

Круглый стол «Цена сомнительных удовольствий»

от 06.02.2014года

Титенок В.И., зам. директора школы по УВР:

Жизнь в XXI веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья. Здоровый образ жизни человека – говоря эту фразу, мы редко задумываемся о том, что скрывается за этими словами. Так что же такое здоровый образ жизни? Здоровый образ жизни включает в себя: оптимальный двигательный режим, рациональное питание, отказ от любых вредных привычек, крепкая семья, успешная работа, личная гигиена, закаливание, правильное сексуальное поведение, полноценный отдых. Какой бы совершенной ни была медицина, она не может избавить каждого от всех болезней. Человек - сам творец своего здоровья.

Трутнева М.И., педагог- психолог:

Нами было проведено анкетирование среди обучающихся 8-9 классов с целью выяснение отношения ребят к ЗОЖ.

На вопрос: «Что для вас означает ЗОЖ?»

Получили такой результат, который на экране. (Обсуждение)

С раннего возраста необходимо вести активный, здоровый образ жизни, закаливаться, заниматься физкультурой и спортом, соблюдать правила личной гигиены - словом, добиваться разумными путями подлинной гармонии здоровья.

Следующий вопрос, который мы задали детям: «С какими вредными привычками вы сталкиваетесь чаще всего». Получили следующие результаты: 74% курение, 26% алкоголь, 0% наркомания. А как считают наши гости? (обсуждение)

Титенок В.И., зам. директора школы по УВР:

В наше время курение стало проблемой общечеловеческого значения. Курение – самое массовое, к сожалению, увлечение нынешнего поколения молодежи. Спросим об этом у нашего гостя медработника школы Елистратову Л.И.

Елистратова Л.И., медработник школы:

По данным Всемирной организации здравоохранения, во многих странах курит до половины мужского население. Более того, армия курильщиков не только уменьшается, а, наоборот, стремительно увеличивается. Еще недавно курение считалось чисто мужским пороком. Курящие женщины встречались очень редко и подвергались осуждению общества. Но в последнее время во всех странах рост курильщиков среди женщин сильно увеличился. Коварству табака нет предела. По подсчетам врачей за последние 35 лет Россия потеряла миллион своих жителей. Почему же курение табака так губительно действует на человека? А что о вреде курения знают учащиеся 9 класса? (выступление учащихся 9 класса)

Трутнева М.И., педагог- психолог:

Существует эта проблема и в нашей школе. На вопрос: «Какие вредные привычки есть у вас?» Давайте задумаемся над вопросом: почему подросток начинает курить, хотя и знает, что курение опасно для здоровья? (обсуждение).

Карпунина Г.Н., член родительского комитета 9 класса:

По данным Всемирной организации здравоохранения, 80% курящих детей сохраняют привычку, став взрослыми. Если подросток выкурил, хотя бы 2 сигареты, в 70 случаях из 100 он будет курить всю жизнь. Чтобы не было проблем и неприятностей, лучше просто не начинать курить. Не осложнять себе жизнь. Не забывайте, что для подростка доза никотина от 50 до 70мг уже может стать смертельной. Полпачки выкуренных, за один раз, сигарет может привести к смерти. Ученые доказали, что риск смерти в молодом возрасте у курящих значительно выше, чем у некурящих. Следует знать, что, чем раньше подросток бросит курить, тем больше возможности у организма замедлить разрушительные процессы и начать восстановительную деятельность. Проблем возникающих у курящих подростков в несколько раз больше, чем у некурящих.

Титенок В.И., зам. директора школы по УВР:

Следующая вредная привычка, которую выделяют дети - это употребление алкоголя. Алкоголь-это и пошатнувшиеся здоровье, и гибель людей, загубленные таланты и открытия, угарный быт, который сравним с адом, рождение нездорового поколения, ничем не оправданная ярость и ревность, распад семьи, преступления. Здесь все проблемы жизни. Мало того, ведь и сама жизнь для алкоголика становится проблемой. Это проблема существует в нашей стране долгое время. Об этом нам расскажут учащиеся 9 класса. (выступление учащихся 9 класса)

Титенок В.И., зам. директора школы по УВР:

А о том, что алкоголь - это яд вы уже много раз слышали. Но я думаю, что нелишним будет еще одно напоминание о влиянии алкоголя на подростковый организм и здоровье человека. Особенно хочется обратить ваше внимание на то, что в анкетах многие учащиеся отмечают употребления пива. Спросим об этом у медработника школы Елистратовой Л.И.

Елистратова Л.И., медработник школы:

Возникает вопрос, если алкоголизм столь древняя проблема, стоит ли вообще с ней бороться? Почему же многие люди добровольно подвергают себя воздействию этого яда? (обсуждение)

Мы с вами выделили две основные проблемы, которые существуют в нашем обществе и в какой-то мере в нашем образовательном учреждении. Как же бороться с этими вредными привычками. Прежде чем перейти к обсуждению

этих вопросов давайте послушаем, как с этими вредными привычками боролись и борются в разных странах.

Выступают учащиеся 8 класса.

Трутнева М.И., педагог- психолог:

В нашем гуманном обществе нет таких наказаний. Что мы с вами можем сделать, чтобы истребить эти привычки? Что должно сделать общество в боре с этим злом? Вот, что предлагают сделать дети (результаты анкеты): строительство спортивных площадок, стадионов;

- ограничить продажу спиртных напитков;
- ввести в школе штраф за курение;
- проводить чаще Дни здоровья;
- поднять цены на алкоголь и сигареты;
- запретить продажу сигарет в учебное время;
- проводить агитационные мероприятия;
- любые меры бесполезны. А что предлагаете вы? (обсуждение)

Саполетова В.П., общественного инспектора по правам ребенка (выступление)

Трутнева М.И., педагог- психолог:

Следующая вредная привычка, о которой стоит поговорить – это наркомания. О том как складывается ситуация с наркоманией в нашем районе нам расскажет Крыженков Н.Н., участковый полиции

Крыженков Н.Н., участковый полиции (выступление)

Елистратова Л.И., медработник школы:

Наркомания это — инфекционные и венерические болезни! Это — СПИД — самое опасное из всех заболеваний, так как оно обезоруживает организм перед всеми другими болезнями, перед раком. Существует ли проблема СПИДа в нашем районе, расскажет гинеколог ЦРБ г. Сасово (выступление).

Титенок В.И., зам. директора школы по УВР:

Человек рожден на Земле для того, чтобы долго жить. Ведь в жизни много хорошего, интересного, поэтому не стоит уходить в мир пороков и зла. Стоит жить дольше, чтобы осуществить свои мечты. Ведь человек начинает жить с хорошей мечтой. И только от самого человека зависит, каким будет этот путь, эта тысяча километров, т.е. вся его жизнь: здоровой и счастливой или мрачной и рано разрушенной. Что выбираете Вы!?

Приложение 1

Выступление учащихся 9 класса

1. Выкуривая 1 пачку сигарет, курильщик забивает свои легкие в год 1 литром никотиновой смолы.
2. Каждая сигарета укорачивает жизнь на 8 минут.
3. За последние 5 лет бросили курить 30 миллионов человек.
4. Сейчас в Америке считается курить “немодным”.
5. Ежегодно в России умирает около миллиона человек от болезней, вызванных курением.
6. Курение не только сокращает жизнь, но и снижает ее качество.

7. Никотин вызывает большое количество заболеваний, таких как инсульт, инфаркт миокарда, болезни крови и артерий ног, поражает органы чувств, пищеварения и дыхания, поражает нервную систему.
8. У курящих матерей чаще бывают мертворождения, преждевременные роды.
9. 31 мая во всем мире отмечают как День без табака.

Выступление учащихся 8 класса

Распространение пьянства на Руси связано с политикой господствующих классов. Было даже создано мнение, что пьянство является якобы старинной традицией русского народа. При этом ссылались на слова летописи: "Веселие на Руси - есть пити". Но это клевета на русскую нацию. Русский историк и этнограф, знаток обычаев и нравов народа, профессор Н.И. Костомаров полностью опроверг это мнение. Он доказал, что в Древней Руси пили очень мало. Лишь на избранные праздники варили медовуху, брагу или пиво, крепость которых не превышала 5 - 100. В будни никаких спиртных напитков не полагалось, и пьянство считалось величайшим позором и грехом. Лицемерно утверждение о народности алкогольных традиций. Народные обычаи всегда отличались здравым смыслом. Традиция гостеприимства отражает добросердечие, отзывчивость и хлебосольство русского народа. На Руси дорогих гостей встречали хлебом и солью, угощали пирогами и пышками, и пили ... только чай из пузатых самоваров. Почему же теперь обязательным атрибутом встречи гостей стала батарея винных бутылок?

На Руси был и другой добрый обычай: молодоженам не подавали спиртное. Это было продиктовано заботой о потомстве.

В нашу страну водка стала вначале проникать из-за границы, а потом появилось и собственное винокурение. Правительство, начиная с Ивана III, стремилось сохранять за собой право изготовления и продажи водки в учреждаемых кабаках. Если население не выпивало на планируемую сумму, недоимка раскладывалась на всех. В кабаках в XVII веке висело объявление: "По указу царя и великого князя Алексея Михайловича всея Руси великие и малые - питухов от кабаков не отзывать, не гоняти - ни жене мужа, ни отцу сына, ни брату, ни сестре, ни родне иной, покуда оный питух до креста не пропьется". Таким образом на протяжении столетий в народе насаждалось пьянство, правящие круги заботились только о том, чтобы больше получать дохода от продажи водки. Практически никаких мер, направленных на защиту здоровья народа, его нравственности, не предпринималось.

Позже пьянство проникает и в личные дела человека, сопровождая все важные вехи в его жизни, от крестин и до заупокойной молитвы. Стало совершенно зазорным не предлагать гостям выпить, не "угостить" приятеля за дружеской беседой, не "подмазать" вином при деловом разговоре.

Выступление учащихся 9 класса

В Китае, замеченного в курении ученика ожидает изнурительное наказание – тренировка на велотренажере;

В конце XVI столетия в Англии за курение казнили, а головы казненных с трубкой во рту выставляли на площади;

В Турции курильщиков сажали на кол;

В царствование Михаила Романова за курение полагалась смертная казнь.

Всех, у кого найден табак, «надобно пытаться и бить на козле кнутом, пока не признается, откуда добыл...»

В Нью-Йорке принят закон, согласно которому курение в общественных местах карается штрафом в 1000 долларов или годом тюремного заключения.

62% некурящих итальянцев перешли в последнее время в решительное наступление на своих курильщиков. Их не показывают по телевидению, им запрещают курить в общественных местах. Во многих крупных фирмах молодых инженеров и менеджеров, злоупотребляющих курением, не продвигают по службе, иногда увольняют, предлагая оставить эту привычку.

В Англии вычитают деньги из зарплаты за время, проведенное в курительной комнате.

В России при царе Михаиле Федоровиче Романове уличенных в курении в первый раз наказывали 60 ударами палок по стопам, во второй раз отрезанием носа или ушей.

С алкоголизмом тоже боролись разными методами. Так в Древней Спарте был издан закон, запрещающий пить молодоженам. Специально спаивали рабов и в состоянии тяжелого алкогольного опьянения показывали их молодым спартамцам, что бы вызвать отвращения к выпивке и омерзительному облику пьяного. В Древнем Риме запрещалось пить алкогольные напитки до 30 лет. Римляне говорили «Пьяницы рожают пьяниц». Некоторые китайские императоры казнили пьяниц. А в Древней Индии браминов, уличенных в пьянстве, заставляли пить кипящее вино. Их женам на лбу выжигали изображение бутылки. Издревле на Руси зарок «не пить» давали принародно, с целованием креста и осознанием греховности пьянства. На Руси был утвержден позорный орден «За пьянство», которым в 17-18 веке «награждали» пьяниц. Это чугунная восьмиугольная пластина с ошейником, весом около 4 кг., с надписью «За пьянство»

