**Беседа «Спайс. Электронные сигареты»**

11 февраля с учащимися 9- 10 классов инспектором ОПДН Ковтун Т.Н. была проведена беседа «Спайс. Электронные сигареты», цель которой формирование у детей устойчивой привычки осознанного законопослушного поведения, пропаганда здорового образа жизни.

 Электронные сигареты привлекательны для детей и подростков своими вкусом и ароматом, имитирующими ваниль, вишню или шоколадные конфеты. К тому же среди подростков бытует ошибочное мнение, что они не приносят большого вреда здоровью.

Курение подростков, в первую очередь, сказывается на нервной и сердечной - сосудистой системах. В 12-15 лет они уже жалуются на отдышку при физической нагрузке.

Курение отрицательно влияет на успеваемость школьника. Число неуспевающих возрастает в тех классах, где больше курящих.

Курение школьников замедляет их физическое и психическое развитие.

Курение и школьник несовместимы. Школьные годы - это годы роста как физического, так и умственного. Организму нужно много сил, чтобы справиться со всеми нагрузками. Как известно, навыки, привычки, усвоенные в школьном возрасте, самые прочные. Это относиться не только к полезным, но и к вредным привычкам. Чем раньше дети, подростки, юноши, девушки познакомятся с курением и начнут курить, тем быстрее привыкнут к нему, и в дальнейшем отказаться от курения будет очень трудно

 Татьяна Николаевна рассказала о последствиях употребления спайсов, о приёмах отказа от предлагаемых курительных смесей-спайсов и электронных сигарет. Итогом беседы были выводы сделанные учащимися «Мое здоровье в моих руках!»

