



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа г. Усолье -Сибирского  
Усольского района Иркутской области.

Предмет “ОБЖ ”

## Пагубное влияние табакокурение на организм человека.

Автор:

Прохоров Данил 9 «Б» класс, обучающаяся  
МБОУ СОШ №2

Руководитель:

Самойлова Татьяна Викторовна

Усолье-Сибирское, 2018 год

# Актуальность:

- Факт, что курение наносит человеку огромный вред уже давно доказан, и не подвергается сомнению. Эта проблема сначала касалась только мужчин, потом женщин, а теперь уже и детей.

В своей работе я хочу доказать, что курение – враг каждого человека и человечества в целом. Этот враг искусно притворяется другом, он якобы помогает лучше настроиться на работу, снять нервное напряжение, поддержать беседу, отвлечь, скрасить одиночество. Но что может быть хуже коварного друга?

Моя исследовательская работа полностью посвящена вреду курения, я считаю, что наше поколение очень мало знает об этом.

# Цель исследования:

- Как курения влияет на организм человека по информации в интернете.



# Гипотеза:

- Предполагается, что курение пагубно влияет на организм и психику подростков.

# Задачи:

- Проанализировать информационные источники по данной проблеме.
- Сформулировать цель, задачи и гипотезу исследования.
- Исследовать вред курения для организма.
- Определить основные причины пагубного влияния курения на организм подростка.
- Сделать заключение и выводы

## Практическая значимость:

Данная работа может быть использована педагогами школ и родителями для профилактики и коррекции образа жизни подростка и снижение уровня агрессивности и тревожности у подростков.

# Теоретическое обоснование

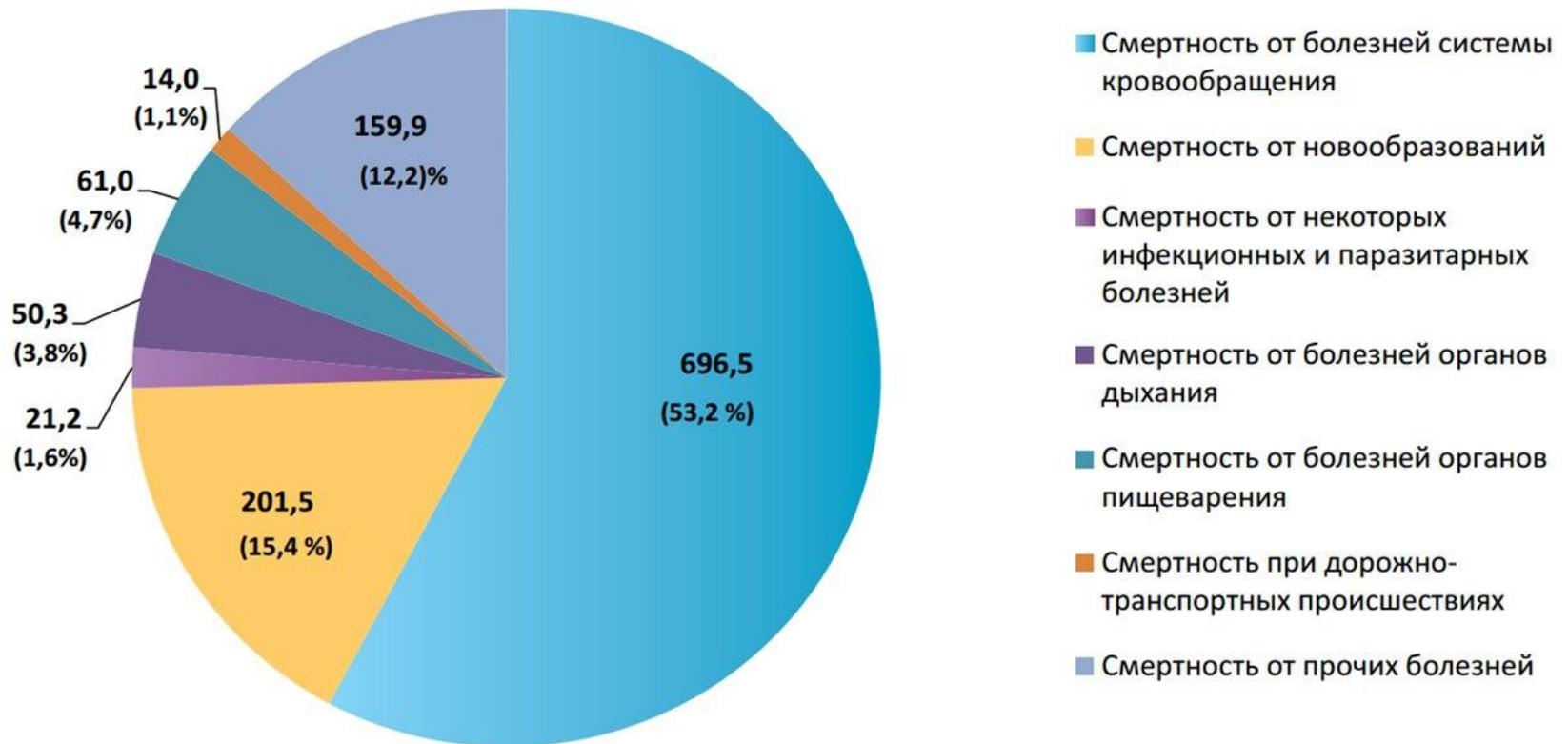
## 2.1. История табакокурения

- Табакокурение имеет более чем 500-летнюю историю. Открытие Христофором Колумбом в 1492 году Америки связано с открытием европейцами многих новых растений, в том числе табака. Не смотря на запреты Колумба, некоторые моряки тайно привезли листья и семена табака в Европу. Сначала табак был объявлен целебной травой. Вот как описывались его чудодейственные свойства в одной испанской книге в 1543 году: «Табак вызывает сон, избавляет от усталости, успокаивает боль, вылечивает головную боль...» Поэтому не удивительно, что он быстро завладел аристократическими салонами ещё в XVI веке и особенно стал популярным в XVII-XVIII веках. В России впервые табак появился при Иване Грозном. Его завезли английские купцы. В 1697 году царь Пётр I своим указом легализовал продажу табака. Мужчины, женщины, а также молодые люди начали курить, нюхать и жевать табак.

# Влияние табака на организм человека

- Главный компонент табачного дыма - никотин - наркотик, сильный яд. Он легко проникает в кровь, накапливается в самых жизненно важных органах, приводя к нарушению их функций. Отравление никотином характеризуется: головной болью, головокружением, тошнотой, рвотой. В тяжелых случаях потеря сознания и судороги. Хроническое отравление - никотинизм, характеризуется ослаблением памяти, снижением работоспособности.

## 2.3. Данные организаций здравоохранения



## 2.4. Причины курения

- желание быть похожими на взрослых, подражать взрослым 22%
- НИКОТИНОВАЯ ЗАВИСИМОСТЬ 13%
- удовольствие от курения 14%
- "за компанию", не выделяться из друзей, которые курят 12%
- любопытство / желание попробовать 10%
- нечем заняться / избыток свободного времени 7%
- курение помогает снять стресс 6%
- влияние сверстников

# Действие курения на организм человека



## 2.6. Возникновение зависимости

- Зависимость от табакокурения может быть как психологической, так и физической. При психологической зависимости человек тянется за сигаретой, когда находится в курящей компании, либо в состоянии стресса, нервного напряжения, для стимуляции умственной деятельности. Вырабатывается определённая привычка, ритуал курения, без которого человек не может полноценно жить. Иногда такие люди ищут повод, чтобы покурить, «перекуривают», при обсуждении какого-либо дела, либо просто общаясь, или чтобы «убить» время, тянутся за сигаретой.

- Изучив литературные источники и экспериментально-опытным (химическим) путем было выявлено, что под влиянием никотина активность ферментов слюны понижается, поэтому происходит ухудшение способности слюны к гидролитическому расщеплению крахмала. Это пагубно влияет на организм подростка и приводит к развитию заболеваний, поражающие сердце и легкие: курение является одним из основных факторов риска развития сердечных приступов, инфарктов, хронической обструктивной болезни лёгких (ХОБЛ), эмфиземы и рака (в частности, рак легких, гортани, полости рта и поджелудочной железы).
- Если за основу ЗОЖ брать отсутствие вредных привычек, то среди подростков только 26% ведут здоровый образ жизни.

# Список используемой литературы.

- Богданов И. Дым отечества, или Краткая история табакокурения. — М.: Новое литературное обозрение, 2007. — 280 с. — (Культура повседневности). 3000 экз., ISBN 5-86793-492-6
- [Курение](#) // Энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона: В 86 томах (82 т. и 4 доп.). — СПб., 1890—1907.
- Мясищев В.Н. Психология отношений. М. Издательство « Институт практической психологии». Воронеж НПО «МОДЭК», 1985.
- Обухова Л.Ф. «Детская психология: теория, факты, проблемы». М. Тривола 1995г. М: Наука 1997.
- Петровский Б.В. Популярная медицинская энциклопедия. 1989, с.1253.
- Рыбоновлев Ю.Р. Некоторые аспекты психологической характеристики алкоголя. «Гематология и трансфузиология».
- Рубенштейн С.А. Человек и мир. 1987 № 5 с.47
- Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. М. «Владос», 1996 с. 126, с.167-172
- Швайкова М.Д. Токсикологическая химия. 3 изд. М. 1975 с.92-100
- Интернет источники
- <http://progrees.ru/kak-kyrenie-vliyaet-na-organizm-cheloveka/>
- <http://skazhynet.ru/vliyanie-kureniya-na-organizm-cheloveka>
- <http://formatzdorovia.com/vliyanie-kureniya-na-organizm-cheloveka>
- <http://protivkureniya.ru/vred-kureniya-dlya-podroskov/>