

**ГБПОУ
СТЕРЛИТАМАКСКИЙ
ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ
КОЛЛЕДЖ**



БЕЗ НАРКОТИКОВ!

МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!

**РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЭТАП
РЕСПУБЛИКАНСКОГО КОНКУРСА
НА ЛУЧШУЮ ОРГАНИЗАЦИЮ АНТИНАРКОТИЧЕСКОЙ
ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ**

2020 год

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПРОФИЛАКТИКИ НАРКОМАНИИ

Первое направление - информационное.

Оно заключается в изложении информации о здоровье, о вреде употребления наркотиков, социальной недопустимости их употребления.

Второе направление - развитие самоуправления поведения, сфокусированного на выбранном жизненном стиле.

Разработка планов самосовершенствования, развитие самооценки, обучение стратегиям принятия решений.

Третье важное направление - обучение различным социальным навыкам.

Это налаживание социальных контактов, навыки отказа от предложения употребления ПАВ.



ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ АНТИНАРКОТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ.

—социально-психологическая диагностика

Диагностику прошли,
Все писали от души.
В группе риска нет ребят!
Все здоровы, каждый рад!



—Групповая профилактика и коррекция



Профилактика у нас
Групповая – просто класс!
Тренируемся дружить,
Толерантными всем быть,
Никогда не унывать,
Всех любить и уважать!



«За и против» обсуждали
Первой пробы всяких ПАВ.
Защитим своё здоровье,
«Нет» наркотикам сказав.



А когда мы доиграем,
Всем спасибо дружно скажем.
В круг садимся все за стол,
Результаты обсуждаем,
Чтобы каждый вывод для,
Что он понял, осознал.



-Встречи



-Классные часы

А в учебных группах сами
На классном часе мы сказали
«Нет» всем ПАВ и алкоголю,
«Да» здоровью спорту, морю.



-Конкурсы



ЗАНЯТОСТЬ И ДОСУГ СТУДЕНТОВ

*Мы за здоровый образ жизни!
Спорт- альтернатива вредным привычкам!*



*Посмотри, как жизнь прекрасна!
Ты не трать ее напрасно!*



КАБИНЕТ ПРОФИЛАКТИКИ



Жизнь прекрасна,
Когда она безопасна!



ТЕМАТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ НА САЙТЕ

Наркопост на сайте есть,
Не поленись его прочесть.
Там инструкции всем нам
По здоровью и делам.



ПРОФОСМОТРЫ

За здоровьем мы следим,
Проф. осмотры мы проводим,
Преступлений у нас нет,
ПАВ мы стороной обходим!

ВОЛОНТЕРСКОЕ ДВИЖЕНИЕ

Волонтерство – стиль дружить,
Помогать и дорожить.



Волонтерское движение



«Перекресток»

ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О НАРКОМАНИИ

МИФЫ О НАРКОТИКАХ

- Миф 1:** Получить - продает все. Это не так: 50% подростков никогда не пробовали наркотики.
- Миф 2:** Судяствует "Визаридель" наркотика. Это не так. Все наркотики ядовиты для организма. Все наркотики вызывают привыкание.
- Миф 3:** От острого употребления наркотика всегда можно отказаться. Это не так. Длительное потребление наркотика приводит к зависимости.
- Миф 4:** Наркотики дают не с чем сравнимое ощущение удовольствия. Это не так. Эйфория может длиться от 3-х до 5-ти минут. А остальные 3-5 часов нередко сопровождается тревогой, тошнотой, головокружением и т.д.
- Миф 5:** Если наркотика не вводить в вену, привыкания не будет. Это не так. Любой способ употребления наркотика приводит к зависимости.
- Миф 6:** Лучше бросить постепенно. Это не так. Проще отказаться от употребления наркотика один раз, чем потом пытаться сделать этого снова.

ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ

- Наркотики воздействуют на дыхательный центр и вызывают кислородное голодание организма, что приводит к бронхиту, легочной недостаточности.
- Ухудшается функция сердечно-сосудистой системы, функции всех органов слабеют, и весь организм дремлет, как старость.
- Наркотики утяжелят механизмы регуляции пищеварения, поэтому наркоманы слабеют и худеют до полного истощения, теряют зубы и волосы.
- Атрофируются и отмирают нервные клетки, что приводит к различным расстройствам (депрессия, галлюцинации и др.)
- Наркомания приводит к повышению риска заболеваний инфекционными заболеваниями, передаваемыми половым путем.
- Иммуитет ослабляется, употребление наркотиков повышает риск заражения гепатитом и СПИДом.

ЧТО ТАКОЕ НАРКОМАНИЯ

Наркомания – болезненное пристрастие к наркотическим средствам, связанное с развитием психофизиологической и физиологической зависимости от этих веществ.

Наркотики – вещества различной природы, изменяющие состояние организма и мозга, в том числе и сознания. Одной из особенностей применения наркотика является быстрота возникновения привыкания.

Наркотическое вещество, попадая во внутреннюю среду организма, вызывает синтезирование возбуждения, порождая восторг и эйфорию. Она действует на сознание, приводит к духовной деградации и полному физиологическому истощению организма.

У наркомана и зависимого человека отношения с обществом, теряется смысл жизни. Наркоман теряет все личностные качества: утрачиваются нравственные ценности, человек становится покорным и безразличным, зачастую он теряет друзей, семью, опускается в преступность, приносит несчастье себе и окружающим.

КАК СКАЗАТЬ "НЕТ"?

1. Назови пример. Скажи почему ты не хочешь этого делать.
– Я знаю, что это опасно для меня.
- Я уже пробовал, и это мне не понравилось.
2. Будь готов к различным видам давления.
Люди, предлагающие наркотики, могут быть друзьями или агрессивны. Будьте готовы уйти или сделать что-нибудь, что могло бы уменьшить давление со стороны.
3. Выбери союзника: человека, который связан с тобой, – это поможет получить поддержку и сказать «нет» стороннему употреблению.
4. Имейте подробный план. Ты ведь можешь знать, кто употребляет наркотики, в каких местах эти люди собираются. Постарайтесь быть подальше от этих мест, от этих людей.
5. Друзья с теми, кто не употребляет наркотики. Твои настоящие друзья не будут заставлять тебя принимать наркотики и не будут делать этого сами.

Над книгой
Работали

Редакторы
Заместитель директора по УВР И.М. Наумова
Педагог-психолог Е.А. Максимова

Художественный редактор
Преподаватель профдисциплин В.В. Ерастова

Дизайн обложки, обработка иллюстраций
Студент 2 курса А. С. Прозорова

Подписано в печать
27.01.2020

Формат
А4

ГБПОУ Стерлитамакский
профессионально-технический колледж