



«Вместе с детьми – вместе против ПАВ!»

16+ (первичная профилактика)

Умейте ценить то, что дано нам только раз - ЖИЗНЬ

Работу выполнила:
Т.В.Чернышева
учитель биологии

МБОУ «СОШ № 23»
го Дегтярск



Цель: подвести учеников к выбору собственной причины отказа от употребления психоактивных веществ

Задачи:

- Познакомиться с влиянием ПАВ на организм человека.
- Рассмотреть причины употребления ПАВ.
- Создать условия для развития навыков применения форм отказа.
- Отработать виды деятельности, с помощью которых можно достичь тех ощущений, к которым стремятся, употребляя ПАВ.
- Формировать позитивное отношение к окружающему миру, желание вести здоровый образ жизни.

Ожидаемый результат: осознанный отказ учащихся от употребления ПАВ



Ход занятия:

- Организационный момент: «Комплимент» (передаём мягкую игрушку и говорим приятные слова друг другу)
- Актуализация темы: Презентация (СПИД)
- Беседа «Что такое ПАВ и их влияние на организм»
- Тренинг «Тропинка безопасности»
- Распространение буклетов для обучающихся и родителей
- Рефлексия

Психоактивные вещества

– это химические соединения, которые используют с целью достижения состояния опьянения

- 1) Запрещенные законодательством наркотики:
 - стимуляторы центральной нервной системы
 - вещества, подавляющие центральную нервную систему или седативные препараты
 - вещества, вызывающие галлюцинации, или галлюциногены
 - каннабис (гашиш, марихуана)
- 2) Лекарственные средства, используемые для достижения состояния опьянения
- 3) Ингалянты или вещества, попадающие в организм путем вдыхания: технические растворители, различные виды клея, лаки, чистящие вещества, разбавитель, бутан, веселящий газ и газы, используемые в спреях, а также различные виды бензина
- 4) Легальные психоактивные вещества: алкоголь и табак

Влияние ПАВ на здоровье

- **Стимуляторы** (ускоряют все процессы, происходящие в организме): вызывают нарушения ритма сердечной деятельности, мозговое кровоотечение, инфаркт сердца и т.д.
- **Седативные средства** (замедляют все процессы, происходящие в организме): подавляют деятельность дыхательного центра, вызывают остановку процессов жизнедеятельности и т.д.
- **Галлюциногены** (вызывают зрительные, слуховые, вкусовые и пр. иллюзии, уводят от реальной жизни): суициды, «отключенное состояние», психозы и т.д.
- **Каннабис** (влияние очень индивидуальное, может стимулировать или подавлять или вызывать галлюцинации): может привести к психическим расстройствам (обычно к шизофрении), психозам, личностным изменениям, депрессии и т.д.
- **Лекарства: передозировка** (оптимальная ранее доза может оказаться однажды превышенной), может наступить смерть от отравления, многочисленные неожиданные побочные действия препаратов (одно вещество подавляет и вызывает остановку процессов жизнедеятельности, другое вещество стимулирует, при этом сердце и кровеносные сосуды не выдерживают напряжения) и т.д.
- **Ингалянты** (вытесняют кислород из сосудов мозга): вызывают задержку дыхания и спазм гортани (удушье), кислородную недостаточность, убивают клетки мозга, вызывают сердечную аритмию и т.д.
- **Легальные вредные субстанции, алкоголь и табак:** вызывают связанные с алкоголизмом заболевания, смерть от алкогольного отравления, травматизм, зависимость, табакокурение приводит к раковым заболеваниям т.д.
- Другие вещества, используемые с целью опьянения (например, грибы, содержащие алкоголь средства бытовой химии и парфюмерия, и вообще все, что человеку вздумается
- испытать на себе): последствия непредсказуемые, различные отравления и т.д.

- **Комбинированное употребление препаратов может привести, в худшем случае, к смертельному исходу (остановка дыхания и сердца) или серьезному отравлению**





Причины употребления ПАВ



□ Личные отклонения и психические заболевания:

- Психопатия
- Умственная отсталость

□ Специфические особенности поведения:

- Чувство взрослости
- Одиночество
- Реакция протеста
- Имитация



Тренинг
по профилактике употребления
психоактивных веществ (ПАВ)
«Тропинка безопасности»

□ Станция

«Умей сказать «НЕТ!»

Упражнение:

«Выберись из круга»

Цель станции:

информировать о
различных
формах отказа от
употребления ПАВ,
создать условия
для развития
навыков
применения
форм отказа.



“Приемы отказа от предлагаемых наркотиков”:

1. **Выбрать союзника:** поискать, нет ли в компании человека, который согласен с вами, - это помогает получить поддержку и сократить число сторонников употребления.
2. **“Перевести стрелки”:** сказать, что вы не принуждаете никого из них что-либо делать, так почему же они так назойливы?
3. **Смените тему:** придумайте что-нибудь еще; придумайте что-нибудь, что тоже интересно и не связано с приемом наркотиков (пойти в спортзал, на танцы или еще что-нибудь придумать).
4. **“Продинамить”:** сказать, что как-нибудь в другой раз. . .



5. **"Задавить интеллектом"**: если они убеждают, что это безвредно, указать на то, где они врут или просто не знают последствия (для этого нужно знать, чем вредны табак, алкоголь, наркотики).

6. **Упереться**: отвечать "НЕТ" несмотря ни на что. Отстаивать свое право иметь собственное мнение. Это, кстати, будет свидетельствовать о твердом характере.

7. **Испугать их**: описать какие-нибудь страшные последствия, если они будут употреблять (например: поймают, случится белая горячка, заболеем гепатитом и т. д.).

8. **Обходить стороной**: если есть подозрение, что в какой-то компании в определенное время могут предложить наркотики, просто обходите ее стороной.



Станция

□ «Рядом с тобой»

Упражнение:

«Круг»

Цель станции:

рассмотреть особенности влияния ПАВ на различные стороны жизни человека (здоровье, общение с близкими, друзьями, возможность обучения и профессиональную деятельность).
Мотивировать участников на выбор здорового образа жизни (14 – 16 лет), Сформировать представление о различном влиянии ПАВ на жизнь человека (11 - 13 лет).



Станция

□ «Спорные утверждения»

Упражнение:

Работа с «мифами»

«Курение – личный выбор»

«Вред пассивного курения не доказан»

Цель станции:

Предоставить достоверную информацию о негативном воздействии ПАВ на организм человека.



Станция

«Правильный
выбор»

Упражнение:
«Наши
привычки»

Цель станции:
способствовать осознанию
причин
выбора
подростками
здорового
образа жизни.



Станция

«ПАВ: вопросы и ответы»

Цель станции:
предоставить
достоверную
информацию о
влиянии
психоактивных
веществ на
здоровье и жизнь
человека

Виды деятельности, с помощью которых можно достичь тех ощущений, к которым стремятся, употребляя ПАВ:

Драйв:

приключения (приключенческие лагеря, походы и клубы), новые увлечения или друзья, друзья по переписке за границей, занимательные фильмы и книги, ежедневные дела

Смелость:

Чувство смелости можно обрести с помощью специальных приемов, например, выполняя небольшие внушавшие страх действия и принимая участие в требующих смелости упражнениях. Можно заранее обдумать способ действия в определенных достаточно сложных ситуациях, можно обсудить это с друзьями и родителями.

Кроме того, подростку важно понять и почувствовать, что многое он может делать хорошо. Приобретенная таким образом смелость станет постоянной и настоящей.

Расслабление

: фильмы, расслабляющая ванна с ароматизатором, общение с друзьями, чтение, массаж, вкусная еда, пляж, хорошая музыка, спорт и т.д.

Отношение сверстников

: лучший способ добиться уважения друзей – это оставаться самим собой и принимать решения самостоятельно. («не хочу бухать, голова и без этого гудит» и пр.).

Устоявшиеся плохие привычки:

Выработать другие привычки.: другой компании, вместо курения табака начать жевать жвачку, можно заняться йогой, сделать несколько упражнений, которые придадут силы

Мозговой штурм «Причины и последствия употребления ПАВ»

Вариант записи идей при мозговом штурме:

Причины	Последствия
За компанию Модно Назло родителям Чтобы испытать новые ощущения	Смерть от передозировки Потеря уважения окружающих Гепатиты и СПИД Конфликты с родителями



Рефлексия

- Убедила ли информация с занятия о вреде ПАВ? (красные и синие листочки)
- Что ты выбираешь? (зелёный цвет - Здоровье, жёлтый – употребление ПАВ)

- 
- 
- Вывод при обсуждении: практически во всех случаях человек сам выбирает, употреблять ему наркотик или нет; тот, кто выбирает наркотики, косвенно выбирает и последствия.

Источники информации:

▣ [Употребления психоактивных веществ \(ПАВ\) «Тропинка...](#)

Интерактивная игра по профилактике употребления психоактивных веществ (ПАВ). «Тропинка безопасности». Цель: первичная профилактика употребления ПАВ среди подростков в возрасте 11-16 лет.

[nsportal.ru nsportal.ru vuz...igra-po-profilaktike...psihoaktivnyh](http://nsportal.ru/vuz...igra-po-profilaktike...psihoaktivnyh)

▣ [Профилактика употребления пав](#)

Ты и твоя семья (презентация к уроку окружающего мира в первом классе)... ... **Профилактика** употребления **пав**. by Tatyana Yakovleva, Working at ЧГПУ on Nov 20, 2012.

slideshare.net/gymnasia23_74/ss-15256532

▣ Зарецкий В.В. Портянская Л.Л., Рябцев В.К., Ряшина В.В. «Основы групповой игры». При организации и проведении тренинга профилактики злоупотребления ПАВ среди подростков и молодёжи./ Методическое пособие./.: Москва. 2002



Спасибо за внимание