Министерство образования Ставропольского края

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

Курсавский региональный колледж «Интеграл»

Методическая разработка внеаудиторного мероприятия

«Молодежь против наркотиков»

С.Курсавка

2023 год.

Данная разработка представляет собой методический материал для проведения внеаудиторного мероприятия в форме часа общения с целью развития у молодежи стремления к здоровому образу жизни.

Методическая разработка может быть использована классными руководителями, педагогами дополнительного образования, воспитателями для проведения тематических мероприятий и классных часов.

Организация – разработчик: ГБПОУ "Курсавский региональный колледж «Интеграл"

Разработчик: Горовая Е.В. Крюковский Н.К. преподаватель ГБПОУ КРК "Интеграл"

Рассмотрена и рекомендована к использованию в учебном процессе на заседании Методического Совета ГБПОУ КРК «Интеграл»

Протокол № 11 от 14 декабря 2023г.

Председатель методсовета \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.Н. Тучина

357070 Ставропольский край,

Андроповский район,

с. Курсавка, ул. Титова, 15

тел.: 8(86556)6-39-82, 6-39-83

факс:6-39-79

 kurs\_integrall@mail.ru

**Пояснительная записка**

Человек связывает воедино такие понятия, как «здоровье» и «болезнь», «здоровье» и «жизнь». О здоровье у россиян существует множество пословиц и поговорок:

        Не спрашивай здоровья, а глянь в лицо

        Сучок в кулаке сожмет, так вода пойдет;

        Деньги - медь, одежда - тлен, а здоровье всего дороже;

        Живи подольше, так увидишь побольше.

-Так что же такое «здоровье» и «болезнь»?

Это понятия противоположные по своему содержанию.

«В здоровом теле - здоровый дух». Здоровый человек наслаждается любовью, дружбой, жизнью. Он испытывает потребность хорошо учиться и работать. Слова «больной», «квелый», «хворый» характеризуют плохое самочувствие человека, его слабость, наличие боли. Поэтому здоровье - это состояние полного физического, духовного, социального благополучия, отсутствие болезней и физических дефектов. Это такое состояние организма, при котором функции его органов и систем уравновешены с внешней средой. В уставе Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) говориться о высшем уровне здоровья как об одном из основных прав человека. Современная медицина подразделяет здоровье на общественное или популяционное, которое характеризует здоровье общественных и демографических групп населения и индивидуальное. Понятия «здоровье человека» и «здоровье нации» неразрывны друг от друга.

        Общественное здоровье населения в России вызывает тревогу, т.к. средняя продолжительность жизни в стране меньше, чем в развитых странах.

        Ученые отмечают, что многие факторы риска смерти от неинфекционных заболеваний связаны с образом жизни человека (снижение двигательной активности, нерациональное питание, стрессовые ситуации, курение, употребление алкоголя и наркотиков).

Исходя из этого, следует сделать вывод, что каждый человек несет личную ответственность за состояние своего здоровья. Для профилактики неинфекционных заболеваний необходимо сделать выбор в пользу здорового образа жизни. Помните: здоровье составляет 9/10 нашего счастья и эта цель достижима, т.к. зависит только от ваших усилий. Сегодня мы подробно поговорим о таком факторе риска как наркомания.

Наркомания… Страшнейшая из зол, которая проникает всё больше и больше в нашу жизнь. Это болезнь, которую человек выбирает себе добровольно, превращая себя в социальный труп. Приобретение и употребление дурманящих веществ становится смыслом его жизни. Более того, наркоман стремится приобщить к своему увлечению других

Недаром наркоманию ещё называют эпидемическим неинфекционным заболеванием. Как уберечь себя и своих близких от этой «белой чумы»? Как не пойти на поводу у ложных мировоззрений? Как не попасть в среду наркоманов?

Как противостоять этой мании и остаться человеком достойным и счастливым? И ещё сотни вопросов «как» и «почему», на которые нужно искать ответы каждый день, формируя свою позицию псевдосчастья неприятия непримирения и ложного удовольствия. Искоренить наркоманию – неотложная и гуманнейшая задача. Для этого наше общество имеет все возможности и действия. Гражданский долг каждого из нас – включиться в борьбу против наступления дурманящей отравы. Чтобы никогда не увидеть на руках детей следы ядовитого жала шприца, не уловить приторный запах анаши, не увидеть родных вам людей в муках. Надо, чтобы мы все поняли, что наркомания – это трагедия

В методической разработке предложен материал для обсуждения с учащимися вопросов подростковой наркомании, стадиях формирования наркотической зависимости, признаках употребления наркотиков и другие

**Методика организации и проведения внеаудиторного мероприятия**

Данное внеклассное мероприятие проводится в кабинете, оснащенном автоматизированным рабочим местом преподавателя с возможностью использования компьютерных технологий.

Продолжительность занятия 80 минут.

Форма проведения - круглый стол

Занятие предусматривает групповую форму работы, в рамках которой можно организовать конструктивное общение и сотрудничество.

Предварительная подготовка со стороны преподавателя включает в себя следующее: подбор материала, подготовка презентаций и видеороликов, консультация докладчиков по теме, оформление кабинета. Предварительная подготовка со стороны обучающихся: подготовка докладов и презентационного материала на тему мероприятия.

**План внеклассного мероприятия**

**Тема:** «Молодежь против наркотиков».

**Цель**: сформировывать представление о негативных последствиях  употребления наркотиков; развивать у обучающихся навыки позволяющие отказаться от употребления наркотиков, самостоятельно оценивать обстановку и принимать решение; способствовать формированию здорового образа жизни; расширить круг интересов обучающих; способствовать воспитанию самоконтроля.

**Задачи:**

1. Образовательная – провести профилактику употребления наркотических веществ среди учащихся, сформировать понимание обучающихся о влиянии наркотиков на будущее человека, расширить представление о негативном влиянии психотропных веществ на тело и мозг человека;
2. Развивающая **–** расширить представление о негативном влиянии психотропных веществ на тело и мозг человека;
3. Воспитательная – воспитание у обучающихся мотивации к здоровому образу жизни; воспитывать личностный иммунитет к наркотическому соблазну, предупредить желание попробовать наркотики.;
4. Методическая - совершенствовать методику проведения внеаудиторных мероприятий, демонстрировать словесную передачу информации и ее слуховое восприятие, наглядную передачу информации и её зрительное восприятие.
5. Здоровье сберегающая – способствовать охране и укреплению физического и психического здоровья обучающихся и созданию благоприятной эмоциональной атмосферы на занятии.

Форма проведения: круглый стол

Методы проведения: репродуктивный, поисковый, беседа,

Средства обучения и оборудование: компьютер, проектор, иллюстрации, видеоролик, презентации, рефераты

Продолжительность занятия -80 минут

**Структура мероприятия**

1. Вводная часть (5 мин.)

1.1. Приветствие

* 1. Определение цели и задач мероприятия
1. Основная часть (70 мин.)

2.1. Вступительное слово преподавателя (Приложение 1)

2.2 Обсуждение вопросов темы внеклассного мероприятия (приложение 7)

2.3 Просмотр видеороликов и презентации о наркомании

2.4 Сюжетная игра «Попробуйте мне возразить»

1. Заключительная часть (5 мин.)

3.1 Подведение итогов

3.2 Заключительное слово преподавателя (приложение 9)

**Литература**

1. Аксючиц, И. В. Профилактика наркотической и табачной зависимости в школе: пособие для педагогов-психологов, педагогов учреждений общего среднего образования / И. В. Аксючиц, В. А. Хриптович. — Мозырь: Белый Ветер, 2020
2. Алкогольная и наркотическая зависимость у подростков: пути преодолении: учебное пособие для студентов вузов; пер. с англ.; под ред. Э. Ф. Вагнера, Х. Б. Уолдрон. — Москва: Академия, 2021
3. Горбатенко, Л. С. Родителям и педагогам: все о наркомании: эффективные программы профилактики, сценарии и материалы для классных занятий / Л. С. Горбатенко. — 2-е изд. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2022

 <http://www.unodc.org/>

 <http://www.incb.org/>

 <http://outofdrug.org/>

**Приложение 1**

Сегодня мы собрались с вами, чтобы поговорить о вреде наркомании. Мы должны знать правду. Сегодня никто не застрахован от этой беды. Об этом мы должны сегодня знать и говорить, иначе завтра будет поздно.

Самое главное у человека - это здоровье, то есть состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Стать властелином своего здоровья может каждый человек. Как говорится - все в вашей власти.

        Жизнь каждого человека - это вселенная, потерю которой невозможно восполнить.

Но человек юный, полный сил и энергии, конечно, не думает о будущих болезнях и поэтому совершает порой непоправимые ошибки, употребляя различные одурманивающие средства.

- Каковы же основные мотивы употребления одурманивающих средств молодежью?

Они различны в каждом конкретном случае, но начальными являются:

-любопытство;

-стремление к новизне ощущений;

-преодоление запретного барьера,

т.е. извечное стремление молодежи познать новое, волнующее, таящее опасность.

Еще А.С. Пушкин писал в «Евгении Онегине»:

О, люди! Все похожи вы

на прародительницу Еву:

Что вам дано, то не влечет,

Вас непрестанно змий зовет

К себе, к таинственному древу;

Запретный плод вам подавай,

И без того вам рай не рай.

        Во многих народных легендах и сказках отражена идея сладости именно запретного. Вспомните ящик Пандоры в древнегреческой мифологии. Девушка получила от Зевса ящик, в котором содержались все человеческие несчастья. Но, как и все девушки, Пандора была очень любопытна, ей не терпелось заглянуть в ящик, тем более что это было категорически запрещено. Она открыла крышку и выпустила на белый свет все бедствия.

Современному производству нужны здоровые люди, а вышеназванный дурман убивает не только тех, кто им пользуется, но и тех, кто находится рядом.

Дается жизнь один лишь раз, Зачем

счастливый этот шанс

Ты отнимаешь у себя?

Живи с мечтой, живи любя.

Сними с души и сердца муки,

Пусть к свету тянутся лишь руки.

Не уж то радость на игле?

Полет над бездной, жизнь во мгле

И язвы на душе больной

Тебе дороже? Пусть тоской

Твои не полнятся глаза,

Пусть чистой будет в них слеза.

Внимай молитве и надежде,

Пусть будет чистым путь, безгрешным.

Неси свой крест, ты – человек.

И долог будет пусть твой век.

Есть темы о которых говорить крайне неприятно, например неприятно признавать свои поражения, приятно когда мы побеждаем, будь то в войне или в хоккее, а вот о поражении говорить трудно, тем более если это не спорт, а жизнь….Но и не говорить невозможно. Сегодня именно такой разговор. На очень больную, совсем нежелательную тему - тему наркомании.

В жизни есть не только физические законы, но и духовные. Мы все знаем, насколько точны физические законы. Они всегда работают. Но очень легкомысленно относимся к духовным законам. Мы все прекрасно знаем, что если прыгнуть с девятого этажа многоэтажного дома, то мы неминуемо разобьемся. И это будет самое настоящее самоубийство проверять этот закон. То же самое и с духовными законами. Если мы начинаем проверять их на правильность, мы точно также поступаем глупо. Практически убиваем свою жизнь. Употребление наркотиков ведет к полному истощению организма, значительной потере массы тела и упадку физических сил. Наркоманов можно смело назвать самоубийцами. Почему, несмотря на очевидный факт - угрозу физического, психического здоровья или даже угрозу самой жизни, некоторые люди пробуют или начинают употреблять наркотики? Нет ни легких, ни тяжелых наркотиков, есть только вред, боль, жуть, которая заканчивается только двумя вещами: смертью или тюрьмой. Третьего не дано. Это не просто горе, это гибель организма, это гибель мозга, гибель психики.

**Приложение 2**

**Где же совершается таинство приобщения к наркотикам?**

По данным статистики, около 30 школьников из 100 впервые попробовали наркотик на улице или во дворе; 26 – на квартире приятеля или подруги; 18 – на чердаке, в подвале, в подъезде; 17 – на пикнике, в походе, на природе; 14 – на дискотеке. Восемь подростков из 100 «дебютировали» как наркоманы под крышей отчего дома. 4% старшеклассников приобщились к «белой смерти» под прокуренными сводами кафе и баров.

**Приложение 3**

**Классификация наркотических средств**

Наркотики известны с глубокой древности. Начало их применения, вероятно, совпадают с возникновением человеческого рода. Во всех обществах существует обычай принимать активные вещества, способные изменять психическое состояние человека. С давних времен их проглатывали, жевали, вдыхали, а в последнее время еще и вводят шприцом. Средства, вызывающие чувство особого подъема и нарушения сознания, использовались для проведения социальных, религиозных обрядов или мистических ритуалов.

        Известно, что многие цивилизации пользовались наркотическими веществами. Майя и ацтеки клали под язык литья коки для поддержания сил в дальнейшем походе; китайцы тысячелетиями курили опиум для снятия стресса и как снотворное; жители древней Аравии с теми же целями употребляли гашиш (от арабского «трава»). Воины - перед боем также принимали гашиш, после чего становились активными и жестокими. В древнем Египте, древней Греции, древнем Риме были знакомы с лечебными свойствами (подавление боли или недомогания) опия, индийской конопли других наркотических веществ.

        Регуляция употребления наркотиков осуществлялась под действием многовековых запретов и ритуалов, сложные рецепты использования их как терапевтических средств были известны только посвященным.

        С развитием торговли наркотики попадают в Европу, где находят свое применение в медицине. Долгие годы с их помощью решались многочисленные проблемы; в частности, и опиум, и героин рассматривались как универсальные обезболивающие. Благодаря Египетским находкам Наполеона гашиш проник в Европу.

Пики интереса к наркотикам часто совпадали с периодом войн. Вспышка злоупотребления наркотиками наблюдалась во время 1-й мировой войны, охватила и европейские и американские страны.

Для этой наркотической эпидемии было характерно использование уже всех известных тогда препаратов опия: морфина, героина, дионина и др. Стало ясно, что в основе злоупотребления наркотиками лежат социальные причины. При этом, хотя наркомания и относилась к заболеваниям, но в ее основе предполагалось наличие порока. Такой вывод основывался на том, что злоупотребление наркотиками было особенно распространено среди преступников, проституток и т.д.

        Новая волна распространения наркомании пришлась на годы, последовавшие за 2-ой мировой войной. Этому способствовали послевоенная разруха, снижение благосостояния, моральные потрясения, связанные с окончаниями войны и бесперспективностью существования.

        Кроме того, 20-й век открыл и новое качество наркотизма как социальное явление: опьяняющие вещества стали распространяться среди несовершеннолетних, не достигших ни биологической, ни социальной зрелости.

        Первыми детьми наркоманами в нашей стране стали в 20-е годы беспризорники. Но до 60-х годов процесс наркотизации в обществе шел волнообразно: подъемы чередовались со спадами. В настоящее время тревогу вызывает как немедицинское, так и медицинское использование психотропных веществ социально-экономических групп, а также появление некоторых наркотических веществ там, где раньше не знали.

Наркотики – вещества различной природы, изменяющие состояние организма в целом, в том числе и сознания, способные вызвать зависимость

От разных наркотиков зависят по-разному. Например, марихуана и такой галлюциноген, как ЛСД, вызывают психологическую зависимость. А героин вызывает химические изменения в мозге, и наркоман уже физи­чески не может обходиться без зелья. Но даже те наркотики, которые не вызывают физиологической зависимости, приводят организм в такое состояние, что он реагирует только на более массированные дозы.

**Летучие наркотически действующие вещества**

К летучим наркотически действующим веществам относят обширную группу органических летучих жидкостей и газов, которые преднамеренно вдыхаются для получения состояния эйфории. Такие вещества, которые вводятся в организм посредством вдыхания, называют ингалянтами.

Ингалянты получили широкое распространение ввиду относительно низкой стоимости, отсутствии строгого учета, многообразия форм выпуска и простоты хранения. Их употребление стало наиболее «популярным» в подростковой группе. Клей «Момент», бензин, растворители… - обладают наркотическим эффектом.

Злоупотребление ингалянтами внешне очень напоминает опьянение алкоголем. Отличий немного: обычно подростки под действием ингалянтов ведут себя крайне вызывающе и шумно: громко кричат, смеются, дерутся между собой, запах алкоголя при этом отсутствует, зато иногда можно почувствовать слабый запах растворителя, бензина…, исходящий обычно от волос или одежды

При систематическом употреблении ингалянтов окружающим наркомана людям становится заметно его отставание в умственном развитии, замедление мышления, ухудшение успеваемости и поведения. У систематически злоупотребляющих ингалянтами кожа землистого оттенка, переносица и веки несколько отечны, волосы сухие и ломкие.

Ингалянты угнетают деятельность коры головного мозга, вызывают гипоксию. Эффект воздействия начинается уже через несколько секунд после ингаляции и может длиться до нескольких часов. Воздействие ингалянтов сопровождается зрительными, слуховыми, тактильными галлюцинациями, часто фантастического или угрожающего характера.

Самое страшное, что может случиться при употреблении летучих наркотически действующих веществ – так называемая «смерть в мешке». Малолетние экспериментаторы, начав вдыхать пары токсина, быстро пьянеют, теряют сознание и уже не могут снять с головы мешок. Тяжесть опьянения быстро возрастает, и очень скоро дыхание и сердечная деятельность останавливаются. К несчастью, таких смертей немало.

Ингалянты повреждают все органы и ткани организма. По токсичности и по скорости разрушения организма с ингалянтами не может сравниться никакой другой наркотик. Кроме того, поскольку ЛНВД в основном употребляют малолетние, у них очень быстро возникает отставание в физическом и интеллектуальном развитии, возможно появление стойкой энцефалопатии.

Во многих случаях вдыхание летучих веществ – лишь эпизод в жизни. Иногда от употребления ингалянтов переходят к злоупотреблению другими психоактивными препаратами, в том числе наркотиками и алкоголем.

**Барбитураты (снотворные средства** **барбамил, нембутал и др.).** При отравлении небольшими дозами возникают симптомы, сходные с симптомами алкогольного опьянения. В больших дозах они вызывают кому. Около 10% жертв попыток самоубийства после употребления барбитуратов больше не просыпаются.

Наблюдаются ухудшения памяти, ослабляется умственная деятельность, потеря контроля над эмоциями, переход от состояния оптимизма к состоянию безнадёжности.

**Транквилизаторы (**успокаивающие средства седуксен, элениум, нитрозепам, реланиум , валиум, либриум и другие**) .** Вызывают привыкание, что может привести к возникновению физической и психической зависимости.

**Опиаты (**опиум, морфин, героин**)** получают из мака**.** К синтетическим опиатам относятся промедол, метадон, кодеин и др. Приводят человека в состояние как бы вне времени и вне пространства, в состояние необыкновенной эйфории.

Вызывают психологическую и физическую зависимость, к возрастающему привыканию, из-за которого приходится увеличивать дозу.

**Галлюциногены (**ЛСД, мексалин – получают из бутонов кактуса, псилобицин – из грибов, буфотенин – из яда жаб**)** воздействуют на восприятие окружающего мира, искажая восприятие формы и цвета.

Приводят к эмоциональному расстройству. Галлюцинации сопровождаются идеями величия или преследования, превращения в других существ окружающего мира.

**Психоделитики (**марихуана, гашиш, анаша – получают из конопли, эфедрин, амфетамин, катинон, табак, алкоголь**).** Обладают одновременно галлюциногенным, возбуждающим и эйфоризирующим действием.

Восприятие времени и пространства изменяются настолько. Что минута может показаться веком. Воображение оказывается свободным, легко возникают ассоциации мыслей.

Снимают ощущение усталости, сонливости, подавляют чувство голода, повышается двигательная активность, болтливость, учащается сердцебиение. В отсутствие наркотика развивается подавленное состояние, часто проявляющейся наклонностью к самоубийству.

**Амфетамины** – сильные возбуждающие средства, что может далее привести к упадку сил. Вызывает вспышку сильного наслаждения, непреодолимое желание говорить, иллюзорное чувство превосходства над окружающими. Длительное употребление амфетамина приводит к психопатическим проявлениям: человек чувствует себя затравленным, малейшее движение другого человека может быть принято как угроза. Бредовые идеи сопровождаются слуховыми галлюцинациями.

Спайс — курительная смесь, в составе которой есть синтетический аналог каннабиноида: JWH. Он во много раз сильнее, чем природные наркотические компоненты, добываемые из конопли.

Продукт фасуют в яркие цветные полуграммовые пакетики. Одного пакета спайса хватит на 3–4 «дозы». Еще один способ поставки синтетической марихуаны — чистый JWH. Он предназначен для разведения с любой аптечной травой — например, ромашкой.

**Спайс** воздействует на нервную систему и мозговую ткань, вызывая ощущение эйфории и состояние безудержного веселья. Алкоголь усиливает действие наркотика; действия, совершенные в состоянии алконаркотической эйфории, часто приводят к инвалидности или летальному исходу.

Длительное употребление курительных смесей «раскачивает» нервную систему, провоцирует появление психозов и развитие тяжелых психических заболеваний, требующих стационарного лечения.

**Признаки употребления спайса**

Если у вас есть подозрения, что близкий человек пристрастился к синтетическим наркотикам, присмотритесь к его внешности и поведению. Спайсового наркомана выдают:

- красные или мутные белки глаз;

- постоянный кашель;

- нарушения в координации движений и общая заторможенность;

- неспособность сформулировать и высказать мысль, появление дефектов мышления и речи;

- малоподвижность, молчаливость;

- тахикардия и бледность.

**Соли**

Химический состав наркотических солей может отличаться, однако их объединяет одно — наличие в составе веществ-галлюциногенов (одного или нескольких), либо психостимулятора.

В качестве психостимулирующего вещества обычно выступает схожий по составу и действию с амфетамином МДПВ. Передозировка метилендиоксипировалероном грозит сильнейшим психозом и как следствие, инфарктом.

На вид наркотик соль напоминает сахарную пудру. Оттенок наркотика варьируется от чистого белого до серого. Порошок соли употребляют по-разному: перорально, разводя водой или другой жидкостью, внутривенно и в составе курительных смесей. Рассчитать нужную, условно безопасную дозу наркотика сложно, поэтому риск передозировки при солевой наркомании высок.

Употребление солей вызывает зависимость и приводит к стремительной деградации личности. Синтетический наркотик разрушает психику.

**Приложение 4**

**Стадии формирования наркотической зависимости**

**Стадия социальной зависимости**

Подросток ещё не начал употребление наркотиков, но общается с наркозависимым.Подросток выражает положительное отношение к наркотикам, принимает стиль поведения наркозависимых и внешние атрибуты референтной группы. В этот период подросток готов начать употребление наркотиков. Своевременное выявление и разрушение группы, изоляция её лидеров, может остановить развитие интереса к наркотикам

**Стадия психической зависимости**

Подросток стремится вновь вернуть состояние, которое он испытывает, находясь в наркотическом опьянении. Эта зависимость формируется в короткие сроки после начала употребления наркотиков. Подросток желает получить приятные ощущения от приёма наркотических средств или, находясь под их воздействием, отвлечься от неприятных переживаний и отрицательных эмоций.

**Стадия физической зависимости**

Формируется при более длительном употреблении наркотиков. Наркотик включается в процесс обмена веществ. При прекращении приёма наркотика наблюдается состояние физического дискомфорта – от легкого недомогания до тяжёлых проявлений абстинентного синдрома («ломки»)

Очень часто мы слышим слово «ломка» наркомана. Что это такое? Это - абстинентный синдром

Возбуждение, тревога, страх→тоска, мысли о безысходности→судорожные припадки→острый психоз с нарушениями сознания→галлюцинации, бред→нарушение всех функций организма повышение кровяного давления, учащение сердцебиения, сильные мышечные боли, нарушение работы пищеварительного тракта, тошнота, рвота, понос, боли в желудке→непереносимость наркотика

**Приложение 5**

**По каким признакам можно определить факт употребления наркотических веществ?**

**Внешние признаки**

* Бледность кожи
* Расширенные или суженные зрачки
* Покрасневшие или помутневшие глаза
* Замедленная речь
* Плохая координация движений
* Похудение или прибавка в весе
* Блеск в глазах
* Нарушение пищеварения

**Очевидные признаки**

* Следы от уколов, порезы, синяки
* Свернутые в трубочку бумажки
* Маленькие ложечки
* Капсулы, бутылочки, пузырьки
* Запахи табачного дыма с примесями запахов трав или синтетики

**Изменения   в поведении**

* Нарастающее безразличие
* Невозможность сосредоточиться
* Болезненная реакция на критику
* Частая и резкая смена настроения
* Смена круга знакомых
* Безобразное отношение к учебе
* Проявление грубости, лени
* Нарушение сна

**От чего же может погибнуть наркоман?**

Смерть может наступить уже в самом начале заболевания.

От передозировки наркотика

В результате употребления непроверенных веществ

От внесения в организм инфекции при инъекции

От ослабления иммунитета, развития инфекционных заболеваний.

**Приложение 6**

**Мифы о наркомании**

Распространители наркотиков умело используют неосведомлённость подростков о наркотических веществах. С другой стороны, активно внедряются в сознание молодёжи мифы о наркотиках. Предлагаем подвергнуть обсуждению каждый миф.

**Миф первый: «Попробуй – пробуют все!»**

Это неправда: исследования показывают, что большинство подростков не удалось склонить к употреблению наркотиков. Они уже никогда не будут жертвами наркомании!

**Миф второй: «Попробуй- вредных последствий не будет!»**

Это ложь. Пристрастие к некоторым наркотикам может возникнуть и после 1-2 приёмов. Существуют индивидуальные различия организма. Возможна гибель даже при первой инъекции. В клинической практике описано множество случаев отравлений, вызываемых токсическими примесями в кустарно изготовленных наркотиках. Есть проблемы в точном дозировании вещества, что может привести к летальному исходу.

**Миф третий: «Алкоголь и табак – тоже наркотики, но человек употребляет их, поэтому нет ничего страшного в «лёгких» наркотиках»**

Это неправда. Алкоголизм и табакокурение приводят к неизлечимым хроническим заболеваниям, часто к смерти. Кроме того, они вызывают привыкание.

**Миф четвёртый «Существуют «безвредные» наркотики»**

Это неправда. Безвредных «легких» наркотиков не существует. Не все наркотические вещества вызывают физическую зависимость, но все они пагубно влияют на личность, даже при незначительном употреблении. Выявлено, что практически все наркоманы, прибегающие к самым «тяжёлым» наркотикам начинали с марихуаны, применение которой привело к психической зависимости

**Миф пятый: «Попробуй - если не понравится, прекратишь приём»**

При употреблении любого вида наркотика прежде всего страдает воля, снижается целеустремлённость, т. е. человек становится неспособен к продуктивной деятельности, часто прекращает учиться, бросает работу.

Нельзя физическую зависимость «ломку» преодолеть без помощи врачей, одной силой воли, т.к. волевые качества личности практически сведены к нулю.

Один наркоман способен посадить на иглу 15-20 человек. Не просто «способен» - ему это необходимо по простейшим соображениям. 15 новорожденных наркоманов станут его «спонсорами».

**Приложение 7**

**Характеристика ряда особенностей подростковой наркомании**

1**.** Подросткам свойственна высокая чувствительность

2.Подростки оказываются наиболее незащищёнными, уязвимыми и психологически беспомощными перед возникающими жизненными и личностными трудностями.

3.Часто они не готовы к новым, нередко жестоким требованиям общества, не способны сделать самостоятельный выбор и взять на себя ответственность за своё поведение, за своё будущее, поэтому часто оказываются в стрессовых ситуациях.

4.Это приводит к дезадаптивному и саморазрушающему поведению, в том числе и к злоупотреблению наркотиками и другими психоактивными веществами

5.Тенденция к массовому злоупотреблению наркотическими веществам

6.Влечение к наркотику у подростков очень долго остаётся психологическим.

7.Омоложение контингента лиц, употребляющих психоактивные вещества до возраста 12-13 лет

8.Переход от «легкодоступных» психоактивных средств (транквилизаторы, барбитураты, препараты конопли) к дорогостоящим и престижным (кокаин, героин, «экстази»), наносящим более разрушительное действие на организм подростка, вызывающим быстрое привыкание и приводящим к деградации личности

9.Изменение социального статуса подростков, начинающих употреблять наркотические препараты, - от детей из неблагополучных семей до подростков из благополучных семей с высоким достатком.

10.Следование молодёжной моде. Популярным видом молодёжных развлечений являются молодёжные клубы, где распространяются психоактивные вещества для «безудержного веселья», обострения восприятия модной музыки и сексуальной расторможенности

11. Недооценка опасности приёма наркотиков, связанная с распространением мифов о наркомании

**Приложение 8.**

**Сюжетная игра «Попробуйте мне возразить».**

1.Часто говорят, что:

*«Наркотики употребляют сильные и талантливые люди»*

**Факт:** Все они даже если и были такими, то очень скоро изменились, причем все примерно одинаково.

2.*«Наркотик делает человека свободным»*

**Факт:** Наркоманы абсолютно свободны от всех радостей жизни.

3.*«Наркотики бывают «всерьез» и «невсерьез» - всегда можно отказаться»*

**Факт:** Отказаться можно только один раз – первый

4*.«Наркотики, как приключенческий роман, - избавляют от обыденности жизни»*.

**Факт:** Это совершенно верно, но, к сожалению, часто вместе с жизнью

5.*«Наркотики помогают решать жизненные проблемы».*

**Факт:** Вряд ли можно назвать решением подход «Чего не вижу, того нет», а именно так и относятся к жизни наркоманы.

6.*«Травка – это не наркотик».*

**Факт:** Безобидная «травка» - более 400 токсических веществ, один «косяк» = 25 сигарет.

7. *«Употреблять или не употреблять наркотики – это личное дело каждого».*

**Факт:** Своим поведением наркоман «убивает» не только себя, но и своих родных, близких, друзей, которые лечат его болячки, оплачивают лекарства, решают его проблемы с законом.

8. *«Наркотики бывают «легкие» и «тяжелые».*

**Факт:** Между рогаткой и револьвером громадная разница, но убить при желании можно и из того, и из другого, главное - прицелиться. Наркотик бьет без промаха.

**Приложение 9**

Сегодня наркотики – это страшное оружие, направленное против каждого из вас. Защиту от этого оружия дает знание. Правда о наркотиках развеивает весь липкий туман лжи, который окутывает это страшное оружие. Сегодня мы с вами еще раз вспомнили о негативных последствиях применения наркотиков. Мы выяснили, что есть еще одно оружие от наркотиков –самое надежное и сильное. Может быть вы сами подскажите, как надежнее всего уберечься от наркотиков?

 Самый надежный способ – никогда не употреблять наркотики! Желаю вам избрать именно этот способ!

Что противопоставить наркомании? - Жизнь, конечно! Если человек любит жить и живёт насыщенной жизнью, он не повернётся в сторону наркотиков. Ему некогда делать глупости, он живёт.

Мы живем в огромном, прекрасном мире, где столько интересного и удивительного! Нужно только оглянуться вокруг, и вы сразу увидите, что можно противопоставить наркотикам. У меня есть незаконченное предложение: «Вокруг столько способов быть счастливым: можно…» Как бы вы закончили это предложение? *(ответы учащихся)*

Каждый человек – хозяин своей судьбы. Всего можно достичь, если поставить себе в жизни цель и твердо идти к этой цели! Живите, дерзайте, творите, любите и будьте любимыми! Наслаждайтесь жизнью и верьте в мечту! Выбор за вами: курить, пить, наркоманить, или жить! Не рискуй своей молодостью и счастьем, берегите здоровье и честь смолоду

Закончить сегодняшний разговор о наркомании я хочу следующим стихотворением.

Подумай, оглянись вокруг, реши -

Что важно в жизни для твоей души.

Дом словно крепость, уважение, любовь

Иль неизвестности пленительный покров?