

Профилактическая неделя «Независимое детство» с

26.02.2024-2.03.2024г.г.

№	Мероприятие	Класс	День недели	Время	ответственные
1	Открытие Недели. Приветствие организаторов Недели (представители администрации, лидеры школьного актива). Выступление организаторов Недели в классах (группах) образовательных организаций. Демонстрация информационных плакатов при входе в школу. Проведение тематических классных часов, родительских собраний «Здоровый образ жизни»	5-11 классы	26.02.24	8.00,14.00	Калина Т.И.
2	Беседа и упражнения: Уметь сказать НЕТ Информирование детей и родителей о работе телефона доверия	7г, 7б	26.02.2024	(по 20 минут) 14.00	Щёклова Н.С.
3	Подготовка и выпуск информационных материалов для родителей «Действие электронных средств доставки никотина», «Признаки отравления газами»,« Основные маркеры потребления ПАВ»	Информационная работа с родителями, Дневник.ру, сайт http://schoolpivovariha.irk.city/ https://dnevnik.ru/teachers	1.03.2024	15.00	Калина Т.И.

4	Беседа и упражнения: Уметь сказать НЕТ	5б	26.02.2024	8.00	Щёклова Н.С.
5	Проведение родительских собраний по ознакомлению с " Порядком взаимодействия субъектов профилактики по выявлению несовершеннолетних и их семей, родители в которых употребляют психоактивные / одурманивающие вещества или совершили преступления в сфере незаконного оборота наркотиков, и не исполняют свои обязанности по воспитанию, обучению, содержанию, защите прав и интереса несовершеннолетних»	Информационное ознакомление через Дневник.ру http://schoolpivovariha.irk.city/ https://dnevnik.ru/teachers	26.02.2024	19.00	Калина Т.И.
6	Беседа и упражнения: Уметь сказать НЕТ	5в	26.02.2024	11.30	Щёклова Н.С.
	Проведение классного часа в рамках «Разговоров о важном» с показом обсуждением видеоматериалов «Действие электронных средств доставки никотина»	8а	26.02.2024	13.00	Калина Т.И., Волчкова Н.А.
7	Беседа + упражнения «Нет вредным привычкам»	классы ОВЗ (6-9)	28.02.2024	13.00	Щёклова Н.С.
8	подготовка материала для классных руководителей по проведению мероприятий в		29.02.2024	-	Щёклова Н.С., классные руководители 5-11 классов

	рамках программы «Независимое детство»				
9	Ознакомление классных руководителей с методическими материалами Министерства образования Иркутской области ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции» Методические рекомендации по проведению областной недели по профилактике употребления психоактивных веществ «Независимое детство!»	Классные руководители, педагоги МОУ ИРМО «Пивоваровская СОШ»	28.02.2024г.	14.30	Калина Т.И., социальный педагог, классные руководители 5-11 классы, педагоги МОУ ИРМО «Пивоваровская СОШ»
10	Проведение открытого мероприятия Интеллектуальный турнир для младшего подросткового возраста.	Параллель 3 классов, 2 класс	28.02.24г.	15.50, вестибюль	Калина Т.И., социальный педагог, классные руководители 5-11 классы, педагоги МОУ ИРМО «Пивоваровская СОШ», Егорова Юлия Юрьевна, педагог – психолог Фазлулина Н.С. классные руководители младшего звена
11	Полилог-беседа в 8-10 классах «Правильный выбор»		26.02.24	8.00-14.00	
12	Групповая дискуссия в 10-11 классах «Здоровье – потребность или возможность?»				
13	Игровой психологический тренинг для детей 7-10 лет и их родителей «Навстречу друг другу».				

14	Родительское собрание «Профилактика употребления ПАВ в подростковой среде»				
----	--	--	--	--	--

Независимое детство!

В 1917 году провозглашено 10 принципов, в том числе и принцип независимого детства. Это означает, что дети должны быть свободными, активными участниками жизни общества, а не пассивными объектами заботы взрослых.

Вопрос: Каким образом можно обеспечить реализацию принципа независимого детства?

Ответ: Для этого необходимо создать условия, при которых дети могут самостоятельно принимать решения, участвовать в выборе своей деятельности, интересоваться общественной жизнью, проявлять инициативу и ответственность.

Вопрос: Почему важно соблюдать принцип независимого детства?

Ответ: Соблюдение этого принципа способствует формированию у детей самостоятельности, ответственности, способности к сотрудничеству и решению проблем. Это помогает им стать активными гражданами общества.

Вопрос: Как можно организовать деятельность детей, основанную на принципе независимого детства?

Ответ: Для этого можно использовать различные формы организации: клубы, кружки, проекты, где дети могут проявлять свои способности, интересоваться новыми знаниями и умениями.

Блиц-опрос «Спорт»

Для того чтобы стать чемпионом олимпийского чемпиона, одного приза мало. Необходимо регулярное физическое обучение. В этом по-прежнему нуждается каждый из нас. Ответьте на вопросы:

— Командная спортивная игра, которая проводится на территории 21450 м, площадь территории Борзовского района 122 кв. Сопровождается по площадке в составе командной команды может находиться 6 игроков. Сколько игроков проводится в любое время на территории количества доз? _____

— Одно из таинственных название этого вида спорта — «лупташка» _____

— Соревнование звание дублеров, название которого в греческом звучит как «двойное состязание» _____

— Спортивная игра с мячом, выполняющаяся рисунком лопу. В ней принимает участие 2 команды по 9 человек. _____

— В переводе с греческого название этого вида спорта означает «сложно на площадке, трудно веру» _____

— Старое название настольного тенниса _____

— Как называют игру ручицей мяча _____

— Соревнование с прыжками на лыжах _____

— Назовите крупнейшее спортивное сооружение в Беларуси _____

— Место проведения теннисных соревнований _____

Викторина «Питание»

В каком овоще растительного происхождения 95% воды? _____

— От каких овощей какого растения габитулы белоглазые бактерии? _____

— Какое вещество особенно ценится в моркови? _____

— Почему в пищу надо употреблять много овощей? _____

— Какой витамин называют «витамином роста»? _____

— Овощи и плоды моркови _____

ЗМС
ЦМН





ТВОРЧЕСТВА

Спорт - это прекрасный помощник в борьбе против наркомании.

Это то, что может предотвратить беду. Занятия спортом - это реальная альтернатива миру наркотиков. Молодежь, вовлеченная в спортивную жизнь, в меньшей степени подвержена воздействию наркобизнеса, формирующего в России рынок сбыта наркотиков.

«Черный ящик»

Можно для человека сделать 100 вещей, но одна из них - это счастье. Какое это счастье? (.....)

... Наводя на мысль узнаю человечество, согласно древней китайской легенде? (.....)

... Хорошо известное съедобное растение, которое в 17 веке считали заваркой как дегидратированное и для производства кофеина? (.....)

... Голландский ученый Левенгук, открывший мир микробов в попытке рта использовал немного этого вещества для чистки зубов. Что это за вещество? (.....)

... Древняя восточная легенда гласит о том, что один алхимик пытался найти философский камень. Ради этого целю он оставил жену и детей, предвзятой удивленной жизни.

... Отпущенка. Остатки пищи, которые ему приносили, он выкинул в садик. Вскоре он заметил, что в саду появилось волшебное вещество, которое он привнес из философский камень. Алхимики поверили, что он способен давать радость и свободу, избавлять от болезней и печалей. Но вскоре философ увидел, как он ошибся: горе и слезы, зло и смерть несли его отпущенка людям. Он был проклят и бросился в омут лишь себе жизни. Назовите вещество, о котором идет речь. (.....)

... Это растение с незапамятных времен возделывали египтяне. В древней Греции считали магическим употреблении его в пищу из-за запаха. Римляне употребляли его и во избежание запаха жевали веточкой 14 или грецкими орехами. В Германии отпущенка в башке героя украсили цветами этого растения. Назовите это растение. (.....)

... В какой игре пользуются самым легким мячом? (.....)

Отгадай в конце недели!



Рецепт Долголетия

Можно правильно питаться, заниматься спортом, одеваться по погоде, стараться быть здоровым человеком, но забыть привычки, которые переняли все наши предки. Это важные привычки! Какие важные привычки вы знаете? Давайте составим «Рецепт долголетия». Каждый из нас на протяжении жизни должен одну за другой, чтобы быть здоровым и сильным (занятие спортом, правильное питание, гулять на свежем воздухе, соблюдение правил личной гигиены, хорошее настроение, проветривание комнаты, закаливание).



ВРЕД АЛКОГОЛЯ для здоровья человека



1 НЕРВНАЯ СИСТЕМА

Алкоголь наносит непоправимый вред головному мозгу, попадая в него через кровь.

- нарушение координации движений;
- нарушение мышления и памяти;
- нарушение сна;
- сильные головные боли;
- атеросклероз;
- тремор?

2 КОЖА

Избыток спирта изменяет нормальный приток крови к коже. Нездоровый вид сохраняется в течение нескольких дней.

- преждевременное старение, появление морщин;
- сухая кожа;
- расширенные поры;
- сильные покраснения;
- прыщи на коже;
- отеки;
- повышенная потливость.

3 СЕРДЦЕ

Алкоголь провоцирует серьезные болезни, которые постепенно развиваются при его длительном употреблении.

- алкогольная кардиомиопатия и склероз сердца;
- перерождение мышечной ткани в жировую;
- сдержанные и сильные боли;
- повышение давления;
- аритмия и учащенное сердцебиение «атеросклероз».

4 ПИЩЕВАРЕНИЕ

Спиртные напитки обжигают слизистую оболочку пищевода и желудка и приводят к образованию воспалительных процессов.

- гастрит, язва, рак;
- резкие режущие боли в животе;
- отрыжка;
- неприятный запах изо рта.

5 ПЕЧЕНЬ

Печень не справляется со своей работой, продукты распада накапливаются и вызывают отравление организма.

- увеличение печени в размерах;
- желтушный цвет лица;
- болезненные ощущения в печени;
- постоянная тошнота и рвота;
- цирроз печени;
- длительный перелет.

6 ПОЧКИ

Происходит гибель почечных клубочков от продуктов распада.

- отеки и одышка;
- интоксикация;
- тошнота;
- рвота;
- нарушения мочеиспускания и состава мочи.

7 ПОЛОВЫЕ ОРГАНЫ

Проблемы с мочевой системой могут возникнуть даже тогда, если алкоголь употребляется редко. Прием на женскую репродуктивную систему спиртные напитки оказывают куда более губительный эффект.

- алкогольный синдром плода;
- уродство плода у беременной женщины;
- умственная отсталость у детей;
- импотенция;
- деформация половых клеток;
- преждевременный климакс;
- бесплодие.

Этиловый спирт в составе спиртных напитков на организм действует как ЯД.

Безопасной дозы алкоголя и безопасной дозы **ЯДА** нет!

ПИВО	ВИНО	ВОДКА	КОГНИАК	САМОГОН
40 грамм	40 грамм	20 грамм	20 грамм	20 грамм

на 100 грамм спиртного напитка

ФАКТЫ ОБ АЛКОГОЛЕ

- 90%** бытовых преступлений (убийства, изнасилования, похищения и т.д.) совершаются в состоянии алкогольного опьянения.
- 70%** самоубийств в состоянии алкогольного опьянения и алкогольной депрессии.
- в среднем доживают люди, употребляющие алкогольную продукцию. Длительность жизни алкоголика сокращается на 15-20 лет.
- 80%** смертей от рака горла и пищевода вследствие потребления алкоголя.
- полностью восстанавливаются мужские половые клетки после приема алкоголя.
- ни восстанавливаются женские половые клетки после приема алкоголя. Они не обновляются.
- дрожжевой грибок. Находится в растении, эти грибки поварит сахар и выделяют в него же свою мочу, а затем склеиваются в собственных экскрементах.

x2 в женском организме нет ферментов для расщепления алкоголя, поэтому у женщины в 2 раза быстрее развивается алкогольная зависимость.

ВЛИЯНИЕ НАРКОТИКОВ на организм человека



СЕРДЦЕ И КРОВЬ

Наркотические и другие токсические вещества при их употреблении оказывают разрушающее действие на сердце.

- смерть у подростков, молодых людей наступает от остановки (фибрилляция) сердца;
- возникает замедление и ускорение в работе сердца;
- расширение межжелудочковой перегородки;
- деформация клапанов сердца;
- нарушение целостности оболочек внутренних стенок крупных и мелких сосудов (неэластичность вены, участки омертвления, полное закрытие просвета сосудов);
- ретинальные боли в области левой половины грудной клетки;
- отеки на ногах, на лице;
- кровоизлияние.

Сердце теряет свою эластичность, нормальную проходимость для крови, изменяется диаметр (ширина) их просвета.

- резкое повышение и снижение кровяного давления при незначительных физических нагрузках;
- нарушение сердечного ритма;
- одышка.

В местах введения наркотических веществ развивается воспаление (фибрилляция) сосудов, которое заканчивается так называемым тромбозом вены, закупоркой вены и непроходимостью сосудистого канала.

ДЫХАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА

- нарушение ритма и глубины дыхания – не хватает воздуха;
- запустевшие легкие совершаются широко открытым ртом, что сопровождается мучительным, надрывным кашлем;
- уменьшение объема легких;
- ослабление дыхательной способности вследствие атрофии легочной ткани и непроходимости сосудистого канала.

ПИЩЕВАРЕНИЕ

Нарушается аппетит, а принятая пища усваивается с большим трудом. Исчезает чувство комфорта после еды, что резко изменяет режим питания.

- тяжелые поражения пищевода, желудка, кишечника, печени, почек;
- постоянные мучительные приступообразные боли по ходу кишечника, в области печени, желудка, по ходу пищевода;
- снижение веса, истощение;
- частые и длительные запоры;
- отрицательный запах изо рта;
- процессы гниения в кишечнике;
- каловые массы, часть которых выводится в кровь и разносится по всему организму.

НАРКОТИКИ – ЭТО

МУЧИТЕЛЬНЫЕ СТРАДАНИЯ

- жуткая, измывающая головная боль;
- метания, крики, стоны от возникшей боли в области лба;
- головная боль не прекращается днем, ночью;
- все это сопровождается мучительной тошнотой, головокружением, рвотой, обморочными состояниями;
- часто развивается истерия среди женщин в связи с огромным количеством токсических веществ на сосудах сетчатки глаз;
- бесконечный и измучивающий зуд;
- беспомощный и измучивающий вид.

ИСТОЩЕНИЕ ОРГАНИЗМА

- после приема наркотических или других токсических средств прекращается дальнейшее физическое развитие организма молодого человека;
- задерживается развитие вторичных половых признаков;
- грубые изменения генетического фонда;
- интеллуи у мужчин в раннем климаксе;
- у женщин;
- преждевременная смерть.

НЕКОТОРЫЕ ПОСЛЕДСТВИЯ ОТ РАЗНЫХ ВИДОВ НАРКОТИКОВ

<input type="checkbox"/> снижение интеллекта – часть информации забывается	<input type="checkbox"/> интоксикация у мужчин в раннем климаксе у женщин
<input type="checkbox"/> нарушение обмена веществ	<input type="checkbox"/> психические расстройства и галлюцинации
<input type="checkbox"/> нарушение обмена веществ	<input type="checkbox"/> заражение ВИЧ-инфекцией, гепатитами А, В, С
<input type="checkbox"/> нарушение репродуктивных процессов – потеря зубов, потеря памяти и управление речью	<input type="checkbox"/> смертельный исход

Опиаты Кокаин Экстази Мигалиты

Амфетамины Галлюциногены Снотворные Курительные смеси

ФАКТЫ О НАРКОТИКАХ

- 1 ДОЗА ЛЮБОГО НАРКОТИКА** – это уже нарушение сознания, которое может сопровождаться потерей сознания и смертью или длительными психическими расстройствами, заканчивающимися инвалидностью.
- ВИЧ** – даже у тех, кто не использует иглы для введения наркотика в организм, очень высокий риск заражения ВИЧ.
- БОЛЕЕ 50%** всех преступлений страны являются последствиями употребления каких-либо наркотических веществ.
- все деньги уходят только на наркотики. Зачастую добыча денег на наркотики неслучайна.

ВЛИЯНИЕ КУРЕНИЯ на организм человека

1 ГЛАЗА

Состояние сетчатки глаза ухудшается из-за нарушения кровоснабжения.

- нарушение зрения (табачная амблиопия),
- асимметричный косоглазиев,
- слепота,
- катаракта.



3 РОТОВАЯ ПОЛОСТЬ

Образуется желтый налет, повреждается зубная эмаль.

- заболевания десен,
- выпадение зубов,
- неприятный запах изо рта.



5 КОЖА

Нарушается питание, кожа становится сухой и тусклой.

- ранние морщины,
- серая отечная кожа,
- крупа под глазами,
- пигментные пятна,
- проваление и утолщение угревой сыпи, акне и себорей,
- черная головка,
- нарушение работы сальных желез.



7 ЭНДОКРИННАЯ СИСТЕМА

Нарушения в работе щитовидной железы, гормональный сбой, от которого страдают все внутренние системы подросткового организма.

- нарушение обмена веществ,
- ожирение,
- внутренние болезни,
- диабет.



9 ПИЩЕВАРИТЕ

Нарушается кровоснабжение желудка.

- гастрит,
- язва желудка или двенадцатиперстной кишки.



11 КОСТИ

Токсины из табачного дыма влияют на выработку женского гормона эстрогена, недостаток которого сказывается на костях.

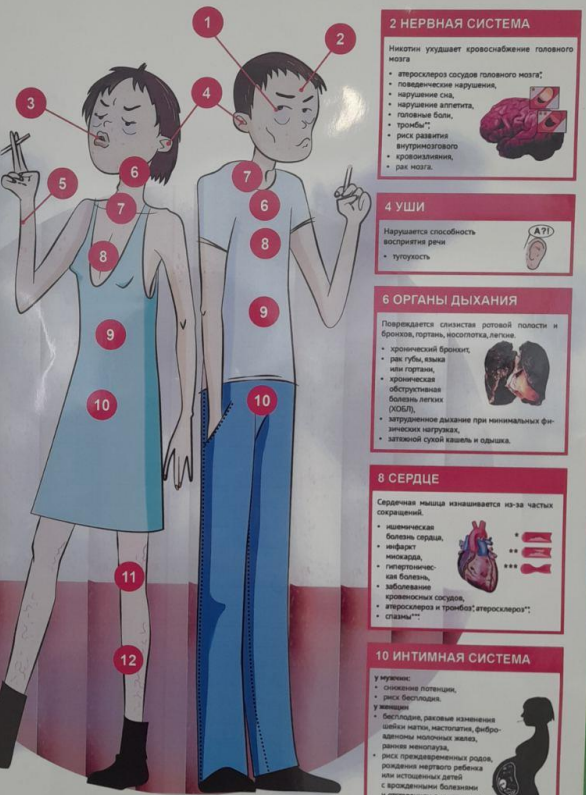
- остеопороз,
- риск частых переломов,
- хромота.



12 СОСУДЫ

Стенки сосудов повреждаются и покрываются с внутренних сторон атеросклеротическими бляшками.

- отек ног,
- онемение пальцев,
- венозная закупорка ног (варикоз),
- гангрена.



2 НЕРВНАЯ СИСТЕМА

Никотин ухудшает кровоснабжение головного мозга.

- атеросклероз сосудов головного мозга;
- гомеостатические нарушения,
- нарушение сна,
- нарушение аппетита,
- головные боли,
- "треморы";
- риск развития внутримозгового кровоизлияния,
- рак мозга.



4 УШИ

Нарушается способность восприятия речи.

- тугоухость.



6 ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ

Повреждается слизистая ротовой полости и бронхов, гортани, носоглотки, легких.

- хронический бронхит,
- рак губы, языка и гортани,
- хроническая обструктивная болезнь легких (ХОБЛ),
- затрудненное дыхание при минимальных физических нагрузках,
- запятой сухой кашель и одышка.



8 СЕРДЦЕ

Сердечная мышца изнашивается из-за частых сокращений.

- ишемическая болезнь сердца,
- инфаркт миокарда,
- гипертоническая болезнь,
- заболевания коронарных сосудов,
- атеросклероз и тромбоз, атеросклероз;
- стенозы;



10 ИНТИМНАЯ СИСТЕМА

У мужчин:

- снижение потенции,
- риск бесплодия.

У женщин:

- бесплодие, раннее изменение шейки матки, мастопатия, фибромиома молочных желез, ранняя менопауза,
- риск преждевременного родоразрешения, рождения мертвого ребенка или истощенных детей с врожденными болезнями и отставанием в умственном развитии.

У молодых девушек:

- недоразвитие молочных желез.



ФАКТЫ О КУРЕНИИ

1 место в мире среди предотвратимых причин смертности.

3,5 - 5,4 млн человек ежегодно умирают в результате проблем со здоровьем, вызванных курением.

более 90% случаев рака легких вызваны курением.

30 000 Р 360 пачек в среднем затрачивается на курение.

300 000 € пересадка легкого (при наличии подходящего донора).

4000 химических веществ:

- вызывает заболевания нервной системы
- вызывает раздражение кожи
- вызывает заболевания легких
- вызывает заболевания глаз
- вызывает болезни и инфекции дыхательных путей
- влияет на иммунную систему
- вызывает рак

43 канцерогены, 400 токсины

Аммиак	Ниталь	Сеннег
Ацетон	Никотин	Сероуглерод
Аттрации	Нитроглицерин	Толуол
Бензол	Нитробензол	Хинолин
Винилхлорид	Пирен	Хром
Гидроксибензол	Перманганат	Цинк
Катехол	Радон	Цинк
Кадмий	Оксид углерода	Фенил