

УДК 31

DOI 10.21661/r-470964

А. Ф. Васикова

**ИЗУЧЕНИЕ ТАБАКОЗАВИСИМОСТИ СРЕДИ ШКОЛЬНИКОВ
13–14 ЛЕТ НА БАЗЕ МБОУ «СШ №19» Г. НИЖНЕВАРТОВСКА**

Аннотация: в условиях возрастающего числа курящих людей и числа заболеваний, обусловленных курением, особенно среди подростков, особую актуальность приобретают формы и методы эффективной профилактики курения. Проблема здоровья и здорового образа жизни подрастающего поколения заключается в необходимости комплексного подхода к изучению и поиску новых средств и мероприятий, формирующих установки на здоровый образ жизни подростка, так как в подростковом возрасте нарушенное здоровье еще обратимо и поддается коррекции.

Ключевые слова: табакокурение, зависимость, здоровый образ жизни.

A.F. Vasikova

**STUDY OF TOBACCO DEPENDENCE AMONG SCHOOLCHILDREN
AGED 13–14 ON THE BASIS OF MBOU
"SCHOOL №19" OF NIZHNEVARTOVSK**

Abstract: with the increasing number of smokers and smoking-related diseases, especially among adolescents, the forms and methods of effective prevention of smoking are becoming particularly relevant. The problem of health and healthy lifestyle of the younger generation is the need for a comprehensive approach to the study and search for new means and measures that form the setting for a healthy lifestyle of a teenager, as in adolescence, impaired health is reversible and amenable to correction.

Keywords: tobacco smoking, addiction, healthy lifestyle.

Исследование проводилось в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя школа №19» г Нижневартовска. Была взята параллель 8 классов возраст от 13 до 14 лет.

Рабочая программа по ОБЖ для 8 класса составлена на основе Примерной программы основного общего образования по ОБЖ в соответствии с требованиями ФГОС, основной образовательной программы и учебного плана МБОУ «Средняя школа №19». Рабочая программа составлена на основе УМК «Основы безопасности и жизнедеятельности» для 8 класса под редакцией А.Т. Смирнова:

В рамках исследования нами были проведены внеклассные мероприятия урок по теме: «Курение или здоровье?», классный час по теме: «Курить в XXI веке не модно» и элективный курс «Социальная опасность курения», на котором учащиеся отвечали на вопросы, отгадывали загадки, слушали лекции о вреде табакокурения и играли. Также отвечали на вопросы составленной для исследования анкеты.

*Программа элективного курса по теме: «Социальная опасность курения»
для 8 класса*

Цель: формирование у учащихся осознанного отношения к здоровью как к ценности жизни

Задачи:

1. Проанализировать, как табак влияет на организм человека.
2. Определить к каким последствиям ведет курение.
3. Выявить отношение учащихся к данной проблеме с помощью анкетирования.

Методы: беседа, ролевые игры, групповая работа, дискуссии.

Элективный курс рассчитан на 34 часа.

Перед проведением внеклассных мероприятий нами было проведено первичное анкетирование, в нем принимали участие подростки (13–14 лет). Этот возраст – период взросления, который характеризуется как психологическими, так и физическими изменениями [2]. На первом месте у подростков стоит общение со сверстниками – многим важно поднять свой авторитет. По статистике именно в подростковом возрасте дети пробуют первую сигарету [1]. Учащимся было предложено анонимно ответить на вопросы. Анонимность была гарантирована для чистоты эксперимента.

После проведения внеклассных мероприятий по данной тематике было проведено контрольное анкетирование. Результаты социологического опроса до и после проведенных нами внеклассных мероприятий представлены в гистограммах рис. 1–10. В данных социологических опросах приняли участие 70 респондентов, среди них 32 – мужского пола и 38 – женского.

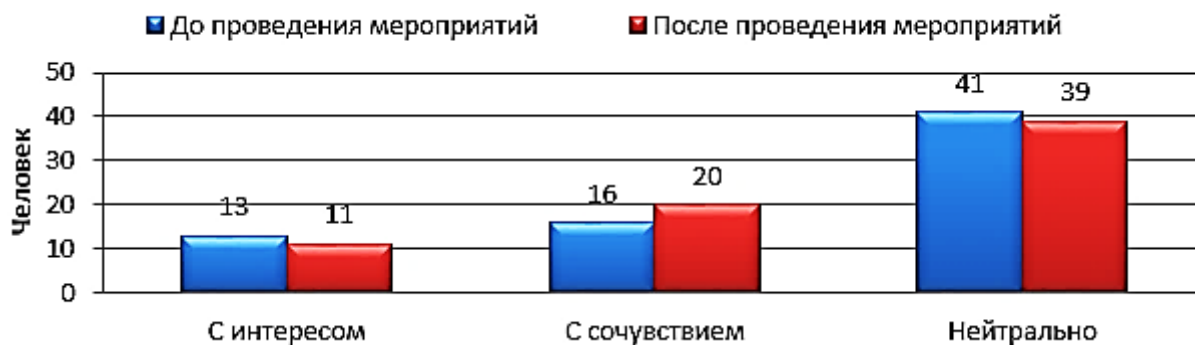


Рис. 1. Ответы респондентов на вопрос «Как вы относитесь к курящим людям?»

К курящим людям подростки в основном относятся нейтрально – 41 человек, с сочувствием – 16 человек и даже есть те учащиеся, которые относятся с интересом – 13 человек. После проведенных мероприятий некоторые учащиеся поменяли свое мнения нейтрально – 39 человек, с сочувствием – 16 человек и 11 с интересом.



Рис. 2. Ответы респондентов на вопрос «Пробовали ли вы курить?»

На данное время большая часть учеников не пробовали еще вкус сигареты – 41 человек, но 29 учеников, которые в настоящее время курят или пробовали курить.



Рис. 3. Ответы респондентов на вопрос

«Если бы вам предложили покурить, как бы вы к этому отнеслись?»

На вопрос «Если бы вам предложили покурить, как бы вы к этому отнеслись?» 47 человек дали ответ «откажусь», но 23 человека согласятся на данное предложение. После проведенных мероприятий динамика изменилась в положительную сторону 51 человек дали ответ «откажусь» и 19 человек на данное время согласились бы.

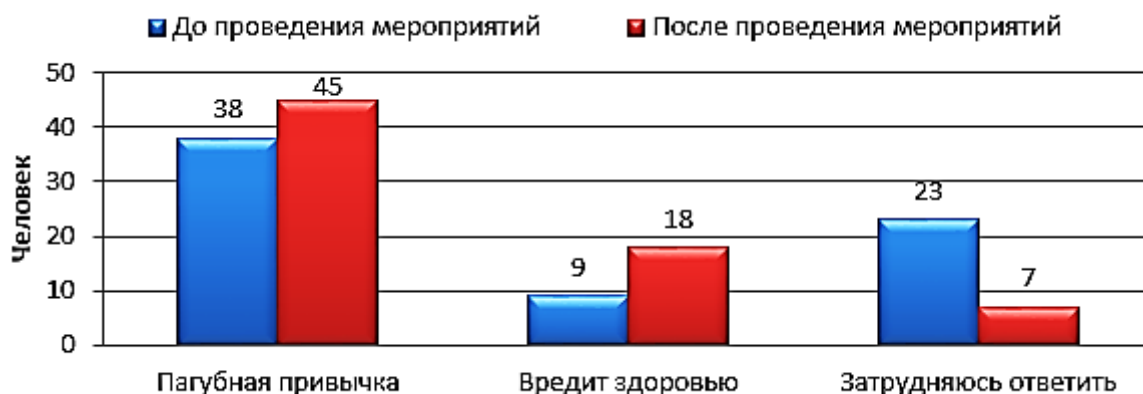


Рис. 4. Ответы респондентов на вопрос «Что вы знаете о вреде курения?»

О вреде табакокурения школьники знают мало. Большая часть – 38 человек – знают, что от этой пагубной привычки можно умереть, 23 человека ничего конкретного не сказали и 9 человек дали ответ «вредит здоровью». После проведенных мероприятий результаты изменились в положительную сторону 45 человек – дали ответ «пагубная привычка», 18 человек ответили, вредит здоровью и только 7 человек затрудняются ответить.



Рис. 5. Ответы респондентов на вопрос

«Знаете ли вы состав табачного дыма и его опасность?»

О составе табачного дыма большинство учеников не знают ничего – 38 человека 32 школьника осознают вред никотина. После проведенных мероприятий ученики узнали о составе сигареты, и считают никотин опасным – 43 человека, но 27 человек продолжают считать, что никотин никак не вредит человеку.

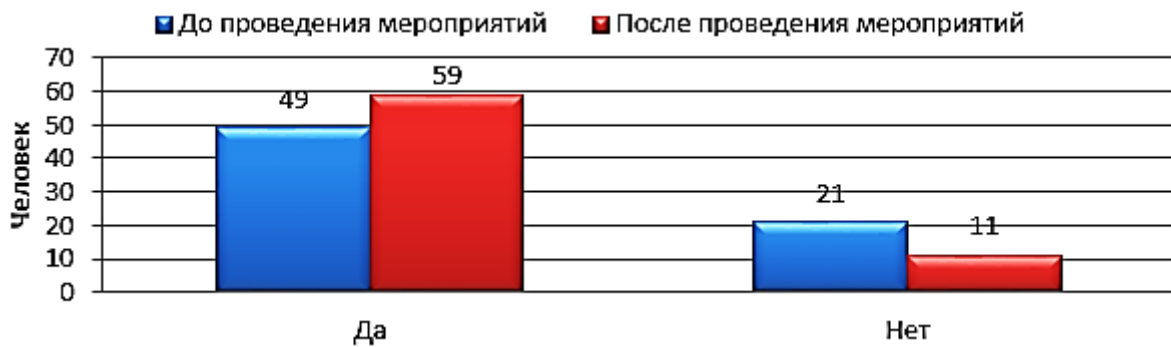


Рис. 6. Ответы респондентов на вопрос

«Как вы считаете, курение опасно для здоровья?»

Учащиеся считают, что курение опасно для здоровья – 49 человек, но есть те подростки, которые думают, что курение не является опасным для организма человека – 21. После проведенных нами мероприятий некоторые учащиеся поменяли свое решение – 59 учеников считают, что курение все-таки опасно для здоровья, но 11 человек так и считают, что оно безвредно.

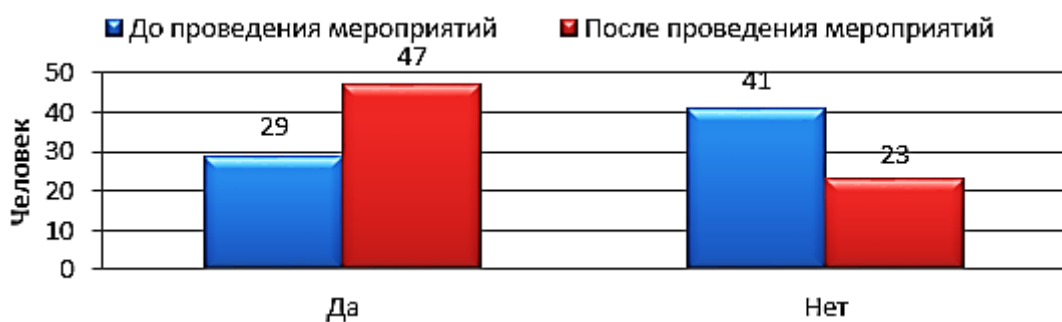


Рис. 7. Ответы респондентов на вопрос
«Знаете ли вы, что такое вейп-сигарета?»

В настоящее время стало актуально курить вейп-сигарету, и мы решили обратить на это внимание и включить вопросы о вейп-сигарете в данный социологический опрос. Большая часть подростков знают, что такое вейп-сигареты – 29 человек, но есть те учащиеся, которые еще мало знают о ней – 41 человек. После проведенных мероприятий 47 учеников узнали о вейп-сигарете и 23 человека посчитали не нужной эту информацию.

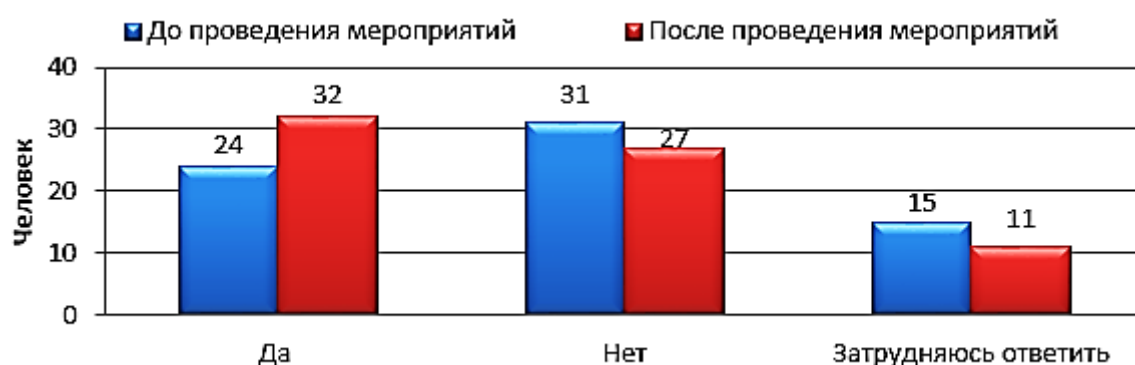


Рис. 8. Ответы респондентов на вопрос
«Как вы думаете, вредит ли вейп-сигарета здоровью?»

К сожалению, вейп-сигарета стремительно распространяется среди подростков 13 – 14 лет. «Как вы думаете, вредит ли вейп-сигарета здоровью?» немало важно, что 31 человек считают, что нет вреда, 15 человек затрудняются ответить и только 24 человека ответили «да». После проведенных нами мероприятий ответы учеников дали положительную динамику – 32 ученика узнали о вреде вейп-сигареты. Но остались 27 учеников, которые считают, что вейп-сигарета безвредна и 11 человек не могут определиться с ответом.

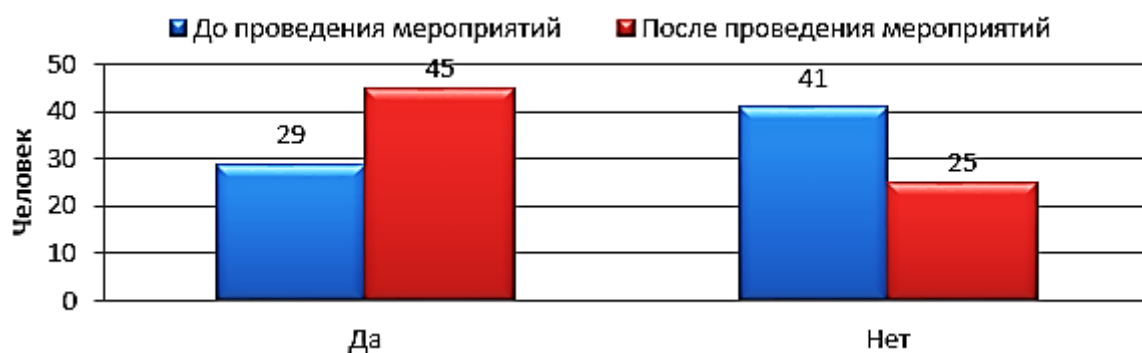


Рис. 9. Ответы респондентов на вопрос
«Знаете ли вы состав вейп-сигареты?»

В данном вопросе 29 – дали ответ, да и 41 не знаю ответа на этот вопрос. После проведенных нами мероприятий ученики больше узнали о составе вейп-сигарете и о вреде 45 человек и 25 человек так затруднились ответить на этот вопрос.

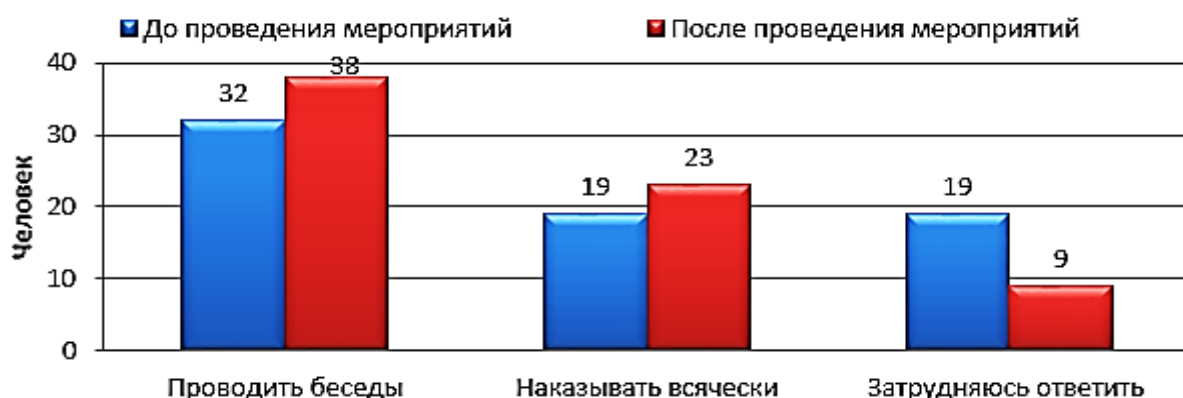


Рис. 10. Ответы респондентов на вопрос
«Что нужно предпринять для того, чтоб подростки не курили?»

До проведенных нами мероприятий 32 ученика считали, что нужно проводить больше бесед о вредных привычках в школах. 19 человек ответили, что родители должны наказывать своих детей, если увидели их с сигаретой. Но 19 подростков выбрали вариант «затрудняюсь ответить» на вопрос по поводу наказания. После проведенных нами мероприятий у некоторых учащихся изменилось мнение. Так уже 38 учеников считают, что нужно проводить беседы, связанные с вредными привычками. 23 ученика дали ответ нужно наказывать подростков и только 9 человек затруднились ответить на данный вопрос.

Проанализировав ответы учащихся первичного анкетирования, можно сделать вывод, что ученики мало знают о курении и его последствиях, а пример курящих родителей усложняет ситуацию. Таким образом, нужно больше проводить классных часов, различных спортивных мероприятий, а также организовывать досуг для подростков, следует выдавать брошюры, как для детей, так и для родителей на эту тематику.

По результатам контрольного анкетирования можно увидеть, что после проведённых нами мероприятий в целях профилактики, среди 8 классов наблюдается положительная динамика. Данные мероприятия позволят подросткам 13–14 лет задуматься об опасном влиянии курения на организм, изменить свое отношение к этой пагубной привычке, сократить количество курящих. А для тех, кто не начинал курить все это поможет вести здоровый образ жизни в настоящем и будущем.

Рассмотрим воспитательную работу в роли классного руководителя и учителя ОБЖ. В образовательном учреждении большое количество проблем является исключительно многогранным как по содержанию, так и по разнообразию методов, форм и средств педагогического влияния на учащихся. Если учителя осуществляют воспитание детей и подростков главным образом в процессе обучения, используя для этого содержание изучаемого материала и различные методические приемы, то классные руководители проводят эту работу в системе внеурочных мероприятий. То есть классный руководитель выступает как основной организатор воспитания учащихся во внеурочное время. Деятельность классного руководителя в этом направлении отличается большой сложностью, широким методическим разнообразием и требует глубокого осмысления возлагаемых на него воспитательных задач и педагогических функций.

При проведении мероприятий, направленных на профилактику табакокурения и пропаганду ЗОЖ, необходимо учитывать особенности восприятия, чередовать применяемые методы и обеспечить максимальную визуализацию (наглядность) информации. Наиболее действенными являются те профилактические

мероприятия, где дети являются не пассивными слушателями, а активными участниками процесса коммуникации, обмена информацией.

Также немаловажно, формировать у родителей мотивационную сферу, направленную на конструирование здоровья и здорового образа своих детей. В ситуации обнаружения сигарет у ребенка неэффективно прибегать к скандалу и наказаниям, это может озлобить подростка и подорвать доверительность в отношениях. Лучше спокойно обсудить с ним возникшую проблему, сказать, что это беспокоит. Родителям надо набраться терпения, потому что избавление от курения требует времени.

Перспективным подходом к предупреждению вредных привычек, в том числе курения, является формирование у детей самого раннего возраста установки на здоровый образ жизни. При этом важно помнить, что формирование всякого рода привычек (как вредных, так и здоровых) находится в тесной связи с периодами созревания человека, точнее – с развитием его потребностно-мотивационной сферы. Будет ли профилактика табакокурения детей и подростков успешной, во многом зависит от семьи. Формирование культуры здорового образа жизни – это долгий систематический процесс, который начинается с усвоения элементарных знаний о здоровье и способах его сохранения, формирования необходимых навыков и умений по его сохранению [3]. Важно создавать необходимые условия, направленные на формирование у детей различного возраста мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни. А также сотрудничать с психологами и педагогами для разработки методик по укреплению и сохранению здоровья детей.

Список литературы

1. Горанская С.В. Основы профилактики социально опасных болезней и их последствий среди молодежи: Методические рекомендации для студентов 1 курса медицинского факультета / С.В. Горанская, Л.Ю. Иванова. – Петрозаводск: Изд-во ПетрГУ, 2008. – 23 с.

2. Васикова А.Ф. Диагностика уровня сформированности здорового образа жизни у обучающихся 7 класса / А.Ф. Васикова // Традиции и инновации в

образовательном пространстве, ХМАО-Югры, НВГУ: Материалы V Всероссийской научно-практической конференции (г. Нижневартовск, 26 марта 2016 года) / Отв. ред. В.Б. Иванов, А.Ф. Васикова. – Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. ун-та, 2016. – С. 173–175.

3. Милушкина О.Ю. Современные направления профилактической работы в образовательных организациях / О.Ю. Милушкина, Н.А. Бокарева, Н.А. Скоблина // Приоритеты профилактического здравоохранения в устойчивом развитии общества: состояние и пути решения проблем: Материалы пленума / Под ред. Ю.А. Рахманина. – М., 2013. – С. 239–242.

References

1. Goranskaia, S.V., & Ivanova, L.Iu. (2008). Osnovy profilaktiki sotsial'no opasnykh boleznei i ikh posledstviu sredi molodezhi: Metodicheskie rekomendatsii dlia studentov 1 kursa meditsinskogo fakul'teta., 23. Petrozavodsk: Izd-vo PetrGU.

2. Vasikova, A.F. (2016). Diagnostika urovnia sformirovannosti zdorovogo obraza zhizni u obuchaiushchikhsia 7 klassa. Traditsii i innovatsii v obrazovatel'nom prostranstve, KhMAO-Iugry, NVGU, 173-175. Nizhnevartovsk, 26; Nizhnevartovsk: Izd-vo Nizhnevart. un-ta.

3. Milushkina, O.Iu., Bokareva, N.A., & Skoblina, N.A. (2013). Sovremennye napravleniia profilakticheskoi raboty v obrazovatel'nykh organizatsiakh. Prioritety profilakticheskogo zdravookhraneniia v ustoichivom razvitiia obshchestva: sostoianie i puti resheniia problem: Materialy plenuma, 239-242. M.

Васикова Алина Фардатовна – старший преподаватель ФГБОУ ВО «Нижневартовский государственный университет», Россия, Нижневартовск.

Vasikova Alina Fardatovna – head teacher at the Nizhnevartovsk State University, Russia, Nizhnevartovsk.
