***Как уберечь наших детей от пагубного воздействия вредных привычек?***

**Выступление на тему «Здоровый образ жизни»**

В условиях преобразования общества в целом и системы образования в частности воспитательная работа в семье приобретает новое значение. Ответственность родителей за выполнение своих обязанностей в условиях демократизации и гуманизации значительно повышается.

Эти строки из материнской молитвы

..Будь мое дитятко,

 счастливо и талантливо.

Поставлю я вокруг тебя

тын железный от земли до неба,

от востока до запада,

дабы ни порчи, ни прикосы,

ни оговоры, ни скорби,

ничто на тебя не приходило…

Как сделать, чтобы дети ваши не огорчали вас и окружающих их людей, чтобы у них было как можно больше положительных качеств? В большей мере это зависит от вас. Я предлагаю тему нашей встречи: «Как уберечь наших детей от пагубного воздействия вредных привычек?»

**Актуальность**  данной тематики обусловлена тем, что с каждым годом все больше регистрируется людей, употребляющих наркотики, расширяется список веществ, употребляемых для наркотического и токсикоманического опьянения, все моложе становится возраст, с которого молодые люди начинают употреблять эти страшные вещества и попадают в зависимость от них. Какова же роль родителей в формировании полезных и вредных привычек у детей?

        Сознание ответственности за воспитание детей требует строгого внимания родителей к себе, к своим словам, действиям, поведению, ко всему, в чем выражается внутренний мир. Учить добру, трудолюбию надо не только словами, но самим делом.

        Условие правильного семейного воспитания – рационально организованный быт, режим ребенка в семье. Очень важно, какое место в режиме школьника занимает организация труда. Распространенной ошибкой семейного воспитания является внимание родителей только к учебному труду детей, недооценка ими бытового труда, участия детей в работах по **самоо**бслуживанию.

Следующее условие правильного воспитания ребенка – любовь к нему родителей. Дети очень чутко реагируют на любовь, ласку, очень переживают их дефицит. Родительская любовь создает чувство защищенности, душевный комфорт. Любовь ребенка предполагает участие ребенка в жизни семьи. Как ненормально, когда родители ради своих удовольствий забывают о детях точно так же ненормально, когда в семье **только** дети отдыхают, развлекаются, а на долю родителей выпадает **только**труд.

Важное условие успешного  воспитания в семье – авторитет родителей. Авторитет родителей - это влияние отца и матери на детей, основанное на уважении и любви к родителям, доверии к их жизненному опыту, словам, поступкам.

Ребенок учится тому,

Что видит у себя в дому,

Родители – пример тому.

Кто при жене и детях груб,

Кому язык распутства люб,

Пусть помнит, что с лихвой получит

От них все то, чему их учит.**Стихотворение  Себастьяна Бранта**

Очень важно, чтобы в семье закрепились навыки и привычки правильного поведения, которые формируются у ребенка в школе. Там, где учителя и родители действуют согласованно, обычно лучше осуществляется учебно-воспитательная работа в школе и происходит более правильное воспитание детей дома…

Существует очень много способов разрушения человеческой личности, но одно из самых страшных средств убийства души и тела – наркотики.

**Основными факторами и причинами**

**употребления наркотических веществ детьми считаются**:

Легко поддаются влиянию, подражают образу жизни приятелей; новые впечатления; курят, употребляют алкоголь; застенчивы, неуверенны в себе, внушаемы; сниженная самооценка; испытывают трудности в общении со сверстниками; тяжело переносят скуку, конфликты; после стрессовых ситуаций, усталость; отклонения в поведении; имеют зависимости (конфеты,  компьютер); конфликты между родителями; в ближайшем окружении есть люди, злоупотребляющие наркотиками.

По данным соцопросов 12% подростков в возрасте до 16 лет хотя бы раз в жизни пробовали наркотики, 1% употребляет их постоянно. А ведь это – наши дети.

**Каждый родитель должен хорошо представлять признаки пристрастия ребенка к наркотикам:**

1. резкая смена друзей
2. резкое ухудшение поведения
3. изменение пищевых привычек
4. случаи забывчивости
5. резкие перемены настроения
6. полная утрата прежних интересов
7. частое упоминание о наркотиках в шутках и разговорах.

Искоренить наркоманию – неотложная и гуманнейшая задача.   Чтобы вы никогда не увидели на руках детей следы ядовитого жала шприца. Не уловить притворный запах анаши. Не увидеть родных вам людей в муках абстиненции.

   Вызывает тревогу то, что наркотики становятся всё более доступными молодёжи.

Проводя антинаркотическую  пропаганду для   родительских коллективов, можно сказать: «Безделье мать пороков». В любом возрасте у человека должны быть посильные обязанности**.  Нужно** учить ребёнка получать удовольствие от помощи родителям,  от хорошо выполненного домашнего задания, от физических нагрузок, от чтения книги, от общения с интересным собеседником.

 Под руководством родителей ребенок приобретает свой первый жизненный опыт. Впечатления детства оставляют след на всю жизнь. Важна прежде всего сама семейная атмосфера. Воспитывают ребенка **весь** повседневный жизненный уклад семьи, взаимоотношения между ее членами, отношение к труду, отдыху, событиям в стране, обстановка, окружающая ребенка.

  Боязнь избаловать детей вытеснила родительскую ласку, а призывы относится к детям, как к равным, воспринимаются слишком буквально. Не бойтесь, что заласканному ребенку будет в жизни трудно. Теплые, ласковые прикосновения смягчают душу ребенка и снимают напряжение.

***« У человека есть три бедствия: старость, смерть и плохие дети. От смерти и старости никто не может закрыть двери своего дома.  А от плохих детей двери могут закрыть сами родители.» (Конфуций).***

      Если ребенок  с радостью идет в школу,  а затем с радостью домой, значит все у него в порядке. Если без радости в школу, без радости домой - то ребенок проблемный и к нему надо относиться внимательнее. Пытаясь уйти от безрадостной окружающей действительности, он может пристраститься к наркотикам.

Дайте ребенку возможность самореализоваться. Отношение к  наркотикам целиком  определяется  внутренними  ценностными  характеристиками. Так наиболее частой причиной отказа от наркотиков  является  страх  не достигнуть жизненных целей. Ребятам,  имеющим цели в жизни,  легче принять самостоятельное решение о неупотреблении наркотиков. Наоборот, активные реакции принятия наркотиков свойственны тем подросткам, у которых отсутствуют долговременные жизненные цели. У таких  подростков  нет позитивного взгляда на будущее, их жизнь целиком сосредоточена на настоящем. Наркотики для них - это способ заполнения времени.

В  профилактике  наркомании,  главное  уметь  сказать  "нет"  в ответ на предложенную дозу наркотика.  Убеждая школьников  никогда  не пробовать наркотики, приводите следующие аргументы:

1. 1.    Сам наркоделец никогда не принимает наркотики, так  как  знает  о том вреде, который они наносят организму.
2. 2.    Тот кто предлагает тебе сейчас наркотик просто так,  знает, что за следующей  дозой ты придешь сам и будешь готов заплатить за нее любые деньги.
3. 3.    Наркомания - это бизнес, поэтому всегда найдется тот, кто захочет на тебе обогатиться.
4. 4.    Наркоман - это дойная корова  сначала для наркодельца, затем для реабилитационного центра.

Наркомания - это **следствие**неудовлетворённости жизнью,  а не причина. Наркомания - это безделье, которое удовлетворяет, так говорит один из наркологов.

Известный американский хирург Роберт Мак сказал: **“Для того чтобы просто существовать, ребенку требуется четыре объятия в день, для нормального же развития - двенадцать”.**

Наркомания - это болезнь замороженных чувств.  Счастлив тот ребенок, в  жизни  которого встретился хотя бы один взрослый,  которому он нужен.

**Нельзя забывать о том, что семья для подростка – это опора, именно в семье ребенок должен чувствовать себя защищенным, нужным и понятым.**