

ГБПОУ ВО «Муромский промышленно – гуманитарный колледж» г. Меленки

**Студенческая научно-практическая конференция
«Образование. Наука. Профессиональная карьера – 2016»**

**Тема: «Мода в одежде и её
влияние на здоровье
подростков»**

**Подготовила: А.Р Дианова, обучающаяся 1 курса, группа
«Оператор швейного оборудования»**

**Научный руководитель: И. В. Мосина, мастер
производственного обучения, преподаватель спец. дисциплин**

Актуальность нашего исследования заключается в том, что веяния современной моды захватывают подрастающее поколение. Часто молодежь, следуя моде, пренебрегает рисками серьезных последствий.

Гипотеза нашего исследования: многие проявления моды могут оказать негативное влияние на здоровье подростков, что может потребовать дальнейшего медицинского вмешательства.

Новизна нашего исследования в современном мире- мода обсуждается чаще всего в позитивных ее аспектах. Мы же хотим в своем проекте изучить и раскрыть все «плюсы» и «минусы» при выборе модных тенденций одежды.

Цель нашего исследования : выявить наиболее популярные атрибуты моды и определить последствия их использования.

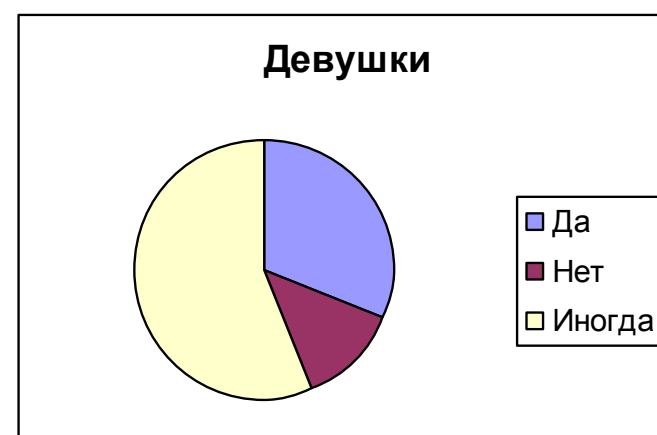
Задачи работы:

- Изучить тенденции молодежной моды, их влияние на здоровье человек
- Привлечь внимание подростков к проблемам, связанным с увлечением моды.
- Дать рекомендации правильного выбора одежды опираясь на советы врачей .



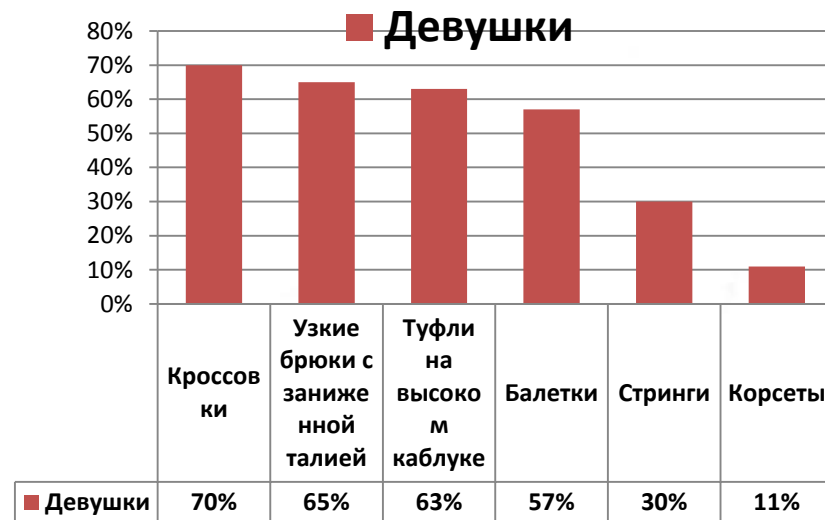
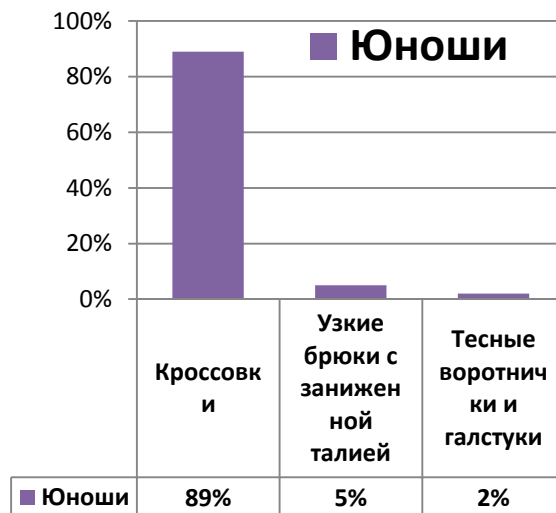
Рейтинг популярности модных течений у подростков.

Из 100 % опрошенных: следят за модой – 82%
«Следуете ли вы тенденциям моды?»



Основываясь на результатах этого вопроса, можно сделать вывод, что девушки более восприимчивы к влиянию моды, чем юноши. (87% и 77% соответственно)

Во втором вопросе был предложен перечень вариантов ответов. **«Что Вас привлекает в модных атрибутах и что бы Вы хотели использовать?»**



У девушек лидерами являются четыре направления в одежде и обуви. 65% опрошенных девушек, уже носят узкие джинсы с заниженной талией и 63%, т. е. больше половины девушек, носят туфли на высоких каблуках, балетки 57%; кроссовки у девушек занимают 70% у юношей 89%

Последний и самый главный вопрос звучал так:
**«Знаете ли вы о негативном влиянии одежды на
Ваш организм?»**



О вреде моды здоровью задумывается лишь половина опрошенных, из них 32% юношей и 52% девушек. Совсем не задумываются о последствиях 68% юношей и 48% девушек.

То, что мы носим

- **Одежда** — это одно из древнейших изобретений человечества. Основная ее функция — защитить тело от различных воздействий внешней среды.

Сейчас одежда несет еще и эстетическую функцию, через нее человек выражает свой стиль, мировоззрение, образ жизни.

Одежда — главная сила женской красоты.

- Какая же связь со здоровьем?

Одежда - подчеркивающая достоинства и безжалостно утягивающая недостатки, порой эта сила не созидает, а разрушает.

Выбирая одежду и обувь, нужно думать в первую очередь о пользе. Иначе неправильный выбор может привести к недомоганию, и даже болезни.



На современном языке молодежи

Во второй половине XX века появился новый стиль одежды, который получил название «молодежная мода».



О джинсах



Современная молодежь во всем мире предпочитает джинсовую одежду. Это удобно и модно. И выйдя на улицу, можно увидеть модели разного вида, фасона и цвета.

Джинсы с низкой талией были успешно опробованы как средство для снижения рождаемости в Китае.

Эксперимент прошел «на ура».
И механизм вполне прост:

1) Низкопосаженная талия джинс обеспечивает открытость надпочечников и мочевого пузыря.

2) А само по себе ношение узких джинс также затрудняет вентиляцию половых органов, создает перегрев и повышенную влажность.



Китайская легкая промышленность заполняет наши рынки



В этой одежде регулярно обнаруживают запрещенные химические потенциально опасные вещества, содержание которых в несколько раз превышают допустимую норму. Как правило, это опасные для здоровья красители и прочие составляющие различной синтетики.

Врачи против узких брюк с заниженной талией



Последствия:

Современные джинсы могут быть опасны для здоровья, если они низкие и узкие. Джинсы, во-первых, мешают нормальному кровообращению. Во-вторых, джинсы такого покроя сдавливают нервные окончания. Да и простудиться очень легко при нашей капризной погоде.

Полезные рекомендации:



- **Совет:** покупайте джинсы строго по размеру, чтобы они не вызывали: ощущения давления.

Узкие джинсы не должны быть повседневной одеждой. Их нужно чередовать с брюками или юбками свободного покроя.

К сожалению, в погоне за модой многие современные люди надевают тонкие куртки, легкие штаны или короткие юбки. В итоге, именно с несоответствием одежды температурному режиму связаны частые простуды, различные воспаления.

Совет: можно быть красивым и модным, но при этом здоровым. Под тонкие джинсы можно надеть шерстяные колготы или теплые кальсоны, а под короткую куртку — длинный свитер.

Новые веяния моды- талия у брюк, и юбок уже поднялась!



Рекомендация от швеи:

Модернизировать брюки и юбки с заниженной талией можно, пришив к ним широкую декоративную резинку.



Нижнее белье

К выбору белья следует подойти с особой тщательностью, поскольку оно непосредственно соприкасается с телом. Белье, имеющее грубые швы, может вызывать на коже раздражение и отечность.

Врачи разных стран пришли к выводу: постоянное ношение **стрингов** приводит к серьезным заболеваниям мочеполовой системы.

Ношение тугого нижнего белья, особенно из синтетических тканей, может привести к бесплодию у мужчин.



Совет врачей: любительницам стрингов

- Не покупайте «стринги» из чистой синтетики.
- Не носите «стринги» ежедневно 24 часа в сутки!
- Старайтесь выбирать «стринги» по размеру. Меньший размер - предпосылка к заболеваниям.
- Откажитесь от «стрингов» в жаркую и влажную погоду.

Корсеты



Корсет – необходимый предмет женского туалета, который имеет свою богатую и интересную многовековую историю.

Но после ношения корсета возникают проблемы со здоровьем.

1. Затруднение дыхания.
2. Воздействие на внутренние органы.
3. Неспособность выносить ребёнка.

Совет: Корсеты должны быть одеждой выходного дня.

Тесные воротнички и галстуки



Окулисты бьют тревогу. Оказывается, ношение рубашек с тесным воротом, тугих галстуков и водолазок повышает риск возникновения глазных заболеваний. Такие наряды сдавливают яремную вену и могут стать причиной головных болей и ухудшения самочувствия.

Совет: Внимательно подбирайте рубашки по размеру и не затягивайте галстук.

Обувь - неотъемлемая часть гардероба.



Мода не стоит на месте, она стремительно движется вперед. Сегодня в моде обувь на высоком каблуке с узким или закругленным носом. А так же модна обувь на плоской подошве.

Высокий каблук – польза или вред?

Мода на каблук не проходит, и всё больше и больше дам отдаёт предпочтение такой модельной обуви.

Не будем отрицать, что на высоких каблуках девушка смотрится изящнее и элегантнее. Но, как известно, красота требует жертв.

Насколько каблуки для подростков безопасны или о них вообще стоит забыть до определенного возраста?

.



Врачи утверждают, что ношение высоких каблуков негативно влияет на:

- Коленные суставы и икроножные мышцы.
- Позвоночник.
- Внутренние органы
- Стопы и пальцы
- Головной мозг.

Обувь на плоской подошве



Плоская подошва обуви и отсутствие каблуков способны причинить не меньший вред нашему позвоночнику, чем высокие каблуки и шпильки.

Излишнее внимание и любовь к таким удобным сандалиям, летним шлёпанцам, балеткам, по мнению врачей, может спровоцировать и обострить заболевания ног, которые проявляются в неприятных болях в суставах, болевых ощущениях в спине, деформации позвоночника и артритах.

О кроссовках

Кроссовки - самая удобная обувь. Она сделано специально для удобства ноги. Фиксирует голеностоп, смягчает нагрузку на ступню. В хороших кроссовках мягко и комфортно.



Опасность для здоровья

- появляются опрелости.
- ослабление опорно-связочного аппарата
- нарушается опорно-двигательная система
- плоскостопие.

Советы врача:



- Максимально ограничить время ношения обуви на высоком каблуке.
- Поддерживать хорошую физическую форму (шейпинг, плавание).
- Чередовать различные виды обуви.
- Давать ногам отдых.
- При появлении болей в стопах обратиться к ортопеду.

Вывод:

- в выборе одежды необходимо руководствоваться чувством меры и безопасности;
- чередовать «вредную» одежду с полезной при первом удобном случае;
- нельзя «слепо» следовать моде. Ко всем модным предложениям нужно относиться критически и очень избирательно;
- никакая мода не стоит того, чтобы приносить себя в жертву.



**Здоровье не купишь -
его разум дарит.**

**Мы желаем, вам, быть всегда
стильными, красивыми
и здоровыми!**

Спасибо за внимание!!!

Используемая литература

1. Ожегов, С. И Толковый словарь русского языка: 80000 слов и фразеологических выражений / С.И. Ожегов, Н.Ю. Шведова. - 2-е изд., доп. и перераб. М.: РАН; Рос. фонд культуры, 1994. С. 206.
2. Васильев А. Европейская мода. Три века. [Текст] / А.Васильев. - М.: Слово, 2007. С. 24-49.
3. Э.Такер. История моды [Текст]/ Э.Такер, Т.Кингсвелл; пер. с англ. ю.и. Турча нинова. - М.: АСТ, 2003. С.84-102.
4. Чечилова, С. Обольстительный обманщик/С. Чечилова // Здоровье. – 2001. – Январь. - С. 36-37.
5. Маненкова, Е. Мой бюстгальтер / Е. Маненкова // Маруся. – 2004. – Июнь. - С. 14-17.
6. Сингер, М. Свобода, равенство, брюки / М. Сингер // Маруся. – 2003. - Март, - С. 4-5.
7. Гируцкая, Е. Дисциплинарные джинсы / Е. Гируцкая // Здоровье. – 1998. - №6. - С. 96-97.
8. Чечилова, С. Похвальное слово исподнему / С. Чечилова // Здоровье. – 1998. - №10. - С. 26-27.
9. Волкова, О. Короткие юбки, открытые пупки / О. Волкова // Здоровье. – 2006. - №3. - С. 34-35.
10. Сазонова, А. Удар по почкам / А. Сазанова // Здоровье школьника. – 2007. - №8. - С. 38-40.
11. Прессман, И. Пытка каблуком / И. Прессман // Здоровье. – 2001. – Февраль. - С. 20-21.
12. Чечилова, С. Спорят кутюрье и ортопед / С. Чечилова // Здоровье. – 2002. – Май. - С. 20-22.
13. Медико-биологические и экологические проблемы Севера: материалы первого Северного социально-экологического конгресса. – Сыктывкар, 2006. – С. 136.
14. Журналы мод.

Ссылки на сайты интернета.

<http://www.gks.ru/>
<http://ru.wikipedia.org/wiki/>
<http://www.fashiontime.ru/article/556.html>
http://www.tatuirovanie.ru/sovet_mastera.html
<http://shkolazhizni.ru/archive/0/n-4993/>
http://www.sobesednik.ru/guide/health/big_dag_bad_health/
<http://www.vitaminov.net/rus-news-0-0-2248.html>
<http://www.sympaty.net/20071109/kabluki-ili-zdorove/>
<http://www.kulina.ru/articles/diet/all/krasotaizdorove/ovredekablukov>
http://www.vector-z.ru/wmc/ru/interesting/world_footwear/hist