



СДЮСШОР «АВАНГАРД» Территория без наркотиков

Тренер-преподаватель по шорт-треку
Истомин Алексей Николаевич

Он хотел научиться, как птица, летать,
Всю Вселенную разом хотел он обнять.
Он хотел, как и все, научиться любить,
Он хотел для любимой единственным быть.
Только слишком беспечно и слишком легко
В свою вену иглу он вонзил глубоко.
Взять от жизни не смог он, увы, ничего.
Под могильной плитой мечтанья его.

...Истощенное, с исколотыми венами тело.
Отрешенный взгляд ничего не выражающих
глаз. Бессвязная речь, ответы невпопад на,
казалось бы, самые обычные вопросы. А
главное, полное безразличие к
происходящему вокруг, отсутствие интереса к
жизни...И все это в 14-16 лет! Да, страшная
картина, название которой – наркомания.

Вопросы:

1. Что такое наркомания?
 - А) болезнь
 - Б) вредная привычка
 - В) преступление
2. Есть ли оправдание у тех, кто принимает наркотики?
3. Как ты относишься к наркомании?
 - А) ненавидишь
 - Б) равнодушен
 - В) жалеешь
 - Г) что-то другое
4. Согласны ли вы с мнением, что всё в жизни надо попробовать, в том числе и наркотики?
5. Если Вам срочно понадобились деньги, и представилась возможность заработать их на продаже наркотиков, воспользуетесь Вы этим способом?

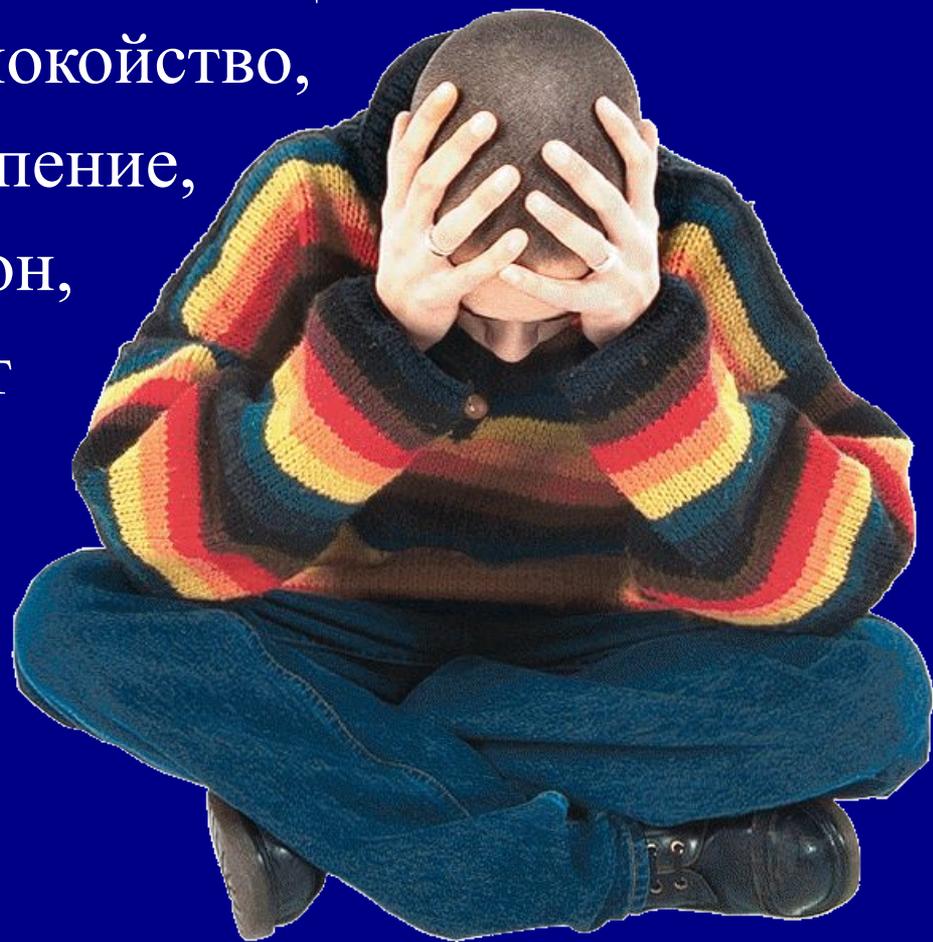
В чём вред наркомании?

1 - е: организм начинает разрушаться, сгорают нервные клетки, снижаются защитные реакции организма, человек подвержен заболеваниям. Наркотики вызывают предраковые процессы в лёгких, атрофию мозга, разрушается кровь.

2 - е: идёт общая деградация личности в 15 - 20 раз быстрее, чем от алкоголя.

3 - е: наркоманы - потенциальные преступники: стремясь получить свою дозу наркотика, часто прибегают к насилию, преступлению.

Опасен любой наркотик, даже одноразовая его проба. Неизбежно появляется привычка. При отсутствии наркотика человек испытывает мучительное состояние – абстиненцию. Его преследует отчаяние, беспокойство, раздражительность, нетерпение, боли в костях и мышцах; он, как при пытке, страдает от тяжкой бессонницы или кошмарных снов. Приём наркотика прекращает эту муку, но ненадолго.





Организм требует новой встряски. И снова под воздействием наркотика возбуждается нервная система.

Могут возникнуть экстаз, болезненный восторг, иллюзии или галлюцинации. Но потом будто бы происходит падение с вершины в глубокую пропасть — следует торможение. Настроение становится крайне угнетённым, подавленным, наступает тяжёлая депрессия.

Вызывает большую тревогу, что:

- Число подростков и студентов, больных наркоманией, за минувшие 4 года в крупных городах выросло в 6-8 раз, число женщин-наркоманок за последние 10 лет увеличилось в 6,5 раз.
- По некоторым данным, в стране сейчас примерно 2 млн. людей, регулярно употребляющих наркотики, примерно 4 млн. человек уже пробовали их, 3/4 из них - молодежь от 14 до 30 лет.
- Каждый десятый школьник уже пробовал наркотики.
- В разных регионах России, по данным правоохранительных органов, насчитывается от 2 до 25 % старшеклассников, которые так или иначе знакомы с употреблением наркотиков.
- 1 наркоман втягивает за год от 4 до 17 человек. При таких темпах через 5 лет в стране более чем 1/4 населения попробует наркотики.

Это надо знать:

- Возраст начала потребления наркотиков совпадает со временем начала учебы в школе. К подростковому возрасту свыше 10 % школьников уже знакомы с действием наркотиков и этот процент растет.
- К окончанию школы 19,5 % мальчиков и 13 % девочек пробовали наркотики, а регулярно "сидят на игле" 9 % мальчиков и 5 % девочек.



Основной возраст первого знакомства с наркотиками приходится на 11-14 лет (41 %) и 15-17 лет (51 %).

Наркотики, порождают ряд проблем

- В школе – тебе больше не добиться успеха – изменяются цели, мысли о будущем только мешают.
- В семье – ты теряешь контакт с близкими людьми – изменяются ценности, привязанности мешают.
- в твоём окружении – многие друзья перестают понимать тебя, они растут, а ты – нет.
- Настоящие чувства не для тебя.



Наркотик укорачивает жизнь

- За удовольствие надо платить – отдавать приходится драгоценное время.
- Опасность заражения СПИДом неминуемая гибель.
- Передозировка – часть ее последствия – быстрая смерть.
- Окружение наркомана – сплошной криминал, убийство наркомана – обыденный случай.
- Часто жить становится настолько «хорошо», что больше и не хочется.



Наркотики влияют на психику

- Твои мысли и чувства уже не принадлежат тебе.
 - Твой разум засыпает, слабеет воля.
- Ты уже не в состоянии созидать и творить, зато натворить, пожалуйста.
- Твое будущее – ограниченность, перспектива – направление движения только вниз.



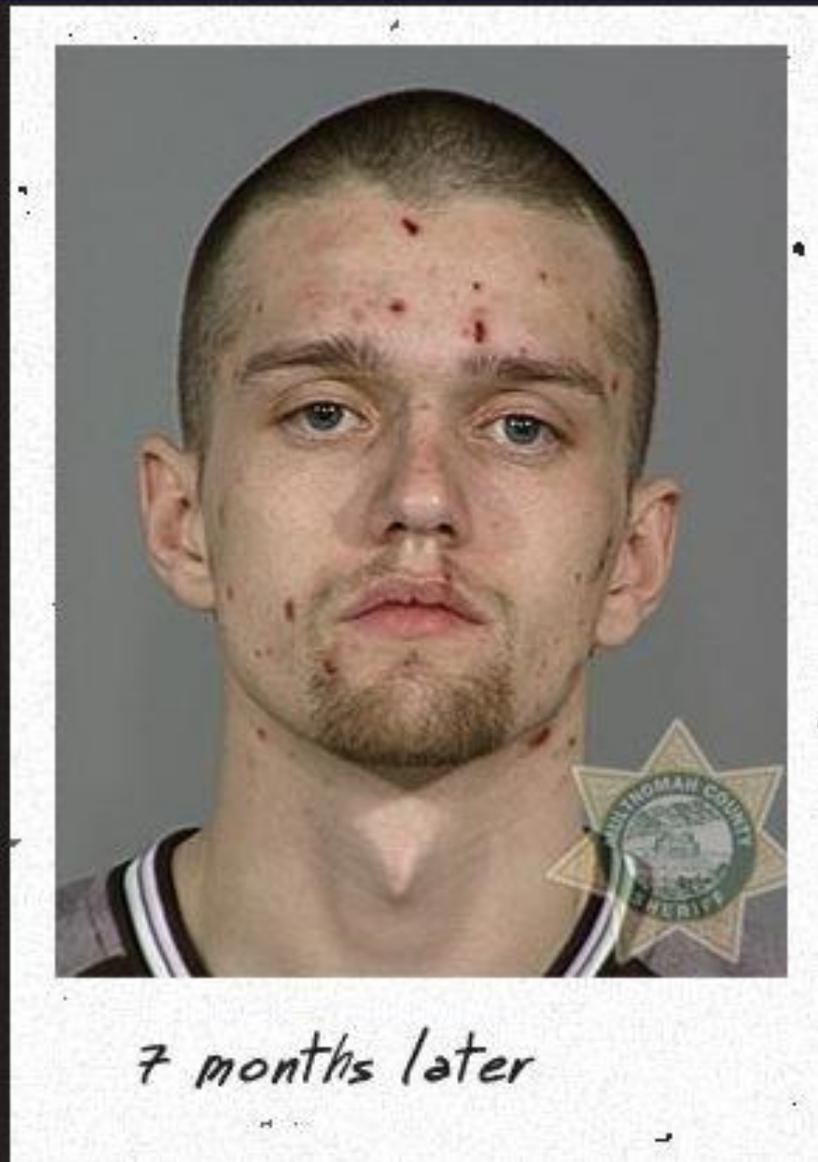
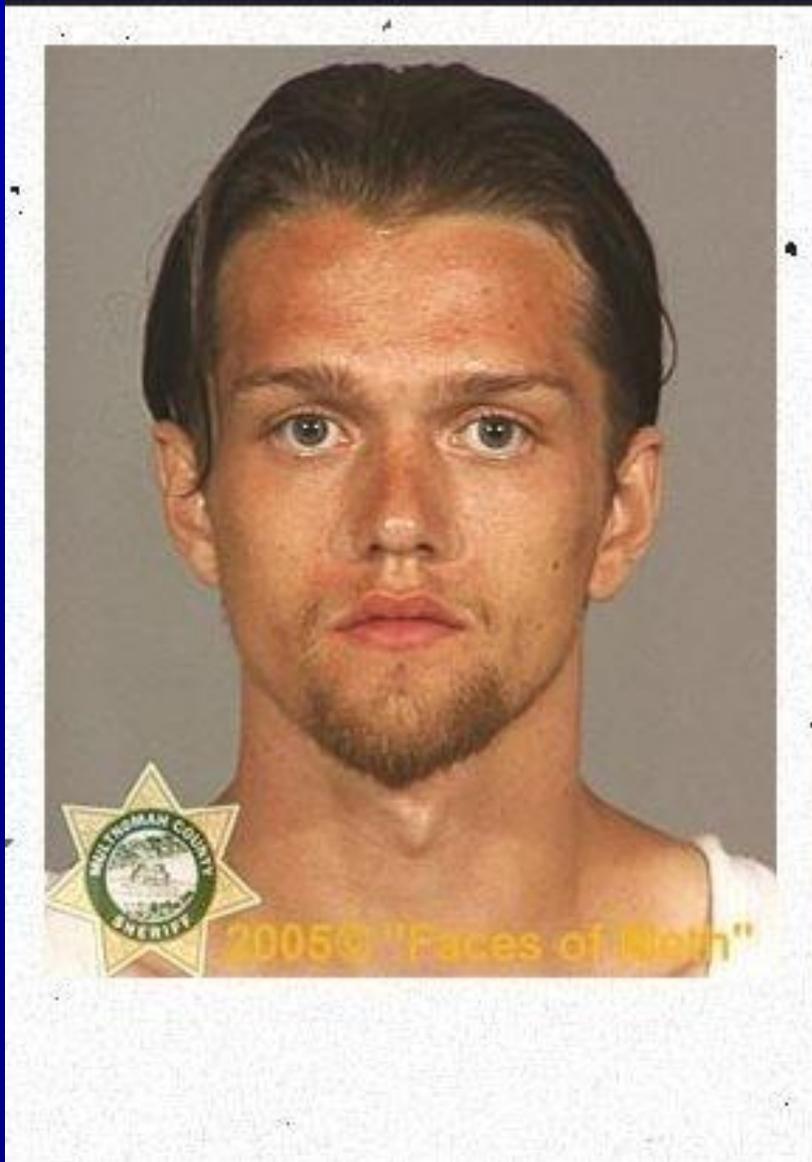


**Принимала наркотики 11
месяцев**



1 year, 5 months later

принимала наркотики 1 год 5 месяцев



Принимал наркотики 7 месяцев



Не бывает пожилых наркоманов. Средняя продолжительность жизни наркомана 3 года

Эдит Пиаф



Владимир Высоцкий



«БИТЛЗ»



***18.09.1970 года
гитарный гений
Джимми Хендрикс
задохнулся от смеси
спиртного и
барбитуратов.***



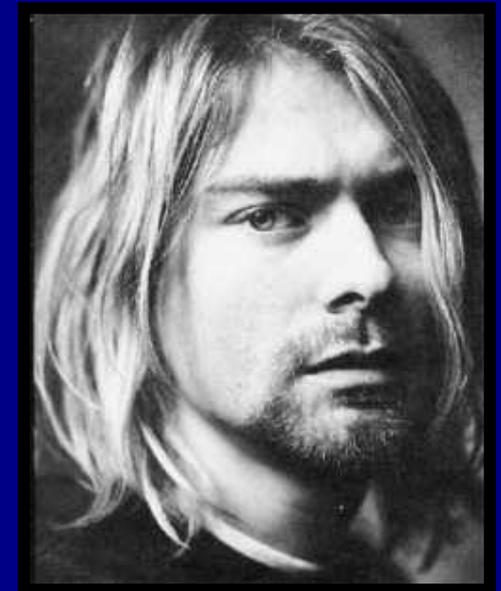
**Январь 1971 года –
королева блюза и
рок-н-рола Дженис
Джоплин умерла от
передозировки
героина.**



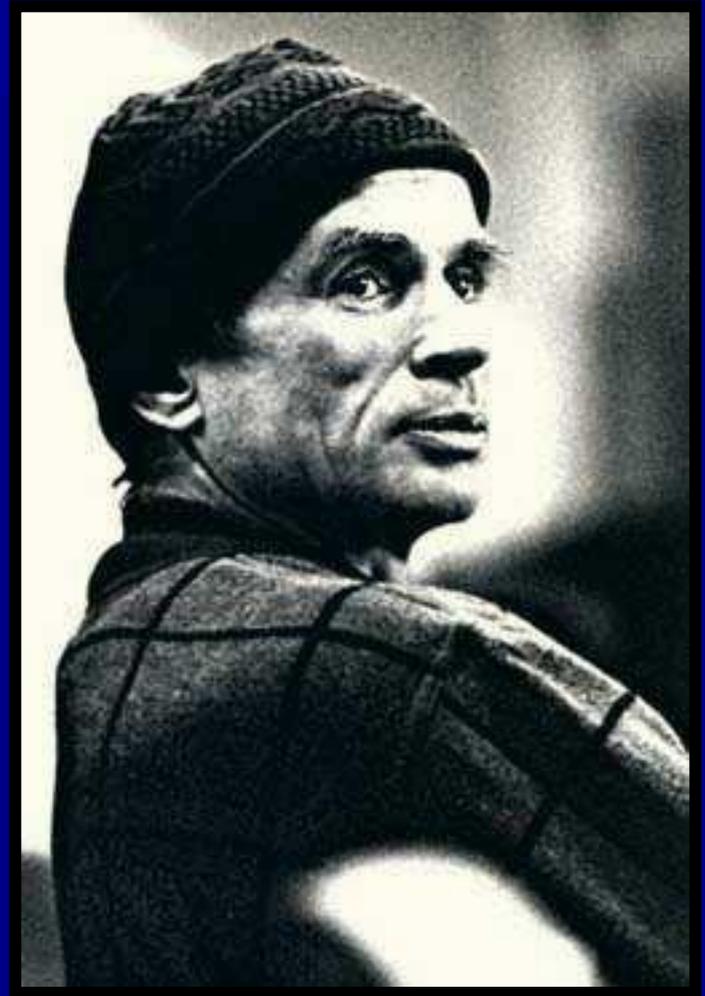
Смерть легендарного Курта Кобейна, солиста группы «Нирвана», - тоже следствие увлечения наркотиками.

8 апреля 1994 года тело Курта было найдено в собственном доме. Рядом валялось ружье - он выстрелил себе в голову. Врачи обнаружили в крови музыканта огромное количество героина.

Рок-легенде Курту Кобейну было всего 27 лет.



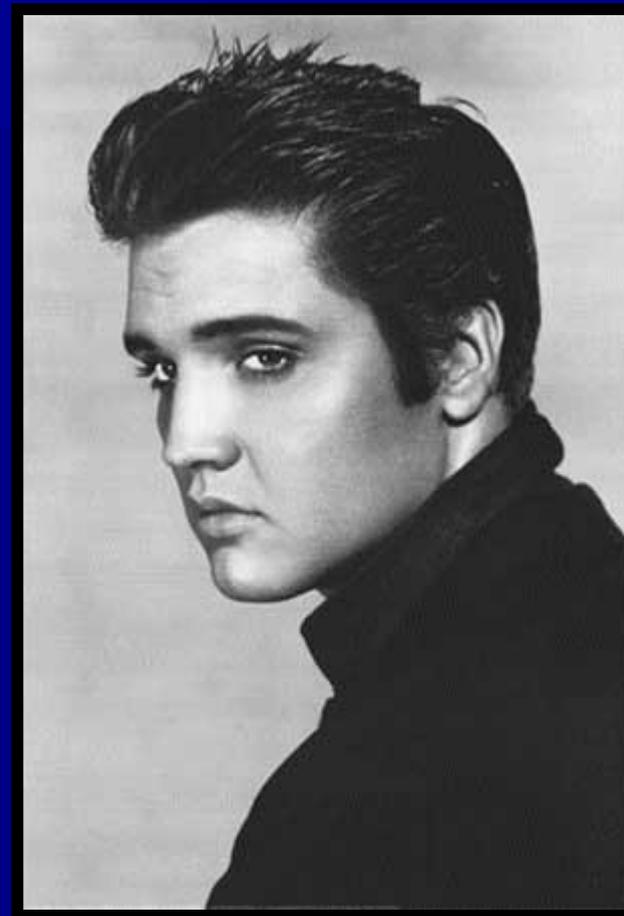
***В 1993 году от
СПИДа скончался
виртуозный
танцовщик Рудольф
Нуриев.***



Наиболее известной жертвой стал лидер группы «Куин» Фредди Меркьюри. Имея 28 миллионное состояние, он мог позволить себе все, но не смог откупиться от смерти.



**16 августа 1977 года
Элвис Пресли был
найден мертвым в
ванной комнате своего
дома. Он скончался от
сердечного приступа.
Ему было только 42
года. Считается, что он
умер не от
передозировки, хотя
врачи нашли в его
крови 10 разных видов
наркотиков.**



Задумайтесь...



Наркоманы



Тебе это надо?





Разве это
не
страшно?

Молодость за дозу!



Это наверное
больно!



Так он и умер...



Узники концлагеря?



Нет. Дети подземелья.

Пока ещё живые...



***«ЧТО МИФИЧНО, А
ЧТО НЕТ».***

Миф 1. Употребление наркотиков не болезнь, а баловство, дурная привычка.

Употребление наркотиков очень скоро приводит к возникновению болезни, название которой - наркомания. Основным симптом этой страшной болезни - зависимость от употребления наркотика, начинающего играть в обмене веществ человека такую же роль, как воздух, вода и пища. Если эту болезнь вовремя не остановить, она приводит к ранней и мучительной смерти, поскольку изменения в организме становятся необратимыми.

Миф 2. Наркомания излечима.

Наркомания неизлечима. Иногда болезнь переходит в скрытую форму, и стоит только после долгого лечения хоть раз попробовать наркотик, как болезнь вспыхивает снова, приобретая еще более тяжелые формы. Поэтому считается, что наркоман даже длительное время воздерживающийся от употребления наркотиков, является хронически больным.

Миф 3. Наркотиком могут поделиться просто так, по доброте душевной.

Есть такая поговорка «Бесплатный сыр бывает только в мышеловке». Наркотики сначала предлагают бесплатно, человек привыкает, и тогда с него начинают требовать деньги. Человеку с каждым разом требуется все больше наркотика и денег, соответственно, тоже. И вот уже для того чтобы каждый день иметь свою дозу, наркоман начинает приучать к наркотикам своих знакомых. За каждого новичка он получает бесплатную дозу.

Миф 4. Нюхать клей, глотать таблетки - это баловство, не имеющее отношения к наркомании.

Это токсикомания. Употребление этих веществ вызывает привыкание и зависимость, таким образом, токсикомания является разновидностью наркомании.

Миф 5. При употреблении наркотика ощущения настолько приятны и необычны, что стоит ради этого рискнуть.

Эйфорическое состояние, ради которого человек начинает принимать наркотики, длится от 3 до 5 минут. А остальные 1-3 часа нередко сопровождаются бредом и кошмарными галлюцинациями. Часто наркотик вызывает у начинающих тошноту и рвоту, резкую сухость во рту и сердцебиение. Иногда вместо удовольствия наступает состояние внезапного страха - так называемая наркоманами «измена». Без наркотиков больной испытывает ужасное состояние - «ломку».

Миф 6. По внешнему виду и образу жизни наркоманы ничем не отличаются от окружающих.

По мере привыкания к наркотикам меняется внешний вид и образ жизни наркомана. Часто появляется бессонница. У наркомана расширены зрачки, застывшее, лишенное мимики бледное лицо, дрожащие, с исколотыми и воспаленными венами руки, очень сильная худоба. Кожа становится серо-желтой, дряблой, появляется ломкость ногтей и волос, наступает преждевременное старение и снижение интеллекта, вплоть до слабоумия. Меняется поведение и образ жизни наркомана, его мысли об одном – «добыть» и принять дозу.

Цвет лица землист. А он не старьй.

В доме холод, грязь...И тишина.

Дети в школе умственно отсталых

И в психиатрической жена...

Слаб и вял он, словно из мочала
сотворен.

А он, при всем при том,

Человеком тоже был сначала,

Тенью человека стал потом.

Евгений Плющенко



Алексей Немов.



Мария Шарапова.



Роман Павлюченко.



**Возможна ли была бы их победа, если
бы они впустили в свою жизнь
наркотики?**

НИКОГДА!

**Каждый человек должен
осознать, что
его здоровье, жизнь – это то,
что он получил от прошлых
поколений, и то, что он
спустя время должен
передать грядущим
поколениям.**

СПАСИБО!