Министерство образования и науки Республики Саха (Якутия)

ГАПОУ РС(Я) «Якутский автодорожный техникум»

Республиканский конкурс научно-методических разработок по профилактике наркомании, пропаганде здорового образа жизни

Номинация: Пропаганда ЗОЖ

**Методическая разработка**

**внеклассного мероприятия по профилактике наркомании**

**«Насвай или …»**

Конкурсная работа выполнена: **Кириллина Лена Николаевна, социальный-педагог**

Контактные данные:

Адрес: г.Якутск, 677008

Алдан, 2017

СОДЕРЖАНИЕ

Введение

I этап – теоритический - 3 стр

Понятие наркотиков и насвая – 4 стр.

Предыстория наркомании - 5 стр.

Причины наркозависимости. Влияние наркотиков на человека- 6 стр.

II этап - дискуссия, игра

Проведение игры-активатора «Пирамида»; Упражнение «Марионетки» - 7 стр

Литература - 9

Приложение - 10

**«Насвай или …»**

Введение

В последнее время у молодежи в частности у студентов техникума появилось новое увлечение. Встречаются единичные случаи употребления дурманящей cмеси под названием «насвай». Преподаватели и родители забили тревогу по этому поводу. Так чем же насвай может быть опасен для организма человека и что он из себя представляет? Употребление несовершеннолетними алкоголя, наркотических и других психоактивных веществ, превратилось в проблему, представляющую серьезную угрозу здоровью населения, экономике, социальной сфере и правопорядку. Поэтому для учреждений образования должно стать приоритетом формирование устойчивого развития личности к антисоциальным проявлениям в обществе как целостный подход и основа первичной профилактики в решении проблем наркомании и злоупотребления психоактивными веществами. Активные профилактические мероприятия должны опираться на:

* формирование у подростков представлений о здоровом образе жизни;
* формирование у несовершеннолетних умений и навыков активной психологической защиты от вовлечения в асоциальную деятельность.

*Цель* составленного цикла занятий - создание и обеспечение условий для эффективной деятельности по профилактике употребления психоактивных веществ подростками.

*Задачи:*

1. Формировать представление о губительном влиянии насвая на организм человека;
2. Показать истоки и причины распространенности потребления наркотиков и обсудить меры борьбы с этим явлением.
3. Заложить основу для роста самосознания и самооценки студентов через работу в группах при ответах на проблемные вопросы.

Участники:

Возраст участников - 15-17 лет.

Размер группы - 20-25 человек

В качестве ведущих, участвуют педагог-организатор и социальный педагог.

Мастер п/о участвует в качестве наблюдателя.

Формы обсуждения - групповая дискуссия, игра.

Цели:

* оказать эффективную психолого-педагогическую поддержку;
* формирование адекватной самооценки;
* формирование навыков принятия и выполнения решений;
* помочь студентам определить свои ценности и в соответствии с ними выстроить алгоритм действий.

Задачи:

* способствовать осознанию студентами всей проблемы наркомании ;
* осмыслению подростком личной системы жизненных ценностей;
* психологической готовности к совершению выбора и умению противостоять негативному давлению сверстников;
* формированию навыков постановки и удержания цели в рамках совершенного выбора.

Актуальность:

Среди состоящих на учете наркоманов немало тех, кто начинал с насвая!!! Ситуация с потреблением наркотиков среди молодежи в России продолжает оставаться очень сложной. По последним данным в Республике она приняла угрожающие размеры. Именно учебные заведения и места массового развлечения молодежи являются сегодня основными местами распространения наркотиков. Несмотря на то, что в последние годы работа по профилактике подростковой наркомании существенно активизировалась, дефицит знаний у учащихся о последствиях и конкретных шагах противостояния этой пагубной привычки остается значительным. Разовыми беседами повысить уровень социально-психологической компетенции подростков невозможно. Поэтому я считаю, что проводить эту работу необходимо регулярно.

*Программа рассчитана на 2 занятия, в объеме 2 часов.*

Этапы проведения:

Теоретический блок (40 мин).

Развивающий блок - игры «Пирамида»; «Марионетки»; дискуссионные задания (80 мин).

Предполагаемый психологический результат:

Участники занятия смогут:

- осознать всю важность проблемы употребления насвая;

- актуализировать возможности в понимании себя и окружающих;

- получить новый личный опыт в контексте сделанного выбора.

**Теоретический блок**

***Цели*** - научить подростка понимать и осознавать, что происходит с человеком при употреблении НАСВАЯ.

***Задачи*** - познакомить подростка с действием насвая на сознание и организм человека и о механизмах развития зависимости, последствиям, к которым она приводит.

*Предварительная подготовка:* создание малых рабочих групп по 3 чел в группе, со своей темой для теоритического блока; создание презентаций по проблеме.

Приглашенная аудитория садится на стулья в полукруг, чтобы видеть друг друга, оставляя места для ведущих.

Перед началом мероприятия просмотр видеофрагмента (неадекватное поведение подростков под влиянием ПАВ). На середину комнаты выходят ведущие.

**Ведущий 1:** Вы просмотрели видеосюжет, скажите, случалось ли вам видеть подобное не на экране, а в жизни?

(ответы студентов)

**Понятие наркотиков, насвая**

В обычном понимании наркомания - это вредная привычка, болезненное пристрастие к употреблению разными способами (глотание, вдыхание, внутривенная инъекция) наркотических веществ, для того, чтобы впасть в одурманенное состояние. Такое состояние могут вызывать наркотики. Одурманивание этими веществами и считается собственно наркоманией.

**Ведущий 2.** Научные исследования в этой области не оставляют сомнений о том огромном вреде, который насвай наносит людям. Стоит начать с того, что сам по себе насвай не изготовляется в производственных масштабах, зачастую о местах изготовления хочется попросту умолчать (подвалы, сараи и т.д.).

Многие не знают о том, что насвай, которое начинается «с баловства», «из желания подражать», «не отставать от моды», «скорее стать взрослым», превращается в коварное пристрастие, губительное для здоровья. Насвай особенно вредно для молодого, развивающегося организма. Оно сковывает волю, подтачивает здоровье, укорачивает жизнь.

Вследствие выносливости организма человека вредное влияние курения сказывается только через много лет.

**Ведущий 1.**

Насвай (нас, насыбай, айс, нос) – это некурительное табачное изделие, продукт, содержащий никотин.

Сейчас мы послушаем наших исследователей изучавших вопрос об истоках и причинах распространенности потребления **насвай**.

(выходит 1 группа студентов по ходу- комментарий презентации)

**1-студент.** Предыстория.

Средняя Азия считается Родиной насвая, где он традиционно является частью культуры. С древних времен насвай употребляют в Таджикистане, Киргизии, Туркмении, Узбекистане, Афганистане и юге Казахстана. Изготовителями и распространителями, как правило, являются среднеазиатские цыган. Название этого дурманящего зелья обусловлено тем, что ранее его изготавливали из растения под названием «Нас».

**Студент 2.** В настоящее время основным компонентом насвая является табак или махорка. Добавляют в эту смесь золу растений, гашеную известь, куриный помет или же верблюжий кизяк, различные растения и масла. Иногда, для улучшения вкуса насвая, используют разнообразные приправы. В Средней Азии, где насвай особенно распространен, очень часто в этой смеси табак вообще отсутствует. И заменяют его на более активные компоненты.

Большая часть компонентов, из которых изготавливают смесь, необходимы для образования гранул и шариков из отходов табачного производства. А известь и верблюжий кизяк (куриный помет) изменяют кислотность среды, и благодаря этому происходит быстрое всасывание никотина в кровь. Это происходит через слизистую ротовой полости.

**Студент 3.** Насвай может различаться по внешнему виду. Выглядит он по-разному, в зависимости от предпочтений и причуд его изготовителя. Иногда – это зеленые шарики, в других случаях, серовато-коричневый порошок. Свежий насвай представляет собой крупные, зеленые зернышки. А несвежий – порошок почти черного цвета. Бытует мнение, что производители не всегда формируют смесь в шарики и поэтому продают ее в порошкообразном виде. Сразу оговоримся – в фабричных условиях насвай не производится. Изготавливают его как правило дома, из того, что попадается под руку.

**Ведущий 2.**

Употребление насвая, занятие весьма сложное и хлопотное, особенно для новичков. Традиционно насвай кладут в рот, под язык, а также под нижнюю или верхнюю губу, и держат там, в ожидании наступления эффекта. Даже случайное попадание насвая на губы, вызывает сильные ожоги, появляются язвы и волдыри. Обильную слюну, образующуюся при употреблении этого зелья, обязательно сплевывают, так как, попадая в желудок человека, она провоцируют сильную тошноту, рвоту и понос. Если неопытный «насвайщик», даже случайно, проглотит крохотную частичку этого вещества – сильнейшее отравление для него неизбежно. В таких случаях, по рассказам новичков, «буквально выворачивает наизнанку»

• Когда шарик попадает в рот, чувствуешь жжение.

• Появляется тяжесть в голове, легкое головокружение.

• Слабость в теле.

• За счет щелочного воздействия повышается слюноотделение.

• Настроение, больше похоже на апатичное. Ничего не хочется, и так нормально.

Такие симптомы тяжело сравнить с приятными расслабляющими ощущениями. Но между тем, насвайт крайне популярен среди молодежи. Эффект от жевания данной табачной смеси длится не более 5 минут, зато последствия могут остаться на всю жизнь.

**Ведущий 1.** Чем еще опасно употребление насвая?

1. Некоторые производители добавляют наркотические вещества, чтобы вызвать привыкание.

2. Ухудшается память, человек становится неуравновешенным.

3. Узбекские онкологи рассказывают, что 80% людей с раком губы и гортани, по их исследованиям, употребляли его.

4. Куриный помет и верблюжий навоз могут спровоцировать паразитарные заболевания, кишечные инфекции, инфекционный гепатит.

5. От постоянного воздействия щелочи разрушается зубная эмаль, а это значит – с зубами появляются проблемы.

6. Иногда, в качестве приправ туда добавляют мышьяк или ртуть. Вред от попадания таких веществ в организм не нуждается в комментариях.

7. Бесплодие как женское, так и мужское.

8. Бросить жевать насвайт тяжело. Как и после регулярного употребления наркотиков, у человека наступает ломка.

**Ведущий 2.**

Группа риска или будущие наркоманы.

Вопрос слушателям: Какие причины, на ваш взгляд, толкают человека на употребление наркотиков? (Возможные ответы студентов)\*

Сейчас мы предлагаем выслушать наших исследователей изучавших вопрос о состоянии человека после употребления.

(выходит 2 группа студентов по ходу- комментарий презентации)

**Студент 1.** Помимо всего прочего, этот процесс не эстетичен. Со стороны, человек с табачной жвачкой во рту выглядит ужасно. Повышенное слюноотделение с зеленоватым оттенком не останется незаметным при общении в компании. А запах от фекалий или клея не замаскируешь никакой конфетой. Улыбка же перестает быть белоснежной, десна постоянно раздражены, имеют красный воспаленный цвет.

**Студент 2.** По рассказам употребляющих, насвайт помогает бросить курить. Известно, что некоторые спортсмены, не желая пахнуть табаком перед тренировкой, вместо сигареты закладывают его за губу и это не вызывает привыкания, а курить хочется меньше. Так ли это? Нет, не так. «Нас» не может заменить табак, ведь он и есть табак. Одно различие с сигаретами – способ употребления и добавки.

Разницы нет в том, как именно он попадает в организм: через легкие в кровь, или через слизистые туда же. Миф о том, что так можно отказаться от курения, обманув себя и организм – несостоятелен.

**Студент 3.** Для желающих заменить табак и постепенно отказаться от него давно придумали много фармацевтических способов:

• Никотиновый пластырь, таблетки и инъекции.

• Специальные жевательные резинки.

• Антидепрессанты против курения.

• Электронные сигареты.

Большинство из них основано на постепенном снижении привыкания вплоть до полного выздоровления.

**Студент 1**. Как бросить употреблять насвайт?

Первый и самый главный совет для желающих отказаться от закладывания – выкинуть раз и навсегда заветные пакетики. Есть и другие рекомендации:

1. Не возвращаться к сигаретам, это не спасет.

2. Для снижения абстинентного синдрома или ломки, воспользуйтесь все теми же никотиновыми пластырями или таблетками для жевания.

3. Избегайте компаний и старых знакомых употребляющих его.

4. Трудотерапия – отличный вариант отвлечься. Загрузите себя работой.

5. Спорт, хобби, поход с рюкзаком в горы.

6. Читайте и рассматривайте истории в интернете о тех, кто вовремя не бросил. Если вы человек впечатлительный, должно помочь.

Конечно, здесь главный помощник – сила воли, желание и понимание того, что нужно это, прежде всего вам, больше никому.

**Студент 2.** Трагедия наркоманов. Обратимся к письмам наркоманов:

" ... Надеюсь на твою помощь, что больше никогда не надо будет колоться. А начал я всего лишь с НАСВАЯ. Ты даже не представляешь, как мне хотелось бы избавиться от этого пристрастия. Глупо, но я уверен, что тот, кто не колется, не в состоянии понять весь ужас этого порока..."

"... Я уже в течение нескольких лет систематически отравляю не только свой организм, но и всю свою жизнь. Живу из последних сил. Был судим за подделку рецептов. Я уже, в самом деле, не выдерживаю. Я очень хотел бы вернуться к нормальной жизни...А начиналось все с простого насвая…"

Из письма матери наркомана. "... Сын, не умирай стократно, не делай нас несчастными, мы уже не можем смотреть на твою долгую смерть. Не обманывай нас больше, не катайся в муках от боли. У меня уже нет сил и слез. И снова конвульсии рвоты, брызги крови на постели и стенах. Нас мучает страх, когда ты уходишь: может быть, ты уже мертв! Нет! Сын, вернись!!! Мы тебя спасем!.."

Ведущий задает вопросы участникам игры\*\*

**II этап: Проведение игры-активатора «Пирамида»**

*Ведущий 1.* - Я выберу одного из вас. Он выйдет на середину и пригласит к себе двух других. Те двое выберут каждый себе еще по двое игроков и т.д. Таким образом, каждый приглашенный должен пригласить к себе еще по два человека. Игра заканчивается, когда не остается никого, кто еще сидит на своем месте.

Ребята выстраиваются в «пирамиду».

*Ведущий 1.* - Посмотрите, как мало времени вам потребовалось, чтобы поднять всех присутствующих со своих мест! Вот с такой же скоростью, словно эпидемия, распространяется и наркомания. Каждый человек знает, какое страшное горе приносят наркотики. Но почему же наркоманов становится все больше и больше? Почему возникает эта зависимость?

*Ведущий 2.*

Чтобы лучше понять, что такое зависимость давайте выполним упражнение «Марионетки». (ведущий приглашает студентов по их желанию, без принуждения)

Упражнение «Марионетки»

Участники разбиваются на «тройки». Каждой «тройке» дается задание: два участника играют роль кукловодов - полностью управляют всеми движениями куклы-марионетки, один участник играет роль куклы. В роли куклы должен побывать каждый. Для «тройки» расставляются два стула на расстоянии 1.5 - 3 метра. Цель кукловодов перевести куклу с одного стула на другой. При этом «кукла» не должна сопротивляться тому, что с ней делают кукловоды. Одновременно могут работать несколько «троек».

После выполнения упражнения обсуждение упражнения\*\*\*

*Ведущий 1.* Задание 1: перечислите чувства, которые вызывает понятие «зависимость» (особенно обращается внимание на негативные ассоциации (страх, тревога)).

Задание 2: как, по вашему мнению, выглядит зависимый человек, как складывается его семейная жизнь и карьера, каковы его жизненные перспективы?

возможные ответы участников\*\*\*\*

Задание 3: назовите синонимы к слову «независимость».

После краткого обобщения сказанного делается акцент на позитивной окраске этого понятия (сила, уверенность, ответственность, решительность, самостоятельность и т.д.).

Обсуждение:- Каковы преимущества людей независимых, свободных, самостоятельных, ответственных? (ответы участников)

*Ведущий 2:*

В юности у человека имеется огромный выбор жизненных дорог. Мы можем привести примеры жизненного пути многих людей. Но есть и такие, кто резко ограничивает свои возможности: это те, кто оказался в зависимости от собственных пагубных пристрастий. Результат трагичен. Что делать если ты оказался в беде? Куда можно обратиться за помощью? Есть много людей, которые могут дать вам хороший совет:

* проверенные друзья;
* родители - попробуйте поговорить с ними, они тоже были подростками, спросите их, как они противостояли давлению сверстников, когда были молоды;
* специалисты городской социально-психологической службы;
* педагоги.

***Телефоны доверия*** есть во всех городах, улусах, районах, и они спасли от депрессии, а иногда и от самоубийства не один десяток молодых жизней. Не надо проходить мимо, если ты знаешь, где торгуют смертью. Позвони!

**Эпилог**

Одно из лучших наслаждений - познание себя и мира в целом, поиск истины против невежества и зла. Старайтесь быть лучше себя, а не других. Истина одна бывает, а заблуждений много. Но почему заблуждение берёт верх, не в том ли дело, что люди, хотя и рождаются равными и свободными, но живут в оковах рабства. Рабства не только политического, экономического, но и нравственного. Ведь человек совершенствуется только в делах и поступках, а не в суждениях и длинных прениях.

Не бойтесь просить помощи, это признак силы, а не слабости.

**Общий вывод**

Методы и средства, которые в данное время противопоставляются развитию этой проблемы в учебных заведениях, явно не продуманны и недостаточны. В некоторых ПОО проводятся различные акции против наркомании среди подростков, и вывешиваются листовки, содержащие информацию о вреде НАСВАЯ. Правда, очень часто эти листовки не привлекают к себе внимания даже своими размерами, которые оказываются меньше, чем у листа тетради. К тому же, найти самого насвайщика довольно-таки сложно. Возможно, установка систем видеонаблюдения в учебных заведениях в какой-то мере помогла бы решить данную проблему.

Литература

1. Белогуров С. Б., Климович В. Ю. Профилактика подростковой наркомании.

Наглядно-методическое пособие для педагогов и родителей. Центр "Планитариум". - Москва, 2003.

2.Классные часы и беседы для старшеклассников по профилактике наркомании: Методическое пособие / Под ред. В.В. Аршиновой. - М.:ТЦ Сфера, 2004. - 128 с.

3. Ерышев О.Ф. Наркомании: проявления, лечение, профилактика

4. Пелипаса В.Е., Проблемные ситуации в сфере профилактики злоупотребления психоактивными веществами среди подростков. Вопросы наркологии., 1999.

5. http://chat-behigh.org

**Приложение:**

1).\*Возможные ответы студентов

Для повышения своего авторитета в группе, мода, жизненные трудности, бытовые неурядицы и особенности психики. Индивидуальные факторы: низкая самооценка, ощущение собственной незначительности, недостаточный самоконтроль, неспособность правильно выражать свои чувства и др.;

Факторы, берущие начало в семье ребёнка: отсутствие должного контроля со стороны взрослых, четких правил поведения, чувства принадлежности к семье, злоупотребление ПАВ членами семьи и т.п.;

Факторы, связанные с учебой: низкая успеваемость, частые переходы из одного учебного заведения в другое, нарушение отношений со сверстниками, злоупотребление ПАВ.

2) \*\*Вопросы для дискуссии

1. Что толкает людей на преступный путь?

2. Чужая ли это беда, если подросток становится наркоманом?

3. Как становятся рабом нескольких граммов?

4. Каков внешний вид наркомана употребляющего насвай?

5.Каковы последствия употребления насвая?

2) \*\*\* Вопросы к упражнению «Марионетки»

1.Что чувствовали участники во время игры, когда были в роли куклы?

2. Понравилось ли быть куклой в чужих руках?

3. Хотелось ли что-либо сделать самому?

4. Приятно ли быть в зависимости от чужой воли?

Обращается внимание на то, что большинство из участников, оказавшись в зависимости от чужой воли, чувствуют себя неудобно, дискомфортно.

3) \*\*\*\*Возможные ответы студентов

-- Ухудшение здоровья

- Потеря доверительных отношений с родителями

- Потеря друзей

- Уголовная ответственность

- Физическая зависимость

- Снижение успехов в учебе

- Потеря возможности учиться, работать

- Денежные проблемы

- Контакт с криминальным миром

- Духовная бедность, узость интересов

- Использование крепких напитков, наркотиков, спайса

- Преждевременная смерть