

Проблемно-тематическое родительское собрание

"Курение и статистика"

Головешкина Галина Вячеславовна, классный руководитель

О вреде курения

Яд опасный проникает
С дымом в лёгкие твои,
Он здоровье поедает,
Сокращая жизни дни.

Пропаганда превозносит
Сигареты до небес,
И никто себя не спросит:
"А зачем нам этот бес?".

В жизни ветреной хватает
И без этого улад,
Но народ не понимает,
И курить он снова рад.

А курильщик был бы рад
Позабыть свою привычку,
Но коварен горький яд,
Он нашёл для нас отмычку!



План организации собрания

К родительскому собранию классный руководитель готовит анализ проведенных мероприятий по проблеме, которые были организованы в классе или в школе.

План проведения собрания:

1. Вступительное слово классного руководителя.
2. Анализ предварительной работы по подготовке собрания.
3. Анализ фактов и статистика по проблеме.
4. Болезни, связанные с курением.
5. Советы некурящих родителей борющимся с курением.
6. Родительский практикум.
7. История табака.

Задачи собрания

1. Убедить родителей в необходимости обсуждения и решения в семье проблемы курения ребенка.
2. Предоставить родителям возможность познакомиться с информацией и статистикой по проблеме курения.

Вопросы для обсуждения

1. Статистика и факты проблемы курения.
2. Болезни, связанные с курением.
3. Пути помочи ребенку, который курит.

Вступительное слово классного руководителя

Уважаемые мамы и папы!

Сегодня мы затронули одну из главных тем безопасности жизни человека - это проблема курения. Эта тема вовсе не случайно стала темой родительского собрания. Когда в начале учебного года вам были предложены темы родительских собраний, вы определили, что проблему курения детей необходимо изучать, необходимо обсуждать и совместно искать пути решения проблемы.

Анализ фактов и статистика по проблеме.

Пятая часть населения страны начинает курить в 14 лет. За год выкуривается примерно 100 миллиардов сигарет. Есть люди, которые выкуривают 1—2 сигареты в день, и в то же время есть определенное количество людей, которое курит до 20 сигарет в день и более.

Кол-во выкуриваемых сигарет в день (шт.)	Курящие мужчины (%)	Курящие женщины (%)
1-9	10%	20%
10-19	22%	18%
20-29	17%	8%
30 и более	10%	4%

Представленная статистика говорит еще и о том, что количество курящих мужчин уменьшается, в то время как количество курящих женщин растет. Параллельно с ростом числа курящих женщин у них растет количество заболеваний, связанных с курением.

Среди молодежи в возрасте 14-17 лет курение стало излюбленным времяпрепровождением. В этой возрастной категории есть уже заядлые курильщики с 5-летним стажем. Существуют так называемые "профессии" курильщиков - с риском, нервными перегрузками, стрессами (профессии шахтеров, строителей, водителей, моряков и т. д.).

Ежегодно 4 000 000 человек умирают от последствий табакокурения.



К 2030 году от табакокурения будут умирать 10 000 000 человек, так как число курящих в развивающихся странах стремительно растет.

Болезни, связанные с курением: бронхит, эмфизит; болезни сердца, инфаркты; рак легких и иные раковые заболевания; болезни желудка и 12-перстной кишки.

Курение — это важнейшая из причин, приводящая к заболеваниям, инвалидности и смертельному исходу. Количество людей, которые ушли из жизни в результате курения, доходит до 70 тысяч в год. Для сравнения - в результате несчастных случаев ежегодно гибнет 11 тысяч человек.



85% всех умерших от рака легких были курящими людьми.



25% всех умерших от инфаркта миокарда были курящими людьми.

Инфаркт в 40 лет ждет, прежде всего, курящего человека.

Какие проблемы со здоровьем у курящего человека можно определить невооруженным глазом?

1. Курящие мужчины и женщины кашляют много и часто, дышат тяжело.
2. Во время хирургического вмешательства эти люди страдают и погибают из-за осложнений с дыханием.
3. Курящие люди имеют проблемы с лечением и сохранением зубов.
4. Внешний вид: желто-серый цвет лица, темные круги под глазами, нарушение кровоснабжения.

Как помочь бросить курить?

1. Родители должны первыми освободиться от курения.
2. Родители должны помочь ребенку отвлечься от привычки курить. Игры, отдых на свежем воздухе, прогулки, беседы - это способствует отказу от курения.
3. Не назидать, а поддерживать своих детей, утверждать, что все получится, если человек чего-то хочет добиться.
4. Не бояться компании своего ребенка, а помогать и им бороться с соблазном курения.

Родительский практикум

Сформулируйте 10 правил, которые помогут бороться с собственным курением и возможным курением вашего ребенка.

Советы некурящих родителей борющимся с курением:

1. Вы - человек, который может вознаградить себя не только курением. Лучше пару раз глубоко вдохнуть или прогуляться пешком. Последствия дадут больший эффект.
2. Вам нужно занять руки. Возьмите в руки карандаш и напишите письмо другу или разгадайте кроссворд.
3. Курение вас настраивает на деятельность. Но это вранье самому себе. Чем больше вы курите, тем больше вы усложняете свою деятельность.
4. Вы используете сигареты, когда волнуетесь. Попытайтесь просто вовремя решать конфликтные ситуации, и не нужно будет курить, оттягивая их решение.
5. Для того чтобы принять важное решение, его нужно всесторонне обдумать, а курение отвлекает и не дает возможности сосредоточиться на проблеме.
6. Вы курите без разбора, не замечая количества и качества сигарет, которые курите. Каждый раз, когда вы берете сигарету, задавайте себе вопрос: а хочу ли я курить? Вы будете удивлены, как часто вы этого не хотите.

Анкета “Отношение к статистике и утверждениям по проблеме курения”:

Прочитайте, пожалуйста, утверждения и укажите, согласны вы с ними или нет:

- 20% всех смертей от рака обусловлены курением табака.
- Вызываемый курением рак легких является одной из основных причин смертности среди мужчин.
- Выкуривание хотя бы 1-2 сигарет в день удваивает риск заболеваний сердца.
- Вещества, содержащиеся в сигарете, не являются полезными, но и не содержат яда.
- Большинство курильщиков начинают курить в юношеские годы.
- Пассивное курение (вдыхание дыма некурящими) опасно.
- Одна треть больничных мест занята людьми, чьи болезни вызваны курением табака.
- 50% смертей от заболеваний сердца среди женщин - результат курения.
- Одна сигарета в день не опасна для здорового человека.
- Среди женщин смертность от вызываемого курением рака легких превышает смертность от рака груди.

Из истории табака

До конца XV века это растение, вероятно, не было известно никому, кроме коренных жителей американского континента. Археологические раскопки показали, что 4000 лет назад, а возможно, и раньше, северо-американские индейцы уже употребляли табак.



В древних цивилизациях табачному дыму приписывались магические, целебные свойства.

Слово "табак", возможно, происходит от названия острова Тобаго. Согласно свидетельствам испанских матросов, прибывших 15 октября 1492 года с экспедицией Колумба к берегам теперешней Центральной Америки, словом "tobaco" у местных жителей назывались большие скрученные листья, предназначенные для ритуального курения. Впоследствии испанцы и португальцы завезли листья и семена табака в Европу, и, несмотря на запреты Инквизиции, европейцы тоже начали культивировать табак. Посол Франции при португальском дворе Жан Нико в 1560-м году отправил немного табака королеве Екатерине Медичи, рекомендовав его как средство от мигрени. Вскоре после этого мода на нюхательный табак распространилась по всей Франции. В честь Нико растение впоследствии получило латинское название Nicotiana, а выделенный из него в начале XIX века алкалоид - соответственно, "никотин".

Со второй половины XVI века табак стал быстро набирать популярность как лекарственное растение, почти панацея. Табак нюхали, курили через трубки, жевали, смешивали с различными веществами и употребляли для лечения простуды, головной и зубной боли, кожных и инфекционных заболеваний.

В 1580 г. английский аристократ, заядлый курильщик, моряк и поэт, сэр Вальтер Рейли создал табачную плантацию в Ирландии, а позднее - еще несколько, на колониальных американских территориях. Одну из них он назвал "Вирджиния", что впоследствии дало имя самому распространенному сорту табака.

В начале XVII века на территории современной Америки, в основном в английских колониях, возникли и другие табачные плантации. В 1611 году такую плантацию создал в Вирджинии англичанин Джон Рольф.

Семена табака он ввозил из Тринидада и Венесуэлы, а технологию позаимствовал у Вальтера Рейли (и усовершенствовал ее). Уже через 8 лет начался экспорт табака из Вирджинии в Англию, а сам Джон Рольф навсегда поселился в Новом Свете и даже женился на дочери индейского вождя, давшего ему совет попытать счастья в табаководстве.

Среди аристократов были и другие страстные поклонники табака. Сам король Пруссии Фредерик I (нач. XVIII века) устраивал при германском дворе курительные торжества, а его сын, Фредерик-Вильям I, даже основал т.н. "Табак-коллегию", на заседаниях которой сочетались такие разные, казалось бы, вещи, как рассуждения о государственных делах, светская беседа и непринужденное застолье, сопровождающееся неумеренным курением трубок. Из российских

царственных любителей табака в первую очередь вспоминается, конечно, Петр I - и, пожалуй, больше никто.

Но у табака всегда были и, мягко говоря, оппоненты - и не только в лице Инквизиции. Король Англии Джеймс I еще в начале XVII века неоднократно выступал против курения, считая эту привычку вредной для здоровья, играющей на руку испанской торговле и, что особенно справедливо, вводящей людей в умиротворенное состояние и тем самым ослабляющей военную мощь страны. Он ввел пошлину на ввоз табака в Англию, а во Франции примерно в то же время, тоже самое предпринял кардинал Ришелье.

Это, конечно, не остановило распространение табака, а лишь способствовало процветанию контрабандного ввоза. А вот на Востоке, особенно там, где из-за жаркого климата курение часто становилось причиной пожаров, за него полагались гораздо более суровые кары. В Турции курильщиков подвергали телесным наказаниям, позорным церемониям и даже приговаривали к смертной казни. В Японии за курение можно было угодить в тюрьму, а у нас в России - подвергнуться пыткам иувечьям. Правда, все запреты и увещевания как не помогли искоренить табакокурение тогда, так не помогают и сегодня, когда каждому человеку с раннего детства известно, что "курение опасно для вашего здоровья".

Во время открытия Америки табак уже был там во всеобщем употреблении. Индейцы Южной и Центральной Америки курили длинные сигары, скрученные из листьев растения коиба. (это сохранилось и сейчас у жителей Южной Америки). На языке кубинских индейцев слово "коибо" означало процесс курения. Испанцы и португальцы заимствовали сигары и распространяли их в Европе в первой половине XVII в. В Мексике и Северной Америке ацтеки и индейцы были курильщиками трубок, и так как англичане начали свое заселение Нового Света с Северной Америки, то заимствовали первоначально курение табака в трубках, наладив у себя производство курительных трубок из особого кустарникового вереска.

История точно установила дату и обстоятельства, при которых население Европы познало сладость курения табака. В 1597 г. Роман Панов своем повествовании о втором путешествии Колумба в Америку сообщает вполне определенные подробности о распространенности обычая курить табак между жителями этой страны. Еще в первое путешествие Колумба в 1492 г. жители Антильских островов предстали перед ним в дыму табака; табак они завертывали в маисовый лист и придавали последнему форму, напоминающую сигару. Последующие путешественники выяснили, что курение табака с помощью трубы широко распространено по всей Америке, и лишь в некоторых частях восточного побережья Южной Америки заменяется жеванием табака.

Сначала европейцы обратили внимание главным образом на лекарственные свойства табачных листьев, затем на их способность заглушать голод и поддерживать бодрость.

Гражданин города Милана Жироламо Бенцони, живший в Мексике между 1541 и 1555 гг., сообщил, что в этой стране курительный табак называют табакко, откуда и пошло европейское название табак. В 1556 г. участник французской

экспедиции в Южную Америку миссионер Андрей Теве (Thevet) привез в Париж семена табака, который он называл петён (le Petun).

Теве дал описание процесса курения на берегах р. Мараньена, где сухие листья табака завертывают в пальмовые листья, образуя за счет последних подобие длинной трубки. В 1560 г. французский посланник в Лиссабоне Жан Нико (Nicot) привез семена этого растения во Францию, где и положил начало культуре табака. Ботаник Дальешан (Dalechamp) впервые описал табак в своей книге "История растений" (Historia plantarum, 1586) и назвал его в честь Нико Nicotiana'.

Французы начали разводить табак как лекарственное и декоративное растение. Лишь в 1585 г. высадившаяся в Испании и Португалии партия солдат продемонстрировала европейцам диковинное зрелище людей, пускающих дым из рта и носа. В Германии выражение Гёте "образованный человек не курит" быстро было опровергнуто повседневной жизнью.

Английский король Джемс в 1604 г. сочинил свою "контроппозицию табаку", в которой охарактеризовал курение, как "обычай, отвратительный для глаза, ненавистный для носа, вредный для груди, опасный для легких; в черном дыме - ближайшее сходство со стигийским дымом преисподней". Бранный трактат Джемса объясняется тем, что в Англию первоначально попала махорка, а не табак.

Петр I сделался страстным курильщиком во время пребывания в Англии; до него в России за курение табака били кнутами и ссыпали в Сибирь. Широко распространилось такженюханье табачного порошка, столь красочно изображенное в пьесах А. Островского; появились специальные, порой драгоценные, табакерки. Употреблялись также длинные и узкие курительные трубки; многие стали коллекционировать их. В мусульманских странах появились причудливые приборы - нархиле, кальяны и пр., в которых дым пропускается через сосуд с водой и далее по змеевидно изогнутому дымоотводу в легкие курильщика. Триумфальное шествие табака привело его в XVI в. в Индию, Индонезию, Японию, на острова Океании. Для многих стран производство табака стало главным источником государственного бюджета (например, в Турции).

Подведение итогов родительского собрания. Принятие решения.