

ПРОГРАММА

ПЕРВИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ УПОТРЕБЛЕНИЯ
ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ (ПАВ) СРЕДИ ДЕТЕЙ И
МОЛОДЕЖИ



ИНТЕРАКТИВНОЕ ЗАНЯТИЕ
«ТАЙНА ЕДКОГО ДЫМА»

6+

УДК 159.9:37.015.3 (075)

ББК 74.005.56я73

П-46

Разработчики:

психолог-педагог по направлению “Психология зависимости”

А.А. Дегтярев

психолог-педагог по направлению “Психология зависимости”,

кандидат искусствоведения Я.В. Ковалевский

Редактор:

А.И. Ковалевская

Рецензент:

кандидат психологических наук, доцент В.В. Барцалкина

П-46

Программа первичной профилактики употребления психоактивных веществ (ПАВ) среди детей и молодежи: методическое пособие. – М.: 2016. – 9 с.

Данное пособие представляет собой удобный алгоритм проведения занятия по первичной профилактике употребления психоактивных веществ среди детей и молодежи. С его помощью можно провести интерактивный урок с высокой степенью эффективности информирования о пагубности воздействия курения на физическое здоровье человека. Методическое пособие рассчитано на школьных психологов, социальных педагогов, социальных работников.

Программа прошла экспертизу в Московском Государственном Психолого-педагогическом университете, Московском научно-практическом центре наркологии. Рекомендована для использования в профилактической работе с детьми от 6-8 лет и старше.

Верстка:

А.В. Паршев

ОГЛАВЛЕНИЕ

Общая характеристика интерактивного занятия	2
Интерактивное занятие «Тайна едкого дыма» для учащихся 3-6 классов общеобразовательных школ	4
Об Организации	8

Общая характеристика ИНТЕРАКТИВНОГО ЗАНЯТИЯ

Интерактивное занятие для учащихся представляет собой совместный просмотр и последующее коллективное обсуждение мультфильма «Тайна едкого дыма». Мультфильм «Тайна едкого дыма» призван сформировать у ребенка ценность здорового образа жизни. Чтобы рассказать ребенку о вреде курения, герои мультфильма отправляются в необыкновенное путешествие по организму человека, чтобы ребенок мог своими глазами увидеть, что происходит в организме курящего.

В конце занятия детям предлагается написать небольшое сочинение на тему ценности здорового образа жизни, вреда курения и того, что им больше всего запомнилось на занятии.

Мультфильм содержит серию эпизодов, информирующих зрителя о различных негативных последствиях курения: пассивное курение, разрушение зубов, вред курения для легких, для сосудов, для внешности человека. Разбираются некоторые аспекты строения организма человека.



Продолжительность мультфильма – 10 минут.

■ Цель занятия:

Содействие образовательным процессам по развитию и укреплению в детской и молодежной среде ценностей здорового образа жизни, свободного от курения.

■ Задачи занятия:

Обучающие: информировать учащихся о важности здорового образа жизни и ответственной гражданской позиции; дать правильное представление о пагубности курения.

Развивающие: активизировать критическое мышление, способность адекватно воспринимать поступающую информацию, умение планировать дальнейшую деятельность, сравнивать, анализировать, делать выводы.

Воспитательные: мотивировать учащихся на полный отказ от курения, показав ценность здорового образа жизни и ответственной гражданской позиции.

■ Ведущие:

Занятие могут проводить школьные психологи, социальные педагоги, классные руководители, а также учащиеся старших классов для учащихся младших по отношению к ним классов при условии предварительной подготовки с педагогом или психологом – благодаря этому исчезает возрастной барьер между ведущим занятия и присутствующими в аудитории, и материал воспринимается эффективней (принцип «сверстник – сверстнику»). Для проведения одного занятия привлекаются один или два ученика старших классов.

■ Структура занятия:

1. Анонс программы занятия.
2. Совместный просмотр мультфильма.
3. Обсуждение мультфильма, вопросы и ответы.

Продолжительность занятия – 45 минут.

■ Материально-техническое оснащение занятия:

- ◆ MP4-диск с мультфильмом «Тайна едкого дыма»;
- ◆ Компьютер, мультимедийный проектор и экран для проектора, звуковые мониторы; или телевизор с MP4-проигрывателем.

■ Занятие может проводиться:

на уроках ОБЖ, классных часах, внеклассных занятиях.

Интерактивное занятие «Тайна едкого дыма»

■ Ведущий представляет себя.

■ Ведущий представляет цель занятия:

Сегодня мы отправимся в необыкновенное путешествие по организму человека и своими глазами увидим, что происходит из-за курения. Мы узнаем много нового о том, как устроен наш организм и как сохранить здоровье.

■ Ведущий объявляет регламент занятия:

- а) совместный просмотр мультфильма «Тайна едкого дыма»;*
- б) коллективное обсуждение.*

Попросите учащихся смотреть и слушать внимательно, предложите им по ходу просмотра записывать те моменты, которые покажутся непонятными или вызовут вопрос. Перед просмотром попросите учащихся подготовить листы бумаги и ручки для записи.



Включите мультфильм «Тайна едкого дыма».

Ведущий вместе с учащимися внимательно смотрит мультфильм, чтобы присутствующие в аудитории осознавали важность происходящего на экране.

Вопросы для совместного обсуждения мультфильма:

Перед обсуждением вопросов ведущий рассказывает собственный вдохновляющий опыт первого просмотра данного мультфильма.

Задайте вопрос аудитории. Выслушайте различные варианты ответов и проговорите некоторые из них вслух. Дождитесь, пока кто-то из учащихся предложит правильный ответ. Согласитесь с назвавшим верный ответ. Повторите правильный ответ из мультфильма. Если он так и не прозвучал, произнесите его сами.

- **1. Что вы узнали нового, что больше всего запомнилось из мультфильма?**
- **2. Как вы помните, наши герои, вылетев на лестничную клетку, сразу попали в дым и включили фильтр видимости. Зачем они это сделали?**

Правильный ответ:

Большая часть дыма от сигарет является невидимой для невооруженного глаза. Они включили фильтр, чтобы увидеть весь дым, все его частицы, которые могли разбить корабль.

Комментарий ведущего к правильному ответу:

Наверняка многие из вас сталкивались с такой ситуацией, когда чувствуешь запах сигарет, но самого дыма не видишь. Кто с таким сталкивался? Это как раз происходит из-за того, что большая часть дыма от сигарет невидима. При курении его значительная часть выделяется в окружающую среду, где его вдыхают некурящие – так называемые пассивные курильщики. Даже случайно вдыхаемый нами сигаретный дым разрушает наш организм, появляются различные болезни. Например, пассивное курение является одной из частых причин развития у детей астмы. Каждый третий случай появления астмы у детей – это результат «принудительного» курения.

- **3. Затем наши герои попали в рот курильщика. Кто может сказать, что происходит с зубами курящего?**

Правильный ответ:

Из-за того, что попадающий в рот сигаретный дым очень горячий, а вдыхаемый окружающий воздух – нет, происходит резкий перепад температуры на зубах, что приводит к их быстрому разрушению.

Комментарий ведущего к правильному ответу:

Например, как в прошлые времена наши предки убирали большой камень с посевного поля? Они раскаляли его, разведя вокруг костры, а потом обливали холодной водой. Камень от резкого перепада температуры трескался. Так и зубы курильщика: от перепада температуры на них появляются трещины, а ядовитые вещества из сигаретного дыма проникают в эти трещины, из-за чего зубы желтеют и разрушаются.

- **4. Затем наши герои попали в легкие, в наш орган для дыхания. Кто запомнил, что происходит в легких из-за курения?**

Правильный ответ:

В легких есть особые реснички, которые выметают все вредное из организма. Но из-за ядовитого сигаретного дыма они погибают. Выделяется слизь. Легкие плохо очищаются, слизь накапливается, в ней начинают жить разные вредные микроорганизмы и даже паразиты.

Комментарий ведущего к правильному ответу:

В легких находится около 650 миллионов альвеол, на которые возложена функция снабжения кислородом всего организма. При попадании сигаретного дыма в организм альвеолы забиваются дегтем, токсинами и

перестают функционировать. В результате канцерогены из табачного дыма накапливаются, что приводит к возникновению злокачественных опухолей – заболеванию, называемому «рак».

■ **5. А кто запомнил, почему из-за курения появляются раковые опухоли?**

Правильный ответ:

Внутри каждой клетки есть генетический код, ДНК. Это как чертеж, по которому создаются клетки. Новые клетки появляются путем деления, копирования существующих, и если клетка повреждается курением, то производит уже неполноценную, больную.

■ **6. Затем наши герои попали в кровеносный сосуд. Кто может сказать, что происходит с сосудами из-за курения?**

Правильный ответ:

Курение вызывает сильные спазмы сосудов, в результате чего они сужаются. Из-за спазма клетки стенок сосудов не получают питание. Возникают локальные отмирания клеток. Для закрытия таких дыр внутри сосудов возникают наросты. Со временем они увеличиваются, что приводит к частичной или полной закупорке сосуда. Это является причиной многих болезней, таких, например, как инфаркт и инсульт, которые часто приводят человека к преждевременной смерти.

■ **7. Кто запомнил, что происходит с кожей у курящих людей?**

Правильный ответ:

Выкуривание только одной сигареты сужает сосуды кожи на полтора часа. Это означает, что человек, курящий с интервалом в полтора часа, создает в коже постоянное кислородное голодание. Это приводит к нарушению кровообращения. Мелкие капилляры, питающие кожу, забиваются токсинами сигаретного дыма, клетки начинают испытывать кислородное голодание, часть клеток погибает, кожа приобретает желтоватый оттенок.

■ **8. А как мы можем помочь курящим людям?**

Правильный ответ:

На самом деле многие курящие не знают, что происходит с их организмом. Мы можем показать им этот мультфильм. Его легко найти в Интернете. Запишите, пожалуйста, название: «Тайна едкого дыма». Можно отправить ссылку друзьям и знакомым или разместить на страницах в социальных сетях.

ИТОГИ

■ Подведите итог обсуждения

Попросите детей написать небольшое сочинение на тему ценности здорового образа жизни, вреда курения и о том, что им больше всего запомнилось на занятии. Скажите, что все сочинения будут отправлены в общественную организацию «Общее дело», а самые интересные будут выставлены на сайте организации.

Время написания: 7-10 минут.

Соберите сочинения.

■ Подведите итог занятия:

Поблагодарите учащихся за ответы на вопросы, за интересное обсуждение, за активность и внимание. Трех самым активным учащимся подарите по диску с фильмами организации «Общее дело». Если до конца урока осталось время, посмотрите вместе видеоролики организации «Общее дело».

Об организации

Общее дело – общероссийская общественная организация, осуществляющая просветительскую деятельность с 2010 года, официально зарегистрирована в Министерстве юстиции РФ, представлена более чем в 47 регионах России.

Цель работы организации «Общее дело» – это укрепление морально-нравственных ценностей и пропаганда здорового образа жизни в российском обществе.

Приоритетное направление работы организации «Общее дело» – это широкая просветительская деятельность:

- проведение интерактивных лекций в учебных заведениях;
- создание видео- и печатных материалов просветительского характера;
- широкое распространение этих материалов в средствах массовой информации, в сети Интернет.

Для заметок

ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

**ОБЩЕЕ
ДЕЛО**



**Здоровая и процветающая Россия
– это наше Общее дело!**



общее-дело.рф