы другим группам.

 **ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Родители должны прийти к выводу, что при общении с младшим подростком необходимо понимание и сочувствие, поддержка именно родителей, необходимо оказывать ему помощь при решении проблем.

**4 ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**

Организованная дискуссия.

Родители обсуждают вопросы:

- Почему дети начинают курить?
- Каковы основные мотивы, побуждающие подростков курить?

 **ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

В ходе обсуждения родители должны прийти к выводу, что курение подростка - один из симптомов неблагополучия в процессе его личностного развития. Только укрепляя взаимное расположение и доверие в семье, можно воспрепятствовать формированию вредной привычки у ребенка.

**5 ЭТАП: РЕФЛЕКСИЯ**

Родители по цепочке отвечают на вопрос:

- Что лично Вам дало сегодняшнее родительское собрание?

Родители высказывают свою точку зрения по поводу родительского собрания и обсуждаемой на нем темы.

ШПАРГАЛКА
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Красочная реклама табачных изделий, большое число курящих, доступность табачной продукции - все эти и некоторые другие причины ставят проблему табакокурения достаточно остро. Будет ли профилактика табакокурения подростков и молодежи успешной или нет, во многом зависит от семьи. Что же надо знать, в чем следует разобраться, чтобы ребенок не курил? Попробуем ответить на этот вопрос.

1. Табакокурение - это проблема

Конечно, проблема, никто с этим не спорит! Но, как это ни странно звучит, не все родители считают, что курение - "страшная проблема". "Мой ребенок курит? Это ужасно!.. Не смей курить!". Но это внешняя, так сказать, рефлекторная реакция. А на самом деле... "Покуривает - плохо, конечно, но, слава Богу, не пьет и не колется. Курить пробуют все, и мы пробовали, никто от этого не умер... Беседу, конечно, надо провести, поругать..." В действительности же от нашего отношения очень много зависит. Нам самим важно осознать, что табакокурение - серьезная проблема. Всем известно, что курить вредно, известно, почему вредно, но - посмотрите вокруг! - число курящих людей огромно. У вашего ребенка есть все шансы попасть в зависимость от табака.

2. Мы не курим

Если мы хотим, чтобы ребенок не курил, тогда и сами не должны этого делать. Родители несут ответственность за детей, в частности, она предполагает осознанное отношение к своему поведению. Причем задумываться над тем, как мы себя ведем, следует еще до момента появления ребенка на свет. В идеале, ребенок с самого раннего возраста должен видеть, что его близкие не курят, а точнее, не должен наблюдать курение близких ни в каких ситуациях. Известно, что многие люди курят изредка, в некоторых случаях, например, когда сильно нервничают, очень расстроены, во время вечеринок. С детства ребенок берет за образец поведение значимых взрослых и с возрастом начинает вести себя по усвоенной модели. Если ребенок видит вас курящим и слышит, что курить нельзя, он скорее последует вашему примеру, чем прислушается к словам.

3. Уважение к некурящим

В жизни часто бывает не так, как хотелось бы, и в число значимых взрослых подростка входят курильщики. Как следует поступать в этом случае?

Во-первых, не надо прятаться и пытаться скрыть дурную привычку, все равно не получится - обоняние у подростков острее, чем у взрослых. Это не даст желаемого эффекта, но вполне может подорвать доверие подростка к вам, а также подаст плохой пример: если куришь, то надо просто скрывать это от взрослых - и никаких проблем. В такой ситуации следует честно поговорить с подростком, признать наличие у себя пагубного пристрастия, а старшему подростку рассказать, как вы начали курить, объяснить, что хотели бы бросить и даже попробовали, но это оказалось очень сложной задачей. Таким откровенным признанием вы не подорвете свой авторитет, и ваши отношения станут более доверительными.

Во-вторых, курящий член семьи должен уважительно относиться к остальным, ни при каких обстоятельствах не позволять себе курить дома, в обществе некурящих, заставляя их дышать дымом. Не следует также разбрасывать по комнатам пачки сигарет, держать несколько пепельниц, тем более, заполненных окурками. Кроме того, курящий человек должен демонстрировать уважение к людям в обществе: не закуривать на улице при большом скоплении народа, курить только в отведенных для этого местах, не бросать окурки, пустые пачки и т.д. Такое поведение показывает подростку, что некурение - нормальное поведение человека, а курение накладывает определенные ограничения и курильщики не хозяева положения.

Если вы решили бросить курить, это заслуживает всяческого уважения. Вы можете рассчитывать на поддержку близких, в том числе подростка. Конечно, нужно поделиться с ним своим решением, но не следует активно вовлекать его в этот процесс (особенно это касается младших подростков), т.к. такая ситуация может привлечь излишнее внимание к проблеме и спровоцировать интерес.

Если же вы курите и не считаете эту привычку такой уж дурной, вам нравится процесс курения, вы считаете, что это красиво и стильно, тогда вы не можете требовать от подростка соблюдать запрет на курение. Будьте последовательны в своих действиях и словах!

4. Правила для курильщиков

В том случае, когда никто из домашних не курит, но у вас есть курящие друзья, в семье должны быть установлены правила, относящиеся к курению. Например, даже самым лучшим друзьям нельзя курить у вас.

5. Единая позиция семьи и школы

Вас волнует проблема подросткового курения? Поинтересуйтесь, что делает школа для профилактики табакокурения. Если вам повезло и в школе проводится профилактическая работа, узнайте, что именно делается там, какова концепция и программа этой работы, какие цели ставит перед собой педагогический коллектив, проводя ее, и, самое главное, какое содействие вы можете оказать школе. Необходимое условие для успешного проведения работы по профилактике курения подростков - общность позиций семьи и школы. Если вы равнодушно относитесь к деятельности школы, направленной на профилактику курения, вы можете спровоцировать аналогичную реакцию подростка. Поэтому ваша заинтересованность и поддержка повысят эффективность профилактической работы. Большую пользу приносит непосредственное включение родителей в организацию и проведение профилактических мероприятий.

6. Поговорите со своим ребенком

Надо ли говорить с ребенком о курении? Когда начинать проводить беседы? О чем говорить? А может, лучше не говорить вообще? Конечно же, беседовать с ребенком, подростком о курении нужно, но при этом соблюдать некоторые условия:

- разговор должен проходить в доверительной обстановке, обязательно на равных;
- нельзя доминировать в разговоре, навязывая свою точку зрения;
- нужно выяснить знания ребенка по проблеме и его отношение к ней и на этой основе строить дальнейший разговор;
- таких бесед не должно быть слишком много, нельзя постоянно и по любому случаю говорить о вреде курения.

7. Устранение причин курения

Для успешной профилактики курения необходимо знать, почему подростки начинают курить, и постараться нейтрализовать причины. Посмотрим, что можно сделать для этого.

ПРИЧИНЫ	ДЕЙСТВИЯ
Из любопытства	Постараться расширить круг интересов подростка, демонстрируя новые возможности, привлекательные для него и доступные ему.
Чтобы казаться взрослее	Подростка может не удовлетворять статус в семье - он уже вырос, а к нему относятся, как к ребенку. Скорректируйте свое отношение - подросток должен иметь обязанности в семье, нести ответственность за их выполнение. Кроме того, он должен получить больше свобод, чем раньше.
Подражая моде	Моду на курение во многом формирует реклама. В ней образ курящего человека весьма привлекателен. Обсудите с подростком рекламу, научите его критически относиться к получаемой извне информации. Расскажите, что во многих развитых странах курение не модно, а курящие имеют ограничение в правах.
За компанию	Оградить ребенка от компаний, подающих нежелательный пример, нереально, зато вы можете научить его самостоятельному мышлению, приучить нести ответственность за свое поведение и не следовать за толпой.

Все то, что поможет подростку в этом возрасте избежать вовлечения в табакокурение, еще не раз пригодится ему в дальнейшем.

8. Если ваш ребенок курит

Вы узнали, что ваш ребенок курит. Прежде всего, следует успокоиться, так как волнение или гнев никогда не помогают решать проблемы. В такой ситуации неэффективно прибегать к скандалу и наказанию: это может озлобить подростка и подорвать доверительность в отношениях. Лучше спокойно обсудите с ним возникшую проблему, скажите, что это вас беспокоит, вы огорчены создавшейся ситуацией. Вам следует подобрать литературу по проблеме курения, ознакомиться с ней самому (самой) и познакомить подростка. Нельзя запугивать ребенка или предоставлять ему недостоверную информацию. Четко заявите свою позицию относительно курения, не отвергая при этом самого ребенка и не отказывая ему в понимании и поддержке. Расскажите о возможностях преодоления вредной привычки. Вам надо набраться терпения, потому что избавление от курения требует времени.

9. Фразы, которые не рекомендуется произносить в разговоре с подростками, и полагаемая ответная реакция на них:

ФРАЗА	РЕАКЦИЯ
"Ты еще мал курить!"	"Отлично! Как только вырасту...Хотя я уже взрослый".
"Чтоб я не видел тебя с сигаретой!"	"Нет проблем! Буду курить в более приятной компании".
"Курят только глупые люди".	"Может, твой дядя Петя и глупый, а я знаю много отличных ребят, и все они курят".
"Не смей курить!"	"Какая ерунда! Любопытно на это посмотреть".
"Увижу с сигаретой - выгоню из дома!"	"Не надо мне приказывать!"
"Сигарета - это яд. Капля никотина убивает лошадь"	"Это банально, к тому же я не лошадь".
"Вот, сейчас ты куришь, а потом начнешь пить и употреблять наркотики".	"А что, можно попробовать!"

Привычка принуждает нас ко многим глупостям; самая большая глупость - это стать ее рабом.

Наполеон 1

В ходе собрания родители смогут

- рассмотреть понятия "удовольствие", "привычка", "зависимость";
- проследить этапы формирования привычки курения у подростков;
- определить, какими характеристиками отличается каждый этап формирования привычки и зависимости от курения.

Вопросы собрания

- Что заставляет подростка обращаться к сигарете?
- Что такое "удовольствие" от курения?
- В результате чего возникает привычка к курению?
- Как формируется никотиновая зависимость?

Основные понятия

- Удовольствие
- Привычка
- Зависимость

СТРУКТУРА СОБРАНИЯ

Этапы	Формы и методы	Время	Ожидаемые результаты
I этап Мотивация	Вступительное слово учителя. Обсуждение эпиграфа.	5 мин	У родителей возникает интерес к обсуждаемой проблеме. Обозначены вопросы, на которые предстоит ответить в ходе собрания.
II этап Работа с понятиями	Работа в группах. Обсуждение и формулирование понятий.	8 мин	У родителей появляется уточненное представление о понятиях "удовольствие", "привычка", "зависимость".
III этап Обсуждение основной проблемы	Работа в группах. Работа с документами. Исследовательский метод.	37 мин	Родители приходят к выводу, что формирование привычки и зависимости от курения происходит поэтапно; этот процесс объясняется биологическими реакциями, происходящими в организме человека, имеет свои характеристики, мотивы, последствия.

«Формирование привычки курения у подростков»

IV этап Подведение итогов	Фронтальное обсуждение.	10 мин	Родители определяют важность наличия волевых качеств, как возможность выбора в пользу отказа от курения.
---------------------------------	-------------------------	-----------	--

ХОД СОБРАНИЯ



1 ЭТАП: МОТИВАЦИЯ

Как бы хорошо ни строилась профилактика табакокурения в школе, без поддержки семьи трудно достичь стойкого положительного эффекта. Семья и школа по данной проблеме должны стоять на единых позициях.

Важно, чтобы **здоровье** стало стилем жизни, традицией и культурой.

Здоровье - великое благо. Здоровый человек готов осуществить самые смелые и прекрасные замыслы. На пути к оздоровлению самым главным является отказ от вредных привычек и приобретение полезных.

Обратимся к эпиграфу собрания.

Привычка принуждает нас ко многим глупостям; самая большая глупость - это стать ее рабом.



Педагог обращается с вопросом к родителям:

Как это высказывание раскрывает тему собрания?

В ходе обсуждения родители приходят к выводу:

Человек - существо разумное, и все поступки, которые он совершает, являются итогом его умственной деятельности. Но так бывает не всегда. Иногда человек является заложником своих привычек, то есть его поведение мотивировано не разумным подходом, а эмоциональным или рефлекторным импульсом. В таких ситуациях можно сказать: человек теряет над собой контроль, становится безвольным рабом своих привычек. Даже информация о вреде или бессмысленности той или иной привычки не может повлиять и скорректировать поведение в пользу разумности. Такой привычкой является курение табака. Человек со сформированной привычкой курения ограничивает свою свободу, является рабом пагубной привычки, тем самым обрекая себя быть глупцом.

В подтверждение этому, можно привести пример из "Фауста" Гете.

Когда была открыта Америка, Фауст в сопровождении Мефистофеля побывал в Новом Свете. Они обнаружили там много интересного, в том числе невиданные растения, и среди них - табак. Весьма осведомленный, как всегда, Мефистофель заявил: "Полезная травка, не лопух какой-нибудь! Она осчастливит Старый Свет! Кто хоть раз закурит, тот не оставит этой забавы. Больше не будут говорить про нас, чертей, что мы одни вдыхаем дым и выпускаем его через ноздри. Не набить ли вам табаком трубку, уважаемый доктор?" "Не надо. Забава для дураков," - решительно ответил Фауст.

Как правило, первая встреча с табаком проходит для человека довольно болезненно. Хорошо это описал Л.Н.Толстой в своей трилогии "Детство. Отрочество. Юность": "Запах табака был приятен, но во рту было горько, и дыхание захватывало. Однако, скрепив сердце, я довольно долго втягивал в себя дым, пробовал пускать кольца и затягиваться. Скоро комната вся наполнилась голубоватым облаком дыма, трубка начала хрипеть, горящий табак подпрыгивал, а во рту я почувствовал горечь и в голове маленькое кружение. Я хотел уже перестать и только посмотреться с трубкой в зеркало, как, к удивлению моему, зашатался на ногах, комната пошла кругом, и, взглянув в зеркало, к которому я с трудом подошел, я увидел, что лицо мое было бледным как полотно. Едва я успел упасть на диван, как почувствовал такую тошноту и такую слабость, что вообразил себе, что трубка для меня смертельна, мне показалось, что умираю. Я серьезно испугался и хотел уже звать людей на помощь и посылать за доктором. Однако страх продолжался недолго. Я скоро понял, в чем дело, и со страшной головной болью, расслабленный, долго лежал на диване..."

Что же произошло в детском организме, если он настолько бурно прореагировал на табак? Все это признаки легкой степени отравления никотином.

Что заставляет подростка повторно обращаться к сигарете, если он испытал такие неприятные ощущения?

Как происходит формирование привычки и в дальнейшем зависимости?

Ответить на эти вопросы и подробно разобраться в этом мы сможем на сегодняшнем собрании.



2 ЭТАП: РАБОТА С ПОНЯТИЯМИ



Работа проходит в группах.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

ПЕРВАЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- сформулируйте определение понятия "удовольствие", заполнив пропуски словами, подходящими по смыслу;
- ознакомьтесь с дополнительной информацией, раскрывающей суть понятия.

"**Удовольствие** (или наслаждение) - это ___ и переживание, сопровождающее удовлетворение ___ или ___"

Слова для справок: *интереса, чувство, потребности.*

Потребность - нужда в чем-нибудь, требующая удовлетворения.

Интерес - внимание, возбуждаемое чем-нибудь значительным, привлекательным. Интерес занимает промежуточное положение в усложняющемся ряду потребностных отношений человека к миру: он возникает на основе познавательного влечения (желания) к той или иной области действительности и в процессе своего развития может перерасти в устойчивую личностную потребность, в склонность.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

"Удовольствие (или наслаждение) - это чувство и переживание, сопровождающее удовлетворение интереса или потребности".

На базе положительных эмоциональных переживаний чувства удовольствия появляются и закрепляются потребности и интересы человека.

ВТОРАЯ ГРУППА**ЗАДАНИЕ:**

- сформулируйте определение понятия "привычка", заполнив пропуски словами, подходящими по смыслу,
- ознакомьтесь с дополнительной информацией, раскрывающей суть понятия.

"Привычка - это ____, ставшее для кого-то ____ действием"

Слова для справок: *постоянное, склонность, поведение.*

"Полезные **привычки** - образ действия, который ____ здоровье человека".

Выберите нужное: *сохраняет, укрепляет, ухудшает.*

"Вредные **привычки** - образ действия, который ____ здоровье человека".

Выберите нужное: *сохраняет, разрушает.*

Определение понятия "привычка", которое дается в словаре по психологии

ПРИВЫЧКА - автоматизированное действие, выполнение которого в определенных условиях стало потребностью (напр., делать зарядку по утрам, быстро ходить и т.д.). С формированием П. связано смещение мотива действия. Если вначале действие побуждается мотивом, лежащим вне его, то с возникновением П. мотивом становится сама потребность в выполнении данного действия.

П. формируется в процессе неоднократного выполнения действия на той стадии его освоения, когда при его исполнении уже не возникает каких-либо трудностей волевого или познавательного характера. При этом решающее значение приобретает вызываемое самим функционированием действия физическое и психическое самочувствие, окрашиваемое положительным эмоциональным тоном "приятного удовольствия".

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

- **Привычки** - это укоренившиеся в психике людей способы поведения, проявляющиеся в виде однотипных действий, повторяющихся в сходных условиях.
- **Привычки** могут приносить человеку и пользу, и вред.

ТРЕТЬЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- сформулируйте определение понятия "зависимость", заполнив пропуски словами, подходящими по смыслу;
- ознакомьтесь с дополнительной информацией, раскрывающей суть понятия.

Зависимость - подчиненность другим, чужой __, чужой __ при отсутствии __, свободы.
Слова для справок: *самостоятельности, воле, власти.*

Если в результате курения у человека появляются проблемы в любой из сфер жизни (тело, разум, эмоции), и если человек не может прекратить курить или прекращает, но снова "срывается", - это **ЗАВИСИМОСТЬ**. Зависимость это - болезнь.

Потребность в курении табака обуславливается в основном двумя факторами: физиологическим (возникающая со временем физическая **зависимость** от никотина) и психическим. Последний заключается в организованной форме поведения человека, т.е. в привычке, выработанной и закрепленной годами. Курение вошло в быт миллионов людей, став прочной жизненной **потребностью, зависимостью**, т.е. очень сложным поведенческим и психосоциальным явлением.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Зависимость - подчиненность другим, чужой воле, чужой власти при отсутствии самостоятельности, свободы.

Потребность в курении табака обуславливается на физиологическом уровне **зависимостью** от никотина (относится к наркотическим веществам) и является сложным поведенческим и психосоциальным явлением.

**3 ЭТАП: ОБСУЖДЕНИЕ ОСНОВНОЙ ПРОБЛЕМЫ**

Работа в группах. Педагог всем группам дает одинаковое задание:

- прочитайте текст;
- найдите в нем слова и выражения, характеризующие процесс формирования привычки курения;
- расположите их в порядке усиления влечения к курению.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Американский писатель Ален Карр в своей книге "Легкий способ бросить курить" повествует о том, как человек некурящий превращается в заядлого курильщика, как **курение из любопытства превращается в привычку**.

"Мы не принимали решения стать курильщиками. С теми, первыми сигаретами, мы просто **экспериментировали** и, поскольку их вкус был ужасен, были убеждены, что **сможем остановиться, когда захотим...**

Прежде чем осознать, что происходит, мы уже не только **регулярно покупаем сигареты** и курим их, **когда хотим**, а просто **курим каждый день**. Курение уже **стало частью нашей жизни**. Мы всегда проверяем, взяли ли с собой сигареты. По нашему мнению, табак делает вечеринки и обеды приятнее и помогает снять стресс. Кажется, нам даже не приходит в голову, что вкус той же самой сигареты из той же самой пачки, выкуренной после обеда, совершенно не отличается от вкуса первой утренней сигареты. В действительности курение никогда не было способно улучшить прием пищи и встречу друзей, и оно вовсе не снимает стресс. Нет, курильщики просто верят, что не смогут получить удовольствие от обеда или справиться со стрессом без сигареты.

Обычно на то, чтобы осознать, что мы **пристрастились** к курению, уходит много времени, поскольку мы тешим себя иллюзией, что курильщики курят потому, что получают удовольствие от сигарет, а не потому, что **вынуждены**. Не получая от сигарет удовольствия (а ведь мы его никогда не получаем), мы пребываем в заблуждении, что можем бросить, когда захотим. **Обычно мы заблуждаемся до тех пор, пока не попытаемся бросить курить, только тогда по-настоящему узнаем о существовании этой проблемы"**.

Результаты педагог фиксируют на доске.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

1. Курение из любопытства.
2. Экспериментирование.
3. Сможем остановиться, когда захотим.
4. Регулярно покупаем сигареты.
5. Курение стало частью жизни.
6. Мы пристрастились к курению.
7. Курим, потому что вынуждены.
8. Проблема!!!



Педагог организует работу в группах с документом. Анализ документа позволяет проследить, как происходит процесс формирования привычки и зависимости от курения на биологическом уровне.

ЗАДАНИЕ:

- прочитайте документ.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Злой черной травой называют табак в народе. При курении происходит так называемая **сухая перегонка**: воздух при затяжке табаком нагревается до высокой температуры и извлекает из него различные вещества, которые вместе с дымом поступают в легкие. При курении образуется до 6 тысяч самых различных компонентов. Все они не безразличны для организма, поэтому и отнесены к разряду **ксенобиотиков** (от греческого "**ксенос**" - чужой, "**биос**" - жизнь).

30 веществ табачного дыма причислены к **ядам натурального действия**.

Основным компонентом табачного дыма всегда считался и считается **никотин**, который оказывает наиболее выраженное токсическое влияние на организм. Он относится к классу растительных **алкалоидов**, а это значит, что к нему развивается привыкание, переходящее в труднопреодолимую зависимость.

Многие зарубежные исследователи поэтому причисляют табак к **наркотическим** продуктам. В одной сигаре массой 1 г содержится обычно 10-15 мг никотина, а в сигарете массой 10 г - до 150 мг этого вещества.

Никотин, подобно наркотикам, оказывает на организм **двухфазное действие**:

1. Через 2-3 минуты после вдыхания дыма никотин уже проникает внутрь **клеток головного мозга** и ненадолго повышает их активность. Происходящее параллельно с этим кратковременное **расширение сосудов мозга** и рефлекторное воздействие аммиака на **нервные окончания дыхательных путей** субъективно воспринимаются курильщиками как освежающий приток сил. Таким образом, никотин вначале возбуждает.

2. Однако спустя некоторое время чувство прилива энергии и приподнятости **исчезает**. Физиологически это связано с наступающим **сужением сосудов мозга** и понижением его активности, в результате чего организм испытывает **состояние угнетения**.

Кажущиеся подъем энергии, успокоенность, **закрепляясь в сознании** после выкуренной сигареты, переходят в **условный рефлекс**. Курящий уверен, что без табака он не может нормально работать, жить, и вскоре он становится настоящим **рабом своей страсти**.

В результате:

- Потребность в никотине заставляет подростка вновь и вновь вдыхать "дымовую завесу".
- Сначала никотин возбуждает. Курильщик, с одной стороны, чувствует повышение активности, с другой - некоторое одурманивание, ощущение расплывчатости и нечеткости окружающей действительности.
- Малая доза никотина увеличивает выброс адреналина - гормона стресса. Пульс повышается на 30%, артериальное давление - на 5-10 мм. рт. ст., и подросток испытывает почти эйфорию.
- При развитии зависимости перерыв в курении сопровождается
 - неспособностью сосредоточиться,
 - плохим настроением и волнением.
- Со временем организм курильщика уже не может удовлетвориться той дозой поступающего никотина, которой хватало вначале, что заставляет человека чаще браться за сигарету, а затем вообще сменить марку на более крепкую. Так формируется зависимость.
- Механизм формирования зависимости одинаков и для табака, и для алкоголя, и для наркотиков.

«Формирование привычки курения у подростков»

ЗАДАНИЕ:

- проанализировав текст, продолжите фразу:

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ**ПЕРВАЯ ГРУППА**

Сухая перегонка - это ...
Основным компонентом табачного дыма ...

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

*Сухая перегонка - это процесс, при котором воздух при затяжке табаком **нагревается** до высокой температуры и извлекает из него различные вещества, которые **вместе с дымом поступают в легкие**. При курении образуется до 6 тысяч самых различных компонентов.*

*Основным компонентом табачного дыма всегда считался и считается **никотин**, который оказывает наиболее выраженное токсическое влияние на организм. К нему развивается **привыкание, переходящее в труднопреодолимую зависимость**.*

ВТОРАЯ ГРУППА

На первом этапе курения ...
На втором этапе курения...

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

*На первом этапе курения через 2-3 минуты после вдыхания дыма никотин уже проникает внутрь клеток головного мозга и ненадолго повышает их активность. Происходящее параллельно с этим кратковременное расширение сосудов мозга и рефлекторное воздействие аммиака на нервные окончания дыхательных путей субъективно воспринимаются курильщиками как освежающий приток сил или своеобразное чувство успокоения. Таким образом, **никотин вначале возбуждает**.*

*На втором этапе спустя некоторое время чувство прилива энергии и приподнятости исчезает. Физиологически это связано с наступающим сужением сосудов мозга и понижением его активности, в результате чего **организм испытывает состояние угнетения**.*

ТРЕТЬЯ ГРУППА

Кажущиеся подъем энергии, успокоенность, **закрепляясь в сознании** после выкуренной сигареты...

Со временем организм курильщика уже не может удовлетвориться той дозой поступающего никотина...

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Кажущиеся подъем энергии, успокоенность, **закрепляясь в сознании** после выкуренной сигареты, переходят в **условный рефлекс**. Далее возникает желание повторить полученное удовольствие. Курящий уверен, что без табака он не может нормально работать, жить, и вскоре он становится настоящим рабом своей страсти.

Со временем организм курильщика уже не может удовлетвориться той дозой поступающего никотина, которой хватало вначале, что заставляет человека чаще брать за сигарету, а затем вообще сменить марку на более крепкую. Так формируется зависимость.

Механизм формирования зависимости одинаков и для табака, и для алкоголя, и для наркотиков.

Формирование привычки и зависимости от курения происходит поэтапно, этот процесс можно представить в виде графика. Каждый этап имеет свои особенности: мотивы, характеристики, причины, последствия. Далее педагог организует работу в группах с графиком-схемой.

Схема расположена на стр.76-77

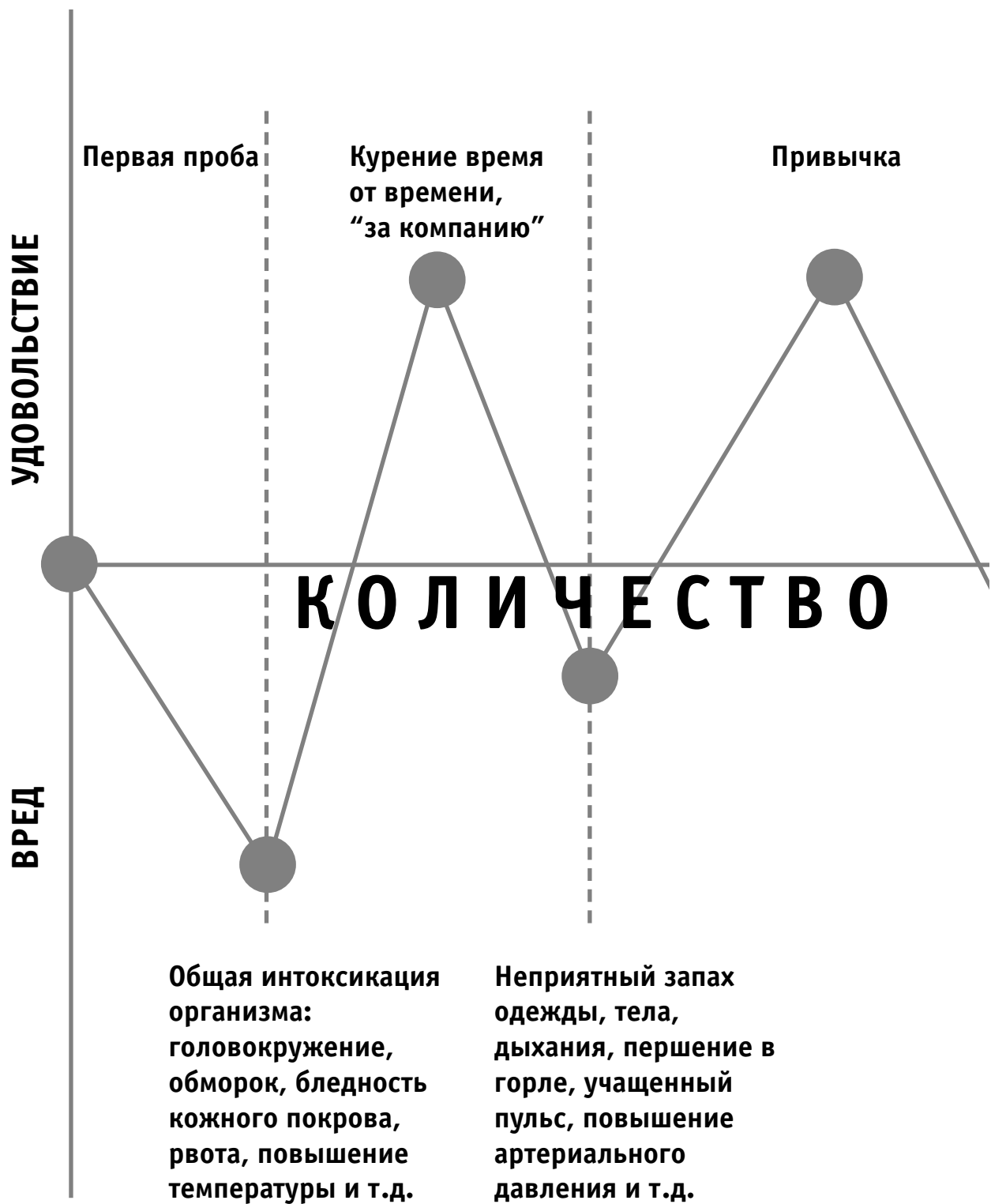
**А.**

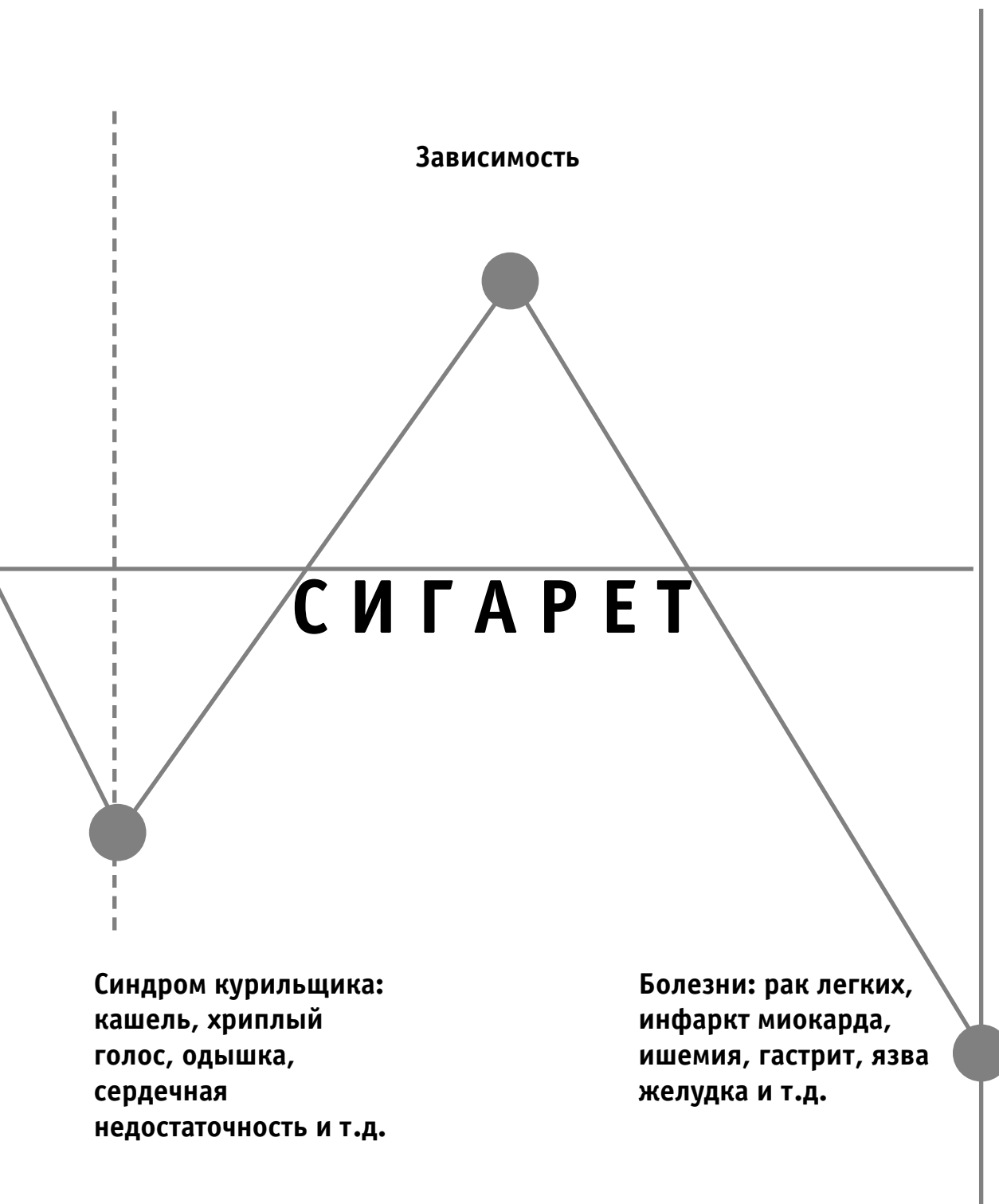
Педагог проводит анализ графика-схемы "Формирование привычки курения" в форме фронтальной беседы. Вопросы для обсуждения:

- Какие этапы можно выделить в процессе формирования привычки курения?
- Какими последствиями сопровождается процесс курения?
- Чем отличается первый этап от всех остальных?
- Какие особенности имеет каждый этап? Что общего и чем отличаются?
- Какой эмоциональный фактор влияет на желание закурить еще и еще раз?
- Что необходимо курильщику на каждом этапе для достижения удовольствия от курения?
- От чего зависит увеличение риска для здоровья?
- К чему ведет линия на четвертом этапе, направленная вниз?

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

- В процессе формирования привычки курения условно можно выделить четыре этапа: **первая проба; курение время от времени "за компанию"; привычка; зависимость**.
- Процесс курения сопровождается **удовольствием** с одной стороны и нанесением **вреда здоровью** с другой стороны.
- В 90% случаев первая проба курения сигарет сопровождается неприятными ощущениями и негативными последствиями для здоровья. Чем младше ребенок, тем тяжелее последствия. Положительных эмоций, **удовольствия на первом этапе курящий**, как правило, **не испытывает**.





«Формирование привычки курения у подростков»

- В последующем на каждом этапе возникает удовольствие. Степень удовольствия на всех этапах (кроме первого) остается **практически постоянной**. Важно отметить, что на каждом этапе курение влечет за собой негативные последствия в виде вреда для здоровья: **риск ухудшения здоровья увеличивается**, курение ведет к серьезным заболеваниям.
- Главной причиной формирования привычки и зависимости от курения является **удовольствие**, которое испытывает курильщик. Желание получить удовольствие еще и еще раз заставляет брать сигарету в руки.
- С каждым этапом, чтобы достичь ожидаемого удовольствия, курильщик должен выкуривать **все большее и большее количество сигарет**. Так формируется **зависимость**.
- Чем **больше** курильщик выкуривает **сигарет**, тем **больше** формируется **зависимость от курения**, тем **больше ухудшается здоровье**.
- Это ведет к **сокращению жизни** и преждевременной **смерти**.

Б.**ЗАДАНИЕ:**

- из предложенного перечня мотивов курения выберите те, которые соответствуют каждому этапу: **курение время от времени**, **"за компанию"**; **привычка**; **зависимость**.



Каждая группа выбирает мотивы, характерные для одного из этапов.

Работают 3 группы

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

1. Курение помогает быть в хорошей форме.
2. Доставляет удовольствие держать сигарету в руках.
3. С сигаретой легче расслабиться - появляется чувство раскованности.
4. Закуриваю, если чем-нибудь расстроен.
5. Просто не по себе, когда под рукой нет сигареты.
6. Курю автоматически, не задумываясь о причинах.
7. Курю, чтобы собраться, сосредоточиться.
8. Сам процесс прикуривания доставляет удовольствие.
9. Приятен запах табака.
10. Закуриваю, когда волнуюсь.
11. Когда я не курю, будто чего-то не хватает.
12. Такое ощущение, что курю одну сигарету: пока старая догорает в пепельнице, не замечая, прикуриваю новую.
13. Когда курю, кажется, что становлюсь бодрее.
14. Смотреть на дым от сигареты доставляет удовольствие.
15. Чаще всего курю, когда мне хорошо, я спокоен и умиротворен.
16. Курю, когда скучно или не хочется ни о чем думать.
17. Если какое-то время не курю, начинаю испытывать неудержимое желание сделать это.
18. Иногда случается, что я закурил автоматически, неосознанно.

Результаты работы фиксируются на доске, или, чтобы сократить время, педагог заранее готовит на ватмане приведенную ниже таблицу и родители сравнивают результаты, полученные в ходе работы в группе, с данными таблицы.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Курение время от времени, "за компанию"	Привычка	Зависимость
<ul style="list-style-type: none"> • Доставляет удовольствие держать сигарету в руках. • С сигаретой легче расслабиться - появляется чувство раскованности. • Сам процесс прикуривания доставляет удовольствие. • Приятен запах табака • Смотреть на дым сигареты доставляет удовольствие. 	<ul style="list-style-type: none"> • Курение помогает быть в хорошей форме. • Курю, чтобы собраться, сосредоточиться. • Закуриваю, когда волнуюсь. • Когда курю, кажется, что становлюсь бодрее. • Чаще всего курю, когда я спокоен и умиротворен. • Курю, когда скучно или не хочется ни о чем думать. • Иногда случается, что я закурил автоматически, неосознанно • Закуриваю, если чем-нибудь расстроен. 	<ul style="list-style-type: none"> • Курю автоматически, не задумываясь о причинах. • Когда я не курю, будто чего-то не хватает. • Такое ощущение, что курю одну сигарету: пока старая догорает в пепельнице, не замечая, прикуриваю другую. • Просто не по себе, когда под рукой нет сигареты. • Если какое-то время не курю, испытываю неудержимое желание сделать это.

Как показывают данные таблицы, каждый этап отличается мотивацией курения. Если на первом этапе ничего не предвещает беды и общее впечатление остается положительным: "ради удовольствия", "для развлечения", "просто баловство" - то на последующих этапах прослеживается уже более отягченная мотивация: курю, "когда волнуюсь", "когда чем-нибудь расстроен", "чтобы сосредоточиться". Зависимость уже характеризуется мотивами, далекими от "баловства". Это пагубное пристрастие, без которого человек не мыслит своего существования, курение делает его зависимым, несвободным и наносит непоправимый вред здоровью.

**4 ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ****ЗАДАНИЕ:**

Педагог предлагает родителям ознакомиться с высказываниями и ответить на вопросы:

- Какой смысловой потенциал заложен в данных высказываниях?
- Какие советы и рекомендации на основании этих высказываний можно дать человеку, если привычка курения уже сформировалась?

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Лишь глупцы называют своеволие свободой.

Тацит

Сознательная дисциплина - разве это не есть истинная свобода.

Н.К.Рерих

Свобода не в том, чтоб не сдерживать себя, а в том, чтоб владеть собой.

Ф.М.Достоевский

Свобода - это цена победы, которую мы одержали сами над собой.

К.Мати

Характер формируется борьбой, и человек создается препятствиями.

Н.В.Шелгунов

Характер - это определенная форма воли и интереса, делающая себя значимой.

Гегель

Воля - целеустремленность, соединенная с правильным рассуждением .

Платон

... Твердая воля - это ежеминутно одерживаемая победа над инстинктами, над влечениями...

Бальзак

Воля наша, как и наши мускулы, крепнет от постоянно усиливающейся деятельности: не давая им упражнения, вы непременно будете иметь слабые мускулы и слабую волю.

К.Д.Ушинский

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

- *Выбор человека зависит от наличия у него воли и разума.*
- *Воля и разум человека должны быть нравственно ориентированы.*
- *Воля - способность осуществлять свои желания, поставленные перед собой цели.*
- *Разум - способность человека логически и творчески мыслить.*
- *Когда у человека существует альтернатива развития и выбора пути, важно мобилизовать разум и волю человека, обратиться к позитивным ценностным установкам.*

Если человек обладает волей и разумно ориентирован в социально-нравственном поле, значит, он может строить свою жизнь по собственному выбору в пользу здорового образа жизни, значит, он сможет избежать вредных привычек.

Курить или жить? - так можно поставить вопрос.

Давайте будем жить.

ШПАРГАЛКА
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ГИПОТЕЗА ФРЕЙДА

Зигмунд Фрейд полагал, что наше подсознание воспринимает курение как продолжение сосания материнской груди, которое было так сладостно в младенчестве. Человек, который в раннем возрасте не удовлетворил потребность в сосании, будет получать от курения еще и эротическое удовольствие, так как сигарета раздражает эрогенные зоны губ.

Видимо, справедливы утверждения некоторых авторов о том, что курение закрепляется особенно быстро потому, что представляет собой видоизмененный сосательный рефлекс, с которым ребенок появляется на свет, и сигарета играет роль пустышки младенца.

БЕЗ ВИНЫ ВИНОВАТЫЕ

У некоторых людей есть предрасположенность к злоупотреблению психоактивными веществами, к которым относится и табак. Если родители курят, у их младенца еще до рождения может появиться зависимость от никотина. Когда такой ребенок вырастет и попробует курить, привыкание у него наступит гораздо быстрее, чем у подростков из некурящих семей.

Если мама активно курила во время беременности, предрасположенность к курению у ее ребенка будет еще сильнее.

По расчетам наркологов вероятность того, что подросток закурит уже в 12 лет, достигает 80%, если в его семье курят трое взрослых, и 40%, если курит хотя бы один.

ДИЗАЙНЕРЫ ПОСТАРАЛИСЬ...

Привычка курить настолько прочно вошла в быт, что внешне приобретает вид необходимой жизненной потребности.

Очень быстро вырабатывается своеобразный рефлекс курения, когда вид красиво оформленной пачки сигарет или коробки папирос, запах ароматного дыма и другие атрибуты курения делают подростка заядлым курильщиком.

ЧТО ТАКОЕ СИГАРЕТНЫЙ ДЫМ

Сигаретный дым содержит более 400 различных ядовитых веществ. Наиболее активными компонентами табачного дыма являются **никотин, окись углерода и смолы**. В состав самого табака входят такие вещества, как белки (около 10%), углеводы (до 20%), органические кислоты (порядка 10%). При сжигании табака образуются **смолы (7-14%)** и испаряются **эфирные масла** (порядка 1% от массы табака). Ими-то и объясняется специфический **аромат табака**. У некоторых сортов табака он особенно привлекателен, а в отдельных случаях, благодаря специальной обработке, настолько приятен, что некоторые некурящие люди даже наслаждаются табачным дымом. Таков табак "Золотое руно", имеющий очень тонкий и приятный аромат.

НЕДОСЫПАЮЩИЕ КУРЯТ?

Дети, которые мало спят, в 2 раза чаще начинают курить, употреблять алкоголь и наркотики, чем их высыпавшиеся сверстники, считают ученые из Мичиганского университета. 10 лет они наблюдали за развитием 257 мальчиков и обнаружили, что многие из тех, у кого с раннего детства были проблемы со сном, к 14 годам уже познакомились с табаком, алкогольными напитками и наркотическими веществами. Проблемы со сном часто являются маркером скрытой тревожности и агрессии, поэтому родителям не надо оставлять без внимания нарушения сна у ребенка.

ТАБАК И ПСИХИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА

Склонны к курению подростки с психоневрологическими проблемами: те, кто страдает эпилепсией, перенес сотрясение мозга, имеет минимальные мозговые нарушения из-за родовых травм... Они стремятся смягчить свое состояние с помощью наркотических веществ, в том числе и табака.

Чаще других привыкают к курению и страдающие психическими заболеваниями. Они тоже очень быстро попадают в зависимость от психоактивных веществ.

*Я намерен сегодня говорить о табаке
как о прихоти и несчастью человека.*

И.М. Догель

*Новорожденные везде плачут одинаково. Когда же они
вырастают, у них оказываются неодинаковые
привычки. Это результат воспитания.*

Сюнь - цзы

В ходе собрания родители смогут

- осознать ответственность за формирование у детей способности противостоять отрицательному влиянию социального окружения;
- сформулировать главные принципы поддержки детей в борьбе с табакокурением;
- выработать рекомендации семейной профилактики табакокурения среди подростков.

Вопросы собрания

- Что значит "ответственные родители"?
- Какова роль родителей в формировании у детей ответственности за свое здоровье?
- На каких принципах должна строиться система поддержки детей в борьбе с табакокурением?
- Как родители могут помочь ребенку в противостоянии коварному соблазну?

Основные понятия

- Курение активное
- Курение пассивное
- Ответственность
- Соблазн
- Выбор
- Помощь

СТРУКТУРА СОБРАНИЯ

Этапы	Формы и методы	Время	Ожидаемые результаты
I этап Мотивация	Игра "Кто больше?" Статистическая информация о табакокурении.	3 мин	Родители определяют вместе с педагогом цели и задачи собрания.

«Вы можете помочь своему ребенку»

II этап Работа с понятиями	Работа в группах.	7 мин	Осмысление родителями понятий "курение", "соблазн", "ответственность", "выбор", "помощь".
III этап Обсуждение основной проблемы	Работа в группах. Работа с эпиграфом. Упражнение-активатор. Ролевая игра. Игра "Снежный ком". Проектная деятельность.	35 мин	Родители делают выводы об основных целях воспитания, о формировании у детей ответственности за свою жизнь, здоровье. Родители вырабатывают принципы поддержки и конструктивные шаги в профилактике табакокурения среди подростков.
IV этап Подведение итогов	Рефлексия "Закончи фразу" .	5 мин	Родители самостоятельно формулируют выводы по занятию, выполняют самостоятельную домашнюю работу (анкета).

ХОД СОБРАНИЯ**1 ЭТАП: МОТИВАЦИЯ**

Педагог проводит игру "Кто больше?". Суть игры - назвать как можно больше марок известных вам сигарет.

Побеждает тот, кто меньше всего назвал марок сигарет или не знает совсем, значит, этот человек не курит и проблема курения в этой семье стоит не так остро.

Это была больше шутка, но в каждой шутке есть доля истины. А разговор сегодня пойдет как раз о курении. О том, что тема разговора актуальна, свидетельствуют результаты опроса учащихся и официальная статистика.

Более 80% курящих начали курить в возрасте до 18 лет.

По данным Всемирной организации здравоохранения, 80% регулярно курящих детей сохраняют эту привычку, став взрослыми. Если подросток выкурил хотя бы 2 сигареты, в 70 случаях из 100 он будет курить всю жизнь. Согласно опросам медиков и социологов к 12 годам сигареты пробовали 30% россиян, к 14 - 55%, к 15 - 65%. Каждый 10-й курильщик в 15 лет уже страдает никотиновой зависимостью.

Учитель может использовать данные анкетирования учащихся своего класса, школы.

АНКЕТА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

1. Как ты учишься

- Отлично
- Хорошо
- Средне (удовлетворительно)
- Неудовлетворительно

2. Курят ли твои родители, родные?

- Отец - да, нет, изредка
- Мать - да, нет, изредка
- Брат - да, нет, изредка
- Сестра - да, нет, изредка
- Дедушка - да, нет, изредка

3. Куришь ли ты?

- Да
- Нет
- Изредка
- В школе
- В компании

4. Почему, по-твоему, чаще всего начинают курить подростки?

- От нечего делать
- За компанию
- Хочется быть взрослым
- Любопытно, баловство
- Модно
- Успокаивает, поднимает настроение
- Пример близких

5. В некоторых семьях курят родители. Как ты к этому относишься?

- Хорошо
- Плохо
- Все равно

6. Хорошо ли курить?

- Да
- Нет
- Не знаю

«Вы можете помочь своему ребенку»

Если в западноевропейских странах здоровый образ жизни является нормой - это модно, престижно, то в России проблема детского курения достигла критической точки. Подростковое курение стремительно молодеет. Таким образом, из всего вышеизложенного очевидно, что с наступлением подросткового возраста риск начала курения резко возрастает. Если в младшем школьном возрасте свыше 95% учеников отрицательно относятся к курению вообще, то в подростковом возрасте картина резко меняется: курение становится привлекательным, взрослые утрачивают свое влияние и все большую значимость приобретает мнение сверстников.

Поэтому сегодня пойдет речь не только о вреде курения, но и о том, как родители могут помочь своему ребенку в борьбе с этим коварным соблазном, как помочь подростку сделать правильный выбор в противостоянии влиянию социального окружения.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Родители осознают важность проблемы, необходимость работы над её решением.

**2 ЭТАП: РАБОТА С ПОНЯТИЯМИ**

Чтобы разговор стал достаточно глубоким и осознанным, остановимся на ключевых понятиях, которыми мы будем оперировать:

- курение активное
- курение пассивное
- ответственность
- соблазн
- выбор
- помощь



Родители разделены на 3 группы, работают с карточками.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ**ПЕРВАЯ ГРУППА****ЗАДАНИЕ:**

- вместо пропусков вставьте подходящие по смыслу слова;
- сформулируйте определения "активное курение", "пассивное курение".

Активное курение - это вредная привычка, связанная с ___ табачного ___ и способствующая развитию различных ___ легких, сердца, сосудов, желудка.

Слова для работы: заболевание, дым, вдыхание.

Пассивное курение - это пребывание человека в накуренном ___ или рядом с ___ и ___ табачного дыма помимо его ___

Слова для работы: , воля, курящий, вдыхание, помещение.

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Активное курение - это вредная привычка, связанная с вдыханием табачного дыма и способствующая развитию различных заболеваний легких, сердца, сосудов, желудка.

Пассивное курение - это пребывание человека в накуренном помещении или рядом с курящим и вдыхание табачного дыма помимо его воли.

ВТОРАЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- вместо пропусков вставьте подходящие по смыслу слова;
- сформулируйте определения "ответственность", "соблазн".

Ответственность - необходимость, ___ давать ___ в своих действиях, поступках, ___ за их последствия.

Слова для работы: отчет, обязанность, отвечать

Соблазн - влечение, искушение, вызывающее желание у ___ что-нибудь ___ самому, испытать новые ___ .

Слова для работы: человек, сделать, ощущение.

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ответственность - необходимость, обязанность давать отчет в своих действиях, поступках, отвечать за их последствия.

Соблазн - влечение, искушение, вызывающее желание у человека что-нибудь сделать самому, испытать новые ощущения.

ТРЕТЬЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- вместо пропусков вставьте подходящие по смыслу слова;
- сформулируйте определения "выбор", "помощь".

Выбор - это предпочтение кого-либо или чего-либо, система ___ , образующая психологическую ___ предпочтительности.

Слова для работы: мотивы, основа.

Помощь - поддержка, содействие в чем-либо, в какой-нибудь ___ , дающей желаемый ___ , избавляющей от ___ , ___

Слова для работы: деятельность, результат, трудности, проблемы.

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Выбор - это предпочтение кого-либо или чего-либо, система мотивов, образующая психологическую основу предпочтительности.

Помощь - поддержка, содействие в чем либо, в какой-нибудь деятельности, дающей желаемый результат, избавляющей от трудностей, проблем.

**3 ЭТАП: ОБСУЖДЕНИЕ ОСНОВНОЙ ПРОБЛЕМЫ****РАБОТА В ГРУППАХ.**

Осознав понятия, перейдем к работе над проблемой. Обратимся к высказыванию:

"Основная и высшая цель воспитания - передача ребенку ответственности за собственную жизнь".

ЗАДАНИЕ:

- обсудите, в чем заключается смысл высказывания;
 - приведите три наиболее сильных аргумента в поддержку данного высказывания.
- Затем высказывания родителей записываются на доске.

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**Аргументы:**

- Самая высшая ценность человеческого бытия - это сама **жизнь**.
- Собственная жизнь человека (ее продолжительность, качество, содержательность) во многом **зависит от самого человека, его образа жизни, привычек**.
- Главное в воспитании - научить ребенка быть **ответственным** за свою жизнь, т.е. уметь отвечать за свои поступки, за их последствия.

В процессе обсуждения необходимо подвести родителей к тому, что конечной целью является воспитание ребенка ответственным человеком, способным самостоятельно принимать в отношении себя ответственные решения.

Воспитать ответственного человека могут только **ОТВЕТСТВЕННЫЕ РОДИТЕЛИ**.

Предлагаю вам упражнение-активатор: продолжите предложения:

Быть ответственным по отношению к ребенку для меня означает _____

Свою ответственность по отношению к ребенку я проявляю через _____

Я несу ответственность за _____

Высказывания родителей фиксируются на доске.

**ЗАДАНИЕ ГРУППАМ:**

- сформулируйте определение понятия "ответственные родители".

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

*В ходе обсуждения родители должны прийти к выводу о том, что ответственные родители передают **своему ребенку ответственность за его поступки, собственное поведение, учат ребенка предвидеть последствия** своих действий, определять **совместимость поступков с собственными ценностями**.*

Чтобы глубже проникнуть в проблему, предлагаем провести ролевую игру "Ситуации".

ЗАДАНИЕ:

- прочитайте ситуации, коллективно проанализируйте;
- представьте вариант завершения ситуации в виде театрализованной сценки.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ**ПЕРВАЯ ГРУППА**

- Вы возвращаетесь домой после тяжелого трудового дня. Ваш ребенок с одноклассником сидит в своей комнате, а оттуда пахнет сигаретным дымом. **Ваши действия?**

ВТОРАЯ ГРУППА

- Однажды, наводя порядок на его столе, вы обнаружили несколько сигарет и решили поговорить с ним. **Как вы это будете делать?**

ТРЕТЬЯ ГРУППА

- Ребенок вернулся домой, от него пахнет сигаретным дымом. Когда вы говорите ему об этом, он отрицает. **Ваши действия?**

**РЕФЛЕКСИЯ РОЛЕВОЙ ИГРЫ:**

- Было ли вам комфортно играть роль подростка?
- Что вы чувствовали при этом?
- Знакомы ли вам проигрываемые ситуации?

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Ролевая игра даст возможность родителям почувствовать себя на месте подростка, осознать возможность возникновения проблемы курения у каждого и необходимость особого психологического подхода при общении с ребенком по поводу курения.



Как же противостоять надвигающейся беде? Что делать? Чем руководствоваться, чтобы помочь ребенку? Предлагаю каждому подумать и ответить на вопрос:

Какие меры борьбы с табакокурением могут быть использованы родителями, как можно помочь ребенку не поддаться этому соблазну?

Работа организуется по методу " Мозгового штурма". Результаты фиксируются на доске.

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Меры профилактики табакокурения и способы противостояния негативному влиянию со стороны социального окружения:

- *Организация свободного времени, привлечение детей к занятиям спортом, творчеством (кружки, секции, туризм, семейные хобби).*
- *Личный пример (не курить, постоянно демонстрировать свое отношение к курению, бросить курить).*
- *Профилактические беседы о вреде курения.*
- *Использование положительного примера известных личностей, звезд эстрады, кино.*
- *Поддержка ребенка в его начинаниях, уважение его взглядов.*
- *Семейный досуг (на природе, даче, городские праздники).*
- *Контроль учебы, поведения, изучение круга друзей ребенка.*
- *Ограничение ребенка в обращении с деньгами.*
- *Обучение ребенка умению отказываться от предложения закурить.*

Эффективность предложенных форм и методов профилактической работы зависит от соблюдения принципов семейной профилактики табакокурения. Педагог заранее готовит наглядный материал на доске или на листе ватмана.

Принципы семейной профилактики табакокурения:

1. Системность
2. Гибкий контроль
3. Терпение и деликатность
4. Индивидуальный подход
5. Поддержка
6. Наглядность



Далее педагог организует работу в группах, предлагая **задание**:

- выбрать одну из предложенных **форм** профилактики табакокурения;
- рассказать о ней подробно:
 - Почему именно этой **форме** отдали предпочтение?
 - Какие задачи решает?
 - Перед каким выбором стоит ребенок в данной ситуации?
 - Какой выбор ставят перед собой родители?
 - Какие **принципы** должны быть использованы для эффективности выбранной формы профилактики?
 - Каков предполагаемый результат?



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

*Чтобы помочь ребенку избежать привычки курения, родителям нужно приложить немало усилий. Но самое главное - **любить** своего ребенка, **понимать** его и быть готовым всегда **прийти на помощь**. Только тогда все предложенные формы и методы будут действительны и эффективны.*

А сейчас давайте отрепетируем отказ от курения. Если подростку ровесники предлагают закурить, он может отказаться. А как это сделать, мы сейчас узнаем. Психологи советуют отказ построить по схеме:

ОТКАЗ + АРГУМЕНТ + ВСТРЕЧНОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

Педагог предлагает родителям разбиться на пары и провести ролевую игру «Сумей сказать "нет"»

ВОЗМОЖНЫЕ АРГУМЕНТЫ:

Слабое здоровье:

"Нет, спасибо. У меня на табачный дым аллергия. Может, лучше покатаемся на велосипеде?"

Желание сохранить голову светлой:

"Я не буду. У меня завтра контрольная. Ты уже все уроки сделал?"

Уже существующий отрицательный опыт:

"Я пробовал. Мне не понравилось. А ты можешь подтянуться на турнике 7 раз?"

«Вы можете помочь своему ребенку»

Желание отодвинуть этот эксперимент на неопределенный срок:

"Нет, спасибо. Не сегодня и не сейчас, я очень спешу, срочные дела. Давай встретимся завтра".

Ссылка на уже имеющиеся проблемы:

"Нет, не буду. У меня и так вагон неприятностей. Ты не хочешь сходить в спортивный зал?"

Стремление казаться "крутым":

"Эта дрянь не для меня. Есть увлечения покруче. Приходи, посидим за компьютером: у меня есть новая игра".

Встречное предложение переводит разговор на другую тему и исключает насмешки, возможные в случае отказа закурить. Таким образом, ваш ребенок достойно выходит из данной ситуации.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

В ходе ролевой игры родители моделируют варианты отказа в ситуации предложения закурить. Данный опыт родители смогут использовать в беседах со своими детьми.



4 ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Хотелось, чтобы вы оценили сегодняшнюю работу. Продолжите фразы:

Сегодня я понял(а), что...

После этого разговора мне стало ясно...

Это собрание помогло мне разобраться...

Самое время вернуться к эпиграфам нашего собрания.

Я намерен сегодня говорить о табаке как о прихоти и несчастье человека.

И.М.Догель

Новорожденные везде плачут одинаково. Когда же они вырастают, у них оказываются неодинаковые привычки. Это результат воспитания.

Сюнь - цзы

Действительно, курение - это прихоть и несчастье человека, каждый делает свой выбор сам. Воспитывая наших детей, мы можем помочь им избежать дурных привычек.

ШПАРГАЛКА
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

По мнению ученых, каждый ребенок обладает большими защитными возможностями психического и физического здоровья. Эти защитные возможности называют **защитными факторами**, благодаря которым ребенок сможет противостоять формированию привычки курения, может быть здоровым полноценным человеком и настоящим гражданином, невзирая ни на какие неблагоприятные обстоятельства.

Известно 28 защитных факторов.

Первые 14 - это **внешние защитные факторы**, которые поддерживают ребенка в жизни, ставят его в необходимые рамки, очерчивают границы приемлемого поведения.

Другие 14 защитных факторов являются **внутренними качествами**, определяющими стиль поведения ребенка.

ВНЕШНИЕ ЗАЩИТНЫЕ ФАКТОРЫ	ВНУТРЕННИЕ ЗАЩИТНЫЕ КАЧЕСТВА
<ul style="list-style-type: none"> • поддержка семьи; • родители, которые являются образцом социальных связей; • общение с родителями; • общение с другими взрослыми; • участие родителей в жизни школы; • положительный школьный климат; • единые правила в воспитании ребенка для обоих родителей; • контроль со стороны родителей; • организация домашнего досуга; • хорошие друзья; • занятия музыкой; • дополнительное образование; • участие в общественной жизни по месту жительства. 	<ul style="list-style-type: none"> • стремление к успеху; • стремление к учению; • хорошая успеваемость в школе; • выполнение работы по дому; • стремление помогать людям; • умение сопереживать людям; • сексуальная сдержанность; • навыки умеренного отстаивания своего мнения; • навыки принятия решений; • умение находить друзей; • навыки планирования; • реалистичная самооценка; • оптимизм.

Вы спросите: "Сколько же защитных факторов у моего сына или дочери?" Ответ прост. Обычно дети располагают примерно 16 защитными факторами из 28. Найдите время и вместе с детьми прочитайте и обсудите их. Таким образом, вы узнаете, какими защитными качествами уже обладает ваш ребенок и какие защитные ресурсы ему необходимы. Помогите ему в этом!

*Шаг в пропасть... Опасно это или нет? -
сначала ты летишь, потом разбиваешься.
Первая проба наркотика - начало такого же полета.
И конец будет таким же.*

Из публикаций СМИ

В ходе собрания родители смогут

- рассмотреть понятия "психоактивные вещества", "табак", "никотин", "наркотик", "наркомания", "аддиктивное поведение";
- рассмотреть этапы формирования аддиктивного поведения: как происходит процесс втягивания в "воронку наркозависимости" от первой сигареты до наркомании;
- проанализировать условия, определяющие риск и возможность перехода от сигареты к тяжелым наркотикам;
- получить советы и рекомендации, как вести себя в ситуации аддиктивного поведения ребенка.

Вопросы собрания

- Каковы данные исследований ВОЗ по проблеме подросткового курения?
- Что такое аддиктивное поведение?
- Каковы причины возникновения привыкания к психоактивным веществам и формирования зависимости?
- Как развивается потребность в веществах, изменяющих сознание?
- Как должны вести себя родители в ситуации аддиктивного поведения подростка?

Основные понятия

- Наркотик
- Табак
- Никотин
- Наркомания
- Психоактивные вещества
- Аддиктивное поведение

СТРУКТУРА СОБРАНИЯ

Этапы	Формы и методы	Время	Ожидаемые результаты
I этап Мотивация	Мозговой штурм. Вводное слово педагога. Постановка проблемы собрания.	5 мин	Родители знакомятся со статистическими данными по обсуждаемой проблеме, что помогает понять актуальность и значимость темы "Шаг от сигареты к наркотикам".

II этап Работа с понятиями	Работа с текстом в малых группах.	15 мин	Родители знакомятся с определениями понятий собрания, работают над их осмыслением.
III этап Обсуждение основной проблемы	Работа в малых группах. Творческое задание. Составление таблиц. Метод ранжирования. Исследовательский метод.	35 мин	Родители -узнают об этапах, условиях и причинах формирования аддиктивного поведения подростков; -рассмотрят факторы, влияющие на возможность перехода от сигареты к наркотикам; -смогут моделировать правильные варианты поведения в ситуации аддиктивного поведения подростков.
IV этап Подведение итогов	Беседа, коллективное обсуждение.	5 мин	Родители формулируют выводы по теме собрания, определяют практическое значение полученной информации.

ХОД СОБРАНИЯ



1 ЭТАП: МОТИВАЦИЯ

На доске или листах ватмана нарисована таблица.

Как вы думаете, почему люди курят, употребляют алкоголь, наркотики и многие другие вещества, изменяющие сознание?	А почему люди этого не делают?
--	---------------------------------------

Педагог предлагает родителям в ходе "мозгового штурма" ответить на вопросы и заполнить таблицу.

Как вы думаете, почему люди курят, употребляют алкоголь, наркотики и многие другие вещества, изменяющие сознание?	А почему люди этого не делают?
<ul style="list-style-type: none"> • Чтобы было хорошо • Для "кайфа" • Так легче общаться 	<ul style="list-style-type: none"> • Они боятся за свою жизнь, здоровье

«Шаг от сигареты к наркотикам»

<ul style="list-style-type: none"> • Чтобы было весело танцевать • Забыться от горя • Чтобы быть взрослее и "круче" • Просто, чтобы испытать, что это такое • Уйти от боли • За компанию • Чтобы расслабиться • Для смелости • Для энергии 	<ul style="list-style-type: none"> • Они боятся проблем, родителей, милиции • У них есть принципы и убеждения • Из-за отсутствия денег
---	---

Мы с вами живем в таком мире, где причин для того, чтобы употреблять наркотики, гораздо больше, чем причин, чтобы их не употреблять.

Как этому противостоять? Как уберечь наших детей от беды, которая приобрела сегодня угрожающие масштабы?

Глобальность проблемы, ее актуальность и ужасающие последствия подтверждаются статистическими данными, приведенными ниже.

Численность детей и молодежи в возрасте от 14 до 24 лет, с различной частотой потребляющих наркотические средства, достигает 4 миллионов, а наркозависимых среди них - от 900 тысяч до 1 миллиона 100 тысяч.

Ситуация в России, связанная с употреблением психоактивных веществ, продолжает ухудшаться. Эксперты отмечают устойчивый рост наркомании, алкоголизма и связанной с ними ВИЧ-инфекции среди детей и подростков с усиливающейся тенденцией их перетекания в младшие возрастные группы.

Чтобы противостоять этому и найти способы борьбы, необходимо выявить причины, приведшие к такой ситуации. Вот некоторые из них:

- Нестабильность нашего общества
- Слаборазвитая социокультурная инфраструктура
- Утрата морально-нравственных ценностей общества
- Низкий культурный и образовательный уровень населения
- Кризис семьи
- Массовая попкультура низких образцов

Все эти причины являются объективными, из разряда тех, на которые трудно повлиять одному отдельно взятому человеку. Но есть причины субъективные, которые зависят только от самого человека, его образа жизни, его воли и желания. Это курение.

Анализ данных Всемирной организации здравоохранения показывает, что если

человек 12-17-летнего возраста курит, то вероятность того, что он будет употреблять героин, в 12 раз выше, кокаин - в 51 раз выше, крэк - в 57 раз выше, чем для тех, кто никогда не курил. Если человек 12-17-летнего возраста выкуривает более пачки сигарет в день, то вероятность того, что он будет употреблять героин, в 51 раз выше, кокаин - в 106 раз выше, крэк - в 111 раз выше, чем для тех, кто никогда не курил. Дети, которые никогда не курили, почти наверняка не будут употреблять героин, кокаин или крэк. В то время как существенная доля систематически курящих детей уже пробовали эти наркотики, и у многих из них уже возникла зависимость.

Этот анализ доказывает, что для многих детей сигареты - это средство для входа в мир наркотиков.

"Шаг от сигареты к наркотикам" - тема сегодняшнего собрания.



2 ЭТАП: РАБОТА С ПОНЯТИЯМИ



Учитель предлагает родителям ответить на вопросы:

- Что такое психоактивные вещества?
- Что можно отнести к психоактивным веществам?



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Психоактивные вещества - все химические соединения растительного и химического происхождения, непосредственно влияющие на психическое состояние человека, изменяющие состояние сознания.

К психоактивным веществам относятся:

- Наркотики, наркотические вещества (конопля тоже)
- Алкоголь (пиво тоже)
- Некоторые лекарственные средства
- Токсические вещества (клей, бензин тоже)
- Психостимуляторы (кофе, чай, табак, кофеин тоже)



Дальше работа идет в группах.

Родители работают над понятиями.
Каждая группа получает карточку с заданием.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ**ПЕРВАЯ ГРУППА****ЗАДАНИЕ:**

- ознакомьтесь с понятиями и материалами, раскрывающими эти понятия;
- ответьте на вопросы:



- Что такое наркотики?
- Что является критерием принадлежности вещества к наркотикам?
- Какими признаками характеризуется заболевание наркомания?

Наркотики - 1) сильнодействующие - природные и синтетические вещества, приводящие в возбужденное состояние, парализующие центральную нервную систему и способные вызывать наркоманию;

2) лекарственные вещества, используемые для наркоза.

Наркомания -тяжелая и трудно излечимая болезнь, развивающаяся в процессе употребления наркотических препаратов, основным признаком которой является пристрастие к какому-либо химическому веществу, вызывающему приятное психическое состояние - "эйфорию" или измененное восприятие реальности.

Наркомания - болезненное, иногда непреодолимое пристрастие к наркотикам, приводящее к тяжелым нарушениям функций организма.

Юридическими критериями признания вещества наркотиком, прежде всего, служат **социальная опасность и криминогенность**. Только те вещества и препараты определены юрисдикцией как наркотики, которые особо распространены в **нелегальном производстве и торговле**. Если злоупотребление каким-либо психоактивным веществом становится опасным не только для здоровья человека и общества, но и вызывает при этом ощутимые экономические потери, то специальным нормативным актом оно признается наркотическим, поэтому наркотик - понятие не только медицинское, но и юридическое. Юридически (а не медицински) наркотиками считаются вещества любого действия, отвечающие единому критерию **социальной опасности**.

ВТОРАЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- ознакомьтесь с понятиями и материалами, раскрывающими эти понятия;
- ответьте на вопросы:



- Что такое табак?
- Что такое никотин?
- Почему табак относят к наркотикам? К "легальным" наркотикам?
- Можно ли считать табак безопасным для человека? Почему?

- Табак** -
- 1) травянистое растение семейства пасленовых, в листьях которого содержится никотин;
 - 2) высушенные и мелко нарезанные или растертые листья и стебли такого растения, употребляемые для курения, нюхания, жевания;
 - 3) травянистое декоративное растение семейства пасленовых с душистыми белыми, розовыми или светло-фиолетовыми цветками.

Никотин - наркотическое средство, содержащееся в табаке.

Особенности специфического воздействия различных веществ на **центральную нервную систему** наглядно показывают, что в один ряд с хорошо известными наркотическими веществами необходимо поставить много других веществ, еще до недавнего времени считавшихся друзьями человека, его помощниками в борьбе с плохим настроением и самочувствием. Для непосвященного трудно свыкнуться с представлением, что **никотин**, содержащийся в **табачном дыму**, кофе, чай и обычные лекарства тоже обладают **наркотическими свойствами**.

Табак, алкоголь, кофе и чай в высоких концентрациях и лекарства наркотического ряда относятся к **легальным** (разрешенным) наркотикам. Их продажа, хранение и употребление не подлежат наказанию. Однако оценки "**легальный**" или "**нелегальный**" не дают четкого представления об опасности того или иного наркотика. Так, табак и алкоголь, хотя они и относятся к категории легальных наркотиков, следует классифицировать как **самые опасные** из наркотиков, принимая во внимание огромное число заболеваний, которые они вызывают.

ЗАДАНИЕ:

- ознакомьтесь с понятием и материалами, раскрывающими это понятие;
- ответьте на вопросы:



- Что такое аддиктивное поведение?
- Какие причины способствуют развитию аддиктивного поведения?
- Где (в каких группах) подросток с наибольшей вероятностью может пристраститься к наркотикам?

Аддиктивное поведение - это употребление веществ, изменяющих психическое состояние, но без формирования психической и физической зависимости. Речь идет не о болезни, а **нарушениях поведения**.

По мнению ряда ведущих специалистов в области подростковой наркологии, точным термином в ситуации характеристики подростка, злоупотребляющего табаком, алкоголем, наркотиками или токсическими веществами, будет **аддиктивное** поведение. (**addiction** - пагубная привычка, пристрастие, прочая страсть).

Аддиктивное поведение у детей и подростков нередко служит средством **самоутверждения**, выражает **протест** против действительной или кажущейся несправедливости взрослых. При аддиктивном поведении психоактивные вещества употребляются, как правило, только **в группе**, причем отличительной особенностью такой группы является **отсутствие реальной содержательной деятельности**. Около 50% обследованных подростков с аддиктивным поведением принадлежит к так называемым **территориальным группам**, то есть к обычным компаниям сверстников по своей школе, двору, микрорайону, и именно в них приобретает **первый опыт** употребления наркотиков.

**3 ЭТАП: ОБСУЖДЕНИЕ ОСНОВНОЙ ПРОБЛЕМЫ**

В пословицах и поговорках сконцентрирована народная мудрость, накопленная веками и передаваемая из поколения в поколение. Однако каждое подрастающее поколение отрицает нажитый опыт, для того чтобы набраться своего, собственного, опыта.

Можно ли в сегодняшней жизни полагаться на опыт наших предков, может ли он помочь нам справиться с современными проблемами?



Педагог предлагает родителям работу в группах. Задание для всех групп одинаковое. Родители обсуждают пословицы и отвечают на вопрос:



Как данная пословица отражает проблему сегодняшнего занятия "Шаг от сигареты к наркотикам"?

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

ПЕРВАЯ ГРУППА

- **Береги платье снову, а здоровье смолоду**



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Здоровье - это самая большая ценность в жизни человека. Если человек здоров, значит, у него больше шансов содержательно прожить свою жизнь, быть успешным и счастливым, оставить здоровое потомство. Здоровье человека зависит от многих факторов, но в первую очередь от самого человека, от его образа жизни, привычек, желаний, воли, ответственности. Если обратиться к пословице, то ее предупреждение в контексте темы "Шаг от сигареты к наркотикам" будет звучать следующим образом: "Вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания и т.д.) могут разрушить твоё здоровье и сократить годы жизни. Помни об этом с юных лет и до последних дней! Заботиться о своём здоровье нужно начинать с детства, иначе может быть поздно".

ВТОРАЯ ГРУППА

- **Искру туши до пожара, беду отводи до удара**



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Смысл пословицы напрямую соответствует теме собрания "Шаг от сигареты к наркотикам", в которой звучит призыв и предупреждение. Искра - это сигарета, пожар - это наркотики. Назидание и мораль таковы: чтобы не допустить беды, нужно погасить маленькую искорку, с которой еще можно легко справиться, - бросить курить или не начинать вообще. Пожар потушить сложно, а иногда невозможно! Наркомания - это смерть!

ТРЕТЬЯ ГРУППА

- **Коготок увяз, всей птичке пропасть**

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Глагол "увязнуть" предполагает место действия - "болото", которое очень коварно затягивает свою жертву и уже не отпускает. Эта пословица звучит уже не как предупреждение, а как приговор. Совсем незаметным может быть переход от сигареты к наркотикам: от затяжки сигареты до первого укола один шаг, а там - пропасть. "Болото наркомании" не оставляет свою жертву в живых.

ЧЕТВЕРТАЯ ГРУППА

- **Своя воля страшней неволи**

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Выражение "своя воля" обозначает "идти на поводу своих желаний, жить по принципу я так хочу". В таком случае поступки человек совершает не обдуманные, а легкомысленные, как результат мимолетных желаний, чувств, эмоций. Как показывает жизнь, это плохие советчики в принятии осознанных ответственных решений. Пойдя на поводу своих желаний, очень легко можно оказаться в неволе. Взяв в руки первую сигарету из любопытства, "за компанию", или "от нечего делать", каждый должен знать, что все может закончиться тяжелой наркозависимостью.

В данной пословице синонимом выражения "своя воля" является понятие "безволие" - это черта человека, у которого отсутствует сила воли. Отсутствие силы воли может привести к самым страшным непоправимым последствиям - **наркомании** - и является большей бедой для человека, чем попасть в неволю (лишиться свободы).

ПЯТАЯ ГРУППА

- **По кривой дороге вперед не видать**

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

"Кривая дорога" - это не что иное, как путь, по которому идет человек, если он курит, пьет, употребляет наркотики. Встав однажды на этот путь, очень трудно выйти на "ровную" дорогу и увидеть, что впереди. Все психоактивные вещества одурманивают сознание человека, уводят его от реальной жизни. Шаг за шагом от первой затяжки сигаретой, потом "баловство травкой", потом первый укол... Четкая, яркая, перспективная "линия горизонта" пропадает, и в какой-то момент человек уже не видит смысла жизни, нет любимого дела, не осталось друзей.

Как видим, народная мудрость, выраженная в пословицах и поговорках, переходит из поколения в поколение, потому что во все времена, и сегодня в том числе, люди находят в них ответы на многие вопросы. Но не для всех открывается этот источник истины, и не каждый готов им воспользоваться. Может, поэтому так много у нас сегодня проблем, одна из которых - это одурманивание наших детей психоактивными веществами. Да, это одна из причин, но не все так просто. Стоит разобраться в этом более детально, опираясь на научные данные и исследования специалистов.

В первую очередь важно понять, станет ли первая сигарета вредной привычкой или приведет к более серьезным проблемам, таким, как наркомания. От чего это зависит? Как происходит процесс втягивания в воронку наркозависимости (аддиктивное поведение)? При каких условиях? Кто в большей степени подвержен этому?

На эти вопросы мы постараемся ответить в ходе дальнейшей работы.

Составление таблицы "**Этапы формирования аддиктивного поведения**".



Родителям предлагается разбиться на 3 группы. Каждая группа получает по две карточки: "таблица" и "описание этапа".

ЗАДАНИЕ:

- изучите представленную информацию;
- заполните соответствующую колонку в таблице: *1 группа* - 1 этап,
2 группа - 2 этап,
3 группа - 3 этап.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Этапы формирования аддиктивного поведения

Характеристики этапов	1 этап	2 этап	3 этап
Название этапа			
Цель употребления психоактивных веществ			
Какие вещества употребляют			
Частота употребления			
Существует ли зависимость			
В каком окружении употребляются психоактивные вещества			

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ**ПЕРВАЯ ГРУППА**

1. Этап первых проб служит началом аддиктивного поведения. Впервые пробуют какое-либо средство чаще всего в компании или под влиянием приятеля. В большинстве случаев первым выбирается алкоголь, иногда курение табака и вслед - курение гашиша или ингалянты (различные изделия бытовой химии), реже другие препараты опия, стимуляторы или галлюциногены. Затем может последовать отказ от употребления или повторения - нередко участвовавшие или в определенном ритме. Причиной отказа могут быть неприятные ощущения, вызванные интоксикацией, или угроза суровых наказаний.

ВТОРАЯ ГРУППА

2. Этап поиска - "полинаркотизм" - наступает именно тогда, когда вслед за первичными пробами следуют повторные. Попеременно употребляют то алкоголь, то различные токсические вещества, включая доступные наркотики. Обычно это происходит в компаниях, которые собираются вначале не только для совместного употребления наркотиков. Психоактивные вещества в этих компаниях используются "для веселья", для обострения восприятия модной музыки, для сексуальной расторможенности и т.п., предпочитают те из средств, которые облегчают общение. За пределами своей компании ни алкоголь, ни иные токсические вещества не употребляются.

Этап выбора предпочитаемого вещества завершает поиск. Подросток останавливается на одном из нескольких веществ и предпочитает его. Но зависимости еще нет. На данном этапе выявляется желание получить определенные приятные ощущения. **Гедонизм** - это стремление к получению удовольствия и развлечениям. В современной подростково-молодежной среде гедонизм определяется следующими составляющими: потребление психоактивных веществ, азартные игры, ранний секс, "пустопорожнее" непродуктивное времяпровождение.

ТРЕТЬЯ ГРУППА

3. Этап групповой психической зависимости - когда потребность в употреблении психоактивного вещества возникает немедленно, как только собирается "своя" компания. За пределами этой компании влечение еще не возникает. Индивидуальная психическая зависимость, как первый признак, еще отсутствует. Для пробуждения влечения требуются стимулы, запускающие условно-рефлекторные механизмы (обязательный прием наркотиков в подростковой компании).

После выполнения задания каждая группа представляет результаты работы, которые учитель фиксирует в сводной таблице (можно на доске или на листах ватмана).

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ****Этапы формирования аддиктивного поведения**

Характеристика	1 этап	2 этап	3 этап
Название этапа.	Первых проб.	Поиска, выбора.	Групповой психической зависимости.
Цель употребления психоактивных веществ.	Любозытство, за компанию.	Стремление к получению удовольствия и развлечениям.	Единство "своей" компании.
Какие вещества употребляют.	Алкоголь, курение табака , гашиш, ингалянты, препараты опия, галлюциногены.	Попеременно: алкоголь, токсические вещества, доступные наркотики.	Выбранное психоактивное вещество, чаще всего доступные наркотики.
Частота употребления.	Первая проба, затем может быть отказ от употребления или повторения в определенном ритме.	За первичной пробой следуют повторные.	Сразу, как только собирается "своя" компания.
Существует ли зависимость.	Нет	Нет	Групповая психическая зависимость. Индивидуальная зависимость отсутствует.
В каком окружении употребляются психоактивные вещества.	"Своя" компания.	"Своя" компания.	"Своя" компания.

Далее аддиктивное поведение может перейти в болезнь. **Болезнь (наркомания)** отличается от аддиктивного поведения формированием психической и физической зависимости от наркотика.

Индивидуальная психическая зависимость, характеризующая **1 стадию** заболевания, выражается прежде всего в том, что подросток начинает **употреблять наркотик вне группы сверстников, в одиночку.**

Физическая зависимость является отличительным признаком **2 стадии** заболевания, проявляется в выраженном абстинентном синдроме при перерыве в употреблении наркотика ("ломка").

3 стадия в подростковом возрасте не фиксируется.

«Шаг от сигареты к наркотикам»

Какие факторы способствуют переходу аддиктивного поведения в болезнь?

Многочисленные научные публикации свидетельствуют о том, что существует ряд факторов риска, способствующих началу употребления психоактивных веществ. Выделяют три основных группы факторов:



Далее работа идет в группах.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Социальные факторы:

доступность вещества; мода на вещество; влияние подростковой группы; самостоятельный заработок; распространенность в обществе; неблагоприятное окружение; частые смены места жительства (не связанные с проблемами подростка); неумелость и непоследовательность в воспитании; экономическое (социальное) неблагополучие в обществе, школе, семье; реклама (в том числе телепередачи); несогласованность и противоречие в законодательстве; степень грозящей ответственности (чем меньше - тем выше опасность);

Психологические факторы:

особенности формирования характера подростка; искаженное представление о себе или отсутствие стремления к самоутверждению; заниженная самооценка; стремление к получению удовольствия и развлечениям; недооценка вреда от наркотиков; выработка положительно отношения к легальным наркотикам (алкоголь, табак); подростковое бунтарство; неуспеваемость, нежелание обучаться в школе; отсутствие обязанностей перед семьей и самим собой; отсутствие социальных интересов; отсутствие представлений о правильной картине здорового образа жизни; привлекательность новых, необычных ощущений и переживаний; вынужденная "роль" в подростковой группе.

Биологические факторы:

наследственная отягощенность (пьянство, алкоголизм, наркомания родителей до рождения ребенка); изначально высокая устойчивость к высоким дозам наркотиков, стремление к повышению дозы наркотика, переносимость возрастающей дозировки; приобщение к легальным и нелегальным наркотикам в раннем возрасте; остаточные поражения головного мозга (черепно-мозговые травмы, мозговые инфекции, интоксикации); болезни печени с нарушением ее обезвреживающей функции; природа самого наркотика (его концентрация, действие на головной мозг, частота употребления и др.).

ЗАДАНИЕ:

- разделитесь на 3 группы; каждая группа работает с одной группой факторов:
 - 1 группа - социальные;
 - 2 группа - психологические;
 - 3 группа - биологические;
- выберите 5 факторов, наиболее значимых на ваш взгляд;
- проранжируйте факторы по мере убывания значимости.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ****1 группа****Социальные факторы**

- 1 экономическое (социальное) неблагополучие в обществе, школе, семье;
- 2 влияние подростковой группы;
- 3 доступность вещества;
- 4 неумелость и непоследовательность в воспитании;
- 5 мода на вещество.

2 группа**Психологические факторы**

- 1 отсутствие социальных интересов;
- 2 выработка положительно отношения к легальным наркотикам (алкоголь, табак);
- 3 заниженная самооценка;
- 4 недооценка вреда от наркотиков;
- 5 стремление к получению удовольствия и развлечениям.

3 группа**Биологические факторы**

- 1 изначально высокая устойчивость к высоким дозам наркотиков;
- 2 наследственная отягощенность (пьянство, алкоголизм, наркомания родителей до рождения ребенка);
- 3 приобщение к легальным и нелегальным наркотикам в раннем возрасте;
- 4 природа самого наркотика (его концентрация, действие на головной мозг, частота употребления и др.);
- 5 остаточные поражения головного мозга (черепно-мозговые травмы, мозговые инфекции, интоксикации).

Родителями могут быть предложены и другие варианты, что допустимо.

Если ребенок начал курить или попробовал употреблять психоактивные вещества, **как должны вести себя родители?**

Педагог предлагает родителям **задание:**

- используя информацию, полученную на собрании, проанализируйте приведенные ниже советы и рекомендации для родителей;
- сделайте правильный выбор, разделив советы в две колонки: "правильно" и "неправильно".

Советы и рекомендации для родителей

- Не впадайте в панику.
- Наблюдайте за ребенком: за его поведением, внешним видом, состоянием здоровья и аппетита, с кем дружит, как одевается, как относится к учебе, с кем долго разговаривает по телефону, какую музыку слушает и т.д.
- Постарайтесь обсудить возникшую ситуацию, когда ребенок не под воздействием алкоголя или наркотика.
- Разрешите смотреть телевизор, "гулять" по интернету сколько хочет, только чтобы не ходил на улицу.
- Постарайтесь объяснить ребенку, что вы понимаете, как сложно и нелегко ему, и, несмотря ни на что, вы продолжаете любить его и готовы помочь.
- Устройте скандал, пригрозите каким-нибудь наказанием.
- Никому не рассказывайте, ни к кому не обращайтесь за помощью, "не выносите сор из избы".
- Каждый раз после прогулки демонстративно осматривайте ребенка, понюхайте его одежду, прокомментируйте ваши замечания.
- К серьезному разговору с ребенком надо хорошо подготовиться самому; продумайте убедительную аргументацию.
- Как только в доме появились друзья ребенка, немедленно поставьте условие: чтобы духу их здесь не было.
- Ведите разговор с ребенком в спокойной манере.
- Принесите в дом как можно больше книг, брошюр, журналов, где все рассказывается о наркотиках.
- Пригласите в дом своих друзей и вместе с ребенком в их присутствии и при их участии обсудите возникшую проблему.
- Старайтесь избегать угроз, морализаторства.
- Чтобы не вызвать гнев и бунтарство со стороны ребенка, ежедневно отпускайте его гулять, пусть все свободное время проводит на улице.
- Устройте семейный ужин и поговорите о предстоящем совместном отдыхе летом.
- Соберите информацию о службах, которые оказывают помощь детям, не спешите идти к первому попавшемуся врачу.
- Запретите ему слушать музыку, которая ему нравится.
- Всегда отпускайте ребенка на дискотеку, ему необходимо общение со своими сверстниками в неформальной обстановке.
- Если возникла проблема, проконсультируйтесь со специалистами: психологами, врачами - наркологами.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

ПРАВИЛЬНО	НЕПРАВИЛЬНО
<ul style="list-style-type: none"> • Не впадайте в панику. • Наблюдайте за ребенком: за его поведением, внешним видом, состоянием здоровья и аппетита, с кем дружит, как одевается, как относится к учебе, с кем долго разговаривает по телефону, какую музыку слушает и т.д. • Постарайтесь обсудить возникшую ситуацию, когда ребенок не под воздействием алкоголя или наркотика. • Постарайтесь объяснить ребенку, что вы понимаете, как сложно и нелегко ему, и, несмотря ни на что, вы продолжаете любить его и готовы помочь. • К серьезному разговору с ребенком надо хорошо подготовиться самому; продумайте убедительные контраргументы на аргументы. • Ведите разговор с ребенком в спокойной манере. • Старайтесь избегать угроз, морализаторства. • Устройте семейный ужин и поговорите о предстоящем совместном отдыхе летом. • Соберите информацию о службах, которые оказывают помощь детям, не спешите идти к первому попавшемуся лекарю. 	<ul style="list-style-type: none"> • Разрешите смотреть телевизор, "гулять" по интернету сколько хочет, только чтобы не ходил на улицу. • Устройте скандал, пригрозите каким-нибудь наказанием. • Никому не рассказывайте, ни к кому не обращайтесь за помощью, "не выносите сор из избы". • Каждый раз после прогулки демонстративно осматривайте ребенка, понюхайте его одежду, прокомментируйте ваши замечания. • Как только в доме появились друзья ребенка, немедленно поставьте условие: чтобы духу их здесь не было. • Принесите в дом как можно больше книг, брошюр, журналов, где все рассказывается о наркотиках. • Пригласите в дом своих друзей и вместе с ребенком в их присутствии и при их участии обсудите возникшую проблему. • Чтобы не вызвать гнев и бунтарство со стороны ребенка, ежедневно отпускайте его гулять, пусть все свободное время проводит на улице. • Запретите ему слушать музыку, которая ему нравится. • Всегда отпускайте ребенка на дискотеку, ему необходимо общение со своими сверстниками в неформальной обстановке.

**4 ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**

Для проведения итоговой беседы педагог предлагает родителям ответить на вопросы:

- **Что полезного для себя вы узнали на сегодняшнем собрании?**
- **Какая информация имеет прикладное значение?**

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Вниманию родителей!

В России прогрессирует эпидемия наркомании и токсикомании. С каждым днем все больше регистрируется людей, употребляющих наркотики. Все шире становится список веществ, употребляемых для наркотического и токсического опьянения, все моложе становятся жертвы пристрастия к наркотикам.

От наркотической беды не застрахован никто, и если Ваш ребенок находится в какое-то время вне Вашего внимания, то Вам просто необходимо присматриваться к нему. Чтобы вовремя заметить, не подружились ли ваш сын или дочь с наркотиками или одурманивающими веществами. Вот наиболее характерные симптомы:

поведение

- нарастающая скрытость ребенка, даже без ухудшений отношений с родителями;
- учащение и увеличение времени "гуляний", особенно если оно приходится на то время, которое раньше проводилось в семье или за уроками;
- появляются новые подозрительные друзья;
- частые телефонные звонки, особенно тем людям, которых Вы до сих пор не знали;
- склонность сочинять небылицы с целью объяснить или оправдать Ваш интерес к его (ее) поведению.

настроение

- резкие перепады в настроении, которые нельзя объяснить переменами в реальной действительности;
- волнообразность настроения: чаще всего плохое с утра и заметный подъем после вечерней прогулки;
- неадекватные эмоциональные реакции: добродушие и вялость в скандале или наоборот - раздражительность в спокойной ситуации.

учеба, школа

- снижается успеваемость;
- падает интерес к учебе, привычным увлечениям и хобби;
- появляются прогулы школьных занятий;
- бросает занятия в спортивных секциях, кружках.

режим сна и бодрствования

- изменение ритма сна: в течение дня сонлив, вял, медлителен, а после вечерней прогулки выглядит бодрым, энергичным, готовым делать, что угодно, но только не ложиться спать;
- залеживание в постели с утра - "просыпает" занятия в школе, постоянно опаздывает на уроки;
- спит на задней парте первые уроки (если занимается в первую смену);

внешний вид

- неопрятность, неухоженность внешности;
- предпочтение специфического стиля одежды: кожаные куртки с заклепками, массивные ремни с массивными бляхами, разрисованные джинсы и т.д.;
- рубашки или блузки с длинными рукавами, даже в жаркую погоду;
- темные солнцезащитные очки, даже в отсутствии солнца;
- бледность кожи с землистым оттенком;
- покрасневшие, мутные глаза, немного навывкате;
- узкие или наоборот широкие зрачки с отсутствием реакции на свет;
- замедленная речь с растягиванием слов, иногда бессвязное бормотание;
- пошатывание, спотыкание, нарушение координации;
- следы от внутривенных уколов в характерных местах: внутренняя поверхность предплечий, тыл кисти, паховая область, голени, тыл стопы;
- ссадины, синяки, порезы, расчески с целью скрыть следы уколов;
- сальные неухоженные волосы;
- гнойничковые высыпания по всему телу;
- воспаления по ходу вен;
- покраснения в области носогубного треугольника.

запах

- химический запах (уксусный ангидрид, растворитель) от одежды, волос, в квартире и даже в подъезде;
- запах распаренного веника (если курил анашу, гашиш, марихуану).

деньги

- постоянные просьбы денег;
- продажа из дома ценностей: книг, одежды, видео-аудиоаппаратуры;
- разговоры с приятелями о том, где достать деньги;
- появление денежных долгов;
- поиски возможностей "легко" заработать, пренебрежение для этого физическим трудом.

аппетит

- сниженный аппетит и, как следствие, похудение;
- неожиданные приступы аппетита, особенно после вечерних прогулок;
- предпочтение в еде сладкого и мучного.

специфические находки

- порошок (белый или желто-белый), упакованный в маленькие бумажные свертки;
- темно-коричневая масса, упакованная в целлофан;
- зеленоватый порошок растительного происхождения, чаще в спичечном коробке;
- бумажки или денежные купюры, свернутые в трубочку;

- чайные, столовые ложки со следами подогревания на открытом огне;
- лекарственные препараты (димедрол, снотворные, успокаивающие) в таблетках или ампулах;
- папиросы "Беломорканал" и упаковки от них;
- шприцы и упаковки от них;
- химическая посуда;
- разноцветные таблетки с выдавленными на поверхности картинками и символами;
- марки, не очень похожие на почтовые.

**Что же делать, если Ваши подозрения начинают оправдываться?
НИКАКАКОЙ ПАНИКИ!**

Продолжайте внимательно наблюдать, не демонстрируя чрезмерного подозрения.

Не рекомендуем читать мораль, угрожать или наказывать.

В то же время не слушайте никаких оправданий, объяснений и уверений, что это для "уроков химии (или биологии) в школе", что это "принадлежит другу".

Проявите заботу и понимание, постарайтесь уговорить обратиться к специалисту-наркологу.

Если Ваш сын или дочь не хотят идти к специалисту, то необходимо настоять на этом. А если Вы бессильны - обращайтесь за консультацией сами: к наркологу или в отдел предупреждения правонарушений несовершеннолетних РОВД. В любом случае, пускать ситуацию "на самотек" - заведомо смириться с потерей ребенка.

Не спешите сдаваться - выход есть!

Оставайтесь спокойным: тревога и паника - плохие советчики.

Доверительно поговорите с сыном или дочерью.

Угрозы и шантаж сжигают последний мост между Вами и Вашим ребенком.

Прежде чем что-то предпринять, проконсультируйтесь со специалистом: что делать, как уточнить "колется, курит?..", как убедить ребенка пойти с Вами на консультацию, начать лечение, как его контролировать, как с ним можно договориться.

Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации.

Оноре де Бальзак

В ходе собрания родители смогут

- рассмотреть и уточнить понятия "последствия", "необратимый", "возможность";
- узнать о возможных необратимых последствиях табакокурения для различных сторон жизни подростков;
- убедиться, что последствия от курения табака в подростковом возрасте наиболее вредны и ощутимы на всю оставшуюся жизнь;
- осознать, что устранить или нейтрализовать последствия табакокурения на ранней стадии еще вполне под силу родителям;
- понять необходимость систематической и целенаправленной борьбы с курением в своих семьях;
- осознать необходимость родительской ответственности в профилактике детского табакокурения.

Вопросы собрания

- Чем опасно курение?
- Действительно ли его последствия необратимы?
- Как родители могут помочь своим детям избежать "табачной проблемы"?

Основные понятия

- Последствие
- Возможность
- Необратимый

СТРУКТУРА СОБРАНИЯ

Этапы	Формы и методы	Время	Ожидаемые результаты
I этап Мотивация	Беседа. Анализ анкет.	10 мин	Определяется контингент курящих детей и родителей, ставится проблема последствий курения.
II этап Работа с понятиями	Работа в группах. Поисковый метод.	10 мин	Родители уточняют понятия "последствия", "возможность", "необратимый".

«Последствия необратимы»

III этап Обсуждение основной проблемы	Работа в группах. Проблемные задания. Методика ранжирования. Ролевая игра. Родительский ринг.	25 мин	Родители приходят к выводу, что отношение к курению в обществе неоднозначно. Существует ряд необратимых последствий курения, знания о которых могут помочь в решении вопросов профилактики детского табакокурения.
IV этап Подведение итогов	Проектный метод "Лестница возможностей".	10 мин	Родители обсуждают возможные пути борьбы с курением.
V этап Рефлексия	Синквейн.	5 мин	Родители формулируют основные выводы по собранию, осознают личную значимость в предотвращении необратимых последствий курения в дальнейшей жизни своего ребенка.

ХОД СОБРАНИЯ**1 ЭТАП: МОТИВАЦИЯ**

Тема собрания сформулирована лаконично: "Последствия необратимы". В младших классах мы уже много говорили о вреде табакокурения, но эта проблема не изжита из нашей жизни. Последствия для здоровья детей, начавших курить, действительно могут быть необратимы. Напомним несколько самых вопиющих фактов о вреде курения.

Все больше подростков оказываются втянутыми в курение со школьной скамьи. Ученые установили, что люди, начавшие курить до 15-летнего возраста, умирают от рака легких в 5 раз чаще, чем те, которые начали курить после 25 лет. Смертельная доза никотина для взрослого - пачка, выкуренная сразу. Для подростка - ПОЛПАЧКИ (!). Недаром говорят: "Капля никотина убивает лошадь". Если быть точными, то капель чистого никотина можно убить 3-х лошадей. А ведь кроме никотина в сигаретах содержится очень много ядовитых веществ, губительных для растущего организма. Были даже зарегистрированы случаи смерти подростков от подряд выкуренных 2-3 сигарет - из-за резкого отравления жизненно важных центров, в результате которого наступала остановка сердца и прекращалось дыхание.

По результатам исследований Колумбийского Университета (Нью-Йорк, США) выявлен новый вредный эффект от курения: беспричинный страх. Подростки, которые выкуривают в день больше одной пачки сигарет, подвержены приступам беспричинной паники в 15 раз больше, чем их некурящие сверстники.

Необратимы последствия табакокурения не только для здоровья подростков, но и для семейного кошелька. Российский курильщик, который выкуривает в день одну пачку сигарет высшего класса, тратит на сигареты около 10.000 рублей в год! Это означает, что за 10 лет Вы можете "выкурить" небольшой малолитражный автомобиль типа "Ока". Как сказал Президент РФ Владимир Путин, "многие российские семьи на табак и алкоголь тратят гораздо больше денег, чем на спорт". Мы надеемся на осознанный перелом этой ситуации в будущем.

Готовясь к собранию, можно провести анкетирование. Для обеспечения анонимности вопросы анкеты заранее распечатаны, учащимся остается только поставить "галочку" в нужную графу. За одну - две недели до проведения собрания учащиеся анонимно отвечают на вопросы анкеты:

1. Курите ли Вы? (поставьте галочку в нужной клетке)

	Да, почти всегда	Иногда	Никогда
Юноша			
Девушка			

2. Курят ли взрослые у Вас в семье (поставьте галочку в нужной клетке)?

	Да, почти всегда	Иногда	Никогда
Мать			
Отец			
Другие члены семьи (братья, сестры, дедушки, бабушки)			

Родители отвечают на вопросы аналогичной анкеты на предыдущем собрании, чтобы классный руководитель имел время для обработки материалов анкетирования.

1. Курите ли Вы вообще? (Поставьте галочку в нужной графе)

	Да, почти всегда	Иногда	Никогда
Мать			
Отец			
Другие члены семьи (братья, сестры, дедушки, бабушки)			

«Последствия необратимы»

2. Курите ли Вы в присутствии своих детей? (Поставьте галочку в нужной графе)

	Да, почти всегда	Иногда	Никогда
Мать			
Отец			
Другие члены семьи (братья, сестры, дедушки, бабушки)			

3. Курят ли ваши дети?

	Да, почти всегда	Иногда	Никогда
Сыновья			
Дочери			

Далее дается экспресс-анализ анкетирования учащихся и родителей.

Предлагаем вниманию классных руководителей сводные таблицы, в которых легко обобщить результаты анкетирования. Результаты подсчитываются в процентах.

Результаты социологического опроса "Курят ли 9-классники?"

	Да, почти всегда		Иногда		Никогда	
	По данным школьников	По данным родителей	По данным школьников	По данным родителей	По данным школьников	По данным родителей
Юноша						
Девушка						

Результаты социологического опроса "Курят ли родители?"

	Да, почти всегда		Иногда		Никогда	
	По данным школьников	По данным родителей	По данным школьников	По данным родителей	По данным школьников	По данным родителей
Родители юношей						
Родители девушек						

Результаты социологического опроса "Курите ли вы в присутствии детей?"

	Да, почти всегда	Иногда	Никогда
Мать			
Отец			
Другие члены семьи (братья, сестры, дедушки, бабушки)			

Продолжали бы люди курить, если бы знали о необратимых последствиях табакокурения?!..

Наша задача - помочь детям избежать беды: проинформировать, предупредить, предостеречь, посоветовать, помочь.



2 ЭТАП: РАБОТА С ПОНЯТИЯМИ



Давайте поразмыслим над понятиями, которые будут использованы на собрании. Для работы нужно разделиться на группы.

ПЕРВАЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- из предложенных слов и словосочетаний составьте определение понятия "необратимый".

Такой, который, развиваться, пройденному пути, двигаться вспять, по уже, в обратном направлении, не может, **необратимый**.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Необратимый - такой, который не может развиваться в обратном направлении, двигаться вспять по уже пройденному пути.

ВТОРАЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- подберите из предложенных слов то понятие, которое соответствует данному определению.
Слова для справок: значение, последствие, зависимость, результат.

_____ - то, что возникает, появляется в результате, вследствие чего-либо.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Последствие - то, что возникает, появляется в результате, вследствие чего-либо.

ТРЕТЬЯ ГРУППА**ЗАДАНИЕ:**

- сформулируйте определение понятия "возможность", вставив подходящие по смыслу слова. Возможность - наличие _____, благоприятных _____ и т.п., способствующих _____ чего-либо.
Слова для справок: обстоятельств, осуществлению, условий.

Возможность - удобный _____, благоприятное стечение обстоятельств для _____ чего-либо.
Слова для справок: осуществления, случай.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

*Возможность - 1) наличие условий, благоприятных обстоятельств и т.п., способствующих осуществлению чего-либо;
2) удобный случай, благоприятное стечение обстоятельств для осуществления чего-либо.*

**3 ЭТАП: ОБСУЖДЕНИЕ ОСНОВНОЙ ПРОБЛЕМЫ**

Теперь, когда мы уяснили понятия, с которыми будем работать в ходе собрания, познакомимся с мыслями мудрых о вреде курения.



Как вы относитесь к этим высказываниям: согласны с ними, возражаете, готовы предложить свой вариант суждений о курении?



Далее идет обсуждение в группах.

ПЕРВАЯ ГРУППА

Табак приносит вред телу, разрушает разум, отупляет целые нации.

О. Бальзак

ЗАДАНИЕ:

- прочитайте и осмыслите высказывание О.Бальзака;
- ответьте на вопросы:
 - Великий француз высказал эту мысль в 19 веке. Прошло более 150 лет с тех пор. "Может ли табак нанести вред целой нации?"
 - "Вред телу неоспорим, но разве табак разрушает разум?"

ВТОРАЯ ГРУППА

Не кури в постели: пепел, который придется потом подметать, может оказаться твоим собственным.

Джек Бернет

ЗАДАНИЕ:

- прочитайте, и осмыслите высказывание Д.Бернета;
- ответьте на вопросы:
 - "Можно ли использовать на табачных изделиях это высказывание как альтернативу надписи "МИНЗДРАВ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ" ?"
 - "Где бы вы еще поместили это высказывание?"

ТРЕТЬЯ ГРУППА

Курильщик впускает врага в свои уста, который похищает его мозг.

Английская пословица

ЗАДАНИЕ:

- прочитайте и осмыслите пословицу;
- ответьте на вопросы:
 - "Что в пословице называется "врагом" и почему?"
 - "Как вы считает, в пословице идет речь о прямом поражении мозга человека табаком или о приобретении человеком зависимости от табакокурения?"

ЧЕТВЕРТАЯ ГРУППА

Население должно быть сокращено наполовину.

Никаких прививок, никакой гигиены, только водка и табак.

Адольф Гитлер о политике Германии на Востоке. 1942 г.

ЗАДАНИЕ:

- прочитайте и осмыслите высказывание;
- ответьте на вопросы:
 - "Если следовать логике А. Гитлера, то табак вместе с водкой - оружие массового уничтожения для российского народа. Вы согласны с этой мыслью?"
 - "Тогда почему же на фронте в годы Великой Отечественной войны советским солдатам выдавали знаменитые "наркомовские" 100 грамм водки и махорку?"



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

*Табакокурение наносит **непоправимый** вред здоровью человека, с одной стороны, и с другой стороны, курение и алкоголь могут иметь **временный**, по мнению медиков и психологов, **ложный** положительный эффект - **временное** расслабление психики человека, релаксация, снятие страха.*

ПОСЛЕДСТВИЯ КУРЕНИЯ

Следующее задание позволит выявить и сформулировать последствия табакокурения.

**ЗАДАНИЕ:**

- разделитесь на четыре группы;
- определите последствия курения для:
 - здоровья - 1 группа;
 - внешнего вида - 2 группа;
 - учебы и карьеры в будущем - 3 группа;
 - взаимоотношений между юношами и девушками и репродуктивной функции - 4 группа;
- результаты работы подготовьте в письменной форме на ватмане.

В "Шпаргалке для родителей" дана информация, которая поможет родителям выполнить задание. Перед началом работы родителям можно раздать эту информацию.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ****Для здоровья:**

- хронический бронхит курильщика;
- слизистая оболочка пищевода истончена, повышено ранима;
- хронический гастрит курильщика или даже язва;
- слизистая оболочка толстого кишечника тоже изменена, нарушена его моторика;
- мелкие артерии, артериолы повышено возбудимы, склонны к спазмам.

Для внешнего вида:

- волосы истончены, секутся и выпадают;
- расстроена работа потовых и сальных желёз кожи, в результате кожа неприятно пахнет;
- зубы желтеют;
- изо рта постоянно исходит запах табака;
- желтые пальцы рук;
- серый цвет лица;
- сухая кожа и преждевременные морщины.

Для учебы и карьеры в будущем:

- ухудшение памяти;
- снижение работоспособности, длительной концентрации;
- в большинстве западных фирм и в серьезных российских компаниях предпочтение при приеме на работу отдается некурящим;
- потеря премиальных вознаграждений;
- бесполезная трата времени на перекуры.

Для взаимоотношения между юношами и девушками, репродуктивной функции

- снижается сексуальная потенция у юношей;
- у девушек велик риск рака грудных желёз, матки;
- курение беременными приводит к физическим и психическим заболеваниям будущего ребенка;
- подростки, воспитанные в некурящих семьях, могут испытывать полное неприятие, граничащее с отвращением, по отношению к курящему представителю противоположного пола - "Сможете ли вы поцеловать пепельницу, полную окурков и пепла?"

Ранжирование последствий

Педагог предлагает из всех перечисленных последствий курения для разных сфер жизни подростка: здоровье, учеба, внешний вид, любовь - выбрать 5 самых, по мнению участников, тяжелых и поставить их в порядке возрастания: 1 - наиболее тяжелое, 5 - наименее тяжелое. Педагог обобщает полученные результаты и записывает **"горячую пятерку"** самых тяжелых последствий табакокурения на доске.

Игра "Оптимисты и пессимисты"

Люди по своему мироощущению делятся на пессимистов и оптимистов.

В ролевой игре представим позиции двух представителей разных психотипов:

-пессимисты утверждают, что курение даже от случая к случаю смерти подобно;

-оптимисты же говорят: нет ничего страшного в том, что мой ребенок курит, подрастет - сам поймет что к чему.

Может, мы действительно сгушаем краски? Есть вред, но он поправим, бросить курить легко?

**ЗАДАНИЕ:**

- разделитесь на три группы: "оптимисты", "пессимисты", "эксперты";
- "пессимисты" - доказывают, что курение по своим последствиям является злейшим врагом для здоровья человека;
- "оптимисты" - доказывают, что необратимых последствий курения нет, все это досужие выдумки врачей;
- "эксперты" - комментируют и оценивают выступления групп: какие доводы являются более убедительными, чью позицию стоит предпочесть.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

По итогам прошедшей игры родители могут убедиться, что курение с детского, подросткового возраста действительно имеет необратимые последствия, если вовремя не выявить эту проблему и не принять меры по ее предотвращению.

Следующий этап работы посвящен борьбе с необратимыми последствиями курения.

Ринг - место, где соревнуются боксеры. Мы проведем особый, родительский, ринг, где родители смогут продемонстрировать свои знания и умение убеждать.

Игра "Родительский ринг"

ЗАДАНИЕ:

- разделитесь на несколько групп;
- обсудите вопрос, предложенный на карточке;
- подготовьте развернутый ответ (в группе возможны несколько позиций по данному вопросу);
- к обсуждению вопроса могут подключиться и другие группы, если у них есть другое мнение.



РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Как убедить курящего сына (дочь) в необратимости последствий табакокурения?

Может ли быть курение безопасным?

Что из табачной продукции: сигареты, сигары, папиросы - является наиболее опасным для здоровья?

Можно ли действовать методом запретов в борьбе против курения?

Какая беда, несчастье может произойти с ребенком, если он курит?

Можно провести "Родительский ринг" в письменной форме: родители работают в уже сложившихся с начала собрания группах по три-четыре человека. Каждая из групп получает лист бумаги, на котором они пишут свои тезисы.

Родители отвечают на вопрос, одинаковый для всех групп: **"Как предотвратить необратимые последствия курения?"** Эти листы группы передают соседям, которые должны написать свое мнение в течение минуты. Так необходимо продолжать, пока каждая из групп-участников не получит обратно свой листок. Каждая группа представляет свое коллективное мнение. Но, если родители достаточно активны, мнения могут высказывать и несколько человек из группы. Далее родители по группам читают и обсуждают все написанное.



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Родители, выполняя это задание, могут высказать свою позицию и свое отношение к обсуждаемой проблеме:

- *Нельзя оставлять ребенка одного перед проблемой, необходимо проявить любовь, внимание, заботу, компетентность.*
- *Важно выстроить эмоционально доверительные отношения с ребенком, чтобы быть услышанными.*
- *Если есть необходимость, нужно обратиться к специалистам: врачам-наркологам, психологам.*



4 ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

**Разработка методов отказа от курения - "Лестница возможностей".**

Работа организуется в группах.

ЗАДАНИЕ:

- на листах ватмана построить "лестницу возможностей", где каждая ступенька символизирует этап борьбы с курением.

Затем все группы участвуют в обсуждении "лестниц". Педагог может обобщать высказанные группами предложения, создав на доске коллективную "лестницу возможностей".

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

***Первая** ступенька - самая распространенная, действенная мера. Это может быть отказ от курения всеми взрослыми членами семьи.*

***Вторая** ступенька посложнее - просветительская работа. Это знакомство подростков с необратимыми последствиями курения табака.*

***Третья** - более сложная: обращение к врачу - наркологу или участковому педиатру с целью пройти углубленный медосмотр и выяснить, какие последствия для организма подростка, курящего систематически на протяжении длительного времени, уже наступили.*

*Наконец, **четвертая** ступень, самая сложная, - принятие подростком осознанного решения бросить курить.*

*Лестницу можно представить в виде **иллюстрации**:*

четыре-пять ступенек, на каждой из которых кратко изложено действие и имеется рисунок: брошенная сигарета, красный крест, шпалгалка для родителей, силуэты юноши и девушки, которые, взявшись за руки, устремляются навстречу восходящему солнцу.



4 ЭТАП: РЕФЛЕКСИЯ

Составление синквейнов на тему "Последствия необратимы".

*Ключевые слова для синквейна: **последствие, возможность, необратимость.***

Например: Табак.

Горький, опасный.

Попробовал, втянулся, пропал.

Сигарета упала к ногам, сердце остановилась.

Финал.

В ходе собрания мы пришли к выводу, что наши дети дошли до возраста осознанного выбора. В 14 лет они получают паспорта и становятся полноценными гражданами Российской Федерации. Через несколько месяцев им предстоит выбор дальнейшего жизненного пути. Мы убедились, что успешным этот путь будет без вредных привычек, без зависимости от табака. Помочь нашим детям в этом - вот глобальное "домашнее задание" вам на предстоящий период. Иначе последствия курения могут стать для них необратимыми.

В Бангкоке установлены гигантские "часы смерти". Они отсчитывают каждую минуту по восемь смертей. Именно столько людей на планете гибнет ежеминутно от курения.

Информационные материалы

Причиной 19% всех пожаров с человеческими жертвами является незатушенная сигарета. Заядлый курильщик имеет в 3 раза большую вероятность "заработать" сердечный приступ.

Курильщики в 2,5 раза чаще болеют респираторными заболеваниями. Курильщики вообще болеют в 3,5 раза чаще некурящих. Курильщики становятся жертвами несчастных случаев на производстве в 2 раза чаще и труднее поддаются лечению. Курильщики составляют 80% страдающих раком легких. Среди них заболеваемость раком поджелудочной железы в 2-5 раз выше, чем среди некурящих. Любители сигарет болеют раком губ, языка, гортани, пищевода и мочевого пузыря.

Курящие женщины чаще рожают детей с недостаточным весом, что является основной причиной смертности среди новорожденных.

Курение увеличивает смертность на 80 % в возрастной группе от 35 до 44 лет и на 152 % в возрастной группе от 45 до 54 лет. За счет отказа от курения смертность, связанная с заболеваниями коронарных сосудов, могла бы быть снижена на 30% в год. Курящий имеет на 70 % большую вероятность умереть от любой болезни, чем некурящий.

Курение притупляет вкусовые ощущения и обоняние, ведет к преждевременному образованию морщин на лице. Кроме того, некоторые исследования доказали неблагоприятное влияние курения на слух.

При горении табака образуется два вида дымов: свободно струящийся, уходящий непосредственно в воздух с тлеющего конца сигареты, и основной, вдыхаемый курильщиками. Курильщик вдыхает и выдыхает основной дым 8-9 раз, на что в среднем уходит 24 секунды. Что же касается свободно струящегося дыма, то загрязнение происходит на протяжении всего времени горения сигареты, продолжающегося около 12 минут.

Табачный дым обжигает слизистые оболочки рта и носоглотки. Подвергаясь постоянному раздражению, они воспаляются, приводя ткани к перерождению - предвестнику ракового заболевания. Слизистые оболочки подвергаются наиболее разрушительному действию табачного дыма. Табачный дым, оседая на стенках воздухоносных путей, вызывает повышенную секрецию слизи и способствует развитию хронических заболеваний легких. Доказано, что у детей курящих родителей снижается функция легких и они чаще поступают в больницы с заболеваниями легких. "Пассивное" курение опасно для здоровья детей. Дети курящих родителей страдают заболеваниями дыхательных путей в 2 раза чаще, чем их ровесники из некурящих семей.

Пачка выкуранных в день сигарет увеличивает опасность госпитализации и количество прогулов по неуважительной причине на 50% .

"Факты в защиту жизни"

Поражение никотином в начальные сроки беременности наиболее опасно, так как может обусловить возникновение глубоких дефектов развития у будущего ребенка. Воздействие никотина после 4 месяцев беременности и позже, когда формирование плода уже завершено, может вызвать выкидыш, преждевременные роды или рождение физиологически незрелого ребенка. Накопившийся в мозге и в мышцах плода никотин продолжает свое разрушительное действие и после рождения ребенка. Дети у курящих матерей беспокойны, плаксивы, раздражительны, плохо засыпают, сон их беспокоен, они медленно прибавляют в весе, отстают в физическом развитии от своих сверстников.

Табачная интоксикация мозга новорожденных сопровождается снижением умственного развития на фоне частых отклонений в психике, снижения интеллектуальных способностей, предрасположенности к судорогам и эпилепсии. Ядовитые продукты табака поступают в организм ребенка также и через грудное молоко, что может привести к поражениям нервной системы и скелета, несовместимым с жизнью.

Это нужно знать каждому!

- Когда вы вдыхаете сигаретный дым, он, проходя через ваш рот и горло, попадает в легкие. Когда дым достигает легких, он осаждается в виде смол.
- Никотин в малых дозах действует возбуждающе на нервную систему, в больших - вызывает ее паралич (остановку дыхания, прекращение нервной деятельности).
- Сигаретный дым вступает в непосредственный контакт с легкими, сильно увеличивая риск заболевания раком, пневмонией, эмфиземой, хроническим бронхитом и другими легочными заболеваниями.
- Химические вещества, содержащиеся в табачном дыме, являются основным фактором риска заболевания инфарктом миокарда и другими сердечными заболеваниями.
- Курение отрицательно влияет на ваш внешний вид. Оно вызывает пожелтение зубов и ногтей, а также увеличивает число морщин и приводит к синдрому "Лицо курильщика".
- Медицинские исследования показали, что курение может стать причиной слепоты.
- Исследование показало: курящие в 1,7 раза чаще становятся тугоухими.
- Курение ведет ко многим осложнениям при беременности, уменьшает способности к деторождению.
- Если у вас диабет и вы курите, то вы подвергаетесь большому риску осложнений, включая проблемы с глазными сосудами и сосудами конечностей.
- Курение может вызвать рак в органах, которые входят в соприкосновение с дымом, такими, как легкие, горло и рот.
- Курение действует не только на вас. Табачный дым попадает в легкие окружающих, пассивных курильщиков, и это может вызвать любые осложнения, какие наблюдаются у обычных курильщиков.

Только для девочек

Взрослые женщины имели бы более здоровые зубы, если бы в молодости не курили. Согласно результатам исследований лишь 26% некурящих женщин после 50 лет нуждаются в протезировании зубов. А у курящих такую потребность испытывают 48%.

Французские ученые установили, что на внешности женщины курение сказывается отрицательнее, чем на внешности мужчины. У представительниц прекрасного пола кожа на лице быстрее стареет и теряет эластичность.

В дыму каждой сигареты есть ацетон, мышьяк, аммиак, свинец и ртуть. Каково их выносить коже?

Сначала появляется серый цвет лица, потом преждевременные морщины, кожа становится более тонкой, ранки на ней хуже заживают. У курящих женщин чаще, чем у некурящих, рождаются дети с пороком сердца и дефектами носоглотки, с паховой грыжей или косоглазием.

Только для мальчиков

Курение замедляет рост. Мальчик, который рано начал курить, рискует остаться невысоким.

Курящий подросток вряд ли сможет стать сильным, быстро бегать и танцевать до упаду. Оксид углерода в 200 раз лучше присоединяется к гемоглобину крови, чем кислород. И тогда кровь несет в клетки организма не животворящий кислород, а угарный газ. Но клеткам-то нужен кислород! Не могут они без него ни расти, ни питаться, ни размножаться.

Химические вещества, содержащиеся в табачном дыме, способствуют преждевременному облысению.

Шансов стать импотентом у курильщика в 2 раза больше, чем у некурящего мужчины, потому что при курении сужаются кровеносные сосуды в половых органах. А еще курение повреждает мужскую сперму. Чем раньше молодой человек начнет курить, тем труднее ему будет впоследствии стать отцом.

*Ваша свобода курить заканчивается там,
где начинается воздух, которым я дышу.*

Из печатных СМИ

В ходе собрания родители смогут

- узнать мнения учащихся об ограничениях курения в общественных местах;
- познакомиться с российским законодательством об ограничении курения табака и причинами ограничения курения в общественных местах;
- обсудить, является ли запрет курения ограничением прав человека;
- моделировать свое поведение в ситуации нарушения законодательства (со стороны тех, кто несет ответственность за соблюдение закона);
- задуматься о значимости и важности собственного правомерного поведения.

Вопросы собрания

- Почему государство вводит ограничения на курение табака в общественных местах?
- Каковы последствия нарушения законодательства об ограничении курения табака?
- Что нужно для того, чтобы данный закон соблюдался?

Основные понятия

- Федеральный закон "Об ограничении курения табака"
- Права человека
- Ответственность родителей

СТРУКТУРА СОБРАНИЯ

Этапы	Формы и методы	Время	Ожидаемые результаты
I этап Мотивация	Обсуждение мнений учащихся об ограничении курения.	10 мин	Родители анализируют мнения учащихся, настраиваются на обсуждение основной проблемы.
II этап Работа с текстом Закона	Работа в группах. Работа с документом.	15 мин	Родители знакомятся с содержанием закона, понимают, как можно обсудить его основные положения со своими детьми.
III этап Обсуждение основной проблемы	Дискуссия <i>Вариант 1.</i> "Является ли запрет курения ограничением прав человека?" <i>Вариант 2.</i> "Почему закон об ограничении курения не работает?"	15 мин	Родители моделируют обсуждение данного вопроса со своими детьми.

«Законодательство о запрете курения»

IV этап Подведение итогов	Обсуждение эпитафия. Составление схем, логических цепочек с основными понятиями.	10 мин	Родители задумываются о значимости и важности собственного правомерного поведения.
---------------------------------	---	-----------	--

ХОД СОБРАНИЯ

Перед началом родительского собрания учитель вывешивает на доске анонимные мнения учащихся класса об ограничении курения в общественных местах. Для этого на предшествовавшем собрании классном часе ребята на листах формата А-4 фломастерами написали короткие мнения-резюме (1-2 предложения) по поводу запрета курения в школе и на прилегающей к ней территории. Эту работу учащиеся могли делать как индивидуально, так и в парах, тройках или четверках.

**1 ЭТАП: МОТИВАЦИЯ**

Учитель предлагает родителям познакомиться с мнениями учащихся по поводу закона, ограничивающего курение в общественных местах. Для этого родителям предлагается рассмотреть вывешенные на доске мнения-резюме.



Педагог предлагает участникам собрания совместно проанализировать полученные результаты и ответить на вопросы:

- Каких мнений больше: в поддержку ограничений или в защиту личной свободы? Как вы думаете, почему?
- Каково ваше собственное мнение о подобных ограничениях?
- Как вы считаете, нужно ли государству вмешиваться и вводить ограничения курения табака (в виде закона)? Почему? ¹

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

¹ Дополнительный материал о причинах законодательного ограничения курения см. в приложении № 1. Эти материалы педагог может использовать по собственному усмотрению: например, для расширения обсуждения в этой части собрания предложить его для самостоятельного знакомства родителей и высказывания собственного отношения к данным материалам и т.д.

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Родители узнают, что думают их дети о законодательстве, ограничивающем курение табака.

Участники собрания задумываются о собственном отношении к ограничениям курения табака.

**2 ЭТАП: РАБОТА С ТЕКСТОМ ЗАКОНА****Вариант 1****ЗАДАНИЕ:**

- разделитесь на три группы;
- познакомьтесь с выдержками из Федерального закона "Об ограничении курения табака" и обсудите в группах;



- ответьте на вопросы:

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ**ПЕРВАЯ ГРУППА**

- 1) Каковы цели данного закона?
- 2) Кто по данному закону несет ответственность за его нарушение?

ВТОРАЯ ГРУППА

- 1) Что запрещено делать в соответствии с данным законом?
- 2) Кого можно (необходимо) поставить в известность о нарушениях данного закона?

ТРЕТЬЯ ГРУППА

- 1) Что необходимо делать в соответствии с данным законом?
- 2) С какими статьями, на ваш взгляд, должны быть непременно знакомы родители подростков? Сами подростки? Почему?

Из Федерального закона № 87-ФЗ "Об ограничении курения табака"

Настоящий Федеральный закон определяет правовые основы ограничения курения табака в целях снижения заболеваемости населения.

Статья 3. Регулирование деятельности по производству табачных изделий, оптовой торговле табачными изделиями и розничной продаже табачных изделий

4. Запрещаются розничная продажа сигарет с содержанием менее 20 штук сигарет в каждой упаковке (пачке), поштучная розничная продажа сигарет и папирос, а также продажа табачных изделий с использованием автоматов.

5. Запрещается розничная продажа табачных изделий в организациях здравоохранения, образовательных организациях и организациях культуры, а также в физкультурно-спортивных организациях.

Статья 4. Запрещение розничной продажи табачных изделий лицам, не достигшим возраста 18 лет

1. На территории Российской Федерации не допускается розничная продажа табачных изделий лицам, не достигшим возраста 18 лет.

2. Нарушение положения пункта 1 настоящей статьи влечет за собой привлечение к административной ответственности в соответствии с законодательством.

Статья 6. Запрещение курения табака на рабочих местах, в городском, пригородном транспорте и на воздушном транспорте, в закрытых спортивных сооружениях, организациях здравоохранения, образовательных организациях и организациях культуры, помещениях, занимаемых органами государственной власти

1. В целях снижения вредного воздействия табачного дыма запрещается курение табака на рабочих местах, в городском и пригородном транспорте, на воздушном транспорте при продолжительности полета менее трех часов, в закрытых спортивных сооружениях, организациях здравоохранения, образовательных организациях и организациях культуры, помещениях, занимаемых органами государственной власти, за исключением курения табака в специально отведенных местах для курения табака.

2. На работодателя возлагается обязанность по оснащению специально отведенных мест для курения табака.

3. Нарушение положений данной статьи влечет за собой привлечение к административной ответственности в соответствии с законодательством.

Статья 7. Пропаганда знаний о вреде курения табака

1. Федеральные органы исполнительной власти по здравоохранению, федеральные органы исполнительной власти по образованию и федеральные органы исполнительной власти по культуре обязаны через средства массовой информации регулярно осуществлять пропаганду знаний о вреде курения табака.

2. В целях реализации положений настоящего Федерального закона общеобразовательные программы и профессиональные образовательные программы должны содержать разделы,

касающиеся изучения воздействия на организм человека курения табака. Не допускаются демонстрация курения табака во вновь создаваемых телевизионных фильмах, в кинофильмах и спектаклях, если такое действие не является неотъемлемой частью художественного замысла, и демонстрация курения табака общественными и политическими деятелями в средствах массовой информации.

В ходе обсуждения педагог на доске выписывает краткие итоги - результаты обсуждения, выделяя главные составляющие законодательства об ограничении курения. Систематизация может выглядеть, например, таким образом:

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вопросы	Положения закона
Какова цель закона?	снижение заболеваемости населения
Кто несет ответственность по закону?	производители табачных изделий, продавцы табака, работодатели, владельцы зданий, относящихся к учреждениям культуры, спорта и т.д., представители власти
Что запрещено законом?	поштучная продажа табачных изделий, продажа через автоматы, продажа лицам, не достигшим 18 лет и т.д.
Кому сообщить о нарушениях закона?	торговая инспекция, милиция, администрация образовательных учреждений, органы управления образования, управления здравоохранением и т.д.
Что необходимо делать ответственным лицам?	создавать специальные места для курения, заниматься пропагандой о вреде курения
Что нужно знать родителям?	!!! важно, чтобы родители сами сформулировали, какие положения закона являются для них наиболее значимыми
Что нужно знать подросткам?	!!! необходимо, чтобы родители определили сами, какие положения закона являются для их детей самыми важными

Родители смогут обсудить основные положения закона об ограничении курения, определить для себя, что является наиболее важным в данном законе.

Вариант 2**ЗАДАНИЕ:**

- разделитесь на малые группы;
- "нарисуйте" на ватмане основное содержание закона, используя только символы, чтобы доступно и аргументировано обсудить данный закон со своими детьми;
- результаты работы вывесите на доске и дайте им краткие комментарии.



Задание завершается общим обсуждением вопросов:

- Какие важные моменты законодательства были учтены той или иной группой?
- Что осталось "за кадром"?
- Какие символы, предложенные группами, были бы наиболее успешными в диалоге с подростком?

Эта работа может иметь продолжение:

- 1) на основе данных рисунков педагог планирует и проводит классный час с учащимися, в ходе которого просит "озвучить" рисунки, пользуясь текстом закона;
- 2) учитель предлагает родителям забрать рисунки и дома продолжить обсуждение данной темы со своими детьми.

**3 ЭТАП: ОБСУЖДЕНИЕ ОСНОВНОЙ ПРОБЛЕМЫ****ДИСКУССИЯ***Вариант 1.***Тема: "Является ли ограничение курения нарушением прав человека?"**

Одним из наиболее распространенных возражений против введения ограничения курения в общественных местах является утверждение о том, что они нарушают права курящих.

Далее возможно использование двух форм организации данного этапа родительского собрания.

1. В этом случае родителям предлагается "проголосовать ногами": всем, кто считает, что ограничение курения связано с нарушением прав человека, занять места в первом ряду, тем же, кто не согласен с этим утверждением, - в третьем, кто сомневается - в центре класса, во втором ряду. Далее всем предлагается совместно обсудить и придумать не менее 3-х основных аргументов в защиту своей точки зрения. После этого педагог предлагает высказаться каждой группе, объяснив свой выбор. После завершения этой части обсуждения можно предложить участникам дискуссии сменить места, если их позиция изменилась. При этом, по возможности, прокомментировав свое решение.

2. Дискуссия с заданными ролями. Учитель просит участников собрания разбиться на 2 основные группы: первой необходимо обосновать, что ограничение курения связано с нарушением прав человека, второй - напротив - доказать, что ограничение курения связано с необходимостью защиты прав человека.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Является ли запрет курения нарушением прав человека?

Ни одна страна не позволяет одной личности вредить другой в погоне за удовольствием или при удовлетворении вредной привычки. Существует базовый принцип прав человека, который часто выражается таким образом: "Ваша свобода махать руками заканчивается там, где начинается мой нос". Именно так, а не "свобода моего носа кончается там, где другой человек размахивает руками", ибо рука делает больно носу, а не наоборот. В случае с курением некурящий не наносит курящему вреда своими действиями. Он просто вынужден находиться с курящим в каком-то пространстве. Курящий же из-за того, что зажигает сигарету, испускает табачный дым, который наносит вред не только ему самому, но и окружающим. Любой человек имеет право на защиту от действий, которые наносят ему вред. Ограничение возможностей производить действия, которые наносят или могут нанести ущерб, не является нарушением прав человека.

Данные ограничения не покушаются на свободу отравлять свой организм табачным дымом - они только защищают от отравления организмы других людей.

Отсутствие запрета на курение является нарушением прав людей, больных астмой и аллергией, поскольку фактически означает для них запрет заходить в рестораны и другие места с воздухом, отравленным табачным дымом.



Вопросы для итогового обсуждения:

- Как вы думаете, почему мы обсуждали этот вопрос в ходе нашей дискуссии?
- Как часто дети стремятся апеллировать к правам человека, когда речь идет о необходимости запретить или ограничить курение?
- Сможете ли вы теперь обсуждать эти вопросы с собственными детьми более уверенно?

ДИСКУССИЯ.

Вариант 2.

Тема: "Почему закон об ограничении курения не работает?"

В последнее время на разных уровнях все чаще обсуждаются неработающие законы, к числу таких документов относят и закон об ограничении табакокурения.



ЗАДАНИЕ:

- разбейтесь на 4 группы;

«Законодательство о запрете курения»

- познакомьтесь с точкой зрения депутата Государственной Думы, председателя комитета по охране здоровья Т. Яковлевой;
- ответьте на вопрос, связанный с общей темой дискуссии: "Почему закон об ограничении курения не работает?"

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Закон о запрете на курение в общественных местах в России почти не действует - считает депутат Госдумы Татьяна Яковлева

Здоровье взрослого человека и ребенка лишь на 7-8% зависит от состояния здравоохранения. Все остальное зависит от социальных факторов. Как передает корреспондент "Росбалта", об этом заявила председатель комитета Госдумы по охране здоровья Татьяна Яковлева. Она отметила, что в России в настоящее время существует "масса хороших законов, направленных на охрану здоровья". "Но наше законодательство страдает от того, что нет межведомственного подхода. То есть каждое ведомство проводит свои законы и нормативные акты, которые абсолютно не связаны друг с другом", - подчеркнула Яковлева.

Яковлева напомнила, что в 2002 году был принят закон об ограничении табакокурения в общественных местах. "Там очень четко прописано, что в общественных местах, особенно в образовательных, культурных и лечебных учреждениях, курить запрещено, - подчеркнула депутат. - Но механизм реализации закона на местах Правительством не разработан, и потому он не действует. Более того, сейчас уже говорят о необходимости отведения мест для курения учащихся в школах. Это является прямым нарушением закона".

Далее учитель предлагает провести обсуждение по кругу: на каждый вопрос каждый участник собрания предлагает свой ответ (можно повторяться, уточняя варианты ответов предыдущих выступающих).

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

ПЕРВАЯ ГРУППА

Какие причины препятствуют соблюдению данного закона в России?

ВТОРАЯ ГРУППА

Что государство может сделать для того, чтобы закон соблюдался?

ТРЕТЬЯ ГРУППА

Что могут сделать для соблюдения закона сами граждане?

ЧЕТВЕРТАЯ ГРУППА

Как на соблюдение закона может влиять школа?

В круговом обсуждении не принимает участия та группа, которая обдумывала данный вопрос. Ей отводится роль эксперта. В задачу такой группы будет входить следующее: выслушать все ответы, а затем отметить:

- какие новые идеи были предложены при круговом обсуждении;
- что обсуждалось в группе экспертов, но не было названо другими участниками собрания;
- каков может быть вывод обсуждения по данному вопросу.

Учителю необходимо следить за регламентом обсуждения. По ходу дискуссии выводы рекомендуем записывать на доске, с тем чтобы можно было на что-то опираться для подведения итогов обсуждения.

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

В результате обсуждения данного вопроса родители смогут увидеть важность собственного участия в процессе создания законов, механизмов их реализации (возможно, например, на школьном или муниципальном уровне) и соблюдения. Гражданская позиция каждого и личный пример могут рассматриваться как очень важные факторы соблюдения законодательства об ограничении курения.

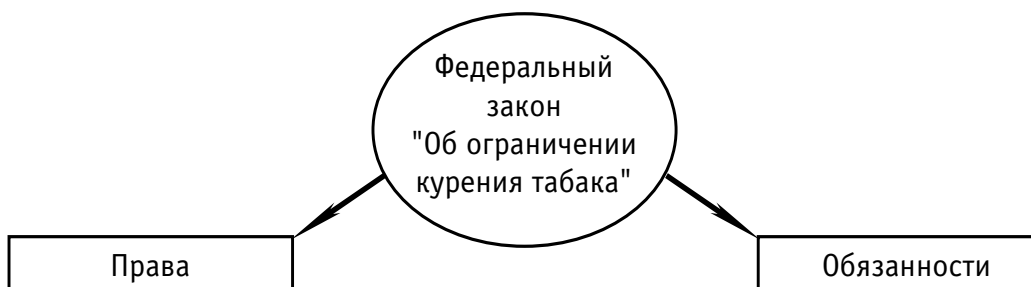


4 ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Учитель обращает внимание родителей на основные понятия, которые обсуждались на собрании.

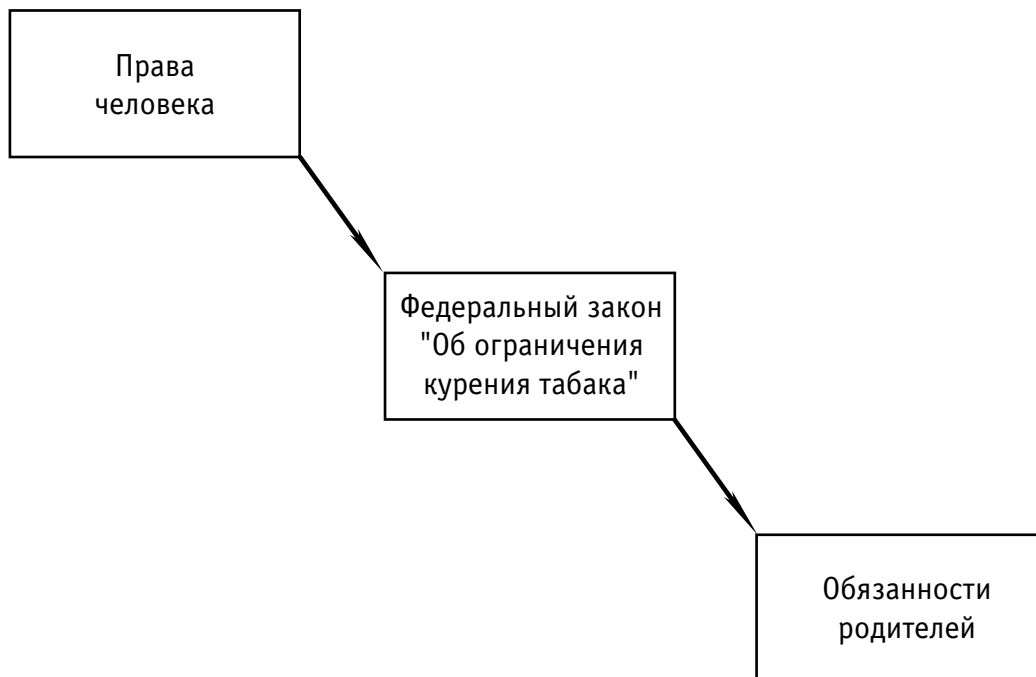
ЗАДАНИЕ:

- проанализируйте схемы с понятиями урока, указав на связи между ними;
- коротко прокомментируйте схемы.



! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

В данной схеме подчеркивается, что закон призван гарантировать права человека (в частности, право на здоровую окружающую среду), а также очерчивает круг обязанностей, которые касаются должностных лиц, производителей табака, работников образования, культуры и т.д.

**! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Из данной схемы видно, что для защиты прав человека (в т.ч. права на здоровую окружающую среду) в России был принят закон "Об ограничении курения табака", который определил круг ответственных за его исполнение лиц. К числу последних будет правильно отнести и родителей, чей пример определяет отношение детей к данному закону.

В конце урока учитель возвращает участников собрания к эпиграфу: "Ваша свобода курить заканчивается там, где начинается воздух, которым я дышу". Он просит родителей высказать свое отношение к данному выражению.

Задача учителя - напомнить родителям, что ограничения, о которых шла речь на родительском собрании, касаются каждого из нас, а соблюдение законов возможно лишь тогда, когда люди проявляют ответственность и заинтересованность в их соблюдении.

**ШПАРГАЛКА
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ****Из Федерального закона № 87-ФЗ
"Об ограничении курения табака"**

Настоящий Федеральный закон определяет правовые основы ограничения курения табака в целях снижения заболеваемости населения.

Статья 3. Регулирование деятельности по производству табачных изделий, оптовой торговле табачными изделиями и розничной продаже табачных изделий

4. Запрещаются розничная продажа сигарет с содержанием менее 20 штук сигарет в каждой упаковке (пачке), поштучная розничная продажа сигарет и папирос, а также продажа табачных изделий с использованием автоматов.

5. Запрещается розничная продажа табачных изделий в организациях здравоохранения, образовательных организациях и организациях культуры, а также в физкультурно-спортивных организациях.

Статья 4. Запрещение розничной продажи табачных изделий лицам, не достигшим возраста 18 лет

1. На территории Российской Федерации не допускается розничная продажа табачных изделий лицам, не достигшим возраста 18 лет.

2. Нарушение положения пункта 1 настоящей статьи влечет за собой привлечение к административной ответственности в соответствии с законодательством.

Статья 6. Запрещение курения табака на рабочих местах, в городском, пригородном транспорте и на воздушном транспорте, в закрытых спортивных сооружениях, организациях здравоохранения, образовательных организациях и организациях культуры, помещениях, занимаемых органами государственной власти

1. В целях снижения вредного воздействия табачного дыма запрещается курение табака на рабочих местах, в городском и пригородном транспорте, на воздушном транспорте при продолжительности полета менее трех часов, в закрытых спортивных сооружениях, организациях здравоохранения, образовательных организациях и организациях культуры, помещениях, занимаемых органами государственной власти, за исключением курения табака в специально отведенных местах для курения табака.

2. На работодателя возлагается обязанность по оснащению специально отведенных мест для курения табака.

3. Нарушение положений данной статьи влечет за собой привлечение к административной ответственности в соответствии с законодательством.

Статья 7. Пропаганда знаний о вреде курения табака

1. Федеральные органы исполнительной власти по здравоохранению, федеральные органы исполнительной власти по образованию и федеральные органы исполнительной власти по культуре обязаны через средства массовой информации регулярно осуществлять пропаганду знаний о вреде курения табака.
2. В целях реализации положений настоящего Федерального закона общеобразовательные программы и профессиональные образовательные программы должны содержать разделы, касающиеся изучения воздействия на организм человека курения табака. Не допускаются демонстрация курения табака во вновь создаваемых телевизионных фильмах, в кинофильмах и спектаклях, если такое действие не является неотъемлемой частью художественного замысла, и демонстрация курения табака общественными и политическими деятелями в средствах массовой информации.

Является ли запрет курения нарушением прав человека?

Ни одна страна не позволяет одной личности вредить другой в погоне за удовольствием или при удовлетворении вредной привычки. Существует базовый принцип прав человека, который часто выражается таким образом: "Ваша свобода махать руками заканчивается там, где начинается мой нос". Именно так, а не "свобода моего носа кончается там, где другой человек размахивает руками", ибо рука делает больно носу, а не наоборот. В случае с курением некурящий не наносит курящему вреда своими действиями. Он просто вынужден находиться с курящим в каком-то пространстве. Курящий же из-за того, что зажигает сигарету, испускает табачный дым, который наносит вред не только ему самому, но и окружающим. Любой человек имеет право на защиту от действий, которые наносят ему вред. Ограничение возможностей производить действия, которые наносят или могут нанести ущерб, не является нарушением прав человека.

Данные ограничения не покушаются на свободу отравлять свой организм табачным дымом - они только защищают от отравления организмы других людей.

Отсутствие запрета на курение является нарушением прав людей, больных астмой и аллергией, поскольку фактически означает для них запрет заходить в рестораны и другие места с воздухом, отравленным табачным дымом.

КАК НАРУШИТЬ ПРАВИЛО "НЕ КУРИТЬ!"

Григорий Остер, из книги "Правилонарушение"

Табличка с дымом

Если в какой-нибудь комнате вы видите на стене табличку с зачёркнутой сигаретой и надписью "Не курить", значит, в этом помещении действует правило, запрещающее курение. Нарушать это правило в раннем детстве довольно трудно. Ведь дети обычно ещё не курят. Им надо прежде подрасти.

Кольцо под носом

Однако готовиться к нарушению правила, запрещающего курение, можно уже в самом юном возрасте, буквально с колыбели. Для начала, вырастая из пелёнок, ни в коем случае не отказывайтесь от соски-пустышки. Как взяли её в рот сразу после рождения, так и ходите с кольцом под носом - до самой школы.

Глубокое уважение

Общеизвестно, что первоклассник, небрежно попыхивающий соской, зажатой в уголке губ, выглядит очень взрослым, независимым, самостоятельным и уверенным в себе человеком. А если ещё научитесь иногда двумя пальцами вынимать соску изо рта и, отведя руку в сторону, залихватски сплёвывать на пол - можете считать, что уважение одноклассников обеспечено вам раз и навсегда.

Незаметная замена

К пятому или шестому классу привычка всё время держать что-нибудь во рту поможет вам безболезненно заменить соску на дымящуюся сигарету. Ведь соска и сигарета - это, если разобраться, примерно одно и то же.

Ощипанный язык

Хотя есть, конечно, и различия. Соска-пустышка, в сущности, безвкусная вещь, а вонючая, дымящая сигарета на вкус довольно противна и к тому же ужасно щиплет язык. Поэтому будущему курильщику, чтобы подготовить свой организм к курению, следует заранее приучать его к разным отвратительным ощущениям. Попробуйте нюхать помойки, глотать соль, лизать жгучий перец и принимать горчицу. Натощак. По одной столовой ложке, три раза в день: перед завтраком, обедом и ужином.

Легкая тошнота

Неплохо также иногда съесть что-нибудь такое, от чего сильно мутит. Чтобы привыкнуть к лёгкому чувству тошноты, почти никогда не покидающему курильщика. Если ничего тошнотворного у вас под рукой не окажется - используйте саму руку. Засуньте себе два пальца в рот. Как можно глубже. И рвота не заставит себя ждать.

Хлюпанье в ботинках

А частые простуды и ангины (их нетрудно заработать, гуляя по слякоти в промокших ботинках и выскакивая на мороз без пальто) помогут вашему организму заранее подготовиться к долгим и мучительным приступам хлюпающего кашля по утрам. Без такого кашля у хорошего курильщика ни одно утро не обходится.

Дым в глаза

Поскольку сигаретный дым щиплет не только язык, но и глаза, их тоже надо потихоньку готовить к дымному будущему. Придите на кухню, когда мама режет лук, и постоит рядышком. Через несколько минут хлынувшие ручьём слезы расскажут вам, что чувствует курильщик, которому заплыл в глаза дым от его собственной сигареты.

Кто куда

Таким образом, с детства хорошенько закалив себя ежедневными упорными тренировками, вы, повзрослев и заметив где-нибудь табличку "Не курить", тут же сможете достать сигарету и напустить вокруг себя столько дыму, что все остальные, некурящие, быстро выскочат из помещения. И, зажимая рты с носами, немедленно разбегутся в разные стороны. Кто куда.

Врешь, не возьмешь

В некоторых местах могут попасться на глаза таблички с незачёркнутой сигаретой и надписью: "Место для курения". Помните, что, закуривая под такой табличкой, вы не нарушаете никаких правил. Наоборот. Покорно их выполняете. Оказавшись на месте для курения, тот, кто хочет сохранить почётное звание правонарушителя, должен немедленно выпотрошить из своих карманов сигареты, выкинуть зажигалку и растоптать спички. А затем с криком "Врёшь, не возьмёшь!" нагло показать табличке язык.

**Вопросы и задания**

1. Сколько сигарет вы выкурили за свою жизнь? Сколько раз вас тошнило во время курения? Что вам нравится в чувстве тошноты?
2. Чем невинные младенцы похожи на прожжённых курильщиков? Пробовали ли вы сжевать сигарету? Вкусно?
3. Обычно джинны, выпущенные на свободу, выходят из сосудов в виде дыма. Нарисуйте табличку, которая должна висеть там, где выпускать джиннов из бутылок запрещается.

Приложение № 1

Дополнительные материалы для учителя.

Причины ограничения курения в общественных местах.

Практически во всех странах существует ограничение на курение в общественных местах. Наиболее очевидные выгоды этого ограничения, конечно, испытывают некурящие, которые меньше подвергаются риску для здоровья и неприятным ощущениям от окружающего табачного дыма. Существует, по меньшей мере, четыре явные причины ограничения курения в общественных местах:

- 1) защита некурящих;
- 2) содействие курильщикам в прекращении курения;
- 3) снижение ущерба, обусловленного дымом, пеплом и огнем;
- 4) улучшение здоровья и производительности работников.

Защита некурящих. Защита здоровья некурящих является наиболее настоятельным обоснованием ограничения. Это особенно справедливо для случаев, когда здоровье некурящих уязвимо, как, например, детей, больных и стариков. Хотя данных о вредном воздействии окружающего табачного дыма (ОТД) вполне достаточно, это воздействие является наиболее заметным для тех, у кого легкие малы или слабы из-за возраста или болезни. К тому же такие запреты являются эффективной мерой профилактики курения среди молодежи, показывая, что курение социально неприемлемо.

Содействие прекращению курения. Второй эффект ограничения курения - это то, что оно уменьшает потребление сигарет среди определенного числа курильщиков и стимулирует некоторых из них бросать курить. Хотя это редко является явно выраженной целью регулирования курения в обществе, опыт показывает, что эффективное ограничение может убедить курильщиков бросить курить. Это удачное побочное последствие не должно удивлять: ограничение может помешать курильщикам потакать своей привычке с тем же удобством или частотой, заставляя их уменьшить свое потребление сигарет. Еще одним фактором, содействующим прекращению курения, является снижение видимости курения: когда это становится менее частым поведением в обществе, социальные нормы начинают меняться и курение становится неприемлемым поведением. Кроме того, для определенных видов учреждений очень важно подать пример хорошего здоровья путем ограничения курения. Это особенно справедливо для медицинских учреждений и школ. В недавнем канадском исследовании подача хорошего примера была названа управляющими в качестве одного из наиболее распространенных преимуществ ограничения курения; это особенно справедливо для школ и детских учреждений. В США, согласно различным оценкам, такие ограничения уменьшили потребление табака на величину до 20 процентов.

Снижение ущерба имуществу. Хотя потери в связи с ущербом от дыма, пепла и огня вследствие курения в обществе не могут сравниться с потерями человеческого здоровья, в некоторых местах ущерб имуществу может быть главным мотивирующим фактором. Это особенно справедливо для таких мест, как торговые склады, где курение может повредить продаваемые товары, или для учреждений, где живут люди, таких, как больницы, санатории или дома престарелых, где слабые или старые курильщики могут оказаться беспомощными в обращении с их предметами для курения.

Повышение производительности труда. Надежно установлено, что курящие работники чаще пропускают работу по болезни и нуждаются в медицинской помощи чаще, чем некурящие. Здоровая рабочая сила - это более продуктивная рабочая сила, и снижение курения является одним из наиболее быстрых путей ее оздоровления.

Существуют различные типы защиты воздуха в общественных местах от вторичного табачного дыма.

1. Курение запрещается во всех без исключения помещениях или на всем пространстве. Примером такого ограничения может служить метро. Безусловно, такой вид ограничения наиболее полно защищает здоровье находящихся в этих местах людей. Законодательство

«Законодательство о запрете курения»

должно стремиться к тому, чтобы перечень таких мест расширялся. Начинать можно с детских садов, а в перспективе охватить все общественные места, которые посещают некурящие. В штате Калифорния в результате референдума введен запрет на курение даже в барах.

2. Курение запрещено в определенном месте в целом, но разрешено в определенных известных местах. Примером того может служить поезд, когда в вагонах не курят, но выходят курить в тамбур. Безусловно, такие ограничения в меньшей степени защищают здоровье людей, и их следует рассматривать скорее как промежуточную меру, пока общественное сознание и политики еще не готовы к полной ликвидации загрязнения воздуха вторичным табачным дымом. При законодательном введении специальных мест для курения нужно учитывать следующее: а) введение таких мест должно оставаться правом, а не обязанностью владельцев здания, так как это возлагает на них затраты, которые косвенно ложатся и на некурящих; б) такие места должны создаваться там, куда некурящие не имеют необходимости входить (поэтому совмещение места для курения и туалета недопустимо); в) такие места должны изолироваться от остальных помещений стенами и вентиляцией.

3. Вторичный дым также создает угрозу на рабочем месте. Большинство работников не имеют возможности изменить свою рабочую среду или покинуть рабочее место, чтобы защитить свое здоровье. Во многих случаях, когда свободные от дыма рабочие места не гарантируются, работники сталкиваются с необходимостью проведения большей части своего времени бодрствования в угрожающей здоровью обстановке. Поэтому законодательство ряда стран (например Швеции, Германии, Новой Зеландии и т.д.) требует, чтобы работодатель обеспечил право работников работать в свободной от табачного дыма обстановке. Именно это справедливое требование является основанием для запрета курения в барах и ресторанах, так как официантки тоже имеют право на чистый воздух.

В качестве иллюстрации возможного варианта законодательства о защите воздуха от вторичного табачного дыма можно привести Израиль, где такой закон действует с августа 2001 года. Закон запрещает курение в больницах и медицинских учреждениях, начальных школах и всех общественных зонах в торговых центрах. Если они того желают, владельцы кинотеатров, театров, лекционных залов, ресторанов, кафе, комнат ожидания и средних школ могут выделить отдельные помещения для курения со стенами до потолка и надлежащей вентиляцией. Штраф для нарушителей установлен в размере 230 шекелей (55 долларов). Если штраф накладывает городской инспектор, деньги получит муниципалитет. Даже во время вводного периода, курильщики будут штрафоваться в местах, где курение уже было запрещено: в аптеках, лифтах, такси, автобусах, магазинах и универсаме. Курение также запрещено уже в течение нескольких лет во всех рабочих местах, кроме отдельных, хорошо проветриваемых помещений. Эти помещения должны теперь быть окружены стеной до потолка, отделяющей их от других областей, и ни один курильщик не сможет объявлять свою комнату "курительной", если там работает или присутствует в ней иным образом некурящий. Это означает, что вместо необходимости помнить, где курение разрешено или запрещено, люди будут знать, что курить запрещено во всех внутренних общественных местах, кроме обозначенных курительных помещений в некоторых заведениях.

Люди не рождаются, а становятся теми, кто они есть.

Гельвеций

*Курение позволяет верить, что ты что-то делаешь,
когда ничего не делаешь.*

Ралф Эмерсон

Курение пленяет нас жестом, а пленит никотином.

Из материалов СМИ

В ходе собрания родители смогут

- рассмотреть понятия "имидж", "поведение", "стиль жизни";
- обсудить и проанализировать маркетинговые приемы рекламы сигарет;
- получить представление о взглядах, позициях, мнениях подростков и молодежи по проблеме курения;
- определить черты, характерные для отрицательного и положительного имиджа;
- моделировать поведение, имидж, стиль жизни подростков "с сигаретой" и "без сигареты".

Вопросы собрания

- Что такое имидж, стиль жизни, поведение?
- Влияет ли реклама сигарет на формирование имиджа подростков?
- Какими средствами и способами формируется положительный и отрицательный имидж человека?
- Каково влияние родителей на формирование имиджа, стиля жизни подростка?

Основные понятия

- Имидж
- Поведение
- Стиль жизни

СТРУКТУРА СОБРАНИЯ

Этапы	Формы и методы	Время	Ожидаемые результаты
I этап Мотивация	Вступительное слово учителя. Мозговой штурм.	10 мин	Педагог обозначает проблему собрания. У родителей возникает интерес и желание обсудить поставленную проблему и получить ответы на вопросы собрания.

«Имидж, стиль жизни и... сигарета»

II этап Работа с понятиями	Работа в группах. Исследовательский метод, аналитический метод.	15 мин	Родители осмысливают понятия собрания, устанавливают смысловую взаимосвязь между ними.
III этап Обсуждение основной проблемы	Работа в группах. Работа с документом. Работа с таблицей. Исследовательский метод.	20 мин	Родители знакомятся с мнениями и взглядами подростков и молодежи на проблему курения, работают с характеристиками положительного и отрицательного имиджа. Курящий и некурящий человек - это люди разного имиджа, выбирающие разный стиль жизни.
IV этап Подведение итогов	Ролевая игра	15 мин	Родители моделируют поведение, имидж, стиль жизни курящих и некурящих подростков. Приходят к выводу, что курение как образ, сформированный под влиянием рекламы сигарет, является обманчивым. Устойчивый положительный имидж - это труд ума, души и тела.

ХОД СОБРАНИЯ



1 ЭТАП: МОТИВАЦИЯ

Сигарета стала неотъемлемой частью имиджа многих людей. Среди школьников **быует мнение**, что сигарета придает девушкам шарм, особую привлекательность, изысканность, а молодым людям - мужественность и надежность.

Конечно, если человек обаятелен от природы и обладает внутренней притягательностью, никакая сигарета ему не нужна - он и без нее будет чувствовать себя уверенно. Ну а если ничего этого нет (или кажется, что нет)? Вот и остается с помощью сигареты привлекать внимание окружающих к своей персоне.

Безусловно, сигарета придает подросткам уверенность в себе. Затягиваясь и пуская колечки дыма, кто-то чувствует себя крутым героем кинофильма. Курение дорогих сигарет иногда ассоциируется с имиджем богатого и преуспевающего человека. Для молодых девушек курение часто ассоциируется с чувством независимости, утонченности, а у молодых людей возникает чувство мужественности, курить - значит быть мужчиной.

При этом каждый курильщик, конечно, знает, что глупо отравлять и портить свое собственное здоровье ради веяний прихотливой и изменчивой моды. Ведь "курение пленяет нас жестом, а пленит никотином".

Сейчас проводятся специальные кампании по борьбе с курением, идет агитация за здоровый образ жизни, за занятия спортом. Это очень хорошо и необходимо, но все-таки малоэффективно. Ведь кругом - заманчивая реклама.

Реклама табака нарочито использует индустрию досуга и спорта, создавая привлекательные образы людей, покупающих сигареты. Курильщиков представляют забавными и очаровательными и, что наиболее коварно, абсолютно здоровыми. Рекламные плакаты и ролики как бы говорят о том, что курение и спорт - единое целое, красивое тело и пачка престижных сигарет - главные составляющие имиджа преуспевающего человека. Как показывает практика, ловушка работает. Иллюзия, прочно засевшая в головах подростков, заставляет их поверить, что если они курят, то становятся сексуально привлекательнее, мужественнее и авторитетнее. Обманчивый образ усиленно продвигается в журналах и на телевидении - от сериалов до мультфильмов.

Попробуем разоблачить этот образ.

Педагог предлагает методом "мозгового штурма" заполнить таблицу, заранее нарисованную на доске или листе ватмана.

Реклама сигарет - "обратная сторона"

Нам демонстрируют	От нас скрывают
Привлекательные имиджевые стороны курения	Непривлекательный образ курящего человека
спортивные атлетичекие фигуры ухоженные руки красивые молодые лица белоснежная улыбка мужественность сексуальность модная одежда атрибуты комфорта и успешности	



ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Подросткам трудно ориентироваться в современном потоке информации и делать выбор в пользу собственного здоровья, благополучия и успешности. Рядом должны быть взрослые люди, которые своим авторитетом и примером могут помочь детям разобраться и найти верные ориентиры в жизни.

Реклама сигарет - "обратная сторона"

Нам демонстрируют	От нас скрывают
Привлекательные имиджевые стороны курения	Непривлекательный образ курящего человека
спортивные атлетичекие фигуры ухоженные руки красивые молодые лица белоснежная улыбка мужественность сексуальность модная одежда атрибуты комфорта и успешности	морщины лицо серого цвета неприятный запах желтые пальцы рук пожелтевшие зубы тщедушность импотенция неряшливая одежда хронический кашель



2 ЭТАП: РАБОТА С ПОНЯТИЯМИ



Педагог делит родителей на три группы и организует работу с понятиями.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

ПЕРВАЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- прочитайте определения понятия "имидж";
- выделите в каждом определении характеристики, наиболее точно отражающие суть понятия "имидж";
- сформулируйте свой обобщенный вариант понятия "имидж".

Имидж - образ человека, включающий в себя внешность, манеру поведения, общения и т.п., способствующие воздействию на окружающих.

Имидж - обобщенный портрет личности или организации, создающийся в представлении групп общественности на основании заявлений и практических дел личности или организации и формирующий в общественном или индивидуальном сознании эмоциональное отношение к личности или организации.

Имидж личности - ореол, создаваемый вокруг конкретной личности с целью ее популяризации и оказания эмоционально-психологического воздействия на общественное мнение.

Имидж - целенаправленно формируемый образ (какого-либо лица, явления, предмета), сумма впечатлений, призванные оказать эмоционально-психологическое влияние, которое складывается в сознании людей и определяет отношение к ним.

**ВОПРОС:**

Является ли курение (некурение) составляющей имиджа человека?

ВТОРАЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- прочитайте определения понятия "стиль жизни";
- выделите в каждом определении характеристики, наиболее точно отражающие суть понятия "стиль жизни";
- сформулируйте свой обобщенный вариант понятия "стиль жизни".

Стиль жизни - привычки, особенности жизненного уклада и поведения людей, формирующих определенные группы населения.

Стиль жизни - совокупность образцов поведения индивида или группы, ориентированных преимущественно на повседневную жизнь.

Стиль жизни - вырабатывается людьми в соответствии с их биологическими, общественными и эмоциональными потребностями.

О стиле жизни судят по внешним формам бытия, включающим:

- организацию рабочего и свободного времени;
- занятия вне сферы труда;
- устройство быта;
- манеры проведения;
- ценностные предпочтения, вкусы и др.

**ВОПРОС:**

Является ли курение (некурение) составляющей стиля жизни?

ТРЕТЬЯ ГРУППА

ЗАДАНИЕ:

- прочитайте определение понятия "поведение";
- выделите слова и выражения, которые подтверждают, что курение как привычка может являться одной из характеристик поведения человека;
- обоснуйте свой выбор.

Поведение человека - совокупность **действий** и поступков индивида. В поведении проявляются личность человека, особенности его характера, темперамента, его **потребности, вкусы**; обнаруживаются его отношения к предметам и **явлениям окружающей действительности**.

Поведение человека побуждается его потребностью, в конечном счете направленной на оптимальное удовлетворение его интересов.

Группы представляют итоги работы с карточками.



Педагог задает вопрос всем группам:

- В какой смысловой взаимосвязи находятся понятия "имидж", "стиль жизни", "поведение"?

! ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Имидж и поведение человека являются составляющими стиля жизни.

*В зависимости от воспитания, убеждений, социального окружения и других факторов каждый человек **курение / некурение** рассматривает как элемент собственного имиджа, стиля жизни.*

Курящий человек и некурящий человек - это люди разного имиджа.

Курящий человек и некурящий человек - это люди, выбирающие разный стиль жизни.

**3 ЭТАП: ОБСУЖДЕНИЕ ОСНОВНОЙ ПРОБЛЕМЫ**

Вопрос подросткового курения очень волнует нас, родителей. Каждому из нас очень хотелось, чтобы наши дети не курили. Это однозначно, несмотря на то, как мы сами относимся к этой привычке.

А вот взгляд подростков и молодежи на вопрос курения в своей среде неоднозначен, поэтому так часто возникает проблема "отцов и детей". К сожалению, родители не всегда бывают на высоте в этом споре, так как, во-первых, сами не являются носителями положительного примера, а во-вторых, совсем или почти совсем не знают своих детей, не знают, о чем они говорят, о чем думают, как выбирают свой имидж и стиль жизни и какое место отведено "сигарете" в этом процессе.

Давайте постараемся услышать наших детей и вместе ответим на вопросы по обсуждаемой проблеме.

Педагог предлагает родителям ознакомиться с материалами Интернет-форума.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Материалы журнала PINK - Форум - Красота и здоровье - КУРЕНИЕ

Тема: Как кто вообще относится к курящим девушкам/парням?

- Нормально отношусь. Если у меня серьезные отношения с этой девушкой, то будем бросать вместе.
- Параллельно, т.к. сам курю. Но насколько осведомлен, года за два перед родами (если они хотят здорового ребенка) нужно бросить курить - чтобы вышли все токсины.
- Жизнь без правил - это совсем другая энергетика. Это - риск, это - понимание, это - мир разума, бдительность, скорость мысли, бесстрашие, интуиция, внутренняя сила, индивидуальность. Тем она и прекрасна! Жизнь без правил заставляет человека развивать свои способности максимально!
- А вообще у парней токсины выходят где-то через год, два, а вот у девушек в течение долгого времени. Печально!!!

- Эх! Курила - нравилось. Бросила - в муках?!...
 - Есть еще в нашей жизни то, ради чего стоит бросить... и не только курить. Это радует.
 - Не люблю, когда девушка курит!!! Сам не курю и другим, особенно девушкам, не советую!!! Плюсов - НЕТ, а минусы на лицо: 1)неприятный запах, 2)вред как здоровью, так и красоте (если она есть), 3) отдает пошлятинкой, такой легкостью в поведении.
 - Ну...это стереотип, навязанный советской моралью(каковой не было), точнее властью, и не имеющий никаких оснований соответствовать реальности (это я о 3 пункте).
 - Это, конечно, мелочи, но я вот не люблю, когда девушка курит обычные сигареты. Вот слимсы намного эстетичнее смотрятся и не так грубо. Я вот сам курю и девушке своей не буду запрещать. Каждый сам выбирает то, что ему нравится.
 - Ты, что психолог??? С чего это ты решил, что мне навязан какой-то стереотип, да еще и советской моралью??? Я современный человек, и это мое мнение, никем не навязанное! А девушка с сигаретой на улице ничем не лучше той, что с бутылкой пива!!!
 - Смотря где, смотря с кем и смотря какое пиво.
 - Вам что - лет 70? Вы говорите словами моей бабушки. И то я ее убедила однажды, что это личный выбор каждого - во-первых, а во-вторых, мужчины с пивом в метро смотрятся не менее похабно.
- Я согласна с тем, что курить или пить алкоголь не нужно на улице. Для этого нужно или в кафешке собраться, либо где-то в сквере, на ходу сама терпеть не могу. Но дама с красивым маникюром, с дорогой сигаретой или сигарой смотрится очень хорошо. Сексуально. Меня это настолько возбуждало, что я сама именно по этой причине начала курить. Меня до сих пор в озноб кидает, когда вижу холеные женские руки с сигаретой.
- Вот начал курить в 13 лет, сейчас уже 19 и до сих пор курю. И ниче - ЖИВ!!!
 - Сережа в 2 часа сиганул с небоскреба... вот уже 5б этаж, пока жив... Время покажет... Все пошел покурю...
 - Я сама курю. Многие спрашивают: "А почему ты куришь?" Тупой вопрос. Зачем, почему? Да потому что мне нравится сам вкус, сам процесс.
 - От курения со временем появляется целлюлит... портятся зубы...плохой цвет лица...неприятный запах!..
 - Да... пока кто курит, живы! А вот когда в лет 50-60 болезни, то только и слышишь: "За что же мне такое и отчего?"... В молодости думать надо!
- Неплохо смотрятся сигары (если их курит мужчина)... и в кино! и на фото... а так... никакого наслаждения...
- По поводу курения девушек - абсолютно ПРОТИВ, если это не баловство с сигаретками слим. А вот, если барышня выкуривает сигарету через каждый час... Сразу вспоминаю своего старого деда с конкретным запахом изо рта голимой ВАТРЫ или ПРИМЫ, желтые от никотина пальцы... С такой девушкой общаться нет желания. Мало того, что раздражает постоянно тот факт, что вся одежда начинает вонять, если где-нибудь находишься совсем недолго в местах, где курят.
- На работе вообще феноменальная ситуация: 13 мужиков в офисе, курят - только двое,

«Имидж, стиль жизни и... сигарета»

барышень - около 35, курят - 10 человек.

Парадокс...

- Кому как, конечно, лично я курила, но бросила. Безболезненно так бросила и все! А ради чего мучиться: скучать по плохому запаху, вреду здоровью? Нет уж, извольте. К курящим людям отношусь так же, как и к некурящим. А вот если несут бред вроде: бросить не могу, но хочу! Этого не люблю страшно! Ложь - чистой воды!
- Кстати, говорят, что сейчас модно "НЕ КУРИТЬ"!!! Может, бросить!

**ЗАДАНИЕ:**

- разделитесь на 3 группы;
- проанализируйте материалы форума;
- ответьте на вопросы:

**ПЕРВАЯ ГРУППА**

- Как относятся молодые люди к здоровью своего будущего потомства?
- Одинаковое ли отношение парней к курящей девушке вообще и к курящей девушке, с которой серьезные отношения?
- Какие аргументы приводятся против курения девушек?

ВТОРАЯ ГРУППА

- В чем проявляется неоднозначность суждений по проблеме курения в подростково-молодежной среде?
- Почему курение, как нарушение правил, в философском осмыслении молодых является импульсом к движению вперед, к развитию?
- Является ли курение предметом разногласий "отцов и детей"?

ТРЕТЬЯ ГРУППА

- Каким образом курение способствует формированию современного молодежного имиджа?
- Является ли курение или некурение модой?
- Влияет ли стереотип гляцевых журналов на формирование имиджа и стиля жизни молодых людей?

Педагог предлагает родителям продолжить фразу "Курящий человек..."

После работы по методике "мозгового штурма" педагог обобщает высказывания и делает вывод: Курящий человек чаще болеет легочными заболеваниями, страдает сердечно-сосудистыми недугами, это зависимый человек, человек со слабой силой воли, доставляет дискомфорт окружающим, не заботится о своем здоровье, нарушает закон о запрете курения, стареет и умирает раньше своих некурящих сверстников, имеет неприятный запах, превращает "деньги в дым" и т.д.

Это человек, который явно не заботится о своем имидже. Или, напротив, взяв сигарету в руки, формирует свой имидж?

Как формируется имидж молодого человека? Каким должен быть имидж молодого человека? Мы сможем ответить на эти вопросы, выполнив следующее задание:



- разделитесь на две группы;
- из перечисленного ряда характеристик выберите
 - 1 группа - характеристики "положительного имиджа";
 - 2 группа - характеристики "отрицательного имиджа";
- в таблице заполните соответствующую колонку.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Вредные привычки (курение, алкоголь, наркотики); хобби; умение поддерживать хорошие отношения с людьми; неопрятность; грубость; хамство; отсутствие вредных привычек; умение одеваться со вкусом; соблюдение норм гигиены; уверенность в себе; владение нормами этикета; неуважение к старшим; безвкусица в одежде; образованность; невежество; интеллигентность; увлечение спортом; сквернословие; умение точно, лаконично выражать свои мысли.

Положительный имидж	Отрицательный имидж
<ul style="list-style-type: none"> • • • • • • • • • 	<ul style="list-style-type: none"> • • • • • • • • •

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Положительный имидж	Отрицательный имидж
<ul style="list-style-type: none"> • хобби • умение поддерживать хорошие отношения с людьми • отсутствие вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики) • умение одеваться со вкусом • соблюдение норм гигиены • уверенность в себе • владение нормами этикета • образованность • интеллигентность • умение точно, лаконично выражать свои мысли 	<ul style="list-style-type: none"> • вредные привычки (курение, алкоголь, наркотики) • неопрятность • грубость • хамство • неуважение к старшим • безвкусица в одежде • невежество • сквернословие

"Люди не рождаются, а становятся теми, кто они есть".

Эти слова принадлежат Гельвецию. Смысл их заключается в том, что формирование имиджа, становление личности человека происходит под влиянием многих факторов окружающей среды. Какими вырастут наши дети, будет зависеть в первую очередь от нас: родителей, учителей, ближайшего окружения. На нас лежит ответственность за то, какими они станут, какой стиль жизни выберут.

Стиль жизни строится на базовых принципах и основных ценностях, которыми руководствуется человек.

Вот пример принципов (ценностей) одного из старшеклассников.

РАЗДАТОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

1. За все надо платить.
2. Не навредить другим людям.
3. Получение удовольствия от жизни.
4. Красота.
5. Секс.
6. Забота о близких людях.
7. Свобода.
8. Творчество.
9. Борьба, преодоление.
10. Здоровье.
11. Комфорт.
12. Интересный досуг, хобби.

**ЗАДАНИЕ:**

- разделитесь на три группы
1 группа работает с карточкой: "принципы № 1, 2, 3, 4";
2 группа работает с карточкой: "принципы № 5, 6, 7, 8";
3 группа работает с карточкой: "принципы № 9, 10, 11, 12";
- докажите, что курение не совместимо с данными принципами и не соответствует выбранному стилю жизни;
- приведите аргументы, подтверждающие, что курение не нарушит данные принципы.

**4 ЭТАП: ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ**

Ролевая игра. Снимаем фильм. Работают две группы.

- 1 группа* - "Имидж, стиль жизни и ... сигарета".
2 группа - "Имидж, стиль жизни ... без сигареты".

Название серий: "На занятиях в школе"
 "На спортивной площадке"
 "На вечеринке в кругу друзей"
 "На свидании с девушкой (с парнем)"
 "На перроне вокзала"

ЗАДАНИЕ:

- обсудите в группах возможные варианты сценария;
- составьте мини-сюжеты для каждой серии с предполагаемыми диалогами;
- проиграйте отдельные сцены или сюжет полностью.

**ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ**

Таким образом, мы убедились, что человек с сигаретой и человек без сигареты - это люди разного имиджа. Смоделированные ситуации по двум вариантам имеют разный алгоритм поведения и различную мотивацию поступков и действий.

*Как правило, сигарета в руке - это всего лишь **неустойчивый образ**, который растворяется, улетучивается, как дым сигареты, и рассыпается, как пепел. "Курение позволяет верить, что ты что-то делаешь, когда ничего не делаешь". Ралф Эмерсон.*

*Формирование **устойчивого имиджа** - это труд ума, души, тела. Имидж может меняться в зависимости от образа жизни, рода занятий, возраста. Но всегда имидж создается самим человеком и работает на человека, влияет на все сферы его жизни: карьеру, семью, увлечения.*

Всем известно, что курение - плохая привычка, вредная как для здоровья самого курильщика, так и для окружающих его, но, к сожалению, люди продолжают курить. Они курят и в помещении, и на улице.

Существует ряд правил, которых придерживаются воспитанные курильщики.

Во-первых, они никогда не закурят на улице, если близко находятся люди, например, если они ожидают автобуса на остановке или стоят в очереди.

Во-вторых, в любом помещении такие курильщики, прежде чем закурить, обязательно спросят разрешения у присутствующих, поскольку среди них могут быть те, кто не переносит запаха табачного дыма.

В-третьих, они никогда не станут курить за обеденным столом, а находясь, например, в учреждении или организации, закуривают лишь в отведенном для этого месте. И уж конечно, вежливый и воспитанный курильщик никогда не станет дымить в присутствии детей или больного человека.

Следует помнить, что курение запрещено:

- в общественном транспорте (в автобусах, трамваях, троллейбусах, метро, маршрутных такси, в пригородных электричках);
- в лифте;
- в самолете;
- в концертных залах, театрах и кинотеатрах (кроме специально отведенных для этого мест);
- в больничных палатах и приемном покое;
- в ресторанах или кафе, если на столах нет пепельниц;
- на совещаниях в учреждениях (учитывая, что на совещаниях могут присутствовать курильщики, можно сделать один или несколько перерывов, чтобы курильщики могли утолить свой табачный голод в местах, отведенных для курения);
- на аттракционах в парках культуры и отдыха.

Семашко Николай Александрович (1874 -1949), советский партийный и государственный деятель, один из организаторов отечественного здравоохранения

Локк Джон (1632-1704), английский философ и педагог

Наполеон 1 (Бонапарт) 1769-1821, французский полководец и государственный деятель, император

Тацит, Публий Корнелий (58-117), римский историк

Рерих Николай Константинович (1874-1947), русский художник мыслитель

Достоевский Федор Михайлович (1821-1881), русский писатель

Мати Карл (1806-1868), немецкий политический деятель

Шелгунов Николай Васильевич (1824-1891), русский публицист, общественный деятель

Гегель, Георг Вильгельм Фридрих (1770-1831), немецкий философ

Платон (427-347 до н. э.), древнегреческий философ

Бальзак, Оноре (1799-1850), французский писатель

Ушинский Константин Дмитриевич (1824-1870), русский педагог

Сюнь-Цзы (313 -238 до н.э.), китайский философ

Гельвеций, Клод Адриан (1715-1771), французский философ

Эмерсон, Ралф Уолдо (1803 - 1882), американский философ и поэт

Льюис Кэрролл (1832 - 1898), английский писатель, математик, философ

Догель Иван Михайлович (1830 -1916), ученый фармаколог

ЛИТЕРАТУРА

1. **Авдеенко А.А. Авдеенко Н.А.** Курить бросим - яд в папиросе: пять уроков для желающих навсегда покончить с дикой и унижительной для человека привычкой - табакокурением. Барнаул, 1991.
2. Активные формы групповой работы с родителями. Школьный психолог, №19, 2006.
3. Александров А.А. Эпидемиология и профилактика курения среди детей и подростков. Образование в обл. здоровья и укрепление здоровья среди детей, подростков и молодежи в России. Материалы Всерос. форума по политике в обл. обществ. здоровья. М., 1 окт., 1997г., 30 авг., 1998г., М., 1999г.
4. **Александров А.А., Александрова В.Ю.** Курение и его профилактика в школе: Метод. пособие для учителей и родителей. М., МЕДИА СФЕРА, 1996г.
5. **Александров А.А., Александрова В.Ю., Кетова М.Б.** Профилактика курения среди детей и подростков. Материалы конференции " Ситуация, связанная с курением табака в России. Пассивное курение. Лечение табачной зависимости ", посвященная Всемирному дню без табачного дыма. Москва, 7-8 июня 2001 г. М., 2001г.
7. **Александров А.А., Александрова В.Ю., Прохоров А.В.** Профилактика курения среди детей и подростков. Метод. пособие для родителей и преподавателей образоват.-воспит. учреждений. М., Фирма " Глянц ", 1993г.
8. **Александров А.А., Прохоров А.В., Александрова В.Ю.** Организация профилактики курения среди детей и подростков. "Здоровье Российской Федерации", 1992 г.
9. **Александров А.А., Александрова В.Ю.** Курение и его профилактика в школе.
10. Аллен Карр. Как помочь нашим детям бросить курить. М., Добрая книга, 2002г.
11. **Аллен Карр.** Легкий способ бросить курить. М., 2007г.
12. **Анастасова Л.П.** Жизнь без опасностей. М., Вента-граф, 1998 г.
13. **Андреева Т.И., Красовский К.С.** Курение и дети: что может сделать школа. Киев, 2003.
14. **Бабанов С.А.** Табакокурение в молодежной среде и пути профилактики. Пробл. соц. гигиены, здравоохран. и ист. мед. № 1, 2002г.
15. **Баль Л.Б., Барканова С.В.** Формирование здорового образа жизни российских подростков. М., Владос, 2003г.
16. **Баль Л.В., Михайлов А.Н.** Новые подходы к изучению вредных привычек у детей и подростков, основанные на качественных методиках. Современный подросток. М., 2001г.
17. **Безруких М.М., Ефимова С.П.** Знаете ли вы своего ученика. М., Просвещение, 1991 г.
18. **Белогуров С.Н.** Подростковая наркомания, Центр ПЛАНЕТАРИУМ, М., 1999г.
19. **Биттун Р.** Бросить курить в ваших силах. Под ред. Ю.В.Попова. Пер. с англ. СПб. Коринт, 2000г.
20. **Божович Л.И.** Личность и её формирование в детском возрасте. М., Просвещение 1968 г.
21. **Бурачевский Л.И.** По следам дымящей сигареты: Учеб. пособие. М., изд-во МАИ, 1998г.

22. **Валентик Ю.** Затянись, выпей... уколись!: Роль школы в профилактике употребления психоактивных веществ. Первое сент. 2000г. 20 мая.
23. **Воликова Т.В.** Учитель и семья. М., Просвещение, 1980 г.
24. **Гурова О.А.** Влияние пассивного табакокурения на состояние биомеханических факторов дыхания у мальчиков 7-13 лет. Физиология человека. 1996г. Т.22, № 1.
25. **Гусейнов А.А., Апресян Р.Г.** Этика. "Гардарики", 2000г.
26. **Джейн Нельсен, Линн Лотт, Х.Стефен Гленн.** 1001 совет родителям по воспитанию детей от А до Я. М., "КРОН-ПРЕСС", 1998г.
27. **Джемс У.** Психология. М., Педагогика, 1991г. (Классики мировой психологии).
28. **Довбах А., Салюк Т.** Опыт профилактики курения: занятия, конкурсы, клубы. Киев, 2004г.
29. **Дыши свободно!** Журнал "Здоровье" рекомендует "Профилактика подросткового курения в вопросах и ответах. ЗАО "Издательский дом журнала "Здоровье" 2005г.
30. **Жан-Лу Дерво** Как покончить с курением навсегда. М., АСТ, Астрель, 2006 г.
31. **Желдак И.М.** Искусство быть семьей. МП "Лерокс", Минск, 1998г.
32. **Зайцев Н.** Письмо. Чтение. Счёт. Учебник для воспитателей и родителей. Ланг, Санкт-Петербург, 1998 г.
33. **Зеренин А.Г.** Искусство быть здоровым. М., 1985 г.
34. **Зуева Т.** Профилактика табакокурения. Воспитание школьников, 2000г, № 7.
35. **Камардина Т.В.** Эффективность популяционной программы по отказу от курения для общественного здоровья. Актуальные проблемы профилактики неинфекционных заболеваний. М., 2003г.
36. **Карлос П.** Вредные привычки и самооцениваемое состояние здоровья в России. М., 2001г.
37. **Карпов А.М., Шакирзянов Г.З.** Самозащита от курения: Образоват.- воспитат. основы профилактики и психотерапии курения. Казань, Наркол, 2001г.
38. **Карпов А.М., Шакирзянов Г.З., Набиуллина Р.Р.** Образовательно-воспитательные основы профилактики и психотерапии курения. М., Медицина, 2001г.
39. **Клещева Р.П.** Табакокурение и мозг. Отв. ред. Л.К.Семенова. М., Наука, 1991г.
40. **Ковалёв С.В.** Психология современной семьи. М., Просвещение, 1988 г.
41. **Коган Э.Э.** Пагубная привычка губит не только курильщиков. ЭКО: Экон. и орг. пром. пр-ва. 2000. № 5.
42. **Колесов Д.В.** Болезни поведения: Воспитание здорового образа жизни. М., Дрофа, 2002г.
43. **Колесов Д.В.** Предупреждение вредных привычек у школьников "Библиотека для родителей". М., Педагогика, 1982г.
44. Конституция РФ.
45. **Котова И.** Невыполнимые советы по воспитанию. Книга для психологов, родителей и детей. М., Чистые пруды, 2006г.

Литература

46. **Кравченко Л.Г.**, Кравченко Г.В. Как избавиться от вредных привычек. 100 советов. М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2006 г.
47. **Криволап Н.С.** Деятельность классного руководителя. Планета здоровья. Минск, ИООО "Красико-Принт", 2005.
48. **Кривцовой С.В.** Подросток на перекрестке эпох. Проблемы и перспективы социально-психологической адаптации подростков. М., Генезис, 1997г.
49. **Ладохина И.Ю.** Часы общения - часы поддержки. Классный руководитель №8, 2005г.
50. **Литвак М.Е.** Профессия-психолог. Ростов на Дону, Феникс, 2005г.
51. **Ломаченко Л.Н.**, Профилактика нарко-алкогольной зависимости среди подростков и молодежи. Омск, 2001 г.
52. **Лупоядова Л.Ю., Мельникова Н.А., Якимович И.Г.** Школа и родители. Родительские собрания 5-7 классы. Волгоград, "Учитель", 2006 г.
53. **Маюров А.Н., Маюров Я.А.** Уроки культуры и здоровья. В здоровом теле - здоровый дух. Учебное пособие для ученика и учителя. 7-11 классы. Кн.1. М., Педагогическое общество России, 2004г.
54. **Мещерякова Б.Г., Зинченко В.П.** Большой психологический словарь. Санкт-Петербург "Прайм-Еврознак", М., "ОЛМА- ПРЕСС", 2004г.
55. **Мудрик А.В.** Роль социального окружения в формировании личности подростка. М., Знание, 1989г.
56. **Мурашова Е.В.** Ваш непонятный ребёнок. М., Дрофа, 2002 г.
57. **Мухина В.С.** Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М., Academia, 1998г.
58. **Немов Р.С.** Психология (т. 2) М., Владос, 1999 г.
59. **Новиков Ю.В.** Несовместимо со спортом, М., 1982 г.
60. **Ожегов С.И.** Словарь русского языка. М., Русский язык, 1984г.
61. "Проект "Чистая книга". Российский благотворительный фонд "Нет алкоголизму и наркотикам", 1997г.
62. Профилактика наркозависимости в школе. Методическое пособие. Новосибирск, 1999г.
63. Предупреждение табакокурения у школьников. Методическое пособие для работников образовательных учреждений. М., 2004г.
64. Разум сердца. Мир нравственности в высказываниях и афоризмах. М., Изд-во политической литературы, 1990г.
65. **Райнпрехт Хансхайнц.** Воспитание без огорчений. М., "Семья и школа", 2000г.
66. Сборник "В помощь классному руководителю", Минск, ИООО Красико-Принт, 2003г.
67. **Сизанова А.Н., Хриптович В.А.** Модульный курс профилактики курения. Школа без табака. 5-11 классы, ПТУ. М., "ВАКО", 2004г.

68. **Сирота Н.А., Ялтонский В.М.** Программа формирования здорового жизненного стиля. М., 2000г.
69. **Соколова В.Н., Юзефович Г.Л.** "Отцы и дети в меняющемся мире". М., Просвещение, 1991 г.
70. **Соколов Я.В., Колесов Д.В.** Граждановедение. Наш выбор: без наркотиков: Поурочное методическое пособие для учителей. М., Научно-внедренческий Центр "Гражданин", 2004г.
71. Спасибо не курю! М., "Молодая гвардия", 1990г.
72. **Т.И.Андреева, К.С.Красовский, А.А.Гаврильченко, А.В.Довбах, Э.А.Митрофанова, А.А.Овечкина, Т.А.Салюк, А.А.Богословский** / Под ред. Т.И.Андреевой и К.С.Красовского. Подход жизненных ситуаций в профилактике табачных проблем // - Киев, 2000. Напечатано при содействии Детского Фонда Объединенных Наций - ЮНИСЕФ в Украине. Часть 1. Руководство ведущего. Часть 2. Сборник жизненных историй. Часть 3. Мифы и факты.
73. **Трушов В.П.** Учителю о наркотиках и наркомании. Липецк, 2003г.
74. **Углов Ф.Г.** Береги здоровье и честь смолоду. М., "Педагогика", 1988г.
75. Учебно-методическое пособие для учителей средней школы "Мой выбор". М., Ижица, 2005г.
76. Федеральный Закон РФ 87-ФЗ "Об ограничении курения табака".
77. **Фридман Л.М., Кулагина И.Ю.** "Психологический справочник учителя". М., Просвещение, 1991 г.
78. **Хухлаева О.В.** Как сохранить психологическое здоровье подростков. Мой выбор. Энциклопедия материалов. М., 2002г.
79. **Чазов Е.И.** "Сердце и 20 век". М., 1985 г.
80. **Чечельницкая С.М., Родионов В.А.** "Подростковая наркомания и СПИД: концептуальный подход". М., 2000г.
81. **Шуман С.Г.** "Родительские тревоги". М., Педагогика, 1989 г.
82. **Щербатых Ю.**, Психология успеха. Популярная энциклопедия. М., ЭКСМО, 2004 г.
83. **Эксакаусто Т.В., Истратова О.Н.** "Справочник психолога начальной школы". Ростов на Дону, Феникс, 2003 г.
84. **Ягодинский В.Я.** Школьнику о вреде никотина и алкоголя. М., "Просвещение", 1986г.
85. <http://www.adic.org.ua/sober-cool/> сайт "ОПиУМ" <http://www.adic.org.ua/teenager/>

Авторы пособия

Баулина Нина Анатольевна - учитель истории и обществознания ГОУ СОШ № 199 г.Москвы.

Будилина Елена Вениаминовна - руководитель учебно-методического центра "Программа "Мой выбор", г.Москва.

Ефремова Татьяна Ивановна - учитель биологии ГОУ СОШ № 147 г.Санкт-Петербурга.

Ионова Вера Юрьевна - методист образовательного учреждения дополнительного профессионального образования Центра повышения квалификации "Ресурсный центр", г.Сызрань.

Казмина Надежда Георгиевна - заместитель директора МОУ Верхнеднепровская СОШ №2.

Ларченкова Раиса Александровна - заместитель директора МОУ Дорогобужская СОШ №2.

Павлова Елена Андреевна - учитель истории и обществознания МОУ Верхнеднепровская СОШ №2.

Петрович Владимир Глебович - кандидат исторических наук, доцент кафедры гуманитарно-художественного образования ГОУ ДПО Саратовского института повышения квалификации и переподготовки работников образования.

Порусова Лилия Владимировна - методист образовательного учреждения дополнительного профессионального образования Центра повышения квалификации "Ресурсный центр", г.Сызрань.

Приказчикова Ольга Александровна - заместитель директора МОУ гимназия №12 социально-экономического профиля г.Волгограда.

Мостяева Людмила Васильевна - кандидат исторических наук, заведующая региональным центром гражданско-правового образования Рязанского областного института развития образования.

Шумилова Татьяна Павловна - доцент кафедры общественных дисциплин Липецкого областного института развития образования.

Якимович Ирина Геннадьевна - доцент кафедры педагогики Брянского государственного университета им. И.Г. Петровского.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

Под редакцией Е.В.Будилиной

ОТВЕТСТВЕННЫЕ РОДИТЕЛИ

Учебно-методическое пособие для учителей средней школы для проведения родительских собраний по профилактике детского табакокурения

Руководитель программ "Ответственные родители", "Мой выбор"
В.И.Колупаева

Корректор Г.Бетева
Дизайн-макет Н.Фрольцова
Компьютерная верстка Н.Фрольцова

Всероссийская образовательная программа "Мой выбор"
107078, г.Москва. ул.Каланчевская, д.11. стр.2, оф.215
Телефон/факс (495) 631-51-94
E-mail: umc@mychoice.ru

