

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kontrolnaya-rabota/39949>

Тип работы: Контрольная работа

Предмет: ОБЖ

Введение 3

1. Вредные привычки 4

2. Профилактика вредных привычек 6

Заключение 10

Список использованной литературы 12

Введение

Барьерами здоровья являются вредные привычки.

К вредным привычкам, наносящим ущерб здоровью, можно отнести: курение, алкоголизм и наркоманию и др. Каковы причины их формирования?

Часто появлению вредных привычек способствуют неудовлетворенные потребности, вызывающие стресс, для устранения которого человек может применять психотропные средства. Причиной закрепления вредной привычки может быть заниженная самооценка. Дефекты воспитания также могут приводить к появлению вредных привычек. Это низкая культура, слабая воля и отсутствие потребности в соблюдении здорового образа жизни (ЗОЖ).

Огромную роль в формировании вредных привычек играют социальные факторы. Так, Россия столкнулась с беспрецедентным ростом курения. Специалисты объясняют эту ситуацию тем, что в 1990-х годах в России спрос на сигареты не соответствовал количеству производимых табачных изделий.

Причиной формирования вредных привычек может быть желание принадлежать к значимой социальной группе. Исследователями показано, что эмоциональная усталость тоже может вызывать формирование вредных привычек, но это свойственно чаще людям зрелого возраста. Психические нарушения предрасполагают к развитию вредных привычек. Неврозы, черепно-мозговые травмы, слабое соматическое здоровье способствуют появлению вредных привычек.

Наследственные факторы также являются предрасполагающими. Наследственная отягощенность наблюдается у 37-40% больных алкоголизмом. Но все это более характерно для взрослых. Причины, по которым приобретают вредные привычки подростки и молодежь, могут быть иными.

1. Вредные привычки

Формирование вредных привычек у детей и молодежи, так же связано с комплексом социально-экономических и личностных факторов: стремление казаться взрослым, подражание, любопытство, стремление к независимости, потребность быть «своим» в группе сверстников, определенный образ жизни семьи, попытки испытать удовольствие. Подражание лежит в основе пристрастия к сигаретам. Благоприятствовать закреплению вредных привычек может плохая социальная адаптация.

Важным фактором формирования алкоголизма у детей и подростков можно считать неблагоприятные социальные воздействия, особенно со стороны семьи, так 70% детей пристрастились к алкоголю благодаря влиянию родителей или других взрослых, употреблявших спиртные напитки при них. Закреплению вредных привычек может способствовать плохая информационная осведомленность. Ложные взгляды относительно воздействия психотропных веществ распространены не только у детей, но и у взрослых. Они имеют глубокие исторические корни .

Обратимся к исследованиям алкоголизации молодежи, которые проводились учеными еще в конце XIX - начале XX в. в Западной Европе и Северной Америке. Оказалось, что взрослые давали детям спиртные напитки, преследуя следующие цели: укрепление здоровья, повышение аппетита, улучшение роста, облегчение прорезывания зубов, согревание, утоление голода, успокоение и др.

Список использованной литературы

1. Ахмерова С. Г. Профилактика наркомании, алкоголизма и табакокурения в образовательных учреждениях: учебно-методическое пособие для учителей. — Уфа: Информреклама, 2010. — 144 с.

2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры: Пер. с англ. / Под ред. М.Мацковского. - Л: Лениздат, 1992. - 400 с.
3. Влияние вредных привычек на здоровье человека [Электронный ресурс]. — URL: <http://formula-success.ru/zdorove/vliyanie-vrednyhprivyчек-na-zdorove-cheloveka.html>
4. Воробьева И.Н., Бабаева Н.Б. Здоровый образ жизни как важная составляющая формирования активной стилизационной позиции. Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. //Вопросы теории и практики. Тамбов: Грамота, 2015, № 5, Ч. 1, - С. 46-50.
5. Вредные привычки и здоровье человека [Электронный ресурс]. — URL: <http://aleksanman.narod.ru/vrednye.html>
6. Зайцев С.В. и др. Наркомания. Нейропептид – морфиновые рецепторы. М.: Изд-во Московского Ун-та, 2015. - 254 с.
7. Лакуста В.Н. Купирование алкогольного абстинентного синдрома воздействием на различные сочетания точек акупунктуры. // Теория и практика рефлексотерапии. - Кишнев, 1981. - С. 138-139.
8. Личностно-профессиональное развитие студентов и формирование качеств безопасной личности в технизированной образовательной среде / под ред. Н. А. Лызь. — М.: КРЕДО, 2009. — 144 с.
9. Майерс Д. Социальная психология: Пер. с англ. - Санкт-Петербург: Питер, 1996. - 688 с.
10. Минкин В.С., Добротворская С.Г. Духовное здоровье молодежи. //Народное образование. - Москва, 2002. - № 4. - С. 26-32.
11. Михайлов Л. А., Ахмадуллин У. З., Васильев Е. С. Психолого-педагогические подходы к формированию качеств личности безопасного типа // Вестник ВЭГУ. — 2008. — № 1. — С. 103-107
12. Мицан Е.Л. Сравнительный анализ двигательной активности и функционального состояния студентов за время обучения в высшем учебном заведении. Филологические науки. // Вопросы теории и практики. Тамбов: Грамота, 2016. № 6. Ч. 1. С. 203-205.
13. Морозов Г.В., Романенко В.А. Нервные и психические болезни с основами медицинской психологии. - М.: Медицина, 2012. - 384 с.
14. Мошкин В. Н. Воспитание культуры безопасности школьников. — Барнаул: Барнаульский ГПУ, 2002. — 318 с.
15. Пилюшенко А.В. Ценностно-смысловые ориентации здорового образа жизни. Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. //Вопросы теории и практики. Тамбов: Грамота, 2014, - С. 132-134.
16. Скотт Д. Г. Сила ума. - СПб.: Спикс, 1993. - 429 с.
17. Федосеев Г.Б., Дунаевский В.В. «Мелочи» жизни? Аутопатогения и здоровье. - Санкт-Петербург: Наука, 1992. - 250 с

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kontrolnaya-rabota/39949>