

МЫ ГОВОРИМ

ЛОЖИКУ ЭТО МЫ

"НЕТ"

НАРКОТИКАМ!



Что есть наркомания?

Закон против наркотиков

Профилактика наркомании:

- подросткам

- родителям

- тест на зависимость

Здоровый образ жизни –
наш стиль!

Авторы



Употребление наркотиков
есть духовный недуг, который,
поражая разум, волю, чувства,
делает человека крайне
уязвимым...

Наркомания - не болезнь в обычном смысле этого слова.

Наркомания - тотальное поражение личности.

Самое страшное, что **наркоманы** не просто "балуются наркотиками", а становятся **зависимыми**.

Продолжать **принимать наркотики**, значит, обречь себя на одиночество, физическую и умственную деградацию, ужасные болезни, муки и раннюю смерть.

Наркотики – это грязь, бедность, тюрьма, унижение, боль, страх, болезни, передозировка, **смерть...**



Наркотики выбирают свои жертвы среди самой молодой части человечества. Однажды, овладев молодыми, они ведут их одной дорогой к смерти...

Страшные цифры статистики:

- около 20 - 24% - зависимых от наркотических веществ, т.е. в каждой четвертой семье знают на себе действие наркотиков;
- на каждые 100 000 подростков приходится 168 ребят, потребляющих наркотики, и 164 токсикомана;
- 28 647 подростков состоят на учете в наркологическом диспансере, то есть из каждой тысячи 12-14-летних четверо – наркоманы...

[В меню](#)





Наркотической угрозе нужно противостоять сегодня, сообща, целеустремленно и решительно...

Из Уголовного кодекса Российской Федерации:

Ст. 228. Незаконные изготовление, приобретение, хранение, перевозка, пересылка либо сбыт наркотических средств или психотропных веществ.

Ст. 229. Хищение либо вымогательство наркотических и психотропных средств.

Ст. 230. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ.

Ст. 231. Незаконное культивирование запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества.

В части 5 ст. 73 УК РФ сказано, что в случае вынесения приговора об условном осуждении суд вправе обязать осужденного пройти курс лечения от наркомании.



...Основная задача борьбы с наркоманией – организация профилактической работы, направленной на формирование у молодого поколения ценностной ориентации на здоровый образ жизни.

Здоровье - это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Человек - сам творец своего здоровья, за которое надо бороться.



С раннего возраста образ жизни, физкультурой и личной гигиены, - разумными путями подлинной гармонии здоровья.



необходимо вести активный закаливаться, заниматься спортом, соблюдать правила словом, добиваться

Отказ от вредных привычек -

важный шаг на пути к собственному здоровью.



Единственно верный способ не стать наркоманом – это не пробовать наркотики никогда, ни одного раза...

Красота природы, здоровый образ жизни, интересные люди — это то, ради чего стоит жить, это то, что поможет избежать попадания в «наркотические сети».

Наркотики убивают человека, если ваш друг в беде, то не проходите мимо, иначе вы потеряете человека, которого еще можно спасти.

Вся репутация хорошего человека может быть загублена под действием наркотических веществ.

Подумайте, стоит ли оно того???

В меню

Наркотикам-НЕТ



Начиная потреблять наркотики, не думай, что ты пользуешься свободой. Наоборот, ты начал ее терять, передавая себя в рабство.

Десять хороших причин сказать «Нет!» наркотикам:

Наркотики дают фальшивое представление о счастье.

Наркотики не дают мыслить за самого себя.

Наркотики часто приводят к несчастным случаям.

Наркотики уничтожают дружбу.

Наркотики делают человека слабым и безвольным.

Наркотики толкают людей на кражи и насилие.

Наркотики являются источником многих заболеваний.

Наркотики разрушают семьи.

Наркотики приводят к уродствам людей.

Наркотики препятствуют духовному развитию.

Лучше отказаться от наркотика один раз, чем пытаться это делать всю свою короткую жизнь...





Что же делать, если ты уже начал употреблять наркотики?

- Не молчи о случившемся, расскажи близким и вместе решайте проблему.
- Подумай о том, как сменить свою компанию.
- Продолжая дружить с ними, ты рискуешь стать наркоманом.

Скажи себе твердо:



- **я хочу жить;**
- **я хочу быть здоровым, сильным, счастливым;**
- **я хочу иметь здоровых детей.**



Отказываясь от наркотиков, ты выбираешь ЖИЗНЬ!

Жизнь – это то, что никто не вправе губить.

Жизнь – это шанс и очень большие возможности, которые человеку надо разумно использовать.

Жизнь – это обязательно что-то красивое: небо, солнце, лес и цветы, люди, наконец. И всем этим надо восхищаться.

Жизнь – это большая любовь, которую надо принять как подарок. И это мечта, к которой надо идти всю жизнь.

Жизнь – это всегда борьба за что-то, а для многих и за здоровье.

Жизнь вместе с горестями и радостями похожа на песню. Песни разные. И у каждого она – своя, неповторимая.

[В меню](#)

Большинство взрослых (около 90%) обнаруживают наркотическую зависимость у своих детей слишком поздно - спустя 1,5 - 2 года после того, как был попробован первый наркотик, 85% родителей испытывают от этого шок, растерянность, чувство беспомощности...

Признаки, по которым следует заподозрить потребление Вашим ребенком наркотиков:



Вашим ребенком наркотиков:

Основные признаки.



1. Следы от уколов или порезов (особенно на руках).
2. Наличие у ребенка (подростка) ложек и/или узких полых трубочек, шприцев и/или игл от них.
3. Наличие капсул, таблеток, порошков, пузырьков из-под лекарственных или химических препаратов, папиросы (особенно “Беломор”) в пачках из-под сигарет.
4. Расширенные или суженные зрачки.
5. Нарушение речи, походки и координации движений при отсутствии запаха алкоголя.



Дополнительные признаки:



- Лживость и изворотливость.
- Проведение времени в компаниях асоциального типа.
- Вымогательство и/или кража денег у окружающих.
- Нарушение сна.
- Телефонные разговоры (особенно “зашифрованные”) с неизвестными лицами.
- Частые беспричинные смены настроения.
- Внешняя неопрятность.
- Снижение успеваемости в учебном заведении.
- Пропажа из дома ценных вещей.
- Сужение круга интересов.
- Частый беспричинный кашель.

Если у Вас возникли подозрения, то обязательно обращайтесь к специалисту.

Не дайте себя убедить в том, что Ваши опасения беспочвенны!

Недели могут решить судьбу Вашего ребенка!

НЕ ТЕРЯЙТЕ ВРЕМЕНИ! ЗВОНИТЕ!



ДЕСЯТЬ ЗАПОВЕДЕЙ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. Помоги ему стать не тобой, а собой.
2. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него сделал.
3. Не вымещай на ребенке свои обиды.
4. Не относись к его проблемам свысока.
5. Не унижай!
6. Не забывай, что самые важные встречи человека — это его встречи с детьми.



ДЕСЯТЬ ЗАПОВЕДЕЙ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

7. Не мучь себя, если не можешь сделать что-то для своего ребенка. Мучь, если можешь — но не делаешь.
8. Ребенок — это драгоценная чаша, которую Жизнь дала тебе на хранение и развитие в нем творческого огня.
9. Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы делали твоему.
10. Люби своего ребенка любым — неталантливым, неудачливым, взрослым.



ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ОТ РЕБЕНКА

1. Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я просто испытываю вас своими запросами.
2. Не бойтесь быть твердыми со мной. Это позволяет мне определить свое место.
3. Не обращайтесь слишком много внимания на мои маленькие хвори. Так я привлекаю к себе ваше внимание.
4. Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам.
5. Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращаюсь в лжеца.
6. Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить — это поколеблет мою веру в вас.
7. Не будьте непоследовательными в своих поступках.



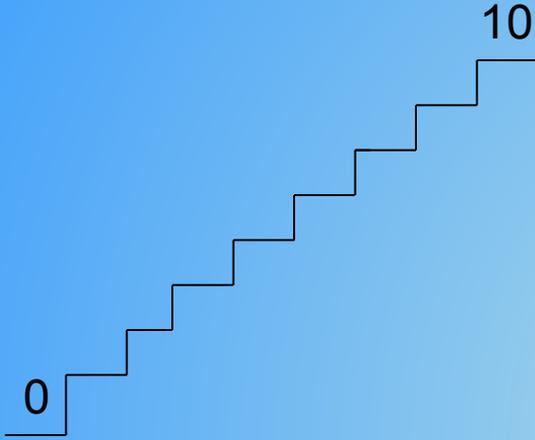
ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ОТ РЕБЕНКА

- 8. Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, то я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.**
- 9. Не защищайте меня от последствий собственных ошибок. Я, как и вы, учусь на собственном опыте.**
- 10. Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей.**
- 11. Я хочу быть уверенным, что родился от вашей любви друг к другу.**
- 12. Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы.**
- 13. Не прячьтесь от меня, когда вам тяжело и трудно. Доверяете мне — я буду доверять вам.**
- 14. Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Для меня важнее то, как мы его проводим.**

ТЕСТ №1 НА САМООЦЕНКУ для детей и родителей

Нарисуйте на чистом листе бумаги лесенку из 10 ступенек

(для старших подростков это может быть просто вертикальная шкала от 0 до 10).



Инструкция для детей:

- Представь себе, что на верхней ступеньке этой лесенки находятся самые лучшие дети на свете - самые умные, красивые и т.д., у них все получается, их любят родители, ими не нахвалятся учителя. А на самой нижней ступеньке те, кто прогуливает школу, плохо учится, не может ни в чем добиться успеха, не слушает родителей. Все остальные дети расположились на других ступеньках между этими крайностями. Одни выше, другие ниже.
- Как, по-твоему, где твое место на лестнице в данный момент?



Внимание, родители!



Если ваш ребенок поместил себя на одной из 3-х нижних ступеней - это тревожный симптом.

Увидев такую картину, задайте себе вопрос: когда и за что я последний раз говорил(а) сыну (дочери) "ты у меня молодец!"?

Если такое случилось давно, либо вы вообще затрудняетесь вспомнить что-либо подобное - дело плохо. Похоже, назрела необходимость срочно пересмотреть кое-что в отношениях с ребенком, а быть может, и в семейном укладе в целом. И немедленно! Иначе можно оказаться в той самой ситуации, когда близок локоток, да не укусишь!



ТЕСТ №2 для детей и родителей

Давно известно, что болезнь легче предупредить, чем лечить. Только 7% случаев - процент абсолютного избавления от наркотической зависимости.

Первичная самодиагностика на выявление родового наследия:

1. Ложась спать, думаете ли Вы о том, "что день грядущий нам готовит"?
 - а) всегда; б) иногда; в) никогда;
2. Переходя улицу, Вы всегда соблюдаете правила движения?
 - а) всегда; б) обычно; в) почти никогда;
3. Если вас вызывает к себе руководитель, Вы испытываете тревогу:
 - а) всегда; б) иногда; в) никогда;
4. Часто ли Вы опаздываете на встречу:
 - а) почти всегда; б) иногда; в) практически никогда;



5. Если Вы слышите негативный отзыв о себе сотрудников по работе, то Вы:

- а) с ходу вступаете в конфликт;
- б) реагируете по принципу: собака лает - ветер носит;
- в) молча переживаете обиду;

6. В споре вы:

- а) твердо и бескомпромиссно отстаиваете свою точку зрения;
- б) пытаетесь понять и взвесить позицию оппонента;
- в) предпочитаете согласиться, лишь бы не доводить дело до конфликта;

7. Если вы несправедливо наказали вашего подчиненного, то вы:

- а) открыто признаете свою ошибку и извинитесь;
- б) никогда не признаете себя неправым, дабы не подрывать авторитет;
- в) не признавая своей неправоты, постараетесь загладить ее, сделав что-то приятное;

8. По Вашему мнению, в воспитании детей следует руководствоваться в первую очередь:

- а) рекомендациями специалистов;
- б) здравым смыслом и жизненным опытом;
- в) сведениями, почерпнутыми в специальной литературе.



Посчитайте набранные Вами баллы. Система предельно проста:

в вопросах 1-3 за ответ:

- а) - 2 балла;
- б) - 1 балл;
- в) - 0 баллов.

в вопросах 4-6 за ответ:

- а) - 0 баллов;
- б) -1 балл;
- в) – 0 баллов.

в вопросе 7 за ответ:

- а) - 0 баллов;
- б) - 2 балла;
- в) - 1 балл.

в вопросе 8 за ответ:

- а) - 2 балла;
- б) – 0 баллов;
- в) -1 балл.

Результаты:

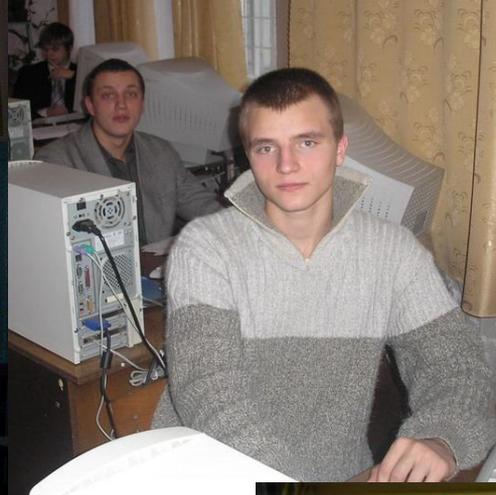
От 0 до 6 баллов - Вы абсолютно свободный человек. Но Ваша свобода часто "перехлестывает через край" и толкает на то, чтобы не считаться ни с кем и ни с чем. Быть может, стоит время от времени напоминать себе, что личная свобода - это прекрасно, но паровозу дорогу лучше уступать!

От 6 до 10 баллов - Ваша свобода органично сочетается со здравым смыслом и осмотрительностью в поступках.

Свыше 10 баллов - быть может, есть смысл задуматься, обратиться за консультацией к специалисту и пройти более серьезное исследование. Но даже если вы набрали 16 очков – не паникуйте! Все в Ваших руках!

[В меню](#)

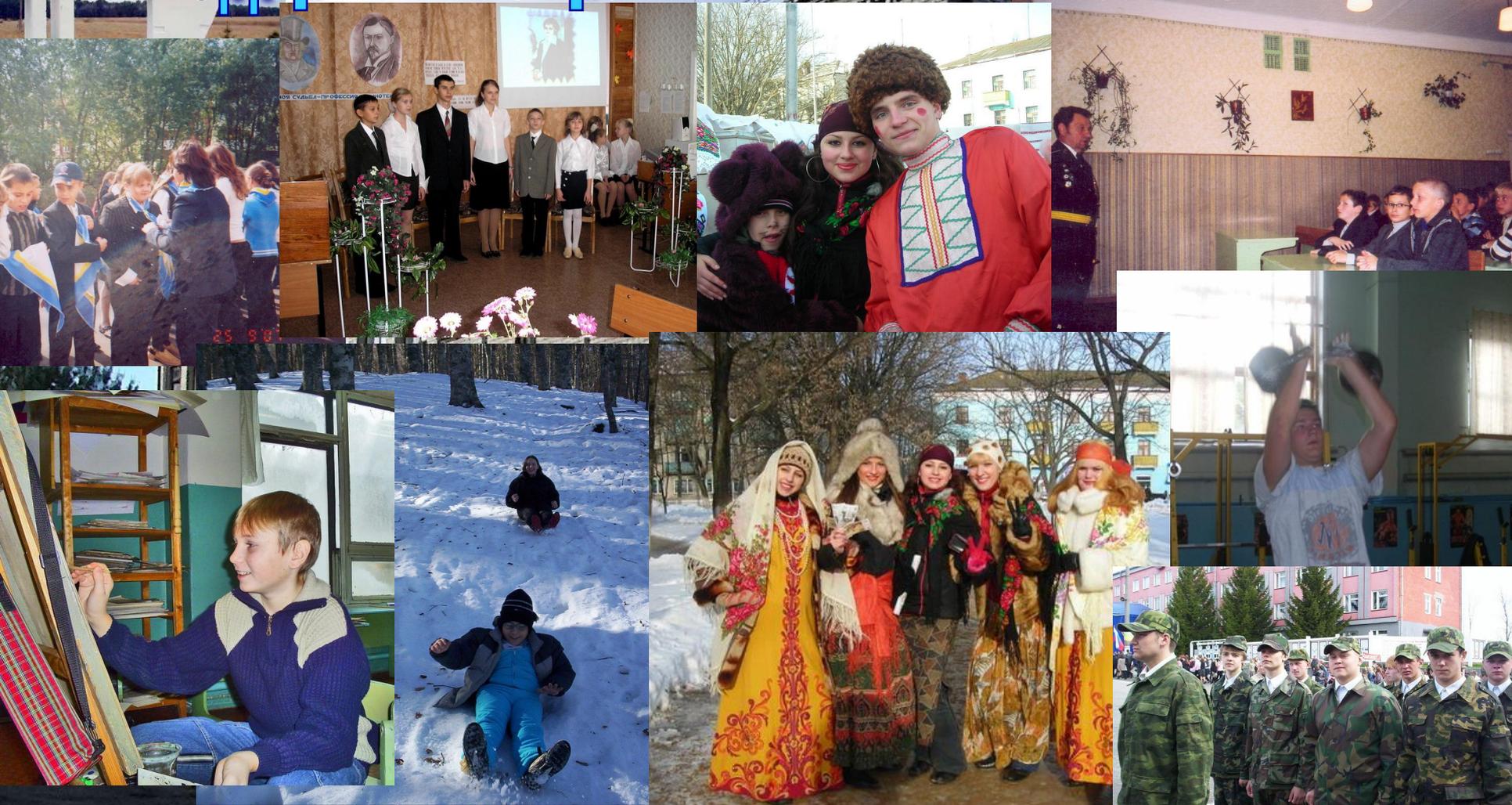
Здоровый образ жизни – это наш стиль!



МОУ "Средняя общеобразовательная школа №4"

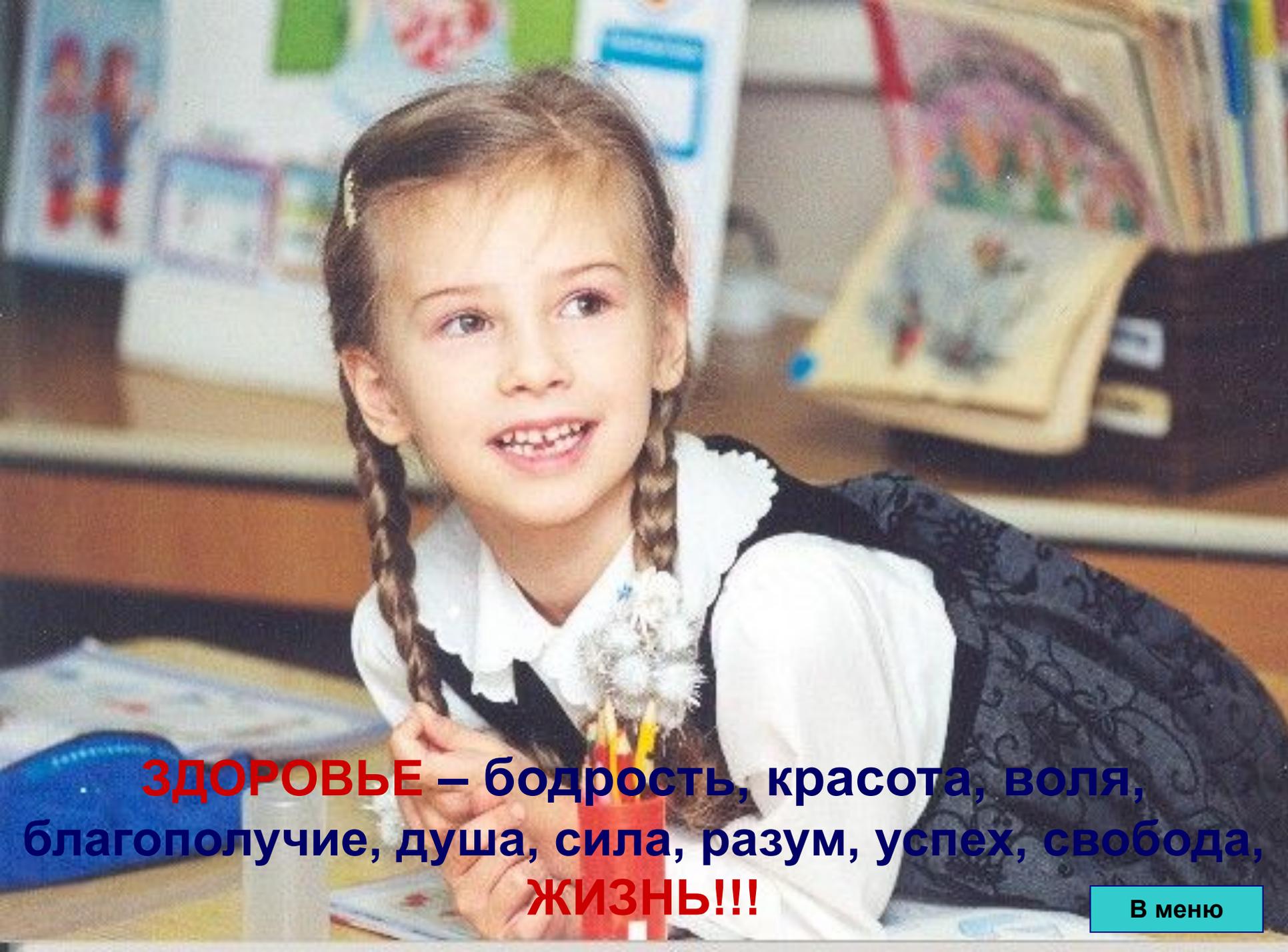


Здоровый образ жизни - это наш стиль!



МОУ "Средняя общеобразовательная школа №4"





ЗДОРОВЬЕ – бодрость, красота, воля,
благополучие, душа, сила, разум, успех, свобода,
ЖИЗНЬ!!!

[В меню](#)

*Мы молоды! Здоровы и красивы!
Пока еще мы дышим! И живем!
От бед, пороков и напастей
Свою планету сбережем!*

Наше поколение - за здоровое продвижение!

Авторы:

Егоров Егор – 11 «А» класс

Гучанов Василий – 10 класс

Руководитель:

Бурцева М.В. – учитель информатики

Консультант:

Черноус В.И. – учитель русского языка и литературы

e-mail: sch4nov@yandex.ru

В меню