МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области «Артемовский колледж точного приборостроения»

СОГЛАСОВАНО
Советом колледжа
Протокол № 4
«27» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО:
Приказом Директора
ГАПОУ СО «АКТП»
от 27 августа 2024 № 130/од

Программа первичной профилактики наркомании среди обучающихся ГАПОУ СО «Артемовского колледжа точного приборостроения»

Г. Артемовский

Документ подписан электронной подписью
Сертификат 5D 9E 2D C0 3F 8E 16 2C 36 62 81 A4 6D C0 17 D7
Владелец Ежов Кирилл Сергеевич
Действителен с 16 февраля 2024 г. по 11 мая 2025 г.

Пояснительная записка

В переходный период российского общества молодое поколение находится в сложной социально-психологической ситуации. В значительной мере разрушены прежние устаревшие стереотипы поведения, нормативные и ценностные ориентации. Молодые люди утрачивают ощущение смысла происходящего и не имеют определенных жизненных навыков, которые позволили бы сохранить свою индивидуальность и сформировать здоровый и эффективный жизненный стиль.

Молодежь и, особенно, подростки, находясь под воздействием хронических, непрерывно возрастающих интенсивных стрессовых ситуаций, не готовы к их преодолению и страдают от их последствий. Это побуждает искать средства, помогающие уходить от тягостных переживаний. В данной ситуации на первое место вышла наркотизация подростков, а также различные виды злоупотреблений психоактивными веществами и алкоголем.

По результатам анкетирования, проведенного в мае среди первокурсников ГАПОУ СО «АКТП», были выявлены случаи курения и распития алкогольной продукции. Таким образом, программа профилактики наркомании ставит перед собой задачу формирования здорового жизненного стиля и подготовки к изменению стереотипов поведения в пользу здорового образа жизни.

Цель программы: сформированность у студентов негативного отношения к наркотикам, алкоголю, табаку.

- Уменьшение количества студентов, употребляющих психоактивные вещества (далее ПАВ) к июню
- Уменьшение количества студентов, имеющих вредные привычки (курение, употребление спиртных напитков) к июню
- Увеличение студентов, посещающих спортивные секции к июню

Задачи программы:

- Повышение уровня информированности студентов о воздействии наркотиков, алкоголя и табака на организм; о последствиях курения, приема наркотиков и алкоголя, формах заболеваний, связанных с ним, путях к выздоровлению.
- Формирование негативного отношения учащихся к употреблению наркотиков, алкоголя и табака.
- Формирование здорового жизненного стиля и подготовка к изменению стереотипов поведения в пользу здорового образа жизни.

Этапы реализации программы:

- Диагностический
- Информационно-просветительский
- Практический
- Аналитический

Планируемый результат реализации программы:

Сформированность у студентов негативного отношения к наркотикам, алкоголю, и табакокурению, проявляющемуся через:

- Уменьшение количества студентов, употребляющих ПАВ к июню
- Уменьшение количества студентов, имеющих вредные привычки (курение, употребление спиртных напитков) к июню
- Увеличение студентов, посещающих спортивные секции к июню

Основными формами реализации содержания программы являются тематические линейки, воспитательные часы, акции, спортивные мероприятия, тренинги и т.д. В течение года планируется организация встреч с наркологом, создание социальной рекламы студентами и др.

Основное содержание программы

№ п/п	Содержание деятельности	Место	Планируемый результат	Ответственный	Сроки реализации
Диагностический этап					
1.	Анкетирование студентов по вопросам употребления синтетических курительных смесей и курения табака (приложение 1)	Учебная аудитория	Данные об отношении студентов к курению	Заместитель директора по СПР, кураторы, мастера ПО	Октябрь май
2.	Проведение индивидуальной работы в группах по вопросам профилактики наркомании и немедицинского потребления ПАВ	Учебная аудитория	Предупреждение употребления потребления ПАВ, снижение риска по результатам социально-психологического тестирования 2024 г.	Заместитель директора по СПР, кураторы, мастера ПО	Октябрь май
3.	Тестирование на выявление фактов употребления ПАВ	Учебная аудитория	Информация о студентах употребляющих ПАВ	Заместитель директора по СПР, кураторы, мастера ПО	Ноябрь март
Информационно-просветительский этап					
4.	Оформление стендов в фойе колледжа (приложение 2)	Фойе колледжа	Информирование студентов	Председатели П(Ц)К	Октябрь
5.	Тематические линейки (приложение 2)	Актовый зал	Информирование студентов	Заместитель директора по СПР	В течение года
6.	Классные часы (приложение 2)	Учебная аудитория, актовый зал	Представления о масштабах проблемы, её последствиях.	кураторы, мастера ПО	В течение года
7.	Общее родительские собрание «Поведенческие и эмоциональные признаки наркомана».	Актовый зал	Информирование родителей	Заместитель директора по СПР, кураторы, мастера ПО	Октябрь – Ноябрь
8.	Беседы со студентами по вопросам ЗОЖ	Актовый зал	Представления о масштабах проблемы наркомании и табакокурения, её последствиях, ЗОЖ	Заместитель директора по СПР	Март

9.	Проведение воспитательных часов, бесед, встреч с обучающимися в группах по вопросам профилактики наркомании и немедицинского потребления ПАВ	Учебная аудитория	Представление о зависимостях, и их профилактике	Заместитель директора по СПР, кураторы, мастера ПО	Один раз в 2 месяца
10.	Выставка книг по проблеме наркомании и табакокурения	Библиотека	Информирование студентов	Зав.библиотекой	Январь
11.	Единые воспитательные часы совместно с субъектами профилактики	Актовый зал	Представления о масштабах проблемы, её последствиях.	Заместитель директора по СПР	Октябрь, ноябрь, декабрь
12.	Конкурс листовок, буклетов о пропаганде здорового образа жизни.		Представление о зависимостях, и их профилактике	Заместитель директора по СПР, кураторы, мастера ПО	Февраль
13.	Подготовка брошюр и распространение их среди студентов, родителей		Выпуск брошюр	Заместитель директора по СПР, кураторы, мастера ПО	Январь
14.	Беседа с инспектором ПДН, ОМВД. Проведение инструктажа студентов по вопросам административной и уголовной ответственности, предусмотренной за хранение, распространение наркотиков.	Актовый зал	Представления об административной и уголовной ответственности.	Заместитель директора по СПР	Октябрь Декабрь Март
15.	Встреча с работниками отдела контроля за оборотом наркотиков	Актовый зал	Представления об административной и уголовной ответственности.	Заместитель директора по СПР	Октябрь Декабрь Март
Практический этап					
16.	Самодиагностика студентов	Учебная аудитория	Физический психологический, социальный портрет студента	Заместитель директора по СПР	Октябрь Май
17.	Воспитательные мероприятия (Тренинги, игры и т.д.) (приложение 3)			Заместитель директора по СПР	Январь май

18.	Создание социальной рекламы	К. 312	Видеоролик социальной рекламы антитабачного и антинаркотического характера («Мы против наркотиков»)	Заместитель директора по СПР	Апрель
19.	Акция «День отказа от курения»	Фойе колледжа	Пропаганда ЗОЖ	Заместитель директора по СПР	Ноябрь Май
20.	Всемирный день здоровья: спортивный марафон	Фойе колледжа	Развитие физических качеств и ценностного отношения к спорту	Заместитель директора по СПР	Апрель
21.	Организация спортивных секций	Спортивный зал колледжа	Развитие физических качеств и ценностного отношения к спорту	Руководитель физ.воспитания	В течение года
22.	Спортивные мероприятия, праздники	Спортивный зал	Развитие физических качеств и ценностного отношения к спорту	Руководитель физ. воспитания	В течение года
23.	Просмотр видеофильмов о наркомании	Библиотека	Представление о проблеме наркомании	Заместитель директора по СПР, кураторы, мастера ПО	В течение года
Аналитический этап					
24.	Анализ результатов анкетирования студентов социально-психологического тестирования		Обработка результатов и корректировка программы	Заместитель директора по СПР, кураторы, мастера ПО	Октябрь Июнь
25.	Корректировка программы на основании аналитических материалов		Откорректированная программа на 2024 – 2025 учебный год	Заместитель директора по СПР, кураторы, мастера ПО	Август

Приложение 1.

Анкета на выявление употребления психоактивных веществ (анонимная)

1. пробовали ли вы алкоголь?

- Да
- Нет

Если ваш ответ да, то ответьте на вопросы 2-4.

2. Почему попробовали?

- Из любопытства
- За компанию
- По принуждению
- От скуки

3. Как часто сейчас употребляете?

- По праздникам
- Раз в месяц
- Всегда, когда предложат
- Когда захочу
- Редко
- Не употребляю

4. Причина употребления спиртного:

- нравится
- от скуки
- за компанию
- легче общаться
- хочется

5. Какие заболевания, связанные с употреблением алкоголя знаете?

- Никаких
- Алкоголизм
- Цирроз печени
- «Белая горячка»
- Головная боль
- Язва
- Паралич нервной системы
- Неврозы
- Рак желудка
- Много
- Отравления

6. Курите ли вы?

- Да
- Нет, и не пробовал
- Нет, но пробовал

Если ваш ответ да, то ответьте на вопросы 7-9.

7. Сколько сигарет в день вы выкуриваете?

- Около 3 штук
- Около 5 штук

- Около 10 штук
- Около 15 штук
- Больше 15 штук

8. . Причина, по которой вы курите?

- нравится
- от скуки
- за компанию
- легче общаться
- хочется

9. Хотели бы вы бросить курить?

- Да
- Нет
- Не знаю

10. Какие знаете заболевания, связанные с курением?

- Язва
- Рак легких
- Рак губы
- Туберкулез
- Много
- Физическая недоразвитость

12. Употребляли ли вы наркотики?

- Да
- Нет

13. Какие заболевания, связанные с употреблением наркотиков вы знаете?

- Никаких
- Головная боль
- Паралич нервной системы
- Неврозы
- Много
- Отравления
- Язва
- Туберкулез
- Физическая недоразвитость
- Гипертермия
- СПИД
- Пневмония

Приложение 2

Стенды

1.Профилактика СПИД/ВИЧ
2.Профилактика наркомании, алкоголизма и табакокурения
3.Пропаганда ЗОЖ

Курс воспитательных часов

I курс

1. Алкоголь и алкогольная зависимость (октябрь 2024)
2. Ответственность как фактор защиты от вовлечения в наркотизацию (ноябрь 2024)
3. ВИЧ и СПИД – что это такое? (декабрь 2024)
4. Общечеловеческие ценности (январь 2025)
6. Определение здорового образа жизни (февраль – март 2025)

Курс тематических линеек

1. Алкоголь. Влияние на организм (ноябрь 2024)
2. ПАВ и последствия их употребления (январь 2025)
3. День борьбы со СПИДом (декабрь 2024)
4. Всемирный день здоровья (апрель 2025)
5. Всемирный день отказа от курения (май 2025)

Единые воспитательные часы

Октябрь 2024 г.	Профилактика вредных привычек. Здоровый образ жизни
Ноябрь 2024 г.	Мир без табачного дыма.
Декабрь 2025 г.	Вся правда о СПИДе.

Классные часы

II- III курс

1). Специфические осложнения при употреблении наркотиков.
2). Можно ли избавиться от наркомании?
3). СПИД: рядом или нет?
4). Защити себя от ВИЧ.

Приложение 3
Тренинг – семинар
«Наш выбор - здоровье!»
Схема тренинга:

- Разминка - упражнение, служит своеобразным эпиграфом, помогает настроиться на тему занятия. Разминка по времени занимает 5 – 10 минут. Разминка способствует созданию комфортной, творческой, дружеской обстановки - это помогает каждому принять активное участие в занятии и высказать свое мнение по обсуждаемой теме.
- Постановка проблемы – информация о психоактивных веществах, статистические данные по обсуждаемой проблеме, мотивация, выявление отношения аудитории к проблеме.
- Работа в малых группах – процесс обсуждения поставленной проблемы. Совместная работа в небольших группах формирует качества социальной и личностной компетентности, навыки сотрудничества, способствует формированию навыков эффективного общения.

Необходимые условия для организации работы в малых группах:

- Объединить подростков в небольшие группы, расположив их лицом к лицу.
- Определить каждому члену группы свою роль (например: чтец, секретарь, докладчик, хронометрист).
- Дать общее задание.
- Предложить каждому поделиться информацией и материалами с остальными членами группы.
- Предоставить участникам группы возможность разъяснять друг другу непонятные вопросы, формулировать проблемы, подводить итоги обсуждения.
- Для стимулирования работы группы необходимо задавать уточняющие вопросы или вопросы, помогающие развернуть дискуссию.
- Побуждать участников к анализу событий, происходящих внутри группы в процессе ее работы.

Вывод - подведение итогов обсуждения проблемы, обратная связь.

Роль ведущего.

Перед ведущим стоят сложные, профессиональные задачи – создать атмосферу доброжелательности, способствующие формированию ответственного жизненного выбора у подростков, развитию навыков поведения альтернативных саморазрушению.

Для решения этих задач необходимо:

1. Побуждать подростков делиться своими знаниями и мнениями.
2. Задавать «открытые вопросы» (вопросы, предполагающие множество ответов).
3. Вести групповую дискуссию.
4. Обобщать и, при необходимости, комментировать высказывания подростков.

От ведущего зависит создание доверительной и доброжелательной атмосферы на занятии, которая помогает ребятам:

- задавать вопросы;
- быть не только выслушанными, но и услышанными;
- просить о помощи и получить ее;
- открыто говорить о том, о чем они думают и знают по обсуждаемой
- проблеме.

«СТАРТИНЕЙДЖЕР» – КОНКУРСНО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Проводится в целях создания условий для реализации творческого потенциала молодежи, пропаганде здорового образа жизни и проведению культурного досуга; «СТАРТИНЕЙДЖЕР». Эта игра для тех, кто любит веселиться, танцевать, аэробику, ритмику, делает зарядку! Так что же такое «Стартинейджер»?
Во-первых, это развлекательная игра, во-вторых, стиль жизни, в-третьих, повод собраться общительной, зажигательной, дружной командой для совместного время препровождения. Показать себя и посмотреть на других. Убедиться в том, что движение - это жизнь! Каждая команда должна иметь название, девиз, форму одежды, группу поддержки и, конечно же, яркого
лидера, который на протяжении всей игры задавал движения всей команде. Залогом для победы станут: зрелищность, артистичность выразительность и синхронность движений.

ФЕСТИВАЛЬ ЗДОРОВЬЯ «ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ»

В фестивале «Здоровое поколение» принимают участие команды здоровья от класса в составе **10 человек**. Каждая команда может принять участие в одной из номинаций фестиваля

Условия участия:

- Каждая команда должна иметь свою форму и знаки отличия (значки, галстуки, бейджи и тд);
- Все участники фестиваля обязательно должны иметь при себе спортивную форму, кроссовки.

Фестиваль состоит из :

- спортивных мастер-классов (аэробика, ритмика, брейк, спортивные танцы и т. д.)
- шоу – программы.

Номинации фестиваля:

1. «Мой колледж – территория здоровья». В данной номинации команда –участница представляет проект, в котором описывает, какие изменения необходимо провести в жизни школы, чтобы данный объект мог стать местом, сохраняющим здоровье учащихся.
2. **«Здоровье»**. Необходимо представить понятие «здоровье» как некую модель, отражающую идею и внутреннюю структуру здоровья, как доминирующей человеческой ценности. Материалы для модели – любые.
3. **«Здоровое будущее»**. Для участия в этой номинации команда представляет в оргкомитет проект мероприятия по оздоровлению школьной среды. Проект может касаться улучшения любого аспекта здорового образа жизни (питание, двигательная активность, закаливание, профилактика простудных заболеваний, профилактика злоупотребления психоактивными веществами и т. д.)
4. **«Возможности здоровья».** Для участия в этой номинации каждая команда готовит миниатюру (3-5 минут), в которой в творческой форме рассказывают о возможностях, которые открывает здоровье. И как здоровье населения
может изменить судьбу города.

5. «Здоровье – это…». Команда представляет в оргкомитет сочинение, котором авторы должны отразить свое личное отношение к проблеме сохранения здоровья, как индивидуального, так и коллективного.

6. **«Наш путь - к здоровью».** Конкурс газет. В содержание газеты необходимо включить творчески переработанную информацию об оздоровительных мероприятиях, проводимых в городе, районе, селе, с фотографиями и иллюстрациями

7. «Дифирамбы здоровью». Для участия в этой номинации необходимо представить стихотворение собственного сочинения, восхваляющее здоровый образ жизни, спорт, здоровье.

8. **«Мы - команда здоровья».** Для участия в этой номинации команды готовят по одной кричалке на тему «Мы – команда здоровья».

Приложение 4

Цикл занятий по профилактике (можно использовать для тематических классных часов)

Занятие 1. «Знакомство»

Цель: Установить контакт с подростками и создать положительную мотивацию к предстоящему занятию.

Задачи:

1.Срздать благоприятную атмосферу в группе

2. Познакомиться с подростками

3. Провести диагностирование на выявление вредных привычек у подростков.

Оборудование: мяч

Ход занятия:

1. Приветствие

Ведущий кидает мяч участнику. Участник должен поймать его, сказать свое имя и свое личностное качество. После этого участник кидает мяч обратно ведущему.

2. Гороскоп.

Дети разбиваются на команды с одинаковыми знаками зодиака. задания:

- Представление: «Ваш знак зодиака-ваш талисман».
- Черты характера присущие вашему знаку.
- Эмблема вашего знака (кто оригинальнее).

3. Карабас-Барабас.

Дети рассаживаются в круг ведущий предполагает условия игры. Ребята.вы все знаете сказку о Буратино и помните Карабаса-Барабаса, у которого был театр. Я произнесу слова Карабас и покажу на вытянутых руках какое то количество пальцев. А вы должны будите, не договариваясь встать со стульев, причем столько человек, сколько я покажу пальцев.

Ведущий: А сейчас мы попросим, чтобы вы заполнили небольшую анкету

Перечень вопросов для проведения анкетирования среди студентов по изучению отношения к проблеме употребления ПАВ

(анонимная)

1. Что Вам известно о наркотиках?

Ответ: Личный опыт. Опыт друзей, знакомых. Информация в СМИ

(нужное подчеркнуть).

2. Есть ли у Вас знакомые, страдающие наркотической зависимостью (либо ранее имели наркотическую зависимость)?

Ответ: Да. Нет

(нужное подчеркнуть).

3. Какое чувство вызывают у Вас наркоманы?

Ответ: Сострадание. Нетерпимость. Толерантность

(нужное подчеркнуть).

4. Что, на Ваш взгляд, толкает людей на потребление наркотиков?

Ответ: Одиночество. Любопытство. Влияние окружающих

(нужное подчеркнуть).

5. **Поступали ли Вам предложения попробовать наркотик?**

Ответ: Да. Нет

(нужное подчеркнуть).

6. Что, на Ваш взгляд, может изменить ситуацию с незаконным потреблением наркотиков?

Ответ:

- Изменение законодательства в сторону ужесточения ответственности за сбыт и распространение наркотиков?
- Введение обязательного принудительного лечения от наркомании?
- Увеличение антинаркотической пропаганды среди молодежи?
- Увеличение числа досуговых учреждений (клубов по интересам, доступность спортивных секций, кружков, возобновление деятельности подростковых клубов по месту жительства и т.д.)

(нужное подчеркнуть).

7. Следует ли вводить, на Ваш взгляд, обязательное анонимное тестирование несовершеннолетних и молодежи на предмет раннего выявления наркоманов?

Ответ: Да. Нет. Затрудняюсь ответить

(нужное подчеркнуть).

При желании можно высказать другую точку зрения: _____

8. Ваш возраст?

Ответ: 14-16 лет. 16 лет и старше

(нужное подчеркнуть).

Занятие 2.
«Факторы, влияющие на здоровье человека»

Цели:

- познакомить обучающихся с основными факторами, влияющими на здоровье человека;
- сформировать навыки отказа от употребления ПАВ.

Оборудование: бумага, ручка, цветные карандаши, доска, мел, стакан мягкий, коробка с импровизированным алкогольным напитком и наркотиком, пачка с сигаретой, мячик.

Ход занятия:

1. Вводная часть

С целью актуализации знаний обучающихся о факторах, влияющих на здоровье человека, в качестве разминки проводится игра «Ассоциации»

Игра «Ассоциации»

Инструкция: детям предлагается назвать ассоциации, которые возникают у них к слову «здоровье», используя мячик-микрофон.

2. Основная часть

Мини лекция

Проблемы курения, алкоголизма в настоящее время становятся все более актуальными в подростковой среде. Употребление этих веществ, как и многие другие факторы, оказывают

негативное влияние на здоровье человека. Эту проблему очень хорошо отражает А.А. Леонов в своем высказывании «Человек – высшее творение природы. Но для того, чтобы наслаждаться ее сокровищами, он должен отвечать, по крайней мере, одному требованию: быть здоровым»

Мозговой штурм

Класс делится на группы по принципу: яблоки, груши, виноград. В каждой группе между ее членами распределяются обязанности: выбирается оратор (озвучивает идеи), капитан команды (следит за порядком), секретарь (записывает идеи), все остальные члены группы – генераторы идей. Мозговой штурм проводится по теме «Факторы, влияющие на здоровье человека».

Командам дается определенное время на обдумывание, в течение которого выдвигаются и записываются любые идеи, даже фантастические. Затем ораторы доводят до сведения результаты работы своей команды. При обсуждении подсчитывается количество факторов всего: положительных, отрицательных.

По ходу озвучивания руководитель обращает внимание обучающихся на то, что в числе перечисленных факторов была названа и наркомания. Из этого следует вывод, что наркотики отрицательно влияют на наше здоровье.

Упражнение «ТАБУ»

Оборудование: коробка, в которой находится пачка сигарет, импровизированная бутылка с алкогольным напитком.

Ход упражнения:

Ведущий, держа в руках закрытую коробку, говорит участникам группы следующее: «Здесь лежит то, что нельзя. Вы должны выразить жестами свое отношение к тому, что находится внутри коробки».

После объявления задания ведущий проходит по кругу и индивидуально каждому участнику группы показывает то, что лежит в коробке, предлагая выразить жестами свое отношение, не озвучивая увиденные им предметы.

Реакция в группе будет различна. При обсуждении реакции участникам задаются

Вопросы: какие чувства возникли у вас, когда вам предложили запретное вещество?

Нужно быть готовым к тому, что отношение у ребят разное. Ведущий комментирует поведение каждого участника.

Упражнений «Компания»

Цель: дать возможность участникам овладеть навыками уверенного поведения, аргументационного отказа в ситуации выбора.

Работа проводится в микрогруппах по 3 человека, каждой из которых предлагается одна из ситуаций: Одноклассник (сосед, лидер двора) просит тебя покурить «косяк». Компания друзей собирает деньги на покупку спиртного напитка. Во время дискотеки компания друзей собирается покурить.

Задание: в течение нескольких минут придумать как можно больше аргументов для отказа, в этой ситуации.

Вывод: существует три стиля отказа – уверенный, агрессивный, неуверенный. Далее следует обсуждение способов поведения ребенка в ситуации группового давления, обосновываются его доводы не употреблять ПАВ. Делаются выводы об эффективности приведенных доводов.

3. Заключительная часть

Обобщение полученных знаний.

Продолжить фразу: «Выступая на телевидении, об алкоголе я бы сказал…»

Занятие 3.
Лекция о вреде алкоголя для организма человека
«Всего одна рюмка...»

Цель: сформировать правильное понимание небезвредности раннего употребления алкоголя.

Алкоголизм делает больше опустошения, Чем три исторических бича, вместе взятые: голод, чума, и войны.

У. Гладсон

В глубокой древности познакомился человек с необычным веселящим действием некоторых напитков. Самое обычное молоко, мед, соки плодов, постояв на солнце, меняли не только свой внешний вид, вкус, но приобретали способность возбуждать, вселять ощущение легкости, беззаботности, благополучия. Не сразу люди заметили, что на следующий день человек расплачивался головной болью, разбитостью, дурным настроением. Разумеется, наши далекие предки и догадаться не могли какого страшного врага они приобрели. К сожалению печальные последствия употребления спиртного привлекли к себе меньше внимания, чем улучшение настроения, сопутствующие употребление алкоголя. В мифах, легендах и сказках древнего мира - всюду фигурирует вино опьянение, разгул. Пьянство процветало, а за ним следовали его неизменные спутники -разврат, преступления, тяжелые болезни.

Основным действующим началом опьянения любого напитка являлся алкоголь - этиловый, или винный, спирт.

Принятый внутрь он через 5-10 минут всасывается в кровь и разноситься по всему организму. Алкоголь - яд для любой живой клетки. Проникнув в организм алкоголь, очень скоро расстраивает работу тканей и органов. Быстро сгорая, он отнимает у них кислород и воду. Клетки сморщиваются деятельность их затрудняется. При значительном и часто попадании алкоголя в организм клетки разных органов в конце концов, погибают. Под действием алкоголя нарушает чуть ли не все физиологические процессы в организме, а это может привезти к тяжелым заболеваниям. Перерождается ткань печени, печени, почек, сердца, сосудов и др.

Быстрее и губительнее всего алкоголь действует на клетки головного мозга, при этом, в первую очередь, страдают высшие отделы мозга. Быстро доставленный потоком крови к головному мозгу, алкоголь проникает в нервные клетки, при этом разрушается, в результате чего связь между различными отделами мозга расстраивается.

Алкоголь влияет также на кровеносные сосуды, несущие кровь к мозгу. С начала они расширяются, и насыщенная алкоголем кровь бурно приливает к мозгу, вызывая резкое возбуждение нервных центров. Вот откуда чрезмерно веселое настроение и развязанность пьянеющего человека.

Ученые выяснили, под влиянием спиртных напитков в коре больших полушарий головного мозга в след за усиливающимся возбуждением наступает резкое ослабление процессов торможения. Кора перестает контролировать работу низших, так называемых подкорковых отделов мозга. Вот почему опьяневший человек как бы теряет контроль над собой и критическое отношение к своему поведению, утрачивая сдержанность и скромность, он говорит и делает то, чего не сказал и не сделал бы в трезвом состоянии. Каждая новая порция спиртного все больше парализует высшие нервные центры, словно связывая их и не позволяя вмешиваться в хаотическую деятельность резко возбужденных отделов мозга. Известный русский психиатр С.С. Корсаков так описывает это состояние: «опьяненный не думает о последствиях своих слов и действий и относится к ним кране легкомысленно... Страсти и дурные побуждения выступают без всякого прикрытия и побуждают к более или менее диким поступкам». А ведь в нормальном состоянии тот же человек может быть и хорошо воспитанным и скромным, даже застенчивым. Все в его личности, что сдерживается воспитанием, навыками приличия, как будто вылезает наружу. В состоянии опьянения человек может выболтать любую тайну; он теряет бдительность, перестает быть осторожным. Не даром говорят: «Что у трезвого на уме, то у пьяного на языке».

То, что мы в быту благодушно называем опьянением в сущности есть не что иное, как острое отравление организма алкоголем, со всеми вытекающими отсюда последствиями. Хорошо, если через определенное время организм, освободившийся от яда; постепенно возвращается от яда, постепенно возвращается к нормальному состоянию. А если пьянство продолжается, и новые порции алкоголя систематически поступают в организм? Что тогда? Ученые выяснили, что алкоголь, введенный в организм не сразу выводиться от туда, и какое-то количество этого вещества продолжает свое вредное действие на органы в течение 1-2 дней, а в некоторых случаях и больше.

Алкоголь вызывает приятное, приподнятое настроение, а это побуждает к повторному употреблению спиртного напитка. В первое время при желании и твердости характера еще можно отказываться от вина. В противном случае под влиянием алкогольной интоксикации (да и уговоров друзей) воля ослабевает, и человек уже не может противостоять влечению к алкоголю. Под влиянием алкоголя получают простор инстинкты, ослабляется воля и самоконтроль, и нередко люди совершают проступки ошибки, в которых раскаиваются всю жизнь. Очень опасен алкоголь для юных, особенно для девушек, поскольку их организм в период роста легче подвергается воздействию наркотиков и алкоголя. С незапамятных времен наш предки считали единственно пригодным напитком для детей воду и молоко. В древней Греции и Риме юношам до определенного возраста вообще запрещалось пить вино.

Алкоголь оказывает отрицательное влияние на потомство. Об этом знали еще в глубокой древности. В греческой мифологии богиня Юнона родила от опьяневшего Юпитера хромого Вулкана. Правитель Спарты Ликург запрещал в день свадьбы употребление спиртных напитков под угрозой тяжелого наказания. Гиппократ указывал, что причиной идиотизма, эпилепсии и других нервно-психических заболеваний является пьянство родителей, которые пили вино в день зачатия. Пьющие (особенно женщины) под влиянием алкоголя делаются развязными, болтливыми несдержанными, не достаточно критичными к своему поведению. В пьяном виде женщина теряет стыд, женское достоинство, она склона к легкомысленному поведению, половой распущенности. Последствия случайных половых связей наступивших в

результате опьянения, бывают трагичными. Венерические заболевания, рождение неполноценных детей - это ведь не только слова, за ними искалеченная, безрадостная жизнь.

Если пьянство - результат неправильного воспитания, слабоволие, распущенности, подражание дурным привычкам, то алкоголизм - серьезная болезнь, требующая специального лечения. Нужны большие усилия, что бы перевоспитать человека, злоупотребляющего алкоголем. Не редко эти усилия оказываются напрасными. Нет ни чего ужаснее мужа - пьяницы, заставляющего страдать жену и детей.

Исследования ученых доказали, что у юношей и девушек алкоголизм как тяжелая, трудно излечимая болезнь возникает и развивается в 4 раза быстрее, чем у взрослых. Разрушение личности так же происходит гораздо быстрее. Нелишне повторить, что при употреблении вина у девушек и юношей поражаются все органы, но особенно ранимы центральная нервная система, резко падает память, нарушается психика, снижается контроль за своими действиями...

Занятие 4.
«Подростковое пьянство»

Цель: Расширить у учащихся представление об опасности воздействия алкоголя на здоровье и жизнь человека.

Задачи:

- Расширение кругозора учащихся
- Дать представление учащимся о масштабах распространения алкоголизма в России
- Вызвать нежелание употреблять алкоголь

Оборудование: ноутбук; мультимедийный проектор; экран.

Ход занятия:

Педагог: темой нашего прошлого занятия был алкоголь, сегодня мы продолжим изучать эту пагубную привычку.

- Просмотр фильма «Проект общее дело» (Приложение 6);
- Вопросы для беседы после просмотра фильма:
- Понравился ли Вам фильм?
- Какое чувство в Вас вызвал просмотр фильма?
- Какие проблемы подняты в фильме?
- С чем Вы согласны?
- С чем Вы не согласны?
- Изменилось ли ваше отношение к алкоголю? Если да, то как?
- Как Вы считаете, какова основная цель фильма?
- Как Вы думайте нужны ли такие фильмы?
- Если бы Вы могли, что бы Вы сказали авторам фильма?

Вывод: Из ответов ребят можно выяснить как подействовал на них фильм, заинтересовались ли они данной проблемой, изменилось ли что то в их отношении к алкоголю, почувствовали ли они страх к этой вредной привычке.

Занятие 5.

«Почему подростки курят?»

Цель: Воспитание у учащихся ответственности за свое здоровье, формирование осознанного негативного отношения к курению. Расширение знаний о вреде курения.

Задачи:

- Рассказать какой вред для здоровья несет курение;
- Выяснить причины по которым подростки начинают курить;
- Прорепетировать способы отказа от предложенной сигареты.

Оборудование: Доска, мел, плакат с изображением человека, карточки с пословицами, листы бумаги.

Ход занятия:

Педагог. К сожалению, на основе статистических данных разных стран можно сделать вывод, что в настоящее время до 60% мужчин и 20% женщин – жителей Земли – систематически курят. Закурить первую в жизни сигарету некоторые ребята пробуют уже в 10-14 лет, а кто-то и раньше.

Действительно, многие люди курят. Сначала они испытывают от первой выкуренной сигареты тошноту, головокружение, слабость. Но потом все проходит, – и курение становится дурной привычкой, от которой человек не в состоянии избавиться годами.

Так ли бесследно проходит курение для растущего, еще не окрепшего организма? Учитель показывает школьникам плакат с изображением человека и просит назвать те органы, на которые курение оказывает немедленное воздействие. Затем, спрашивает, каким образом табачный дым действует на те или иные органы, (зубы желтеют, портятся; глаза – слезятся; волосы приобретают неприятный запах; легкие – темнеют; сердце бьется чаще).

Педагог показывает школьникам на плакате сердце. Объясняет, что это важнейшая мышца организма, перекачивающая кровь и доставляющая ее по всем органам и тканям. Далее поясняет, что табачные яды заставляют сердце биться чаще, чем ему положено в норме.

Затем демонстрируется опыт «курильщик»: в шприц кладется кусочек ваты, вместо иголки – сигарета. Имитируя вдох и выдох курильщика, учитель двигает поршень взад – вперед. Когда сигарета «выкурена», на ватке остается желтоватый налет.

Педагог просит, двух добровольцев из учеников выйти к доске, разделенной на две половины, взять мел и записывать на одной половине аргументы «за» курение, а на другой «против». «За» и «против», нужно чередовать, их – если уже записан аргумент «за», то предлагается противопоставить ему «против». После учитель выписывает на доске основные мотивировки курения, а затем проводит их обсуждение.

Например: Вопрос: «Почему подростки начинают курить?»

Ответ:

- из любопытства;
- чтобы казаться взрослее;
- за компанию;
- чтобы похудеть;
- потому что это модно.

Ученикам предлагается выбрать три наиболее «весомые» с их точки зрения мотивировки и выписать их на отдельный листок бумаги в порядке значимости. После этого выясняется,

какая мотивировка курения оказалась наиболее популярной в данном классе (это можно выяснить путем подсчета голосов. Например: «Кто выбрал мотивировку «из любопытства». Поднимите, пожалуйста, руку» и т. д.). Приведем примеры основных тезисов обсуждения каждой мотивировки курения.

«Из любопытства». Многие подростки начинают курить «просто так», «из любопытства». О чем это говорит? Прежде всего, о том, что человек не очень хорошо понимает мотивы своего поведения. За такой мотивировкой может скрываться очень и очень многое. И то, что человек готов рисковать ради новых ощущений. И то, что он в принципе готов начать курить, если эта проба курения доставит ему удовольствие и не приведет к очевидным неприятностям. Конечно, мы говорим о разумном человеке, который не будет из любопытства прыгать из окна.

Однако пробующие курить из любопытства должны знать, что одна проба повлечет за собой другую, потом третью и т.д. И совсем незаметно для себя человек становится настоящим курильщиком, потому что курение табака вызывает привыкание. Многие юные курильщики считают, что они курят мало и смогут отказаться от табака, когда захотят, однако это мнение ошибочно. Даже малые дозы табака могут вызвать привыкание, а поскольку самостоятельно отказаться от курения не получается, не остается ничего другого, как продолжить курить, все время увеличивая количество выкуриваемых сигарет.

«Чтобы казаться взрослее». Это довольно наивное утверждение, которое можно расшифровать примерно так: я хочу казаться взрослее в глазах своих сверстников (потому что на взрослых это не производит такого впечатления), хочу казаться независимым, самостоятельным, хочу, чтобы меня считали таким, потому что сам себя таким не считаю. По крайней мере, мне нужно подкрепление, чтобы я по – настоящему хотя бы на минуту почувствовал взрослым.

«За компанию». Чего только не сделаешь «за компанию». Тем более что в подростковом возрасте очень важно выть принятым в той компании, которая тебе нравится. Порой человек может начать курить вопреки своему желанию. Правда, иногда это происходит просто из-за того, что некоторые люди не умеют отказывать. Дома они умеют это делать и даже очень хорошо, но вот в другом месте… как-то неловко, неудобно, вдруг не так поймут…..

«Чтобы похудеть». Это одно из самых распространенных заблуждений. Курить для того, чтобы похудеть – это все равно, что привить себе какую-нибудь болезнь. Не забывайте, что курение портит цвет лица, волосы и зубы.

«Потому что это модно». Сразу нужно оговорится, что это модно, но не везде. В современном мире количество курильщиков увеличивается в экономически неразвитых странах, а в странах с высоким жизненным уровнем (таких, как Англия, США) число курильщиков сокращается. В последние годы в моде гладко ухоженная кожа, блестящие волосы, белые зубы, спортивная фигура с развитой мускулатурой. Можно предполагать, что эта мода продержится еще довольно долго.

Учитель, проводящий занятие, может изменить порядок обсуждения и вводить для дискуссии новые мотивировки.

Затем класс делится на две группы. Каждая группа получает по пословице и объясняет ее смысл. Пословицы:

1. Кто курит табак, тот сам себе враг.
2. Если хочешь долго жить, брось курить.

Педагог задает следующий вопрос: "Кому труднее всего отказать, если будет предложено закурить: взрослому, компании курящих сверстников или близкому другу? Обсуждаются все высказанные варианты, после обсуждения учитель предлагает проиграть в классе ситуацию, при которой один ученик предлагает закурить, а другой отказывается. Учитель объясняет классу, что суть этой игры заключается в отработке очень важного психологического навыка. Он может пригодиться не только в конкретном случае, когда вас принуждают курить, но и в любой жизненной ситуации, если вам предлагают сделать то, чего вы не хотите (пойти в незнакомое место, съесть то, что вы не любите, и т.д.). Учитель предлагает посмотреть, кто лучше всех умеет уговаривать, а кто умеет отказываться так, чтобы не поссориться.

Педагог предлагает двум ученикам выйти к доске и разыграть сценку, в которой один человек предлагает другому закурить. Весь класс должен внимательно следить за диалогом. И потом высказать суждение о том, кто был убедительнее, кто победил в споре и похоже ли это на реальную ситуацию.

Приводим пример такого диалога, обозначив участников как А. и Б.

А. - Давай закурим!

Б - Мне нельзя.

А - Почему?

Б - Меня родители увидят.

А - А мы отойдем за угол.

Б - Мне нельзя, я недавно болел, курить мне вредно. А - Ну, ты же не умрешь от одной сигареты.

Б - А я наши сигареты не курю.

А - У меня иностранные.

Б - А я от спичек не прикуриваю.

А - А У меня зажигалка.

Б - Меня родители увидят.

А - Мы пойдем в подвал.

Б - в замешательстве и не знает, что ответить.

Комментарий педагога. По-моему, ни разу не был использован очень существенный аргумент: "Я не хочу". Ведь если ваш друг, которого вы боитесь обидеть отказом, не учитывает такой аргумент, значит, он рискует обидеть вас, ведь он не уважает ваших желаний. Далее, аргументы Б сумбурны и случайны. Когда человек обосновывает свой отказ, таким образом, возникает впечатление, что он вот-вот согласится. Если вы действительно решили отказаться, выберите самый весомый с вашей точки зрения аргумент и настаивайте на нем.

Педагог. К счастью, многие даже длительное время курившие люди приходят к благоразумному выводу о необходимости бросить курить и своевременно делают это по собственному желанию. Начать курить легче, чем отказаться от курения. Тогда не лучше, ли вовсе не начинать? Давайте беречь здоровье – свое и близких!

Ситуационные задачи к ролевой игре
«Уверенный ответ-отказ»

Задача № 1.

Твой друг пригласил тебя к себе на вечеринку, сказав, что там будут одноклассники и ребята из старших классов. «Приходи, родителей не будет, вот и повеселимся, выпьем, покурим, потанцуем».

Задача № 2.

Во дворе одноклассник сказал: «У меня есть сигарета с марихуаной, пойдем в подъезд, попробуем, или ты боишься? Если ты не пойдешь, то ты мне не друг».

Задача № 3.

В подъезде Саша увидел своих знакомых, они курили, громко смеялись, рядом стояли бутылки с пивом и вином. Рассказывали неприличные анекдоты, сквернословили. Ребята предложили Саше вместе с ними выпить и покурить, сказав, что они отмечают день рождения своего друга. «Что, брезгуешь, не хочешь? Ну-ну, смотри!».

Занятие 6. «Я выбираю жизнь!»

Цель: Способствовать формированию знаний о вреде наркомании, росту самосознания и самооценки подростков.

Задачи:

- Провести предварительное анкетирование старшеклассников с целью выявления их потребностей в новых ощущениях;
- Познакомить учащихся с истоками наркомании, видами наркотиков, признаками и последствиями их употребления;
- Дать представление учащимся о масштабах распространения наркомании в России, используя информацию газет, радио, телевидения и ресурсов Интернет;
- Сделать сравнительный анализ результатов анкетирования;
- Заложить основу для роста самосознания и самооценки учащихся через работу в группах при ответах на проблемные вопросы.

Оборудование: презентация (Приложение 7.) ноутбук; мультимедийный проектор; экран.

Ход занятия:

Слайд 1: (Вступительное слово учителя).

В последнее время очень много говорят о наркомании и ее последствиях. Эта беда стала всемирной и найти пути ее решения достаточно сложно.

Ты есть, я есть, он есть,
А жизнь у каждого своя.
И ей цена – достоинство и честь,
Есть возраст переходных лет,
Какой бы сложной не была она.
Для многих начинается рассвет,
А кто-то погружается во тьму.
Ты есть, я есть, он есть,
Лишь вместе мы сумеем зло пресечь
И сохранить достоинство, чтоб жить.

Проведение игры-активатора «Пирамида».

- Я выберу одного из вас. Он выйдет на середину и пригласит к себе двух других. Те двое выберут каждый себе еще по двое игроков и т.д. Таким образом, каждый приглашенный должен пригласить к себе еще по два человека. Игра заканчивается, когда не остается никого, кто еще сидит на своем месте.

Ребята выстраиваются в «пирамиду».

- Посмотрите, как мало времени вам потребовалось, чтобы поднять всех присутствующих со своих мест!

Слайд 2: Вот с такой же скоростью, словно эпидемия, распространяется и наркомания. Каждый человек знает, какое страшное горе приносят наркотики. Но почему же наркоманов становится все больше и больше? Начнем по-порядку.

Слайды 3-10: Текст по слайду.

Слайд 11: Учитель по слайду проводит сравнительный анализ результатов диагностики потребностей в новых ощущениях, выявляя при этом проблему высокого процента учащихся с большим риском попадания в зависимость от кокаина и других психостимуляторов.

Слайды 12-16: Текст по слайду.

Слайды 17-19: Сначала беседа с учащимися по теме слайда, затем текст по слайду.

Слайды 20-21: Работа в группах (учащимся предлагается обсудить и ответить на проблемные вопросы темы). Затем заслушиваются выступления групп по вопросам и проводится дискуссия.

Слайды 22-23: Текст по слайду (заключительное слово учителя).

Природа создала все, чтобы человек был счастлив. Деревья, яркое солнце, чистую воду, плодородную почву. И нас, людей, - сильных, красивых, здоровых, разумных. Человек рождается для счастья, и, кажется, нет места в его душе для злого духа и низменного порока.

Мы родились для того, чтобы жить,
Может, не стоит планету губить?
Есть кроме «да», и получше ответ,
Скажем, ребята, наркотикам «нет»!

Хочется, чтобы, уйдя с этого классного часа, в вашей памяти остался слайд (слайд 24) «Я выбираю жизнь!».

Занятие 7.
«Как сказать наркотикам: «Нет!»

Цель: дать ученикам понятие о различных формах принуждения, под давлением которых подростки начинают пробовать, а затем и употреблять наркотики; научить способам отказа.

Задачи:

- познакомить учащихся с различными источниками и видами принуждения (давления)
- дать информацию о способах уверенного отказа, который поможет подростку противостоять негативному давлению сверстников, предлагающих наркотики, алкоголь, табак

Ход занятия:

1. Учитель совместно с учащимися разбирает домашнюю работу «Возможные последствия употребления наркотиков». Один из учеников записывает на доске с помощью других ребят и преподавателя все варианты последствий употребления наркотиков для

общества, для семьи и друзей и для самого употребляющего. Учитель обращает внимание ребят, что последствия злоупотребления наркотическими веществами тяжелые, порой необратимые. Употребление наркотиков, алкоголя, табака вредит каждому человеку независимо от того, выбрал ли он их сам или его принудили к этому.

2. Руководитель программы объявляет тему урока. Он спрашивает у учащихся, помогают ли им полученные знания сделать правильный выбор. Будут ли знания о негативных последствиях употребления наркотиков, табака или алкоголя способствовать снижению количества людей, злоупотребляющих ими.

Спросите учащихся, растет ли количество школьников, по их мнению, употребляющих наркотики, или снижается. Выслушайте их ответы.

Приведите статистические данные по употреблению наркотиков, алкоголя подростками и молодежью по вашему городу, району или региону.

Задайте вопрос школьникам:

Что помогло переломить данную ситуацию в положительную сторону?

Какие они могут сделать предложения для снижения количества молодежи, употребляющей наркотические вещества? Выслушайте их ответы и *сделайте вывод* — снижению количества подростков, употребляющих наркотические вещества, помогут следующие мероприятия:

- Изменение отношения молодежи к наркотикам
- Обучение подростков умению сделать правильный выбор
- Знать последствия злоупотребления наркотическими веществами
- Знание ответственности за незаконный оборот наркотиков
- Увеличение через СМИ антирекламы наркотиков

Объяснить, что снижение числа молодежи США, употребляющей наркотики, произошло вследствие обучения их по специально разработанным программам.

3. Виды давления и принуждения. Задайте вопрос: «Почему увеличивается количество молодежи, употребляющей наркотики?». Дайте время подумать, а затем вместе с ними обсудите ответы. Один из школьников записывает их на доске:

- любопытство
- желание казаться взрослым
- испытать новые ощущения
- для снятия стресса
- для облегчения контактов
- стремление к подражанию
- надо попробовать все

Этот список можно продолжить (учитель и руководитель помогают при его заполнении).

Проанализируйте следующие факторы, способствующие употреблению людьми наркотиков:

- личностный (личное желание, убеждения)
- семья (употребляют в семье)
- ровесники (все употребляют)
- реклама (СМИ)

Отметьте, что давление ровесников — это принуждение, которому вы должны сопротивляться. Отметьте, что принуждение, подражание способствует потере индивидуальности, оказывает влияние на принятие собственных решений и умение действовать самостоятельно.

Спросите у учащихся, кто может рассказать о видах давления, принуждения. Напишите их ответы на доске. Составьте список.

Давление друзей. Предложение делается в дружеской форме «Не хочешь попробовать кое-что?»

Давление, которое оказывают «дразнилки» и клички. Достаточно сильное давление, которое подталкивает подростка попробовать наркотики: «Давай, не будь курицей (идиотом, мамочкиным сыночком). Попробуй».

Тяжелое давление. Используется, чтобы заставить человека что-либо сделать: «Давай, лучше выпей, или ты мне не друг, и я тебе не приятель», «Ты что — мамочкин сыночек?» «Боишься? Ты трус!»

Косвенное, искушающее давление. Приглашение человека попробовать наркотики без прямого давления: «Саша приглашает тебя на вечеринку, большинство ребят там будут пить и курить».

Сделайте вывод:

Существуют определенные формы давления, которые принуждают вас сделать то, что порой не хочется

Нужно уметь их распознать

Нужно уметь принять правильное решение. Возникает вопрос, как это можно сделать?

4. Уверенное сопротивление. Написать на доске слово «уверенный» и спросить учащихся, что это значит. Определите это понятие как способ поведения, открытое высказывание своего мнения, которое имеет право и должно уважаться другими. Учащиеся записывают это понятие в тетрадях.

Ролевая игра

Пригласите двух школьников к доске, предложите им ситуацию, когда нужно отказаться от предложенной сигареты с марихуаной. Выслушайте несколько видов отказа. Ребята определяют, какой отказ был наиболее уверенным.

Варианты ответов. Разберите с ребятами вопрос о видах ответа.

Ответы могут быть:

уверенные

неуверенные

агрессивные

Уверенный ответ

говорит твердо, спокойно

стоит прямо

смотрит прямо в глаза

уважает свои права и права других

не позволяет никому влиять на себя, не позволяет делать то, чего он не хочет

совершенно уверен в себе

Неуверенный ответ

нервничает

избегает смотреть в глаза собеседнику

поникшая осанка

пожимает плечами

речь растянутая, с длительными паузами. Много сорных слов: «в общем», «значит», неуверенных фраз: «Да-а, я не знаю», «Может быть», «Ну ладно»

делает то, что от него ждут и позволяет себя принудить сделать то, чего он делать не хочет

Агрессивный ответ

говорит резко, громко, с вызовом

перемежает свою речь нецензурными словами

оскорбляет

наглый взгляд

сильно жестикулирует

игнорирует правила поведения

ставит других в неловкое положение

нарушает права других

Пригласите трех школьников к доске. Они записывают три варианта ответов. Остальные делают запись в своих тетрадях.

Руководитель делает вывод:

- уверенность помогает человеку отстаивать свои права
- уверенность помогает человеку выйти из конфликтных ситуаций
- уверенность помогает человеку противостоять давлению
- уверенность сохраняет индивидуальность
- уверенность помогает человеку сказать «нет»

Продемонстрируйте таблицу «Восемь способов сказать «НЕТ» (Приложение 8.).

Анализ данной таблицы поможет ребятам в решении ситуационных задач «Уверенные ответы»

5. Ролевая игра «Уверенный ответ-отказ» (Приложение 9.). Учащиеся работают в малых группах. Каждой группе раздается комплект ситуационных задач. Ребята их обсуждают и дают три варианта ответов. Учитель помогает школьникам в выполнении данного задания. Затем вызовите двух-трех учащихся и попросите их показать три варианта ответов. Ребята обсуждают и определяют, какой из ответов был уверенным. Обратите внимание учащихся, что дает уверенность:

- учит говорить «нет»
- но помогает человеку не делать того, чего он не хочет
- дает возможность отстаивать свои права

Убедите учащихся, что они должны быть готовы использовать эти ответы в своей жизни.

6. Подведение итогов урока.

Руководитель говорит, что различные виды давления будут сопровождать человека всегда, и от того, насколько учащиеся смогут противостоять давлению, зависит принятие ими правильного решения и поведения, а это умение окажет положительное влияние на всю дальнейшую их жизнь.

Занятие 8.
«Угрожающие состояния и неотложная помощь при передозировке»

Цель: вооружить учащихся знаниями в области неотложной наркологии.

Задачи:

- Рассказать о признаках передозировки;
- Рассказать об основных принципах первой помощи при передозировке

Ход занятия:

Основные положения урока: Осложнениями при регулярном употреблении наркотиков являются состояния, угрожающие жизни и требующие неотложной медицинской помощи. Они могут развиться у любого человека, использующего наркотики. Чем больше стаж злоупотребления наркотиками, тем выше вероятность появления осложнений. Самым грозным осложнением при употреблении наркотических и токсических веществ является передозировка. В этом случае может наступить смерть от остановки дыхания, сердца или перекрытия рвотными массами дыхательных путей. Важно вовремя оказать первую помощь и вызвать «скорую медицинскую помощь». Признаками передозировки являются: потеря сознания, резкая бледность, неглубокое и редкое дыхание, плохо прощупывающийся пульс, отсутствие реакции на внешние раздражители, рвота.

Этапы оказания первой помощи при передозировке наркотиков:

1. Вызвать «скорую помощь».
2. Повернуть пострадавшего на бок.
3. Очистить его дыхательные пути от слизи и рвотных масс.
4. Следить за характером дыхания до прибытия врачей.
5. При частоте дыхательных движений меньше 8-10 раз в минуту - искусственное дыхание способом «изо рта в рот».

Передозировка опиатов или снотворных вызывает остановку дыхания напрямую, без каких-либо дополнительных причин. Она в этом случае не является внезапной, а развивается как бы постепенно, то есть дыхание больного становится все менее глубоким и все более редким. Внешне это выглядит так, как будто чело-век просто глубоко спит. Кожа при этом бледная, холодная на ощупь; губы, кончики пальцев и ушей - синюшной окраски.

Как определить, что у наркомана нарушено дыхание? Лучше всего - просто послушать, как он дышит. Но ухо надо приблизить прямо к лицу больного. Правильное дыхание - когда во сне человек дышит глубоко и ритмично. При этом вдох-выдох должен быть слышен не менее 12 раз в минуту. Если же:

- человек вообще не дышит на протяжении минуты;
- дышит реже, чем 10 раз в минуту, или чаще, чем 30 раз в минуту;
- дышит неритмично, «замирая» на 30-60 секунд, а затем начинает
- дышать глубоко и шумно;
- дыхание очень редкое и еле слышное на протяжении 10 минут и более;
- при дыхании возникают булькающие хрипы, значит ему срочно нужно оказывать помощь и вызывать «скорую».

Если вы обнаружили редкое поверхностное дыхание у спящего наркомана, немедленно начинайте его трясти и хлопать по щекам. Если при этом он проснется, сядет или

вскочит на ноги и громко выразит недовольство тем, что его разбудили, и даже, может быть, нагрубит вам, значит, все в порядке, вы можете успокоиться.

Если он не проснется или проснется не до конца и останется вялым, срочно вызывайте «скорую». Лучше, если ее вызовет кто-либо другой, а вы продолжите его тормошить.

Если больной стал с вами хотя бы разговаривать, заставляйте его ходить. Не прекращайте разговаривать с ним, пока не приедет «скорая». Если, несмотря на ваши усилия, он все же разговаривать не может, начинайте делать искусственное дыхание способом «рот в рот». Когда после ваших действий у пострадавшего будет заметно движение грудной клетки, а губы и кончики пальцев порозовеют, значит, вы работаете правильно.

Передозировка наркотическими веществами опасна не только развитием психотического состояния с бредом и галлюцинациями, но может и не-посредственно вызвать тяжелые нарушения ритма сердечных сокращений (тахикардию, мерцательную аритмию, фибрилляцию желудочков, остановку сердца). Фибрилляция (быстрые мерцательные движения) желудочков сердца сопровождается остановкой дыхания. В этом случае остановка дыхания наступает внезапно, а не постепенно, как при пере-дозировке опиатов.

Если вы обнаружили отсутствие дыхания у пострадавшего, немедленно проверьте его пульс на сонной артерии (она находится сбоку на шее чуть ниже угла нижней челюсти). Если нет дыхания и пульса, - следовательно, наступила «клиническая смерть». Необходимо до вызова «скорой» немедленно начинать неотложные (реанимационные) мероприятия: искусственное дыхание способом «рот в рот» и одновременно закрытый массаж сердца.

Нарушения сердечного ритма не всегда возникают от передозировки, иногда они бывают и на фоне абстиненции. В этом случае до фибрилляции желудочков дело не доходит, но человек чувствует слабость, «перебои» в работе сердца.

Занятие 9.
«Специфические осложнения при употреблении наркотиков»

Цель: ознакомить учащихся с осложнениями, которые возникают в результате употребления наркотиков, профилактика болезней и зависимостей.

Ход занятия:

При употреблении наркотиков происходит поражение иммунной системы, что позволяет развиваться заболеваниям, как собственным, так и возникающим на почве наркомании. Поэтому высокая заболеваемость СПИДом среди наркоманов вызвана не просто пренебрежением санитарными нормами (пользование общим шприцем), но подготовлена предварительно пораженной иммунной системой. Нарушается клеточный иммунитет, что приводит сна-чала к кожным воспалениям, грибковым и вирусным инфекциям. Уменьшается защитная база организма, воспаляются лимфоузлы, поражаются почки и печень. Почечная недостаточность и анурия могут вести к быстрой смерти. Все это является благоприятной почвой для заражения СПИДом.

Для инъекций наркоманы часто используют грязные иглы, не обрабатывают место инъекции антисептиком, да и сам раствор наркотика стерильным бывает редко. В результате бактерии проникают непосредственно в ткани организма и возникают серьезнейшие осложнения.

Тромбофлебит - воспалительный процесс внутри вены.

На поврежденной инъекцией стенке вены образуется тромб из клеток крови, и микробы попадают внутрь этого тромба уже при его образовании. Затем они начинают размножаться. В результате отток крови из тканей по этой вене прекращается, и рука (или нога) больного сильно отекает. Поскольку процесс сопровождается воспалением, конечность становится ярко-красной и горячей на ощупь. Покраснение кожи и боль распространяются прямо по ходу вены.

Если больного не лечить, инфекция начинает разноситься непосредственно по кровеносным сосудам. Результат — сепсис (заражение крови).
Есть еще одна опасность непосредственно от тромбофлебита: если это тромбофлебит бедренной (больные ее ошибочно называют «паховой») вены, то все может закончиться ампутацией конечности. Поскольку, кроме этой вены, путей оттока крови из ноги практически не существует, полное прекращение циркуляции крови в ней сопровождается некрозом (отмиранием) тканей нижней конечности.

Абсцесс - ограниченное гнойное воспаление подкожной жировой клетчатки. Попавшие под кожу бактерии, не встречая сопротивления, начинают бурно размножаться, «переваривают» клетчатку, и в результате образуется «мешочек», содержащий гной.

Внешне абсцесс выглядит как болезненная, ярко-красная, отечная область кожи в том месте, куда раньше был сделан укол. Обычно сопровождается повышением температуры тела.

Если «мешочек» прорвется в лежащие глубже ткани, то будет флегмона, а если прорвется внутрь кровеносного сосуда - сепсис.

Флегмона - почти то же самое, что и абсцесс, только не в виде «мешочка», а в виде свободно распространяющихся по межмышечным промежуткам потоков гноя. Внешне она похожа на абсцесс, но занимает не ограниченную область, а распространяется на значительную часть конечности. Также сопровождается болью, отеком, повышением температуры, да еще мешает движениям конечности.

Флегмона опасна, помимо возникновения сепсиса, гнойным расплавлением нервов, сосудов, мышц, костей и во-обще всего, что попадается ей на пути.

Иначе говоря, в результате любого из гнойных процессов возможно развитие сепсиса.

Сепсис - очень тяжелое состояние и очень опасное. В домашних условиях оно неизбежно приведет к смерти, да и в госпитальных с ним крайне трудно бороться.

Гипертермия - осложнение, которое переживает практически каждый наркоман, регулярно вводящий наркотики внутривенно.

Гипертермия возникает от того, что огромная доза микробов попадает прямо в кровь вместе с раствором наркотика. Это значит, что при гипертермии сепсис может начаться сразу, без предварительных тромбофлебита, абсцесса или флегмоны. Состояние это опасно также тем, что даже в легких случаях от высокой температуры гибнут клетки головного мозга.

Участились случаи заболевания наркоманов сифилисом. Хуже всего, что часто сифилис обнаруживается в запущенной стадии, когда уже появляются осложнения со стороны нервной системы - например, прогрессирующий паралич.

Пневмония (воспаление легких) у наркоманов развивается быстро и протекает тяжело. Кроме того, иногда она осложняется отеком легких, который является смертельно опасным состоянием. К тому же, в настоящее время весьма реальна опасность заболевания

туберкулезом. Поэтому нельзя небрежно относиться к кашлю и температуре у наркомана. На фоне сниженного иммунитета кашель и температура у них через несколько суток могут превратиться в серьезное заболевание.

У наркоманов чаще, чем у других людей, бывают различного рода травмы, физические повреждения. Главная причина понятна - когда сознание затуманено или изменено, непросто избежать опасных ситуаций. Кроме того, жизнь наркомана слишком близка к криминальному миру, где неожиданные «приключения» встречаются на каждом шагу. И травмы бывают весьма серьезными и даже угрожают жизни. Травмы головы, позвоночника, переломы конечностей, кровотечения, ожоги - все это характерно для лиц, употребляющих наркотики.

Занятие 10.
«СПИД: рядом или нет?»

Цель: рассказать о ВИЧ и СПИДе

Задачи: Рассказать о:

- О путях заражения
- В чем разница между ВИЧ-инфекцией и СПИДом?
- Как узнать, инфицирован человек или нет?
- Как нельзя заразиться ВИЧ?

Ход занятия:

Что такое ВИЧ? (ответы учеников)

ВИЧ - это Вирус Иммунодефицита Человека, он передается только от человека к человеку. ВИЧ находится в жидкостях организма человека и размножается внутри клеток иммунной системы. Наибольшее количество вируса находится в крови человека, а также в сперме и вагинальном секрете. В остальных биологических жидкостях человека (слюна, слеза, пот, моча и др.) количество вируса недостаточно для заражения.

Во внешней среде ВИЧ очень нестоек, быстро погибает при воздействии любых дезинфицирующих веществ, при кипячении погибает через 1-3 минуты. ВИЧ может длительно сохраняться при низких температурах.

Попадая в организм человека, вирус встраивается в клетки иммунной системы (Т4-лимфоциты) и постепенно размножается. Под влиянием ВИЧ клетки иммунной системы разрушаются, с течением времени их становится все меньше и меньше, в итоге наступает иммунодефицит. Человек с разрушенной иммунной системой теряет способность сопротивляться заболеваниям, любая инфекция может стать для него смертельной (туберкулез, пневмония, грибковые заболевания и т.д.).

Человек, зараженный ВИЧ, способен передавать вирус другим людям всю свою жизнь.

ВИЧ/СПИД представляет собой величайшую проблему, стоящую перед всем миром. За последние 20 лет пандемия унесла жизни более 25 миллионов человек. Более 40 миллионов в настоящее время живут с ВИЧ, и каждый день заражаются еще по 14 тысяч человек.

Россия занимает одно из первых мест в мире по темпам распространения ВИЧ-инфекции. По данным официальной статистики каждый час диагноз «ВИЧ-инфекция» ставится 6 гражданам России.

В нашей стране уже выявлено более 300 тысяч людей, живущих с ВИЧ, реальное количество ВИЧ-инфицированных, в 3-5 раз больше.

80% ВИЧ-инфицированных в России - это молодые люди 18-35 лет.

С каждым годом увеличивается число женщин с ВИЧ-инфекцией и, следовательно, растет число детей, рожденных этими женщинами.

До 2002 г. большинство ВИЧ-инфицированных в России заражалось при инъекционном употреблении наркотиков, сегодня стремительно растет половой путь передачи.

Сегодня каждый человек может встретиться с этим заболеванием, поэтому всем важно знать, как можно избежать инфицирования ВИЧ.

В чем разница между ВИЧ-инфекцией и СПИДом? (Ответы учеников)

ВИЧ-инфекция - это длительно текущее заболевание, вызываемое Вирусом Иммунодефицита Человека, который поражает и разрушает иммунную систему человека. Длительное время заболевание протекает бессимптомно, в этот период человек чувствует себя абсолютно здоровым, но при этом может передавать вирус другим.

Со временем клеток иммунной системы становится все меньше, развивается иммунодефицитное состояние, при котором организм человека становится восприимчив к разным заболеваниям. Иммунная система человека становится не способной защищать организм от любых болезнетворных микробов. Начинается стадия вторичных заболеваний, которая заканчивается СПИДом.

СПИД - это Синдром Приобретенного Иммунного Дефицита. СПИД - заключительная стадия ВИЧ-инфекции, заканчивающаяся летально.

Как происходит заражение ВИЧ? (ответы учеников)

Источником инфекции является инфицированный ВИЧ человек в любой стадии заболевания. ВИЧ передается только от человека к человеку. Наибольшую опасность в плане заражения представляют кровь, сперма, вагинальный секрет, грудное молоко. Необходимым условием для заражения является попадание биологических жидкостей ВИЧ-инфицированного человека в кровь неинфицированного человека через поврежденные кожные покровы или слизистые оболочки.

ВИЧ может проникнуть в организм тремя путями:

Половым путем - при любых незащищенных (без использования презерватива) сексуальных контактах. Даже один-единственный контакт может привести к заражению. Риск инфицирования половым путем зависит от многих факторов:

- вида сексуальных контактов. Наиболее опасны анальные сексуальные контакты как наиболее травматичные, очень велик риск при изнасиловании. Менее опасны оральные сексуальные контакты, но риск заражения есть и в этом случае.
- наличия других инфекций, передающихся половым путем (ИППП), а также воспалительных процессов, приводящих к нарушению целостности слизистых оболочек половых органов и более легкому проникновению ВИЧ в кровоток. Кроме того, при ИППП увеличивается концентрация вируса в сперме и вагинальном секрете.
- пола: женщины более подвержены риску инфицирования - риск в 2, 5 раза выше, чем у мужчин, так как в сперме количество вируса больше, чем в вагинальном секрете женщины.
- количества вируса, попавшего в организм (риск выше при множественных незащищенных сексуальных контактах).
- вирусной нагрузки у ВИЧ-инфицированного партнера (она выше в начальный период заболевания, в стадии СПИДа, снижается при приеме антиретровирусных препаратов).

Вертикальным путем от инфицированной матери ребенку ВИЧ можно передать:

• во время беременности (при дефектах плаценты, очень высокой вирусной нагрузке у матери и сниженном иммунном статусе).

• в родах при контакте с кровью во время прохождения родовых путей. Большинство ВИЧ-инфицированных детей заражаются именно в родах. Риск для ребенка возрастает при длительном безводном периоде, высокой вирусной нагрузке у матери. Риск инфицирования новорожденного снижается, если во время беременности мать принимала антиретровирусные препараты.

• при грудном вскармливании.

Если ВИЧ-инфицированная женщина во время беременности наблюдалась в Центре профилактики и борьбы со СПИДом и получала профилактическое лечение, в 95-98% случаев у нее рождается здоровый ребенок.

Парентеральным путем (через кровь):

• при переливании зараженной донорской крови, пересадке донорских органов и тканей;

• при повторном использовании оборудования (шприцы, иглы, посуда, фильтры и др.) у потребителей инъекционных наркотиков;

• при использовании нестерильного медицинского инструментария;

• при нанесении татуировок, пирсинге, прокалывании ушей нестерильными инструментами;

• при использовании инфицированных бритвенных, маникюрных приборов, чужой зубной щетки.

Как узнать, инфицирован человек или нет? (ответы учеников)

— По внешним признакам невозможно определить, инфицирован человек ВИЧ или нет, так как вирус может находиться в организме в течение нескольких лет, не проявляя никаких симптомов и признаков.

— Единственная возможность определить инфицирование - это сдать тест на ВИЧ. Анализ крови выявляет не сам вирус, а антитела к нему, для выработки которых нужно около 3-6-ти месяцев.

— Период, когда вирус в организме уже есть, а антитела еще не выработаны, называется "период окна" (от 2-х недель до 3-х месяцев, реже 6 месяцев). Тест на ВИЧ в этот период будет отрицательным, но человек в это время уже инфицирован и может передавать вирус другим людям.

— Чтобы быть уверенным в результате теста, необходимо сделать повторный анализ крови через 3-6 месяцев после последнего опасного контакта.

— Информация о результате обследования на ВИЧ является строго конфиденциальной. Это значит, что о Вашем ВИЧ-статусе не могут сообщить кому-то другому - родителям, друзьям, коллегам по работе (за исключением случаев, когда человек признан недееспособным и находится под опекой, а также в случае возбуждения уголовного дела).

Как нельзя заразиться ВИЧ? (ответы учеников)

ВИЧ не передается бытовым путем:

• при пользовании общим туалетом, душем, посудой, постельным бельем;

• при плавании в бассейне, реке, пруду; при посещении бани, сауны;

• при занятиях спортом, в т.ч. контактными видами спорта (борьба, бокс), совместном пользовании тренажерами;

• при совместном проезде в общественном транспорте, разговоре, рукопожатии, кашле, чихании;

• через еду, приготовленную ВИЧ-инфицированным;

• через укусы насекомых, животных;

• при поцелуях;

• при уходе за больным СПИДом с соблюдением гигиенических правил;

• при совместном обучении в школе, вузе.

Как узнать, инфицирован человек или нет? (ответы учеников)

— По внешним признакам невозможно определить, инфицирован человек ВИЧ или нет, так как вирус может находиться в организме в течение нескольких лет, не проявляя никаких симптомов и признаков.

— Единственная возможность определить инфицирование - это сдать тест на ВИЧ. Анализ крови выявляет не сам вирус, а антитела к нему, для выработки которых нужно около 3-6-ти месяцев.

— Период, когда вирус в организме уже есть, а антитела еще не выработаны, называется "период окна" (от 2-х недель до 3-х месяцев, реже 6 месяцев). Тест на ВИЧ в этот период будет отрицательным, но человек в это время уже инфицирован и может передавать вирус другим людям.

— Чтобы быть уверенным в результате теста, необходимо сделать повторный анализ крови через 3-6 месяцев после последнего опасного контакта.

— Информация о результате обследования на ВИЧ является строго конфиденциальной. Это значит, что о Вашем ВИЧ-статусе не могут сообщить кому-то другому - родителям, друзьям, коллегам по работе (за исключением случаев, когда человек признан недееспособным и находится под опекой, а также в случае возбуждения уголовного дела).

Проблемные ситуации

1) После драки с хулиганом юноша обнаружил на себе остатки чужой крови. Опасно ли это для него в плане заражения ВИЧ-инфекцией?

(*Если кровь попала на неповрежденную кожу, то нет риска инфицирования ВИЧ, так как кожа является надежным барьером, в отличие от слизистых. Если кожа повреждена, инфицирование возможно. Необходимо как можно быстрее убрать кровь! Для этого необходимо обработать кожу спиртом (70%), затем промыть загрязненный участок кожи проточной водой с мылом и вновь обработайте спиртом. Не тереть щеткой! Если кожа повреждена, нужно обработать повреждение 5% спиртовой настойкой йода.)*

2) После отдыха на юге этим летом юноша заболел сифилисом. Сейчас он уже здоров, но считает, что на ВИЧ обследоваться ему не нужно, т.к. когда обнаружили сифилис, результат обследования на ВИЧ был отрицательным.

(*Инкубационный период при ВИЧ-инфекции гораздо дольше, чем при других инфекциях, и в отдельных случаях длится до одного года. Кроме того, при ВИЧ-инфекции не бывает клинических проявлений со стороны половых органов, как при других инфекциях, передающиеся половым путем. Поэтому для того, чтобы быть уверенным, что заражения не произошло, необходимо сдать кровь повторно через 3-6 месяцев после возможного инфицирования.)*

3) При уборке мусора в подъезде женщина укололась шприцем, может ли она заразиться?

(Риск инфицирования ВИЧ при этом незначительный, но полностью исключить его все-таки нельзя. Если женщина укололась иглой, необходимо предпринять следующие действия:

1. Как можно быстрее обработать место укола.

Выдавите из ранки кровь, опустив травмированный участок вниз, промойте проточной водой с мылом, обработайте ранку 5% спиртовой настойкой йода. Нельзя тереть поврежденный участок!

2. Не выбрасывать шприц.

В лаборатории можно определить, содержатся ли в остатках крови в шприце ВИЧ, вирус гепатита В, С, возбудитель сифилиса. В г. Екатеринбурге такие исследования проводятся в Центре лабораторной диагностики (по адресу: ул. 8 Марта, д. 78 в, тел. 257-32-47).

Обследование проводится за счет средств пострадавшего.

3. Если в промывных водах шприца обнаружен ВИЧ.

Не позднее 72 часов с момента травмы следует обратиться в Центр СПИД для решения вопроса о назначении профилактической терапии и диспансерного наблюдения).

ПОМНИТЕ!

Если у Вас была рискованная ситуация, не исключающая инфицирования вирусом иммунодефицита человека:

-незащищенные случайные сексуальные контакты (без использования презерватива)

-совместное или повторное использование игл, шприцев и другого инъекционного инструментария

-применение нестерильного оборудования для татуировок или пирсинга

-использование чужих бритвенных принадлежностей или зубных щеток, на которых были видимые остатки крови.

Обследоваться необходимо не ранее, чем через 3 месяца после последнего рискованного контакта.

Если Вы не изменили свое рискованное поведение, то риск заражения ВИЧ-инфекцией остается! Необходимы повторные обследования.

Достоверная информация, полученная от специалиста, поможет оценить рискованность Вашего поведения, а также развеять сомнения и избежать ненужных страхов.

Чем быстрее удастся выявить заболевание, тем больше шансов замедлить его развитие и повлиять на качество жизни.

- Дополнительные вопросы от учеников

Занятие 11.
«Защити себя от ВИЧ»

Цель:

- выработка и развитие навыков предотвращения заражения ВИЧ-инфекцией у подростков.

Задачи:

- сформировать у подростков навыки предотвращения заражения ВИЧ-инфекцией;
- проверить уровень усвоения информации.

Ход занятия:

Спорные утверждения:

- Принудительное обследование на ВИЧ – единственный способ сдержать распространение инфекции;
- ВИЧ-инфицированная женщина не должна рожать детей;
- Все ВИЧ-инфицированные должны быть изолированы;
- ВИЧ-инфекция – это наказание за гомосексуализм, наркоманию, сексуальную распущенность;
- ВИЧ-инфицированные дети не должны посещать спортивные секции;
- Это не справедливо, что на пенсии старикам у государства денег не хватает, а огромные суммы на лечение ВИЧ-инфицированных находятся;
- Сексуальное воспитание должно пропагандировать безопасный секс;
- Наркоман может умереть от СПИДа;
- Государство должно наложить запрет на брак для ВИЧ-инфицированных граждан.

Игра «Рукопожатия-царапки». Для игры вызывается 16 участников. Им выдаются игровые номера, на одном из которых нарисован красный крестик. Участникам не разрешается сообщать друг другу номера.

Ход игры:

- получите игровые номера;
- постройтесь в 2 шеренги по 8 человек лицом друг к другу.
- Совершите рукопожатие с игроком из противоположной команды, но так, чтобы тот, у кого на номере крестик слегка царапнул (незаметно сдавил пальцы или коснулся запястья, т.е. здесь можно дать задание передать любое незаметное движение, но только одно) партнера.
- После этого сделайте по желанию еще 2-3 рукопожатия с кем хотите, при этом каждый, кого царапнули, должен обязательно передавать «царапку» всем партнерам по рукопожатию
- После окончания игровых рукопожатий, участникам предлагают разбиться на 2 группы: тех, кто получил вместе с рукопожатием дополнительное движение, и тех, кто этого избежал.

Анализ итогов игры.

-Что продемонстрировала игра, кто догадался?

Предполагаемый ответ:

-Она продемонстрировала высокую скорость распространения болезни.

Подвести итоги урока. Ответить на индивидуальные вопросы.

Игра. Провокатор - жертва.

Разбейтесь по парам. Провокатор соблазняет «жертву» на один из поступков, применяя уловки. «Жертва» старается применяя 8 способов отказа в критических ситуациях уклониться от предлагаемого действия:

1. Давай пойдем проколем уши, нос и т. д.! Это модно! Это классно! Это стильно! и т.д.
2. Давай я тебе сделаю татуировку! Посмотри, какой выбор рисунков! Выбери то, что соответствует твоему характеру...

3. Хочешь попробовать уколоться наркотиком? В жизни все надо попробовать хотя бы раз! Да ты просто мамина дочка, уколов боишься! …

4. Моя подружка хорошо делает маникюр(педикюр)! Посмотри, какие у меня красивые ногти…..

Игра «Степень риска» (10 минут)

Цель: закрепить полученную информацию за счет самостоятельной оценки риска заражения ВИЧ-инфекцией при различных формах сексуальной активности и бытовых контактах.

На полу чертится линия – линия РИСКА. На одном ее конце размещается карточка с надписью «Высокий риск», на другом – «Риск отсутствует»; карточка «Небольшой риск» размещается ближе к середине линии.

Каждому участнику дается карточка с ситуацией контакта с ВИЧ-инфицированным человеком: поцелуй в щеку; уход за больным СПИДом; инъекция в лечебном учреждении; укус комара; оральный секс; множественные половые связи; половая жизнь в браке; прокалывание ушей; переливание крови; проживание в одной комнате с больным СПИДом; пользование чужой зубной щеткой; нанесение татуировки; плавание в бассейне; объятия с больным СПИДом; половой акт с потребителем наркотиков; пользование общественным туалетом; глубокий поцелуй; укус постельного клопа.

Каждый участник по очереди зачитывает надпись на его карточке и кладет ее на тот участок линии РИСКА, который, по его мнению, наиболее точно отражает степень риска заражения ВИЧ, охарактеризованной записью на карточке. Обсуждаются ошибки. Выстраивается правильная «линия риска».

Занятие 12.
«Можно ли избавиться от наркомании?»

Цель: убедить ребят в том, что наркомания - тяжелая болезнь, трудно поддающаяся лечению

Задачи:

- формировать у учащихся психологический иммунитет против наркотиков;
- научить подростков определять признаки употребления наркотиков у окружающих;
- обучить способам решительного противодействия попыткам вовлечь их в употребление наркотиков.

Ход занятия:

На какой стадии наркомания излечима? Когда не поздно лечить наркоманию?

С наркоманией бороться не поздно никогда. Но она неизлечима. Как только человек получает психическую зависимость от наркотиков, он приобретает неизлечимое заболевание. Это не значит, что он не сумеет жить без наркотиков. Просто всегда будет иметь высокий риск возобновить регулярную наркотизацию - даже если он этого не хочет и не ожидает от себя. Лекарств, которые могли бы предотвратить развитие наркомании или полностью ликвидировать желание употреблять наркотики, не существует до сих пор. И вряд ли они появятся в ближайшие 50 лет. Может и выясниться, что их создание вообще невозможно.

Некоторые новые «достижения» в лечении наркомании весьма небезопасны. Например, в газете «Аргументы и факты» было опубликовано сообщение, согласно которому российские ученые открыли эффективный способ избавления от наркомании путем вымораживания участка мозга, отвечающего за влечение к наркотикам. Однако таким

образом вряд ли можно вылечиться, так как у наркомана весь организм подвержен разрушительному процессу, а не только отдельные центры ЦНС.

У этого метода есть серьезные противники в профессиональной среде: «Существование центра удовольствия — это гипотеза, предположение, а не доказанный факт. И если даже он существует, удалить его из мозга невозможно, не рискуя сделать человека психическим инвалидом на всю жизнь».

Преподаватели-нейрохирурги медицинского института убеждены, что результат даже самой точной операции на мозге бывает непредсказуем. Можно удалить огромную опухоль, и в психике пациента ничего не изменится. Можно провести крошечную операцию на участке нервной ткани менее миллиметра и сделать слабоумным человека до конца дней.

Общие признаки потребления наркотиков и токсических веществ: Изменение внешнего вида и поведения, напоминающее состояние алкогольного опьянения, но при отсутствии запаха алкоголя изо рта. Изменения настроения - беспричинное веселье, злобность, агрессивность, не соответствующие данной ситуации.

Изменение речи - ускорение, замедленность, невнятность. Изменение цвета кожных покровов - бледность или покраснение лица, блеск глаз или их «мутность», сильно суженные или сильно расширенные зрачки независимо от освещения, круги или мешки под глазами. Изменение двигательной активности и координации движений - повышенная избыточность движений или же, наоборот, вялость, неустойчивость при ходьбе, покачивание туловища даже в положении сидя, нарушение почерка. Специфический запах от одежды, волос, изо рта, неопрятность, неряшливость. Частый насморк.

5).Следы от уколов на руках.

Если у вас возникли подозрения, что школьник употребляет наркотики, необходимо обязательно сообщить об этом учителю или об этом родителям подростка.. В данном случае табу недоносительства не должно действовать, поскольку сокрытие такой важной информации может нанести непоправимый вред здоровью учащегося.

Где бы и в какой бы ситуации ты ни оказался – скажи себе твердо и решительно: НАРКОТИКУ-НЕТ!

Отказ от употребления наркотика - не такое уж легкое дело. Как же можно ответить при отказе от предложенного наркотика?
«Спасибо, нет. Я хочу отдавать себе отчет в том, что я делаю».

«Спасибо, нет. Я не хочу конфликтов с родителями и учителями».

«Спасибо, нет. Если приму наркотик, потеряю власть над собой».

«Спасибо, нет. Это не в моем стиле».

Какие еще формы отказа вы можете предложить?

Именно отказ от наркотика, а не его применение - признак силы, взрослости и защиты от страшной беды - наркомании.

Люди, заинтересованные в распространении наркотика, могут быть легко разоблачены по их высказываниям. Приведем самые типичные из них, а заодно факты, им противоречащие.

Они говорят:

«Наркотики употребляют сильные и талантливые люди».

ФАКТ: все они, если даже были такими, очень скоро потеряли и силу свою, и талант.

«Наркотики бывают «всерьез» и «не всерьез» - от них всегда можно отказаться». ФАКТ: всерьез можно отказаться только один раз - первый.

«Наркотики избавляют от прозы жизни».

ФАКТ: избавляют, но только вместе с самой жизнью.

Как еще можно разоблачить наркодилера?

Для оценки уровня осведомленности о социальных последствиях употребления наркотических средств учащимся можно представить следующие утверждения, с которыми нужно согласиться или опровергнуть.

1. Наркоману не добиться успеха в жизни, мысли о будущем ему только мешают.
2. Наркоман теряет контакт с родными и близкими, любые привязанности для него помеха.
3. Наркоман не может создать собственной семьи, вряд ли кто-то согласится связать свою жизнь с больным человеком.
4. Человек, пристрастившийся к наркотику, не в состоянии получить образование, профессию и занять достойное место в жизни.
5. Удел наркомана - одиночество, так как в конце концов он становится обузой для семьи, близких и общества.

Для оценки уровня осведомленности о юридических последствиях употребления наркотических средств детям можно представить следующие утверждения, с которыми нужно согласиться или опровергнуть.

1. Рано или поздно у наркомана обязательно возникнут проблемы с законом; итогом часто является тюрьма.
2. Нехватка денег на наркотики и собственное безволие часто толкают наркоманов на преступления.
3. Бесплатный сыр бывает только в мышеловке, рано или поздно за все приходится платить.
4. Наркотики толкают женщин на путь проституции, в том числе за «дозу».
5. Окружение наркомана - сплошной криминал, где убийства, изнасилования и тяжкие телесные повреждения - обычное явление.