

Муниципальное казённое учреждение
«Управление по организации образовательной деятельности на территории
Мамско-Чуйского района»

О проведении единой областной недели по профилактике употребления психоактивных веществ «Независимое детство».

В соответствии с методическими рекомендациями ГКУ «Центр психолого – педагогической, медицинской и социальной помощи, профилактики, реабилитации и коррекции» в общеобразовательных организациях Мамско-Чуйского района с 24 февраля 2025 года 1 марта 2025 года проводилась единая профилактическая неделя «Независимое детство», приуроченная к 1 марта: «Всемирному дню борьбы с наркотиками и наркобизнесом».

Цель: снижение рисков возможного употребления обучающимися психоактивных веществ.

Задачи:

- выявить исходный уровень информированности подростков об опасности употребления психоактивных веществ;
- сформировать у обучающихся отрицательное отношение к употреблению психоактивных веществ;
- расширить представления подростков о замещении употребления психоактивных веществ созидательной деятельностью;
- помочь обучающимся в формировании навыков проявления силы воли и принятия собственных решений;
- проверить уровень усвоения информации.

Все общеобразовательные организации приняли участие в Неделе. В мероприятиях приняли участие 274 обучающихся, 12 родителей (законных представителей), 23 педагога. Было организовано и проведено 17 мероприятий.

Начиналась Неделя с линейки, на которой было объявлено о старте Недели, её цели и задачах. Участники Недели были ознакомлены с планом мероприятий.

В рамках Недели были проведены следующие мероприятия:

- Беседы: «Это важно знать» для учащихся 5 – 11 классов; «Правильный выбор» для учащихся 8 – 9 классов.
- Тренинги «Умей сказать НЕТ!» для учащихся 6 – 8 классов.
- Изготовление буклетов «Спасём жизнь вместе!» - учащиеся 9 – 11 классов.
- Просмотр и обсуждение видеофильма «Наркотики. Секреты манипуляции».
- Видеоурок «Как снять напряжение: техники эмоционального и физического расслабления»
- Оформлен тематический информационный стенд

- Просмотр и обсуждение фильма «Камертон счастья».
- Классный час «Здоровье – путь к успеху»
- Проведение весёлых переменок
- Игровая викторина «За здоровый образ жизни».

Завершилась Неделя линейкой, на которой были подведены итоги.

Профилактическая Неделя прошла под девизом «Только здоровый образ жизни!» и показала, что проведенные мероприятия носят серьёзный характер, помогают обучающимся всесторонне рассмотреть проблему наркомании в современном обществе и сформировать собственное мнение о данной проблеме. Обучающиеся осознали, что употребление психоактивных веществ можно заменить созидательной деятельностью. Учащиеся были проинформированы о Телефоне Доверия, как об одном из видов психологической помощи. В дальнейшем необходимо систематически возвращаться к данной теме, чтобы помочь подросткам быть свободными от манипуляций, здоровыми и успешными в жизни.



ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О НАРКОМАНИИ

МИФЫ О НАРКОТИКАХ

Миф 1: Попробуй - попробуй все. Это не так: 80% подростков никогда не пробовали наркотиков.

Миф 2: Существуют "безвредные" наркотики. Это не так. Все наркотики ядовиты для организма. Все наркотики вызывают привыкание.

Миф 3: От однократного употребления наркотика всегда можно отказаться. Это не так. Даже однократное потребление наркотика приводит к зависимости.

Миф 4: Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия. Это не так. Эйфория может длиться от 5-х до 5-ти минут. А остальные 1-3 часа нередко сопровождаются бредом, тревогой, тошнотой, головокружением и т.д.

Миф 5: Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет. Это не так. Любой способ потребления наркотиков приводит к зависимости.

Миф 6: Лучше бросить постепенно. Это не так. Проще отказаться от употребления наркотиков один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь.

ЧТО ТАКОЕ НАРКОМАНИЯ

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

Наркотики – вещества различной природы, изменяющие состояние организма в целом, в том числе и сознания. Одной из особенностей применения наркотиков является быстро возникающее привыкание.

Наркотические вещества, попадая во внутреннюю среду организма, оказывают сильнейшее воздействие, прежде всего на головной мозг. Они влияют на психику, приводят к духовной деградации и полному физическому истощению организма.

У наркомана изменяются взаимоотношения с обществом, теряется смысл жизни. Наркомания поражает всю личность человека: уничтожаются нравственные качества, человек становится психически неуравновешенным, зачастую он теряет друзей, семью, вовлекается в преступность, приносит несчастья себе и окружающим.

ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ

- Наркотики воздействуют на дыхательный центр и вызывают кислородное голодание организма, что приводит к бронхиту, легочной недостаточности.

- Ухудшаются функции сердечно-сосудистой системы, функции всех клеток слабеют, и весь организм дряхлеет, как в старости.

- Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения, поэтому наркоманов слабеют и худеют до полного истощения, теряют зубы и волосы.

- Атрофируются и отмирают нервные клетки, что приводит к психическим расстройствам (депрессия, галлюцинации и др.)

- Наркомания приводит к повышению риска заболеваний онкологическими заболеваниями, повреждению головного мозга.

- Иммунитет ослабляется, употребление наркотиков повышает риск заражения гепатитом и СПИДом.

КАК СКАЗАТЬ "НЕТ"?

1. Назови причину. 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 дружелюбны или агрессивны. Будьте готовы уйти или сделать что-нибудь, что могло бы уменьшить давление со стороны.

3. Выбери союзника: человека, который согласен с тобой.

- Это поможет получить поддержку и сократить число сторонников употребления.

4. Избегай подобных ситуаций. Ты ведь можешь знать, кто употребляет наркотики, в каких местах эти люди собираются. Постарайтесь быть подальше от этих мест, от этих людей.

5. Дружись с теми, кто не употребляет наркотики. Твои настоящие друзья не будут заставлять тебя принимать наркотики и не будут делать этого сами.

