

# Проект: «Не сломай судьбу свою»

- 1 «Курение, первой стадии наркомании»
- 2 «Наркотик- стоит ли ему доверять»

Выполнила: Педагог – психолог Нурудинова Л.Ш

ЛОБНЯ 2017 г.

# Введение

- Аддиктивное поведение характеризуется наличием стремления к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния, осуществляемого посредством злоупотребления различными веществами: табаком, алкоголем и наркотиками.
- Употребление наркотических и психоактивных веществ является одной из основных социальных опасностей нашего общества. По данным социологического исследования в России регулярно употребляют наркотики – около 4 млн. человек. Число больных наркоманией достигает 400 тыс. человек.
- Проблема наркомании в современной России вызывает особую озабоченность не только из-за катастрофического числа наркоманов, но и из-за темпов, которые охватывает все больше и большее количество людей.
- Первопричиной многих болезней и короткой продолжительности жизни является курение. Основной частью табака является никотин – бесцветная масляная жидкость, которая окисляется на воздухе до коричневого цвета и имеет специфический табачу запах. Табак курят, нюхают или жуют. Предпочтение в последнее время отдается курению. По не уточненным данным в России курят более 30 миллионов человек.
- Ученые уже давно доказали непосредственную связь между депрессией и зависимостью от табака. Кажущийся стимулирующий эффект сигареты на самом деле оказывает падение жизненного тонуса.

# «Курение – первая стадия наркомании»

- **1.1 Анализ образовательной ситуации**
- Школа обращается к решению данной проблемы, потому что, важным направлением в работе педагога является формирования учеников здорового образа жизни, помочь подростку. Осознать проблему нарко-зависимости и выработать у него навыки защитного поведения. В связи с этим администрация школа приняла решение: разработать проект который направлен, прежде всего, на пропаганду здорового образа жизни и профилактику вредных привычек.
- Участниками проекта выступают дети, родители, педагогический коллектив, педагог-психолог, медицинские работники.



- **1.2 Цель проекта:** воспитание ценностного отношения учащихся собственному здоровью, стремление к здоровому образу жизни.
- **1.3 Задачи:** администрация школа обеспечить здоровьесберегающую образовательную среду для всех ее субъектов; осуществлять контроль реализации проекта и его результатов;
- Привлечь внимания школьников, родителей к проблеме курения и повысить мотивацию учащихся жить без вредной привычки, стремление к психическому, нравственному и физическому совершенству.
- Помочь учащимся в осознании масштабов того вреда, которое курение оказывает на здоровье человека, способствовать формированию отрицательного отношения к курению.
- Разъяснить пагубное воздействие никотина и компонентов табачного дыма на системы органов человека.
- Убедить родителей в необходимости обсуждения и решения в семье проблемы курения;
- Формировать отрицательное отношение к вредным привычкам.



## □ 1.4 Изучение ресурсов

- Школа обладает достаточным кадровым потенциалом в подготовке проведения классных часов, тренингов, круглых столов, собраний, проводится анкетирование обучающихся, подготовка памятки для родителей и детей, сбор пословиц курения, создание презентаций, подбор слайдов для антитабачной викторины, фактов о курении, репетиция антибригад «Антикур».
- Место проведения: кабинет информатики.



## 1.5 Создание школьной команды

- 1. В школьную команду по реализации проекта входят: администрация, учителя, медицинская сестра, классные руководители, волонтеры, родители и успешные волонтеры – выпускники прошлых лет.
- 2. Кто какие функции выполняет:
- Администрация** осуществляет организационный контроль реализации всего проекта, разъясняет процедуру и регламент проведения классных часов для учащихся (специальные встречи) и учителя (совещание при директоре). Контролирует подготовку учащихся к анкетированию; проводит анкетирование в начале проекта и по его окончанию;
- Школьный психолог** проводит диагностическую, индивидуальную, коррекционную (по запросу родителей), развивающую, просветительскую работу с учащимися. Коррекционные беседы с учащимися сплошными к употреблению табака и алкоголя. Анкетирование учащихся и родителей с целью выявить причины, почему люди начинают курить и употреблять алкоголь?
- Школьная медицинская сестра** осуществляет информационно-просветительскую работу с учащимися;
- Классные руководители** осуществляют информационную и психолого-педагогическую поддержку учащихся и их родителей в форме индивидуальных бесед, родительских собраний по проблеме влияния курение на здоровье подростков
- Волонтеры – родители** осуществляют посильную помощь в решении возникающих проблем по запрету администрации педагога – психолога, классных руководителей;
- Волонтеры – выпускники прошлых лет** по запросу администрации организуют встречу с подростками, оказании помощи учащимся в осознании масштабов того вреда, которое курение оказывает на здоровье человека, способствовать формированию отрицательного отношения к курению;
- Школьная антибригада «Антикур», «Нет табачному дыму!». Подготовка материалов к проведению собраний, классных часов (пословиц, стихов, постановка, сценарий «Жизнь без дыма»).

## 1.6 План действия

Входное анкетирование и психологическая диагностика выявление причин употребления табака. Потребность в медицинском аспекте реализует школьная медицинская сестра.

Тема беседы «Почему в подростковом и юношеском возрасте недопустимо курить и употреблять алкоголь». Эти вещества замедляют рост, а самое главное – нарушают умственную деятельность подростка, ухудшают память, мышление, внимания.

Психологическая поддержка проводится анкетирование, беседы, дискуссии, тренинги, который направлен, прежде всего, на пропаганду здорового образа жизни и профилактику вредных привычек. Раздача памятки учащимся «Как бросить курить». Рекомендации чтоб отказ от курения протекла легче (Ежедневно съедайте по ложке меда – он помогает печени очистить организм от вредных веществ) (раздача).

Родителям памятка «Если ваш ребенок начал курить» (от психолога)

Проведение повторных анкетирований на выходе из проекта.

Родители и ученики разрабатывают правила «Как бросить курить» после чего каждая команда предлагает свой вариант.

Родители и ученики создают листовки с антирекламой курения по любой из следующих тем: «Жизнь без дыма», «Мир без табака», «Скажи нет сигарете», «Очистим мир от дыма». Создаваемые листовки собирают антибригада и распространяет по школе и микрорайону.

## 1.7 Выступление педагога – психолога

«Какая борьба ведется с курением в современном мире?»»

Предлагается презентация: «Влияния курения на организм человека». Болезни где наглядно показаны легкие курящего человека, различные болезни к которым может привести наркомания и курения.

Выявление психологом некоторые факты о курении: из 100 человек, умерших от рака легких 90 человек курили; из каждых 100 человек, умерших от хронической заболевании легких, 75 человек курили, болезни сердца из 100- 25 человек курили.

Необходимо помнить, что одной из основных преград отказа от курения является табачная (никотиновая) зависимость. В Международной классификации болезней десятого пересмотра табачная зависимость наряду с алкогольной и наркотической отнесены к категории “Умственные и поведенческие расстройства, обусловленные использованием психоактивных соединений”. Теперь курение классифицируется как заболевание.

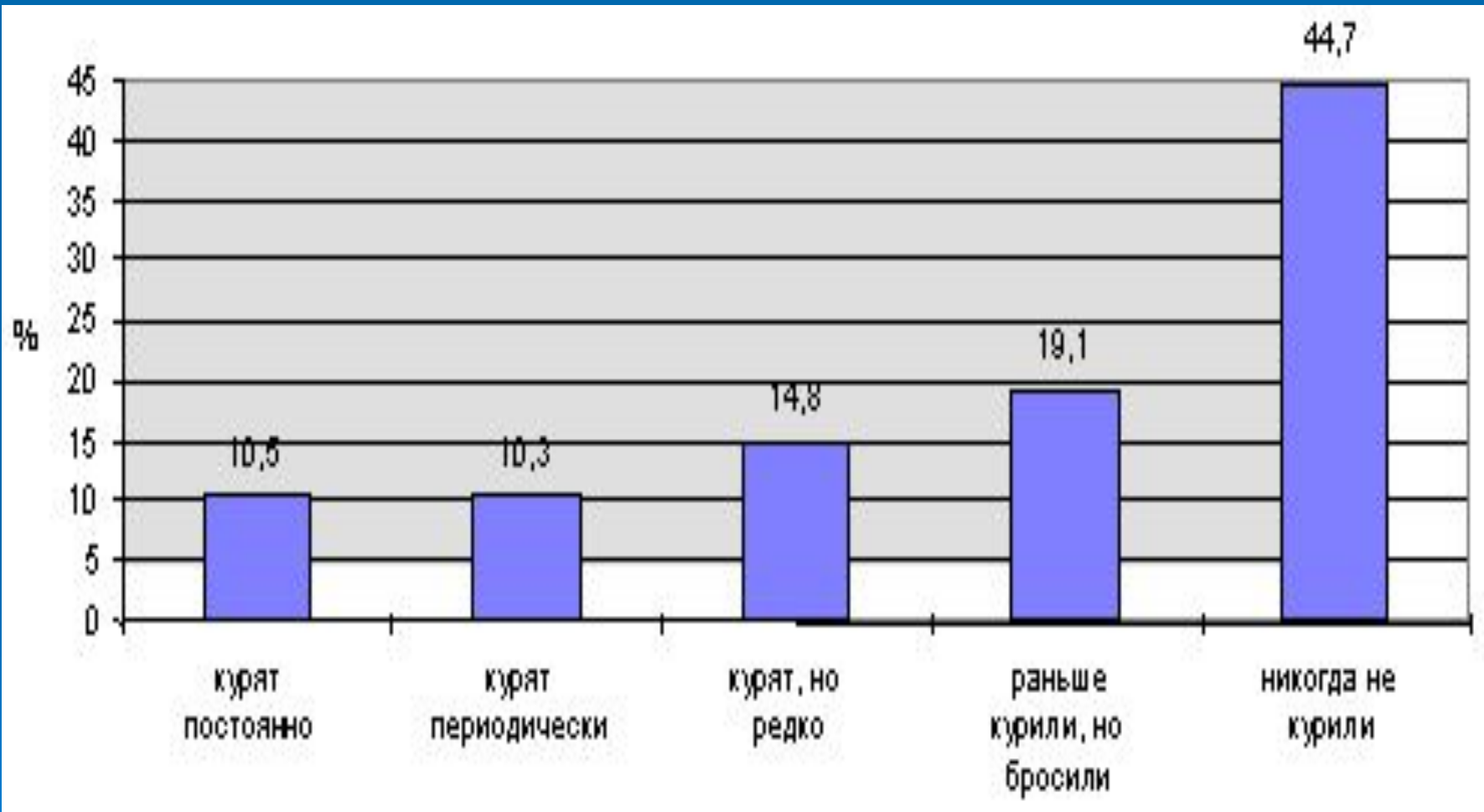




- **1.8 Результат (формы и методы отслеживания)**
- 1. Основным критерием адекватной реализации проекта является знания полученные о табаке, что курение несет особый вред для организма человека, что он является первым наркотиком, который пробуют ребята.
- 2. Выводы учащихся:
- Куренье – это ...
- Сигарета в руке – это показатель...
- Не курить – это значит...
- Для того чтобы бросить курить нужно...
- Результат проекта «Не сломай судьбу свою» отслеживается на основе повторения диагностик и анкет. Включение тем о табаке, наркомании при составлении плана по воспитательной работе по школе на следующий год.



# Структура вовлеченности детей в табакокурение



# Памятка для учеников

## Памятка "Как бросить курить"

- Не покупайте сигареты в большом количестве.
- Не докуривайте сигарету до конца, оставляйте последнюю треть, ведь самые вредные компоненты табачного дыма находятся именно в ней.
- Не затягивайтесь сигаретой.
- Старайтесь ежедневно сокращать количество выкуриваемых сигарет на 1–2 шт.
- Замените сигареты физическими упражнениями, прогулкой.

# Памятка для родителей

## Если ваш ребенок начал курить

Вы узнали, что ваш сын или дочь курит. Для вас это неожиданность. Первая мысль, которая приходит в голову, – строго наказать, запретить раз и навсегда, чтобы это никогда не повторилось. Однако не спешите!

- Наказание не устраняет причин раннего курения! Оно только наносит ущерб доверию ребенка к родителям.
- Не надо запугивать подростка, информация о вреде курения должна быть достоверной и актуальной.
- Курение родителей в присутствии подростков недопустимо! Запрещение курения для подростков должно быть обосновано и мотивировано!
- Взрослые не уронят своего авторитета, если откровенно признаются детям в своей слабости: сами они курят потому, что не в силах избавиться от этой пагубной привычки. Это создаст у детей правильное отношение к курению и повысит доверие к родителям.
- Родители должны первыми освободиться от курения.
- Помогите ребенку отвлечься от привычки курить (игры, отдых на свежем воздухе, прогулки, беседы – все это способствует отказу от курения).
- Следует не назидать, а поддерживать своих детей, утверждать, что все получится, если человек чего-то хочет добиться.
- Не бойтесь компании своего ребенка, а помогайте и его друзьям бороться с соблазном курения.

# «Наркотик – стоит ли ему доверять»



## Анализ образовательной ситуации

Школа обращается к решению данной проблемы, потому что, важным направлением в работе педагога является формирования учеников здорового образа жизни, помочь подростку. Осознать проблему нарко-зависимости и выработать у него навыки защитного поведения. В связи с этим администрация школа приняла решение: разработать проект который направлен, прежде всего, на пропаганду здорового образа жизни и профилактику вредных привычек.

Участниками проекта выступают дети, родители, педагогический коллектив, педагог-психолог, медицинские работники, врачи-наркологи, подростки проходившие реабилитацию.

**Цель проекта:** Изменение отношения к употреблению ПАВ в молодежной среде, активизация внимания молодежи к анти-наркотической пропаганде, стремление к здоровому образу жизни.

**Задачи:**

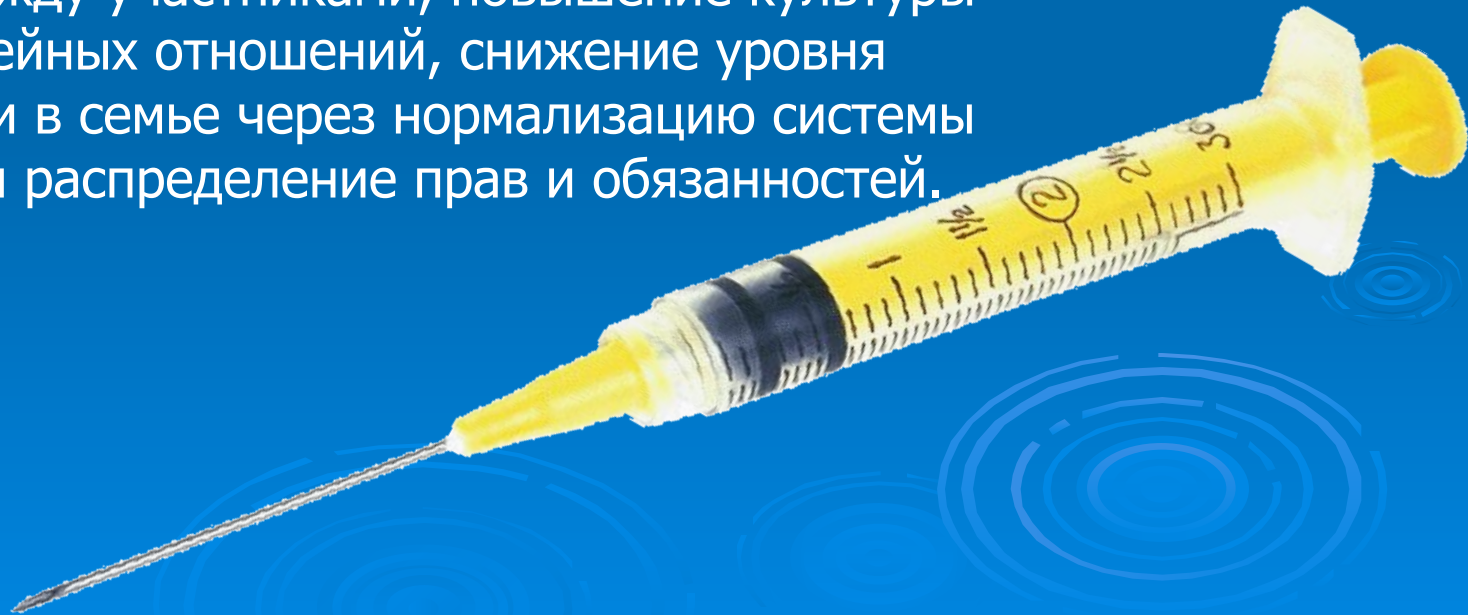
Повышение уровня информированности у людей о проблеме;

Изменение отношений школьников к проблеме;

Выработка и развития навыков развития здоровья;

Формирование мотивации к сохранению здоровья;

Улучшение между участниками, повышение культуры внутрисемейных отношений, снижение уровня конфликтности в семье через нормализацию системы требований и распределение прав и обязанностей.



- **Изучение ресурсов**

- Школа обладает достаточным кадровым потенциалом в подготовке проведения классных часов, тренингов, круглых столов, собраний, проводится анкетирование обучающихся, подготовка памятки для родителей и детей, сбор пословиц о наркомании, создание презентаций, фактов о наркомании, репетиция антибригад «No - наркотикам».
- Место проведения: актовый зал



## Создание школьной команды

В школьную команду по реализации проекта входят: администрация, учителя, медицинская сестра, классные руководители, врачи-наркологи, педагог-психолог, подростки проходившие реабилитацию.

Кто какие функции выполняет:

**Администрация** осуществляет организационный контроль реализации всего проекта, разъясняет процедуру и регламент проведения классных часов для учащихся (специальные встречи) и учителя (совещание при директоре). Контролирует подготовку учащихся к анкетированию; проводит анкетирование в начале проекта и по его окончанию;

**Школьный психолог** проводит диагностическую, индивидуальную, коррекционную (по запросу родителей), развивающую, просветительскую работу с учащимися. Коррекционные беседы с учащимися сплошными к употреблению наркотиков. Анкетирование учащихся и родителей с целью выявить причины, почему люди начинают принимать наркотики.

**Школьная медицинская сестра** осуществляет информационно-просветительскую работу с учащимися;

**Классные руководители** осуществляют информационную и психолого-педагогическую поддержку учащихся и их родителей в форме индивидуальных бесед, родительских собраний по проблеме влияния наркотиков на здоровье подростков.

**Врачи-наркологи** осуществляют информационную и просветительскую работу с учащимися. Проводят беседы о вреде наркотиков на социальное и физическое развитие человека.

**Подростки проходившие реабилитацию** осуществляют информационную беседу с учащимися. В беседу входят причины возникновения склонности к употреблению наркотикам, типология их аддитивного поведения, нарушениях процесса социализации, о нарушениях построении межличностных отношений.

Школьная антибригада «No - наркотикам», «Мир без наркотиков», «Наркотик – стоит ли ему доверять?». Подготовка материалов к проведению собраний, классных часов (поговорок, чтение писем наркоманов, стихов, постановка, сценарий «Жизнь без наркотиков»).



## План действия

Входное анкетирование и психологическая диагностика выявление причин употребления наркотиков. Потребность в медицинском аспекте реализует школьная медицинская сестра.

Тема беседы: «Почему в подростковом и юношеском возрасте недопустимо принимать наркотики». Эти вещества замедляют рост, нарушают умственную деятельность подростка, ухудшают память, мышление, внимания, а самое главное влияет на здоровье, может привести к смерти человека.

Психологическая поддержка проводится анкетирование, беседы, дискуссии, тренинги, который направлен, прежде всего, на пропаганду здорового образа жизни и профилактику вредных привычек. Просмотр презентации «Наркомания» и рассказ педагога-психолога. Раздача анкет учащимся.

Родители и ученики создают листовки с антирекламой о наркомании



## Выступление педагога – психолога

1 Ознакомление с последними данными: К числу постоянных потребителей одурманивающих препаратов мы отнесли 1,1% юношей и девушек. Из них 0,4% или 1,4 тыс. детей, судя по ответам в анкетах, следует признать наркоманами. Это главным образом учащиеся старших классов.

2. Предлагается презентация «Наркомания» болезни где наглядно показаны результаты воздействия на организм человека.

3 Возраст первых проб – 8-10 лет. Подростки употребляют наркотики в 7,5 раз чаще, чем взрослые. Каждый 10 российский подросток – наркоман. К окончанию школы 9% мальчиков и 5% девочек – наркоманы. Специалисты разных ведомств – врачи, психологи, милиция, общественность объединяют усилия по борьбе с наркоманией. Но пока о положительных результатах говорить рано. И поэтому каждому необходимо не просто задуматься о данной проблеме, а предпринимать конкретные действия по профилактике злоупотребления ПАВ и борьбе с наркоманией.



# Сын наркоманов (фото)



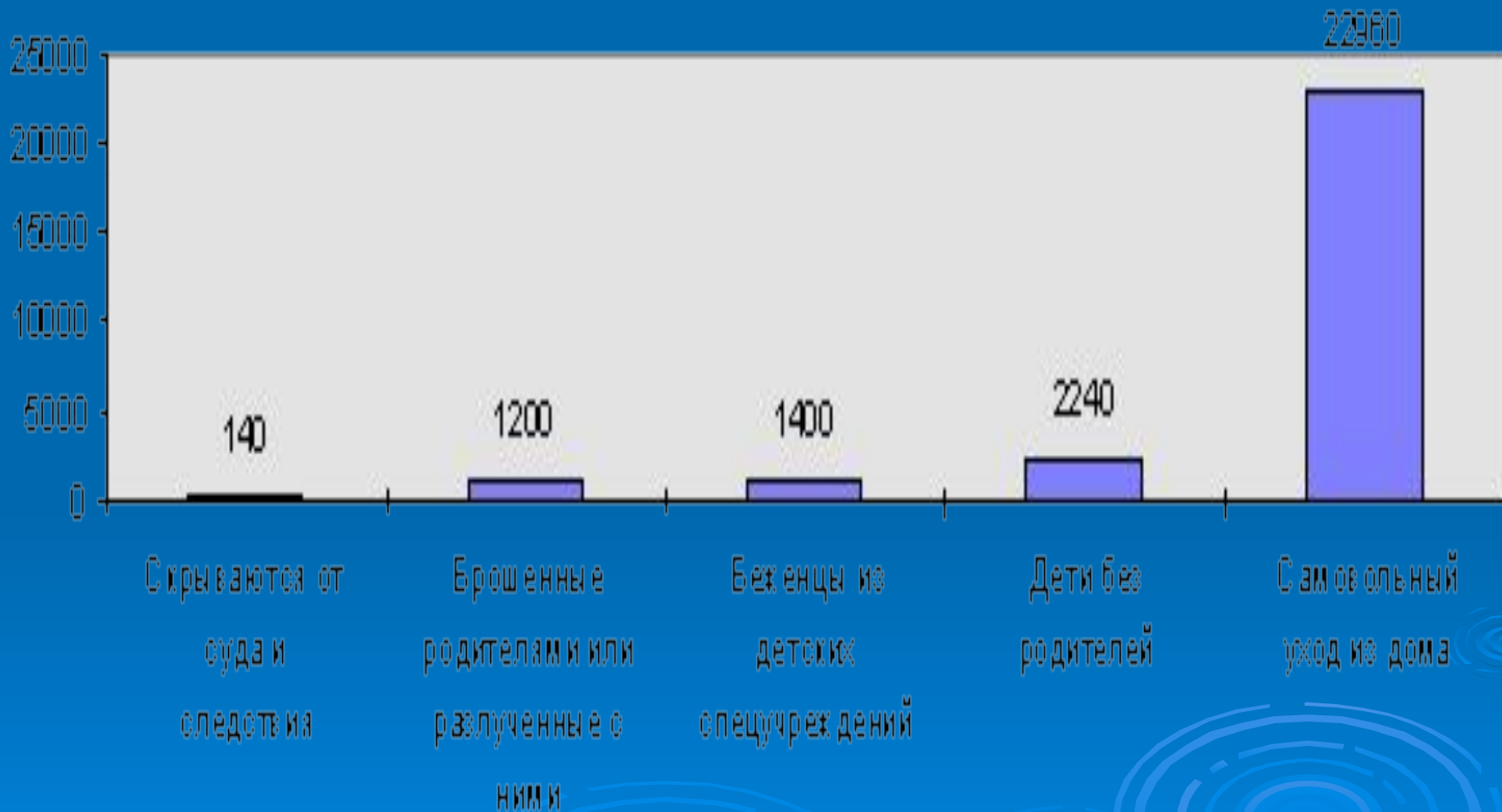
## Результат (формы и методы отслеживания)

Основным критерием адекватной реализации проекта является знания полученные о наркотиках, что наркомания несет особый вред для организма человека, что он является опасным для жизни



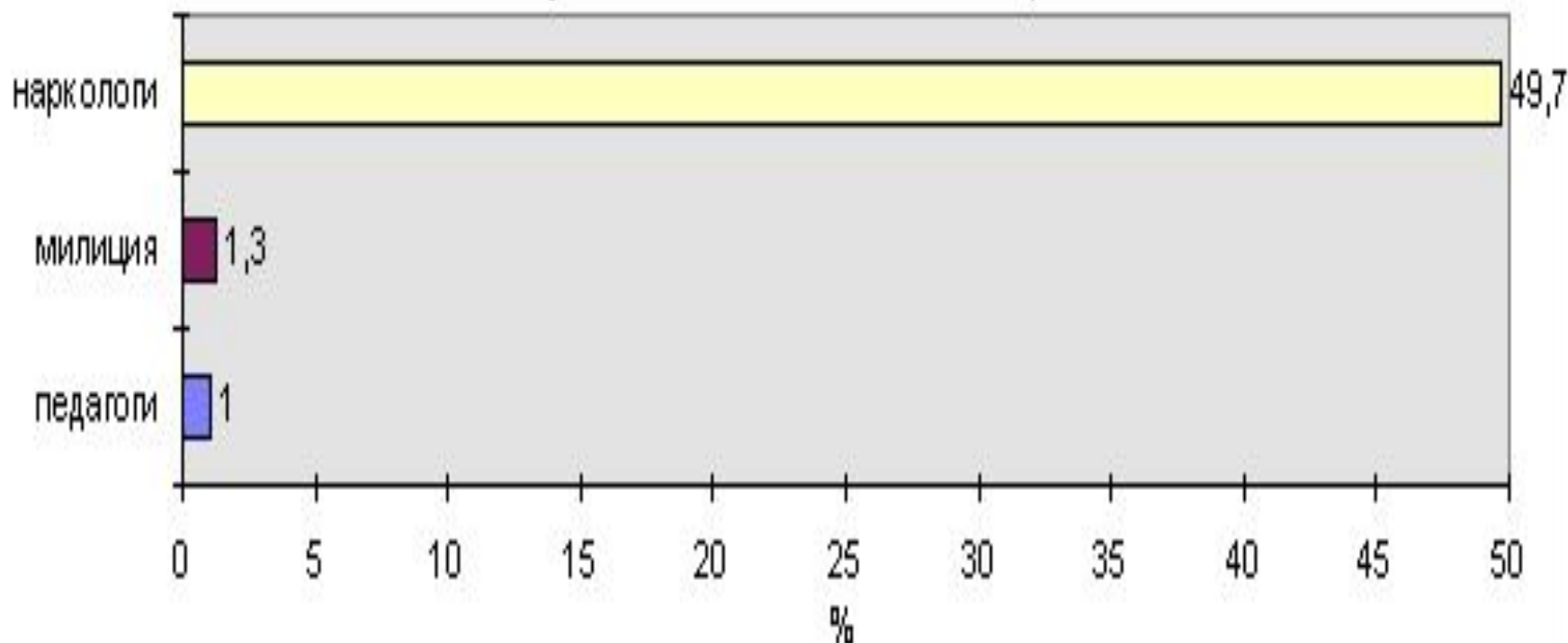
# Диаграмма 1: «Факторы влияния на употребления наркотиков»

КОЛ-ВО



## Диаграмма 2 « Таблица доверия»

Родители (обратятся за помощью в случае заболевания ребенка  
наркоманией/токсикоманией)



# Молодость за дозу!



## Основные понятия

Для целей настоящего Федерального закона используются следующие основные понятия:

табачные изделия - изделия для курения, жевания или нюханья, упакованные в потребительскую тару, в том числе сигареты с фильтром, сигареты без фильтра, папиросы, сигары, сигариллы, табак трубочный, табак курительный, махорка - крупка курительная;

курение табака - вдыхание дыма тлеющих табачных изделий;

никотин - вещество, содержащееся в табаке;

смола - один из продуктов сгорания табака, возникающий в процессе курения и способствующий возникновению заболеваний;

окружающий табачный дым - табачный дым, содержащийся в атмосферном воздухе закрытых помещений, в которых осуществляется курение табака.

Наркомания – болезнь, вызванная систематическим употреблением средств, включенных в государственный список наркотиков, и проявляющаяся психической, а иногда и физической зависимостью от них.

Абстиненция – состояние, при котором нарушено физическое или психическое восприятие.

Зависимость – влечение к тому состоянию, которое вызывает наркотик (может быть психической, физической).

Наркотик – психоактивное вещество, которое включено в официальный государственный список вследствие социальной опасности из-за способности при однократном употреблении.

Аддиактивное поведение – злоупотребление различными веществами, изменяющими психическое состояние, включая алкоголь и курение табака, до того, как сформировалась физическая зависимость.



# Наркоманы



## Заключение

Наркомания является одной из важных проблем нашего общества, вызвавшей острую необходимость решительных и активных действий в организации профилактики злоупотребление психоактивными веществами в образовательной среде.

В результате наркотизации у потребителей ПАВ возникают серьезные проблемы со здоровьем, они и легко заболевают тяжелыми инфекционными заболеваниями и столь же легко их распространяют. Потребители наркотиков или больные наркоманией втягиваются в криминальную деятельность.

Практически невозможно сочетать учебу или работу с употреблением наркотиков. Ко, всему прочему, наркоманы разрушают и деформируют семьи, они не могут выполнять свой долг перед обществом и защищать интересы государства.

В связи с этим, ранее выявление лиц, начавших употреблять наркотики или больных наркоманией, имеет первостепенное государственное, семейное и личное значение.

Исследованиями доказано, в чем вред курения. В дыме табака содержится более 30 ядовитых веществ: Никотин, Углекислый газ, Окись углерода, Синильная кислота, Амиак, Смолистые вещества, Органические кислоты и другие.

1-2 пачки сигарет содержат смертельную дозу никотина. Курильщика спасает, что эта доза вводится в организм не сразу, а дробно. Статистические данные говорят: по сравнению с некурящими длительно курящие в 13 раз чаще заболевают Стенокардией, в 12 раз - Инфарктом миокарда, в 10 раз - Язвой желудка. Курильщики составляют 96 - 100% всех больных Раком легких. Каждый седьмой долгое время курящий болеет Облитерирующим эндартериитом - тяжким недугом кровеносных сосудов.

Курящие подвергают опасности не только себя, но и окружающих людей. В медицине появился даже термин "Пассивное курение". В организме некурящих людей после пребывания в накуренном и не проветренном помещении определяется значительная концентрация никотина.

Никотин воздействует и на железы внутренней секреции, в частности на надпочечники, которые при этом выделяют в кровь гормон - Адреналин, вызывающий спазм сосудов, повышение артериального давления и учащение сердечных сокращений. Пагубно влияя на половые железы, никотин способствует развитию у мужчин половой слабости - ИМПОТЕНЦИИ!!! Поэтому её лечение начинают с того, что больному предлагают прекратить курение.

Особенно вредно курение для детей и подростков. Еще не окрепшие нервная и кровеносная системы болезненно реагируют на табак.

Пока ещё живые...



## Список используемой литературы

- « Воспитание личности в коллективе» - Автор Я.Г. Плинер, В.А. Бухвалов Москва 2000 г.
- « Профилактика социального опасного поведения школьников» Автор Е.Ю. Ляпин Волгоград 2007
- Журнал «Справочник классного руководителя №7» 2008 г.
- «Педагогическая психология» Автор С.В. Сарычев, И.Н. Логвина 2006 г.
- «Дарите детям любовь» лекции и материалы для проведения родительских собраний Автор Н.А. Максименко Волгоград 2006г.
- Б.С. Окунев « Наркотики» Самара 1998 г.
- М.А. Шилова «Практическое пособие о наркомании» Москва 2004 г.
- Е. Н. Белозорова, Е.С. Каменцева «Будущее Дона – без наркотиков Шахты 2002 г.