Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования детей «Дом детского творчества Называевского муниципального района Омской области»

 Социальный проект «Табакокурение как социальная проблема»

 Выполнили: актив РСДОО «Аист»

 Руководители: Кирьянова Е.В.,

 Шумякина Т.А.

Называевск, 2013

 Единственная красота,

 которую я знаю – это здоровье

 Г. Гейне

**Введение**

 Природа создала всё, чтобы человек был счастлив: деревья, яркое солнце, чистую воду. И нас людей - красивых, разумных, здоровых. Человек рождается для счастья. Но некоторые губят свою жизнь. Её губят как простые люди, так и очень талантливые. Перед страшной бедой ни у кого нет защиты. А имя этой беды – сигарета.

 Данный проект краткосрочный, будет осуществляться с сентября 2012 года по март 2013 года.

 Основная целевая группа, на которую направлен проект - члены районного Содружества детского общественного объединения «Аист».

 Исполнители проекта: актив районного Содружества детских общественных объединений «Аист», который собирает и анализирует полученную информацию, отвечает за проведение мероприятий.

Координаторы проекта:

 Шумякина Татьяна Анатольевна, председатель РСДОО «Аист»,

 Кирьянова Елена Владимировна, методист МКОУ ДОД «Дом детского творчества Называевского муниципального района Омской области».

**Актуальность проблемы**

Проблема подросткового курения становится год от года все острее. Всё больше подростков оказывается втянутыми в курение со школьной скамьи. Не редкостью стало встретить на улице мальчишку или девчонку, которые с чувством собственного достоинства и какой-то дерзостью в глазах самозабвенно затягиваются сизым дымом сигареты. На вопрос – почему курит, следует прямой и откровенный ответ: - если все курят, почему мне нельзя?

 Как правило, подростки считают курение неким символом солидности, мужественности, зрелости или же быть модным, продвинутым. Проблема подросткового курения в нашей стране уже давно превратилась в настоящее национальное бедствие. Курение отрицательно влияет на скорость мыслительных процессов. А значит и на качество обучения. Курение является одной из причин различных нервных расстройств у подростков. Они плохо спят, становятся раздражительными. У них появляется рассеянность, ослабевает внимание, ухудшается память и нарушается умственная активность.

 Больно осознавать тот факт, что большая часть среди начинающих курильщиков – это ребята от 7 до 16 лет. И они легкомысленно относятся к своему будущему здоровью. А ведь курение для формирующего молодого организма крайне вредно. Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками: как физическими, так и умственными.

 Мы серьёзно задумались о вреде пагубной привычки, задумались о здоровье. И теперь, глядя на курящих людей, которые безответственно относятся к своему здоровью, мы ещё больше осознаем правильность главной идеи проекта. Сегодня это острейшая проблема, стоящая как перед обществом, так и перед нашим районным Содружеством детских общественных объединений «Аист». На заседании актива было решено активизировать работу по профилактике табакокурения, формированию здорового образа жизни. Мы не можем находиться в стороне и поэтому разработали этот проект.

**Исследование проблемы**

 Прежде чем начать работу по организации проекта, мы познакомились с литературой и интернет ресурсами по данной проблеме. Затем составили анкету и провели анонимное анкетирование среди ребят (13 -16 лет) детского общественного объединения «Россияне», которое входит в состав районного Содружества детских общественных объединений.

 Анкета содержала 5 вопросов.

1. Как ты относишься к людям, которые курят?

 2. Курят ли твои родители, родственники, твои друзья??

 3. Как ты считаешь, по каким причинам подростки начинают курить?

 4. Опасно ли курение для здоровья, какие заболевания может вызвать?

1. Что такое пассивное курение и опасно ли оно?

Было опрошено 190 человек, с 13 до 16 лет.

Анализируя полученные результаты, можно сделать вывод, что большинство испытуемых недостаточно информированы о табакокурении и его влияние на здоровье.

 **Разработка собственного варианта решения проблемы**

 После проведенного анкетирования мы пришли к выводу, что в нашем районном Содружестве детских общественных объединений есть ребята, которые увлекаются курением. Поэтому на заседании актива было решено активизировать работу по профилактике табакокурения, формированию здорового образа жизни.

 Цель проекта: Профилактика табакокурения через создание условий в районном Содружестве детских общественных объединений «Аист» по формированию у ребят негативного отношения к курению, сохранению и укреплению здоровья.

 Для достижения поставленной цели нами были выдвинуты следующие задачи:

1. Изучить литературу по данной проблеме;
2. Выявить уровень информированности подростков о вреде табакокурения;
3. Способствовать осознанию табакокурения как болезни, не только сжигающей физические силы человека, но и уничтожающей его как личность;
4. Разработать и реализовать план мероприятий;
5. Привлечь курильщиков для участия в запланированных мероприятиях;
6. Создать и использовать в работе наглядные материалы (буклеты, листовки, плакаты)
7. Определить степень эффективности проведенных мероприятий.

 Приступая к работе над проектом, мы осознали, что нам одним это не под силу справиться с поставленными задачами. Поэтому разработали план поиска единомышленников среди сверстников и взрослых. Для этого:

1. Создали информационный лист о том, что члены районного Содружества детских общественных объединений «Аист» приступают к реализации проекта.

2.Обратились к администрации МКОУ ДОД «Дом детского творчества Называевского муниципального района Омской области» с просьбой помочь в приобретении материала.

 Затем приступили к реализации намеченного плана.

**Результат реализации проекта**

 По окончании всех проведенных запланированных мероприятий был повторно проведен опрос подростков. В опросе приняло участие 179 членов районного Содружества детских общественных объединений «Аист».

Исходя из результатов повторного анкетирования мы можем сделать следующие выводы:

* Уровень информированности членов РСДОО «Аист» от 13 до 16 лет о вреде и последствиях курения повысился;
* 17% от данной выборки испытуемых резко изменили свое отношение к табакокурению и пытаются расстаться с этой пагубной привычкой. Преположительно, что толчком стало участие в нашем проекте.
* 14 человек – это 8% отказались от употребления табака. Надеемся, что безвозратно.

Данный проект дал уникальные возможности решения проблемы не только своего сообщества , но и способствовал установлению сотрудничества с жителями и организациями города.

 Приложение №1

**Антитабачная викторина**

***1.Когда, кем и откуда был впервые завезен табак в Европу?***

1. В XVI веке испанцами из Америки.
2. В XVII веке китайцами.
3. В XVIII веке англичанами из Индии.

***2.Существуют ли сигареты, которые не приносят вреда?***

1. Сигареты с фильтром.
2. Сигареты с низким содержанием никотина.
3. Нет.

***3.Сколько веществ содержится в табачном дыме?***

1. 20 – 30
2. 200 – 300
3. Свыше 3000

***4. Сколько процентов вредных веществ способен задержать сигаретный фильтр?***

1. Не более 20 %

2. 40 %

3. 100 %

***5. Как курение влияет на работу сердца?***

1. Замедляет его работу

2. Заставляет учащенно биться

3. Не влияет на его работу

***6. Какие заболевания считаются наиболее связанными с курением?***

1. Аллергия

2. Рак легкого

3. Гастрит

***7. Что происходит с физическими возможностями человека, который курит?***

1. Они повышаются

2. Они понижаются

***8. Сколько микрочастиц сажи содержится в 1 куб. см табачного дыма?***

1. До 3 миллионов

2. До 10 000

3. До 1000

***9. Зависит ли возможность бросить курить от стажа курения?***

1. Стаж не имеет значения

2. Чем дольше куришь, тем сложнее бросить

3. Чем больше куришь, тем легче бросить курить

***10. Верно ли, что в большинстве стран модно курить?***

1. Курить никогда не было модно

2. Курить модно

3. Мода на курение прошла

***11. Что такое пассивное курение?***

1. Нахождение в помещении, где курят

2. Когда куришь за компанию

3. Когда активно не затягиваешься сигаретой

***12. Что вреднее?***

1. Дым от сигареты

2. Дым от газовой горелки

3. Выхлопные газы

***13. какие профессии менее доступны для курящих?***

1. Спортсмен – профессионал

2. Токарь

3. Врач

***14. При каком царе табак появился в России?***

1. При Иване Грозном

2. При Петре I

3. При Екатерине II

***15. Какой русский царь ввел запрет на курение?***

1. Алексей Михайлович

2. Петр I

3. Екатерина II

***16. Каково основное действие угарного газа?***

1. Образует карбоксигемоглобин

2. Вызывает кашель

3. Влияет на работу печени

***17. Насколько лет рискуют раньше умереть женщины, мужья которых курят?***

1. На 4 года

2. На 10 лет

3. На 15 лет

***18. Как много взрослых мужчин в нашей стране курит?***

1. 10 %

2. 30 %

3. Около 50 %

***19. Много ли мужчин осуждает курение женщин?***

1. 10 – 20 %

2. 40 – 60 %

3. Более 80 %

***20. Если человек начал курить в 15 лет, на сколько в среднем уменьшается продолжительность его жизни?***

1. На 1 – 2 года

2. На 5 – 6 лет

3. Н а 8 лет и более

Приложение 2

**Уважаемый продавец!**

Пишет тебе человек, которому нет 18 лет. Я – юный, энергичный, любознательный и активный! Я мечтаю вырасти здоровым и счастливым.

Я знаю, что курить опасно, но мое любопытство порой берет верх. Иногда я курю, потому, что мне хочется казаться взрослым, самостоятельным, свободным от папиных и маминых запретов. Иногда не хочу быть «белой вороной». Я живу сегодняшним днем и не осознаю угрозы, которую таит в себе сигарета.

Уважаемый продавец, помоги мне справиться с соблазном! Позволь мне вырасти здоровым, счастливым человеком и добиться исполнения всех моих мечтаний.

Не поддавайтесь на мои уговоры, когда я приду покупать у тебя сигареты!

Скажи мне твердое **«НЕТ»!** Прояви заботу о моем будущем!

Спасибо за понимание!

 Члены районного Содружества

 детских общественных объединений «Аист»

 **Цитаты о курении**

 **«Всякий человек нашего современного среднего воспитания признает неблаговоспитанным, негуманным для своего удовольствия нарушать спокойствие и удобство, а тем более здоровье других людей…, но из тысячи курящих ни один не постесняется напустить нездорового дыма там, где находятся некурящие женщины, дети, больные и старые люди.»**

**Л.Н. Толстой**

**«Самый лучший способ бросить курить — не начинать курить с детства».**

**Владимир Борисов**

**«Капля никотина убивает пять минут рабочего времени».**

**Ратмир Тумановский**

**«Мысли о красоте спасают не только мир, но и женщину от курения.»**

**Константин Мадей**

**«Всякий курильщик должен знать и понимать, что он отравляет не только себя, но и других».**

**Н. Семашко**

**«Курильщик пускает в глаза дым самому себе.»**

**Леонид Сухоруков**

 **«Табак приносит вред телу, разрушает разум, оглупляет целые нации»**

**О. Бальзак**

**«Начинаешь курить, чтобы доказать, что ты мужчина. Потом пытаешься бросить курить, чтобы доказать, что ты мужчина»**

**Жорж Сименон**

**«Терпимости можно учиться у курящих. Еще ни один курящий не жаловался на то, что некурящий не курит»**

**Сандро Пертини**

**«Отвыкнуть от некурения довольно легко»**

**Лешек Кумор**

«**Курение тушит в женщине священный огонь материнства, и зажигает в ней адское пламя медленного самоубийства.»**

**Константин Мадей**

 **«Курение – не привычка, а властная потребность, которая командует человеком. Борьба с курением должна быть общественной, как с опиумом. Поколения курильщиков обречены на вымирание»**

**С. Тормозов, русский учёный**

 **«Курение – антисоциальная привычка»**

**Г. В. Хлопин, учёный – гигиенист**

 **«Каждая тонна окурков делает брешь в национальной безопасности страны.»**

**Георгий Александров**

**«Если нацистам нужна была газовая камера, то курильщикам достаточно сигареты, чтобы убить себя.»**

**Константин Мадей**

 **«Мне нестерпимо жаль жизней, истлевших на кончике сигареты»**

**Ф. Г. Углов**

 **«Сигарета, если ею правильно пользоваться, убивает.»**

**Слоган противников курения в США**

**«Революция начинается с огня, огонь с искры, искра с плохопотушенной сигареты… Вывод: Не курите народ!!!»**

***Владимир Борисов***

 **«Курение не только вредно, оно прежде всего глупо!"**

***Академик Ф.Г. Углов***