

**Методическая разработка Интернет –урока
Антинаркотической направленности «Имею право знать»
«Скажи наркотикам НЕТ»**

Цели:

1. Ознакомить студентов со специальным разделом на официальном сайте Федеральной службы Российской Федерации по контролю за оборотом наркотиков интернет-ресурсами антинаркотической направленности(www.fskn.gov.ru);
2. Повысить информированность обучающихся о недопустимости употребления наркотиков;
3. Расширить формы участия общественности в профилактике различных форм девиантного поведения и распространения наркомании;
4. Способствовать формированию здорового образа жизни, предупреждению вовлечения молодежи в употребление и оборот наркотиков;
5. Способствовать росту самосознания и самооценки подростков, осознанию собственного поведения.

Задачи:

1. Помочь молодежи выработать зрелую, обоснованную позицию в отношении употребления наркотиков, осознать глубину данной проблемы;
2. Сформировать стойкое неприятие к наркотикам;
3. Воспитать потребность в здоровом образе жизни;
4. Развить у студентов умение аргументировать свою точку зрения;
5. Сформировать способность анализировать и обосновывать последствия девиантного поведения;
6. Сформировать и отработать навыки психологического отказа. Умение сказать «нет».

Оснащения занятия: компьютеры, подключенные к интернету, мультимедийный проектор, задания на карточках.

Информационное обеспечение занятия: информация антинаркотической направленности на сайте(www.fskn.gov.ru); презентация; фильм «Точка невозврата»; мультфильм «Запретные игры»

Этап урока	Описание	Деятельность учащихся
Организационная часть. 1. Актуальность темы занятия	Приветствие; отмечание присутствующих студентов; введение в тему, формирование заинтересованности студентов с помощью вступительного слова преподавателя и обсуждения легенды	Обсуждение легенды, включение в ход урока
Основная часть 2. Знакомство с материалом сайта www.fskn.gov.ru	Выход на сайт www.fskn.gov.ru ; Ознакомление с материалами сайта и рубрикой-вопрос ответ	Прочтение и обсуждение материалов сайта
3. Психологическая игра: «Спорные утверждения»	Ознакомление с правилами игры; Выявление позиции студентов на спорные утверждения; обсуждения	Формирование собственного мнения по различным спорным утверждениям, обсуждение
4. Работа с презентацией «Скажи наркотикам НЕТ»	Просмотр презентации	Просмотр презентации; восприятие информации предоставляемой преподавателем; формулировка вопросов, возникающих по ходу восприятия информации
5. Психологическая игра: «Зависимость»	Ознакомление с правилами игры	Формирование собственного мнения, окончание незаконченных предложений

План проведения занятия:

3.		
4.		
5.		
6.		
6. Просмотр фильма «Точка невозврата»	Просмотр фильма	Просмотр и обсуждения предложенного видеофрагмента
7. Психологическая игра «Отказ»	Ознакомление с правилами игры; умение аргументировать собственную позицию и сказать нет	Формирование собственного мнения; проигрывание ситуаций; предоставление аргументированного и убедительного отказа
Закрепление материала 8. Тест	Закрепление полученного материала; получение обратной связи, работа с тестом, составленного на основе материала урока	Актуализация знаний, ответы на вопросы теста предлагаемого на компьютерах.
Заключение. Подведение итогов 9. Просмотр мультфильма «Запретные игры»; домашнее задание	Просмотр мультфильма «Запретные игры»; Обсуждение и подведение итогов занятия; домашнее задание создание собственного мультфильма антинаркотической направленности; благодарность учащимся за работу на уроке.	Просмотр мультфильма, обсуждения и подведение итогов занятия, запись домашнего задания

Ход занятия

I. Организационная часть

1. Актуальность темы занятия

Начнем разговор с древней легенды, дошедшей до наших дней

Однажды холодным дождливым вечером трое путников подъехали к крепостной стене, окружавшей город, и остановились перед воротами, уже закрытыми на ночь. На их счастье поблизости оказалась уютная чайхана, где можно было поужинать и отдохнуть. Приехавший на коне всадник выпил вина, приехавший на верблюде выкурил трубку с анашой, а приехавший на осле принял дозу опиума. Потекла беседа. Через некоторое время принятые средства начали оказывать свое действие. И тогда всадник, приехавший на коне, воскликнул: "Чего мы будем мерзнуть под дождем всю ночь? Давайте взломаем ворота и проникнем в город!" Путник, приехавший на верблюде, возразил. «Зачем ломать ворота? Мы можем проникнуть в город через замочную скважину!» Путник, прибывший на осле, рассудил по-другому. «А зачем нам вообще туда пробиваться? Ведь и здесь так хорошо!»

По этой легенде можно хорошо проследить действие каждого наркотика. В первом случае человек не мог соизмерить свои желания с объективными возможностями. Во втором – человеку казалось все возможным, даже нелепое, нереальное. В третьем – под влиянием опиума человеку было уютно и тепло под дождем.

II. Основная часть

2. Знакомство с материалом сайта www.fskn.gov.ru

А) Раздел для учащихся от 16 лет и старше - читаем информацию

Б) Рубрика вопрос-ответ - 5-6 ответов

3. Психологическая игра "Спорные утверждения"

Цель: эта игра, кроме информирования, даёт возможность каждому участнику высказать свои взгляды на проблему наркомании.

Для проведения игры необходимо четыре листа бумаги с написанными на них утверждениями:

"Совершенно согласен"

"Согласен, но с оговорками"

"Совершенно не согласен"

"Не имею точного мнения"

Эти листы прикрепляются по четырём сторонам комнаты.

Ведущий зачитывает спорные утверждения, после чего участники должны разойтись и встать около тех листов, на которых отражена их точка зрения на данный вопрос. После принятия решения каждая группа должна его обосновать: "почему я считаю именно так". Выслушав мнения каждого из участников ведущий в виде краткой лекции излагает своё мнение. Выслушав все точки зрения, участники могут выбрать листы с утверждениями, наиболее подходящими для них теперь.

Примеры спорных утверждений:

- Наркомания - это преступление.
- Лёгкие наркотики безвредны.
- Наркотики повышают творческий потенциал.
- У многих молодых людей возникают проблемы из-за наркотиков.
- Зависимость от наркотиков формируется только после их многократного употребления.
- По внешнему виду человека можно определить, употребляет он наркотики или нет.
- Наркомания не излечима.
- Наркоманы - это не люди.

4. Работа с презентацией «Скажи наркотикам НЕТ!»

Что такое наркомания и токсикомания?

Люди употребляют наркотики в течение тысячелетий, но наука занялась ими сравнительно недавно. Эксперты Всемирной организации здравоохранения предложили следующее определение этим веществам:

«наркотик - это такое вещество или смесь веществ, которые коренным образом отличаются от всех веществ, необходимых для нормальной жизнедеятельности человека, и прием которых влечет за собой изменения функционирования организма в целом, серьезно осложняет деятельность внутренних органов, центральной и вегетативной нервной системы».

Медицинский смысл понятия «наркотик» (средство для наркоза) не совпадает с социальным, общеупотребительным среди людей (средство для получения удовольствия). Поэтому все заинтересованные стороны в России (медицина, юстиция и др.) договорились, что наркотиками будут считаться вещества, которые включены в Список наркотических средств. Таким образом, термин «наркотик» приобрел юридическую определенность.

К наркотикам относят различные вещества, обладающие следующими характерными признаками:

- способностью вызывать эйфорию, приподнятое настроение;
- способностью вызывать наркотическую зависимость, то есть желание снова использовать наркотик;
- нанесением существенного вреда психическому и физическому здоровью человека, употребляющего их. В истории человечества известно несколько целей использования наркотических веществ:
 - в медицине для обезболивания, в том числе наркоз во время операции;
 - в культовых целях (введение человека в состояние экстаза);
 - для достижения удовольствия.

Как показывают археологические исследования, люди знали и употребляли наркотики еще в дописьменный период. Около 2700 года до н.э. в Китае уже использовали коноплю в качестве лекарства от подагры. В Каирском музее находится мумия малолетней принцессы, жившей в XIV веке до н.э. Во рту у нее были обнаружены остатки опиума; возможно, что она умерла от его передозировки. Великий врач, философ Авиценна, живший в Иране и Средней Азии в XI веке н.э., предупреждал об опасности этих веществ. Сохранился выписанный им рецепт на опиумсодержащее лекарственное средство со специальным предупреждением: длительное употребление лекарства может вызвать неудержимое пристрастие к нему. Этот рецепт говорит о том, что медицинская мысль того времени уже пыталась противодействовать подобному злу.

Токсикомания - хроническая болезнь, возникающая в результате злоупотребления психоактивными веществами, не включенными в официальный Список наркотических средств (органические растворители, клей, бензин).

Наркомания (от греч. *narke* - оцепенение и *mania* - безумие) - заболевание, возникающее в результате употребления наркотических средств и психотропных веществ, вызывающих в малых дозах эйфорию, в больших - наркотический сон, одурманивание.

Сущность наркомании:

- непреодолимое влечение к приему наркотика;
- постепенное повышение употребляемых доз;
- формирование абстинентного синдрома;
- психологическая и физическая зависимость.

Абстиненция - резкое ухудшение самочувствия, вызванное прекращением приема наркотика или уменьшением его дозы, к которой организм настолько привык, что далее не может функционировать без наркотика.

Физические страдания опийного наркомана в абстиненции ужасны: озноб, насморк, зевота, усиливаются пото- и слюноотделение, расширяются зрачки, возникают сильные мышечные боли, «крутит, ломает» суставы, развивается понос. Больные не находят себе места, пытаются облегчить боли в суставах, часты попытки самоубийства.

При наркомании происходит тотальное поражение личности, затрагивающее все стороны внутреннего мира больного. Человек, идущий по пути наркомана, теряет друзей, семью, не может приобрести профессию. Он попадает в поле зрения преступных элементов и сам становится на путь преступлений, деградирует как личность. Б.Иванова, известный врач-нарколог, пишет: «Я не знаю точно, сколько наркоманов умирает в молодом возрасте, но в своей практике почти не встречала пожилых наркоманов, и, как правило, все, с кем они когда-то начинали, уже умерли».

Стадии развития болезни. «Сильные» и «слабые» наркотики.

Обычно выделяют три стадии болезни:

1-я стадия. Спустя какое-то время после приема наркотического вещества (иногда уже после однократного) развивается психическая зависимость. Характерным ее признаком является употребление вещества в одиночку, когда человек принимает наркотик не «за компанию», а для удовлетворения индивидуальной потребности получить удовольствие. Формирование психической зависимости описывается классической триадой: эйфория - толерантность - абстинентный синдром. Толерантность - это способность организма преодолеть, на определенном этапе, неблагоприятное воздействие наркотиков. Однако для достижения желаемого эффекта ему уже требуются все более высокие дозы вещества, возрастающие, по сравнению с первоначальными, в 10-1000 раз. Следовательно, со временем наркотик потребляется и чаще, и в большем количестве, а при прекращении приема наркотика наступает болезненное состояние - абстинентный синдром.

2-я стадия. Помимо психической, формируется и физическая зависимость. Она проявляется в возникновении абстинентных расстройств. На этой стадии существенно повышается толерантность к веществу. Нарастают признаки ухудшения функций организма -личностных (социальных), индивидуально-психических (интеллект, воля, выносливость к нагрузкам, контроль эмоций), физических. Потребляемый наркотик постепенно утрачивает свое эйфоризирующее (т.е. повышающее настроение) действие и становится лишь средством избавления от тягостного или неприятного состояния.

3-я стадия. Психическая и физическая деградация, тяжелые и необратимые изменения в организме. Человек становится инвалидом. Отсутствие желаемого эффекта от введения вещества, наряду со снижением устойчивости к нему, часто приводит к передозировке и смерти.

Конечная стадия заболевания — общее истощение, необратимые изменения центральной нервной системы.

Последствия применения конопли, кокаина, опиатов

Последствия применения конопли

Система организма	Осложнения
-------------------	------------

Общее воздействие	Хроническая сонливость. Хроническая тошнота и рвота. Головные боли. Раздражительность.
Дыхательная	Сухой кашель. Заложенность носа. Утяжеление течения астмы. Частые инфекции дыхательных путей. Хронический бронхит. Рак легких.
Нервная	Нарушение мышечной координации. Увеличение времени реакции. Нарушение глубины зрения. Повреждение головного мозга.
Репродуктивная	Бесплодие. Нарушение развития плода. Импотенция.
Психические функции	Приступы паники. Суицидные попытки. Депрессия, чувство тревоги.
Познавательная способность	Ухудшение памяти. Нарушение мышления. Бред.
Социальные последствия	Самоизоляция. Прекращение занятий спортом, учебой, хобби.

Последствия применения кокаина

Система организма	Осложнения
Центрально-нервная	Головные боли, судороги, мозговые кровоизлияния, мозговые инсульты, атрофия головного мозга, воспаление сосудов головного мозга, депрессия, психоз, самоубийства, галлюцинации, психоз.
Сердечно-сосудистая	Боль за грудиной, инфаркт миокарда, глубокий венозный тромбоз, внезапная смерть.
Дыхательная	Отек легких, легочное кровотечение, обострение астмы, бронхит, пневмоперикардит.
Желудочно-кишечный тракт	Поражение печени, воспаление слизистой оболочки кишечника.
Лор-органы	Перфорированная носовая перегородка, изменение обоняния, носовое кровотечение, эрозия зубной эмали, рак горла.
Почки	Омертвление тканей почек. Обострения анемии.
Система крови	Самоизоляция. Прекращение занятий спортом, учебой, хобби.
Репродуктивная	Отслоение плаценты, преждевременные роды, снижение массы новорожденного, уменьшение массы его головного мозга.
Половая	Импотенция, сексуальные расстройства.

Последствия применения опиатов

Система организма	Осложнения
Центрально-нервная	Снотворный эффект (до бессознательного состояния), подавление кашлевого рефлекса, снижение тактильной чувствительности, нестабильность настроения, нейропатия периферическая, миелопатия, синдром зависимости.
Дыхательная	Угнетение дыхания, увеличение частоты респираторных заболеваний (пневмонии, туберкулеза). пневмоперикардит.
Желудочно-кишечный тракт	Снижение перистальтики, понижение желчной, панкреатической и кишечной секреции, запоры, нарушение функции печени, тошнота и рвота.
Лор-органы	Перфорированная носовая перегородка, изменение обоняния, носовое кровотечение, эрозия зубной эмали, рак горла.

Психические нарушения при употреблении наркотических и токсических веществ. Действие наркотических веществ на головной мозг

В результате употребления наркотических веществ развивается заболевание - токсическая энцефалопатия. Она заключается в гибели значительного количества клеток головного мозга и ухудшении его работы. *Нарушается мозговое кровообращение. У больных подростках возникают стойкие психические изменения: неспособность к умственному труду, неусидчивость, истощение внимания, ослабление памяти. С этим связаны отсутствие интереса к учебе, задерживание процесса психического созревания. При применении наркотических веществ ускоряется темп мышления. При этом суждения становятся легковесными, поверхностными, менее обдуманными. Повышается инициативность и необоснованная уверенность в себе, искажается восприятие окружающего мира.*

При регулярном использовании наркотика серьезно страдает нервная система. У наркоманов часто развиваются инсульты — смертельно опасные расстройства кровообращения головного мозга. Кроме того, часто нарастает атрофия (уменьшение объема) головного мозга, что приводит к разнообразным психоневрологическим расстройствам, в том числе к появлению судорожных припадков, как при эпилепсии. Развиваются тяжелейшие депрессии, которые достигают степени психоза, то есть заставляют больных совершать нелепые, необъяснимые и часто трагические поступки (например, самоубийства) из-за своего сниженного и подавленного настроения.

В процессе приготовления наркотика больные часто используют кислоту и марганец, часть которых остается в готовом растворе. Воздействие солей марганца на нервную систему приводит к развитию энцефалополлиневропатии. Она проявляется слабоумием и параличами нижних конечностей. Ни паралич, ни слабоумие вылечить невозможно - они необратимы. *При длительном употреблении некоторых наркотиков развивается «Психоз Маньяна». Этот психоз, помимо тревоги и страха, осложняется галлюцинациями. Появляется кожный зуд, иногда больному кажется, что у него под кожей ползают жалающие насекомые или что ему специально кто-то под кожу насыпал песок. Галлюцинации бывают зрительные и слуховые, которые сопровождаются бредом преследования и агрессивным поведением. Другие наркотики, имея свойства галлюциногенов, вызывают смертельно опасный острый психоз: на пике интоксикации людям кажется, что они могут летать, как птицы, они иногда действительно пытаются полететь, забираясь на крыши домов. Итак, злоупотребление наркотическими веществами влечет за собой заболевания нервной системы, психики.*

Чтобы не стать наркоманом, запомни заповеди:

1. Прежде, чем купить и попробовать наркотик, подумай: а зачем тебе это надо? Кроме дополнительных проблем, ничего хорошего не получишь.
2. Допустим, в силу обстоятельств, в твои руки попал наркотик. Будь мужественным, не поленись и донеси его до унитаза. Упаси тебя Бог отдать его другу или знакомому.
3. Если, попробовав наркотик, тебе захотелось это повторить, знай: ты - в начале пути к своей безвременной смерти. Но еще до ее прихода ты испытаешь такие муки и страдания, каких не пожелаешь своему злейшему врагу.
4. Наркодилеры хитры и коварны. Они могут подстерегать тебя в школе, на дискотеке, в подъезде дома. Первая доза может быть предложена бесплатно в виде укола, леденца, жвачки.

Будь бдителен!**Угрожающие состояния и неотложная помощь при передозировке**

Самым грозным осложнением при употреблении наркотических и токсических веществ является передозировка. В этом случае может наступить смерть от остановки дыхания, сердца или перекрытия рвотными массами дыхательных путей. Важно вовремя оказать первую помощь и вызвать «скорую медицинскую помощь». Признаками передозировки являются: потеря сознания, резкая бледность, неглубокое и редкое дыхание, плохо прощупывающийся пульс, отсутствие реакции на внешние раздражители, рвота.

Этапы оказания первой помощи при передозировке наркотиков:

1. Вызвать «скорую помощь».
2. Повернуть пострадавшего на бок.
3. Очистить его дыхательные пути от слизи и рвотных масс.
4. Следить за характером дыхания до прибытия врачей.
5. При частоте дыхательных движений меньше 8-10 раз в минуту - искусственное дыхание способом «изо рта в рот».

Можно ли избавиться от наркомании? На какой стадии наркомания излечима? Когда не поздно лечить наркоманию?

С наркоманией бороться не поздно никогда. Но она неизлечима. Как только человек получает психическую зависимость от наркотиков, он приобретает неизлечимое заболевание. Это не значит, что он не сумеет жить без наркотиков. Просто всегда будет иметь высокий риск возобновить регулярную наркотизацию - даже если он этого не хочет и не ожидает от себя. Лекарств, которые могли бы предотвратить развитие наркомании или полностью ликвидировать желание употреблять наркотики, не существует до сих пор. И вряд ли они появятся в ближайшие 50 лет. **Общие признаки потребления наркотиков и токсических веществ:**

- Изменение внешнего вида и поведения, напоминающее состояние алкогольного опьянения, но при отсутствии запаха алкоголя изо рта.
- Изменения настроения - беспричинное веселье, злобность, агрессивность, не соответствующие данной ситуации.
- Изменение речи - ускорение, замедленность, невнятность.
- Изменение цвета кожных покровов - бледность или покраснение лица, блеск глаз или их «мутность», сильно суженные или сильно расширенные зрачки независимо от освещения, круги или мешки под глазами.
- Изменение двигательной активности и координации движений - повышенная избыточность движений или же, наоборот, вялость, неустойчивость при ходьбе, покачивание туловища даже в положении сидя, нарушение почерка.
- Специфический запах от одежды, волос, изо рта, неопрятность, неряшливость.
- Частый насморк.
- Следы от уколов на руках.

Отказ от употребления наркотика - не такое уж легкое дело. Как же можно ответить при отказе от предложенного наркотика?

«Спасибо, нет. Я хочу отдавать себе отчет в том, что я делаю».

«Спасибо, нет. Я не хочу конфликтов с родителями и учителями».

«Спасибо, нет. Если приму наркотик, потеряю власть над собой».

«Спасибо, нет. Это не в моем стиле».

Именно отказ от наркотика, а не его применение - признак сипы, взрослости и защиты от страшной беды - наркомании.

Люди, заинтересованные в распространении наркотика, могут быть легко разоблачены по их высказываниям. Приведем самые типичные из них, а заодно факты, им противоречащие. Они говорят:

«Наркотики употребляют сильные и талантливые люди».

ФАКТ: все они, если даже были такими, очень скоро потеряли и силу свою, и талант.

«Наркотики бывают «всерьез» и «не серьезно» - от них всегда можно отказаться».

ФАКТ: серьезно можно отказаться только один раз - первый.

«Наркотики избавляют от прозы жизни».

ФАКТ: избавляют, но только вместе с самой жизнью

5. Психологическая игра Игра «Зависимость»

Цель: выявление типичных точек зрения по вопросам.

Предложите свой вариант предложения, начало которого:

- когда я общаюсь с человеком, зависимым от наркотиков и алкоголя...

- в общении с зависимыми людьми труднее всего мне бывает...

- свое сочувствие к зависимому человеку я проявляю через...
- когда я наблюдаю поведение зависимого человека, я понимаю...
- ситуация, в которой я мог бы стать зависимым...
- когда я замечаю, что становлюсь зависимым от кого или чего-либо, я...
- быть независимым для меня означает...
- я понимаю, что зависимость - это...

6. Просмотр фильма «Точка невозврата»

7. Психологическая игра «Отказ».

Цель: дать возможность участникам овладеть навыками уверенного поведения, аргументационного отказа в ситуации выбора.

Работа проводится в форме ролевой игры, каждой паре предлагается одна из ситуаций:

- Сокурсник (сосед, лидер двора) просит разрешения приготовить наркотик у тебя дома.
- Сокурсник (сосед, лидер двора) предлагает попробовать наркотик "за компанию".
- Сокурсник (сосед, лидер двора) просит достать для него наркотик.

Один играет роль - "угovarивающего, другой - "отказывающегося". Ведущий предлагает использовать в каждой ситуации три стиля отказа: уверенный, агрессивный, неуверенный.

III. Закрепление материала

8. Тест, получение обратной связи.

Тест

Профилактика наркомании

1. Однократное употребление наркотика:
 - А) не имеет последствий;
 - Б) приводит к зависимости;
 - В) приводит к желанию повторить состояние эйфории.
2. Облик человека постоянно принимающего наркотики:
 - А) остается неизменным;
 - Б) меняется кожа лица, волосы, зубы;
 - В) меняются только внутренние органы, а не внешность.
3. Поведение наркомана с окружающими:
 - А) равнодушие и жестокость к окружающим;
 - Б) доброжелательное, радостное, отзывчивое общение;
 - В) поведение и общение с окружающими не меняется.
4. Абсистенция – это:
 - А) способность организма преодолевать неблагоприятное воздействие наркотика;
 - Б) резкое ухудшение самочувствия, вызванное прекращением приема наркотика или уменьшением его дозы;
 - В) повышенное радостное настроение, под влиянием малых доз алкоголя, морфия и некоторых других наркотиков.
5. Вторая стадия развития болезни у наркоманов характеризуется:
 - А) развитием физической зависимости наряду с психической;
 - Б) развитием психической зависимости;
 - В) психической и физической деградацией.
6. Легкие наркотики это:
 - А) все в небольшой дозе и психоактивные вещества;
 - Б) такого понятия нет
 - В) травка.
7. Наиболее распространенные заболевания наркоманов:
 - А) болезни печени;
 - Б) заболевания сердечно-сосудистой системы;
 - В) язвы и гнойные осложнения;
 - Г) верно все выше перечисленное;
 - Д) верных ответов нет.

8. Постоянное употребление наркотиков влияет на головной мозг:
А) да;
Б) нет;
В) в незначительной степени.
9. Наркоманию можно излечить:
А) да, она полностью излечима;
Б) наркомания не лечится;
В) с ней можно бороться, но полностью она не излечима.
10. Наркоманы могут дожить до средних лет и даже до пожилого возраста:
А) могут, если употребляют слабые наркотики;
Б) не могут, жизнь наркомана обрывается в молодом возрасте из-за физиологических изменений в организме и нарушений головного мозга;
В) могут, если они проходят курсы лечения.

Ответы на тест Профилактика наркомании

1. В
2. Б
3. А
4. Б
5. А
6. Б
7. Г
8. А
9. В
10. Б

IV. Заключение. Подведение итогов

9. Просмотр мультфильма: «Запретные игры»

Домашнее задание: создание собственного мультфильма антинаркотической направленности
Благодарность учащимся за работу на уроке.