**МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №11» г Серпухов**

**Родительское собрание: «Дети и курение»**  
**Цели собрания:**   
  
1.привлечь внимание родителей к проблеме курения;  
2. убедить родителей в необходимости обсуждения и решения этих проблем в семье; 3.Помочь родителям осознать свой «вклад» в приобщение детей к курению 4. обсудить влияние способов семейного воспитания на поведение и привычки детей   
5.дать советы родителям по повышению у детей мотивации к жизни без вредных привычек, по стремлению к психическому, нравственному и физическому совершенству.   
  
**Задачи:**   
  
-предоставить родителям возможность познакомиться с информацией и статистикой по  
проблеме курения.  
  
-подвести родителей к пониманию того, что курение недопустимо в семье   
  
- рассмотреть возможные ситуации, связанные с курением, из жизни детей - обсудить различные варианты поведения родителей в ситуации, когда ребенок попробовал курить   
  
  
Беседа, дискуссия, передача информации родителям сопровождается показом слайдов презентации «Поговорим о курении (родительский урок)»  
  
  
 **Ход собрания:**  
  
**1.Введение**  
  
  
На начало разговора родителям представлен ***слайд 1*** презентации  
  
  
Кл. руководитель: Если вы ждете, что я стану рассказывать вам об ужасном риске для здоровья, которому подвергаются курильщики, или о том, что за долгие годы курения они тратят на это целое состояние, или о том, что курение – это вульгарная, отвратительная привычка, то я должна разочаровать вас. Все сидящие здесь – взрослые люди. Всё это вам прекрасно известно. Известно тем, кто не курит, и тем, кто увлекается курением. Никаких назиданий в адрес курящих и прочего подобного не будет. И речь сегодня не о курящих и некурящих родителях, а о будущем наших детей: свяжут они или нет своё ближайшее будущее с сигаретой?  
  
  
**(*Слайд 2.)***  
  
Кл. руководитель:   
  
Нужно ли выносить эту тему на родительское собрание? Есть ли смысл говорить на собраниях об этом или это пустая трата времени, ведь «мы сами всё знаем, не надо нас учить; разговаривайте об этом с детьми, а с нами зачем?»  
  
(Родителям предлагается высказать своё мнение по озвученным вопросам письменно на листочках)  
  
Кл. руководитель:  
  
На планете нет ни одного родителя, неважно – курильщика или некурящего, которому понравится сама идея о курении его детей. Но многие из вас, вероятно, сказали: а зачем нужно об этом говорить, мне это не надо: у нас в семье никто не курит… или: они ещё маленькие, чтобы говорить об этом… или: делать больше нечего, как говорить об этом на родительском собрании…или: мой ребёнок никогда не будет курить, у него нет дурного примера…. Многих родителей оскорбляет сам факт беседы о курении детей, ведь их ребёнок очень послушный и положительный, его это не коснётся…. Я не знаю, с какими мыслями и настроем вы сидите сейчас. Но отрицать тот факт, что проблема курения детей и подростков актуальна в наше время – вы не можете.  
  
***(Слайд 3). « Детские рисунки»***   
  
Кл. руководитель:   
  
Нашим детям 8-10 лет. И они уже не маленькие дети. Они не совсем **только наши**, и на них влияем не только мы, родители. Начиная с 7 лет, войдя в новые социальные отношения, дети встречают, узнают для себя много других авторитетов…. Мы не можем контролировать их каждый шаг, не можем заглянуть в их мысли и т д. Наши дети рисуют и говорят то, что мы им говорим, то, что мы хотим видеть и слышать. Не стоит обманываться тем, что они сейчас ненавидят курение. Все дети ненавидят его, пока не пристрастятся сами.   
  
***(Слайды 4-5:*** рисунки детей и возможные поступки***)***   
  
Никто из наших детей не застрахован от знакомства с сигаретой. Поэтому не стоит просто надеяться на то, что «моего ребёнка это не коснётся». О курении надо говорить, не обходить эту тему стороной, не дать этой проблеме коснуться наших детей. И лучше это сделать заранее, проводить профилактику, чем хвататься за голову, когда ЭТО случится … Труднее исправить, чем предотвратить. Надо быть к ЭТОМУ готовыми. Эффект больше даёт профилактика, чем борьба с уже свершившимся фактом ***(Слайд 6)***  
  
  
 **2.Мифы и факты о табаке.**  
  
  
Кл. руководитель: В начале позвольте сообщить вам некоторую общую информацию…  
  
**Факты о табаке. *(Слайд 7)***  
  
Употребление табака – сложное противоречивое явление современной массовой культуры. Оно не запрещено в государстве, даже поощряется рекламой в коммерческих целях. 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. 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.  
  
Курильщики придумали немало мифов в оправдание своего пагубного увлечения. В противовес каждому мифу существуют неопровержимые факты. Вот некоторые из них.   
  
***(Слайд 8.)* Миф 1. «Курят все» («**все курят, и я курю» – оправдание курящих и пробующих детей**)**   
  
**Факт в связи с мифом.** Статистические данные показывают, что курит меньшинство населения. В нашей стране 50% мужчин и 75% женщин не курят. Вспомните всех своих знакомых, близких, соседей. Посчитайте, кто из них курит, а кто нет. Ваш подсчет наверняка подтвердит статистические данные: курит меньшинство населения.  
  
***(Слайд 9.)* Миф 2. Бросить курить легко («**подумаешь, покурю немного и брошу, когда захочу» – рассуждение курящих и пробующих детей**)**  
  
**Факт.** Половина курильщиков пытались бросить курить хоть раз в жизни, но безуспешно. Поговорите с курильщиком в присутствии ребенка об этой проблеме – пусть он сам услышит мнение курящего человека о том, легко ли бросить курить. Тогда ребенок убедится, что легче не начинать курить, чем пытаться бросить.  
  
***(Слайд 10.)* Миф 3. Курение – безвредное занятие («**не знаю примеров, чтобы оно вредило… многие долгожители курят всю жизнь»**)**  
  
**Факт.** Курение – важнейшая из причин, приводящая к заболеваниям, инвалидности, смертности. 70 тысяч человек в год заболевают в результате курения, в то время как от несчастных случаев погибают 11 тысяч человек. Курение способствует возникновению таких болезней, как бронхит, инфаркт сердца, рак легких, язва желудка. 90% умерших от рака легких курили. Инфаркт в 40 лет встречается только у курильщиков. Если человек курит от 1 до 9 сигарет в день, он сокращает себе жизнь на 4 года по сравнению с некурящими, если выкуривает в день 10–19 сигарет – сокращает жизнь на 5 лет, если 20–39 сигарет – на 6 лет. Курение для растущего организма в 2 раза опаснее, чем для взрослого. Смертельная доза для взрослого – 1 пачка, если ее выкурить всю сразу, а для подростка – половина пачки. У курящих детей слабеет память, и они хуже учатся. Пассивное курение не менее опасно. (***Слайды 11 – 12***) В табаке содержится 1200 вредных веществ. На организм девочек табак действует сильнее.   
  
Ученые доказали, что если ребенок начинает курить, увеличивается вероятность употребления алкоголя и наркотиков. Курение подростков – это отклоняющееся поведение. Оно сопровождается ложью, воровством, мелким хулиганством, плохой успеваемостью, прогулами.  
  
Мы, взрослые, всё это знаем. Тем не менее многие из нас, из людей, с кем сталкиваются наши дети, курят. Но даже самый заядлый курильщик не хочет, чтобы его ребенок пристрастился к этой дурной привычке, так как употребление табака способствует возникновению многих заболеваний. И все же пятая часть населения страны начинает курить приблизительно в 14 лет, несмотря на старания родителей и педагогов. Дети, начавшие курить, приводят много доводов о безвредности употребления табака либо по незнанию, либо повторяя слова старших друзей, уже пристрастившихся к курению. Значит, мы должны развенчать мифы о безвредности употребления табака, постараться раскрыть детям истинную картину его влияния на здоровье, в откровенной доверительной беседе обсудить с ними эту проблему.   
  
(родителям предлагаются вопросы для обсуждения) ***(Слайд 13)*** - Почему же дети начинают курить? - Как уберечь детей от вредных привычек?  
- Что делать родителям, если ребёнок начал пробовать курить?  
-Как повысить у детей мотивацию к жизни без вредных привычек? (предлагаемые варианты фиксируются)  
  
**3.Как предотвратить(предупредить) курение детьми? (*Слайд 14)***   
  
Кл. руководитель: Для ребёнка в возрасте начальной школы, конечно, родитель – один из главных авторитетов. Поэтому наряду с беседами, профилактическими мероприятиями, проводимыми в школе, необходима и деятельность родителей. Что же может сделать для своего ребёнка родитель? Предлагаю вам рассмотреть некоторые (основные) причины, способствующие приобщению ребёнка к курению.  
  
1. Причина: курящие люди – кумиры. ***(Слайд15)*** Что можем делать? Обязательно *обсуждать эту проблему с детьми*, даже если они не курят. Ненавязчиво, в доверительной беседе, без тени назидания, выждав соответствующий момент. Например, во время совместного просмотра фильмов обратить внимание ребенка на курящего героя, проанализировать его поступки, объяснить их пристрастием к пагубной привычке.  
Или обратить внимание на улице на курящего прохожего: увидеть налет на зубах, заметить хриплый голос и кашель, нездоровый цвет лица.   
Если заболел курящий родственник или знакомый, найти причину его болезни в пристрастии к курению. Отметить, что если бы он не курил, проблем со здоровьем могло бы и не возникнуть.

*Ваше отношение к курению*, ваше мнение по этому вопросу поможет ребенку воздержаться от употребления табака. ***(Слайд 16)***Ребенок будет прислушиваться к вашему мнению, если вы будете *придерживаться правил эффективного общения*. Эффективное общение предполагает наличие взаимного уважения, когда ребенок откровенно, без страха критики или осуждения может выражать свои мысли и чувства, зная, что они будут приняты взрослыми. Принять мнение ребенка – это показать, что вам понятны его чувства, даже если вы их не разделяете. (Каждому родителю раздаются памятки)  
  
2. Причина: подражание родителю. ***(Слайд17)*** Предотвратить курение *помогут и семейные ценности –* то, во что мы верим с детства. Стандарты поведения, полученные в семье, кажутся нам самыми правильными и важными. Строгая *система ценностей* может помочь детям отказаться от пагубных привычек. Особенно важно признание **ценности своей свободы** – быть не как все, следовать не за толпой, а своему решению: я не буду курить, потому что я не хочу, мне это неприятно.   
Важно для ребенка и **ваше личное отношение к курению**. Даже если вы курите, но считаете это плохой привычкой, которая мешает вам в достижении каких-то целей, есть вероятность, что ваши дети не пристрастятся к курению.   
 **Стремление быть здоровым, красивым, успешным в работе** тоже является семейной ценностью. Как хорошо, когда в семье все бодры и энергичны, полны жизненных сил, с интересом проводят свободное время, дружно справляются с домашней работой, увлекаются спортом! Исследования показали, **что большинство детей начинают курить**, потому что курят родители. Они видят, почему вы курите, когда это делаете и как. **Если для вас курение – это способ снятия стресса, ваш ребенок тоже закурит в аналогичной ситуации. Если вы курите, чтобы отдохнуть, ваш ребенок научится отдыхать так же. Если вы курите, потому что нечем себя занять, то ребенок в свободное время займется тем же.** Старайтесь не курить в присутствии детей, а если это происходит, **покажите, что это влечение от вас уже не зависит, оно управляет вами.** Тогда ребенок, может, и задумается, стоит ли попадать в такую зависимость от табака.  
  
3. Причина: ребёнок – слабая личность, не уважающая себя, не умеющая противостоять давлению сверстников. ***(Слайд 18)*** Если ребенок *умеет противостоять давлению сверстников*, он не пристрастится к курению. Навыки противостояния родители могут воспитать в своем ребенке. Чтобы выработать эти навыки, следуйте рекомендациям:

* *Научите ребенка ценить индивидуальность в людях и в самом себе*. Попросите рассказать, что делает его непохожим на других, что ему в себе нравится, что делает его индивидуальностью. Добавьте к его высказываниям побольше хороших черт, которые вы видите у него, приведите примеры его поступков, которые заслуживают уважения: *ребенок должен уважать себя.*
* *Обсудите с ребенком понятие «дружба*». Что он вкладывает в это слово? Ведь дети часто не понимают смысл дружеских отношений. Для них друг – это тот, кто не расскажет родителям и учителям о плохом поступке, не откажет ни в чем и всегда согласится выполнить волю и желание друга. *Дети вкладывают в слово «дружба» смысл подчинения и повиновения.*
* *Научите ребенка говорить людям «нет»* в ситуации, где надо постоять за себя. Объясните, что в некоторых случаях абсолютно необходимо настаивать на уважении к себе. Эти ситуации – предложение табака. Настоящий друг не должен предлагать эти вещи и настаивать на их употреблении.
* *Организуйте здоровую творческую деятельность ребенка*: спортивные секции, кружки, факультативы. Отсутствие праздного времени будет препятствовать употреблению табака.
* *Постоянно контролируйте соблюдение режима дня:* когда пришел домой из школы, где задержался, почему. Если ребенок пришел поздно, внимательно посмотрите ему в глаза: он смотрит уверенно или отводит взгляд? Нет ли запаха от его волос или одежды? Контроль поможет ребенку отказываться от употребления табака в случае давления сверстников.

***(Слайд 19.)*** Не оставайтесь равнодушными к своим детям, их чувствам, мыслям. Уберегите детей от беды! Станьте им настоящим другом, протяните руку помощи в нужную минуту!  
  
 **4.Что делать, если ваш ребёнок закурил? (**обсуждение ситуаций**)**   
  
Цель: - подвести родителей к пониманию того, что курение недопустимо в семье - уметь выявлять по определенным признакам: курит ваш ребенок или нет - обсудить различные варианты поведения родителей в ситуации, когда ребенок курит   
  
Кл. руководитель: Но если несмотря на все принятые нами меры и беседы, контроль и проч, ребёнок пробует курить…(запретный плод – сладок) (варианты реакции родителей предлагают участники собрания) Разрешите предложить вам несколько ситуаций, связанных с интересующим нас вопросом.   
  
Ситуация 1.   
  
Как-то раз пришел Толя из школы, поздоровался с Кешей, бросил портфель и увидел на столе записку: «Мы на даче, приедем поздно. Обед в холодильнике». «Хорошо, что Димка и Владик обещали зайти», - подумал Толя, и тут же услышал звонок в дверь. Мальчик открыл друзьям. Только ребята не поспешили, как обычно, к попугаю, а с интересом стали рассматривать на столике красивые пачки сигарет, хрустальную пепельницу, зажигалки. «Хотите покурить? Мои сегодня будут поздно, комната успеет проветриться!» Комната быстро наполнилась табачным дымом. Бедный Кеша стал задыхаться, его глазки начали слезиться… А дыма становилось все больше и больше, и Кеша вдруг понял, что если это не прекратится, то он и вовсе испустит дух. Он засвистел, защелкал клювом, но ребята не понимали, почему так взволновался попугай. И тут случилось чудо: Кеша громко и отчетливо, человеческим голосом с попугайским акцентом, закричал: «Пр-р-р-рекр-р-р-р-атите кур-р-рить! Умир-р-р-аю!» Друзья тотчас же потушили окурки. «Пр-р-роветр-р-р-ите квар-р-р-тир-р-ру!» - потребовал Кеша. Толя быстро открыл настежь окно. Живительный свежий воздух ворвался в комнату. Дима и Владик ушли домой, а Толя, с беспокойством поглядывая на попугая, уселся за уроки. Вечером пришли родители. «Здр-р-равствуйте, дор-р-рогие! Кур-р-р-ить вр-р-р-едно!»- весело произнес Кеша. Андрей Николаевич и Варвара Павловна очень удивились и вопросительно посмотрели на сына, который закашлялся, покраснел и еще ниже склонился над уроками. Родители все поняли, но наказывать сына не стали. На следующий день Варвара Павловна встретилась с мамой Владика, Анной Алексеевной.   
  
Анна Алексеевна: «Варенька, что я слышала: ваш попугай научился разговаривать?» Варвара Павловна: «Наш Кеша – умница! Его любимая фраза, которую он твердит постоянно- «Курить вредно!» Не только сам научился говорить, но и нас кое-чему научил. Мы многое поняли».   
  
Что поняли родители Толи?   
  
а) нельзя оставлять сигареты на виду у ребенка б)надо строго-настрого запретить ребенку курить в) пусть курит, он уже почти взрослый г) надо самим бросить курить д) кругом все курят, курение неизбежно   
  
Ситуация 2.   
  
Анна Алексеевна: Все говорят: «Курить вредно», и в то же время все курят. Я своему Владику сколько раз говорила, будешь курить - станешь умственно неполноценным, у тебя выпадут волосы и зубы и т.д., но его ничем не напугаешь: покуривает потихоньку. Варвара Павловна: Я тоже предупредила Толика, что лет через 50 у него может быть рак, больное сердце, цирроз печени, гангрена ног … И знаете, что он мне заявил? А вдруг, говорит, я завтра, а не через 50 лет, попаду под машину? Вот ужас-то какой! Анна Алексеевна: Надо почитать какую-нибудь литературу и отучить курить, пока не поздно. Екатерина Дмитриевна: Придется не выпускать ребенка из дома. Да и отец с ним по-своему разберется, проучит раз и навсегда!   
  
Какому совету последуете вы, используя разные источники информации?   
  
А) Донести до сознания ребенка самые устрашающие примеры вредного влияния курения на здоровье. Б) Сделать вид, что вы его больше не любите. В) Оградить ребенка от общения с друзьями. Г) Ребенок со временем сам осознает пагубность курения, он должен пройти через это. Д) Задуматься, не являетесь ли вы примером для своего ребенка.   
  
Это были всего лишь 2 примера из множества, которые ярко показывают разные варианты поведения (реакции) родителей и результаты их реагирования. И мы, как родители, должны в любой ситуации стараться, в первую очередь, понять мотивы поступка ребёнка, отставив все свои эмоции по этому поводу. Ведь наше импульсивное решение может только спровоцировать нежелаемое поведение ребёнка.  
  
**5.Выводы.**  
  
Кл. руководитель: Попрошу вас вернуться вас к вопросам, поставленным перед вами в начале собрания. (изменилось ли ваше мнение по вопросам?) ***(Слайд 20)***  
  
- Почему же дети начинают курить? - Как уберечь детей от вредных привычек?  
- Что делать родителям, если ребёнок начал пробовать курить?  
-Как повысить у детей мотивацию к жизни без вредных привычек?  
  
Предлагаю вам в качестве обобщения выводы, в которых содержатся ответы на все вышезаданные вопросы.  
  
**Выводы:**   
  
**1. *(Слайд 21)* Наказание не устраняет причин раннего курения. Оно только наносит ущерб доверию ребенка к родителям. Не скрывайте своей встревоженности, но и не опускайтесь до обычного запугивания возможным наказанием**. Если вы просто запретите их дальнейшее употребление, это даст вашему ребенку ощущение, что вы что-то от него скрываете. В результате подросток продолжит их употреблять, но так, чтобы вы этого не видели и не смогли его контролировать.  
  
 **2. *(Слайд 22)* Не надо запугивать ребёнка: информация о вреде курения должна быть достоверной и актуальной**. Разговаривайте про это. Вы должны высказать ребенку свои собственные мысли, а не запугивать его.   
  
 **3. *(Слайд 23)* Взрослые не уронят своего авторитета, если откровенно признаются детям, что не в силах избавиться от этой пагубной привычки**. Это создаст у детей правильное отношение к курению и повысит доверие к родителям.   
  
**4. *(Слайд 24)* Курение в детском и подростковом возрасте нередко свидетельствует о неблагополучии в семье. Ребенка может не устраивать ваша гиперопека или чрезмерный контроль,** и ему нужно помочь почувствовать себя более взрослым другими способами. (дети показывают свою независимость, протест)  
  
**5*.(Слайд 25 )*** Чтобы дети не думали о возможности «попробовать», нужно **формировать  у них здоровый образ жизни**. Для чего необходимо:  
-создавать благоприятный моральный климат, который проявляется в доброжелательности, готовности простить, понять, придти на помощь;  
- постоянно общаться с детьми, ведь общение – это великая сила, которая помогает понять ход мыслей ребёнка, определить склонности негативным поступка и возможность вовремя предотвратить их; У вашего ребенка тоже есть собственное мнение. Прислушайтесь к этому мнению, позвольте ребенку закончить каждую из своих мыслей. Не рассказывайте много про все то, что опасно и негативно влияет на здоровье человека. Лучше будет рассказать про то, что необходимо сделать, чтобы укрепить свое здоровье. Во время такой беседы возможно автоматически станет очевидным тот факт, что человек должен быть осторожным с употреблением таких опасных веществ, как алкоголь и табак.**-** проявлять повышенное внимание к состоянию здоровья детей.  
  
**6. *(Слайд 26)* Родитель должен способствовать развитию ребенка, его здоровым интересам. Причём должна существовать у ребёнка нормальная, ненавязываемая, заинтересованность различными видами деятельности.** Дети должны быть заинтересованными, чтобы развиваться. Экспериментирование с сигаретой часто является следствием заинтересованности. У ребёнка не должно быть ни времени, ни мотивов заинтересоваться сигаретой. Здесь огромную роль играет родительский пример. Служите для ребенка примером. Ваше поведение влияет на ребенка больше, чем информация или чье-то мнение. помогите вашему ребенку заполнить свое свободное время занятиями спортом или другими контактами с подростками такого возраста. Хотя подростки и могут делать вид, что им родители, мягко говоря, надоедают, взрослые должны продолжать делить с детьми их досуг.   
  
**7. *(Слайд 27****)* Как можно раньше **стимулируйте самооценку ребенка, его уверенность в себе и независимость.** Регулярно давайте ребенку задание, которое соответствует его возрасту. Возложите на него, например, обязанность присматривать за собакой, или наведение порядка в своей комнате, или мытье вечером посуды. Как родители, вы должны быть последовательны в своих заданиях и не забыть похвалить действия ребенка, потому что комплименты добавят ему уверенности в себе. Это показывает ребенку, что он способен на что-то, и это стимулирует его самоуважение. Ребенок с подобным позитивным самоуважением, верой в себя и ощущением ответственности ощущает себя менее зависимым от других.  
  
Может, есть что добавить?  
  
Пока наши дети малы, нам необходимо быть мудрыми и где-то помочь им, где-то проконтролировать, вовремя не помешать и не подтолкнуть ребёнка к дружбе с сигаретой. Чтобы эти страшные и ранящие душу фотографии никаким образом не соотносились с будущим наших детей. ***(Слайд 29)***  
  
Будем оберегать наших детей, действовать правильно, не бездействовать, и пусть будет только так ***(Слайды 29-30)***   
  
**6.Заключение**  
  
Кл. руководитель: В заключении позвольте попросить вас ответить на следующие вопросы:   
  
- Что вам дало собрание? - Изменили ли вы своё мнение по поводу необходимости подобных встреч? (родители вновь отвечают письменно на листочках, розданных в начале собрания)  
  
***(Слайд 31)*** «Спасибо за внимание и участие»