

# Оформление стендов антинаркотической направленности

## Рекомендации по оформлению и информационному наполнению стендов антинаркотической направленности в образовательной организации

Антинаркотическая профилактика для детей и молодежи - это не обсуждение вредности отдаленных печальных последствий курения, алкоголизма и наркомании, не запугивание их страшными сюжетами, а прежде всего помощь в освоении навыков эффективной социальной адаптации - умения общаться, строить свои отношения со сверстниками и взрослыми, в развитии способности оценивать свое эмоциональное состояние и управлять им.

Особое значение имеет формирование у детей и молодежи культуры здоровья - понимания ценности здоровья и здорового образа жизни. Только осознание личностной ценности здоровья позволяет человеку понять, чем для него опасно знакомство с наркотиком или ПАВ, поэтому и информационное наполнение профилактических стендов должно быть выдержано в позитивном ключе, начиная от названия стенда.

Стенд необходимо размещать в хорошо освещенном месте и на умеренной высоте, его месторасположение должно способствовать максимальному ознакомлению учащимися с размещенной на нем информацией. Для обеспечения информирования в полном объеме возможно использование нескольких стендов, которые необходимо располагать в одном месте. Информация должна излагаться просто и понятно с минимальным количеством юридических терминов. Рекомендуется размещение ящика для писем и обращений.

Рекомендации по созданию стенда, посвященного здоровому образу жизни: ,

1. Стенд должен быть современен и интересен (например, в стиле граффити, комиксов и т.д.);
2. Стенд должен иметь яркий и позитивный лозунг;
3. В названии стенда не должно присутствовать слово «НЕТ» или частица «НЕ»;
4. Стенд не должен быть формальным, должен содержать конкретную информацию (*что где расположено, что где происходило или будет происходить, куда и к кому можно обратиться, телефоны экстренных служб, телефоны доверия, антинаркотической комиссии муниципального образования*).

Информацию о сотрудниках органов внутренних дел, специалистах здравоохранения (*размещение сведений об участковом инспекторе по делам несовершеннолетних территориального органа внутренних дел с его фотографией, осуществляющим профилактическую работу в учреждении образования, о враче-наркологе*);

5. Материал не должен содержать скрытой рекламы и сомнительных ценностей, а также анекдотов на тему употребления психоактивных веществ и изображений символов наркотических веществ (шприцев, листьев конопли, бутылок и сигарет, даже зачеркнутых);

6. На стенде должна присутствовать информация для родителей (*советы психолога, особенности подросткового возраста, характерные черты аддиктивного поведения, и т.д.*), кроме того, данная информация должна быть изложена в доступной форме.

**Рекомендуемый информационный материал к оформлению стендов антинаркотической направленности, размещаемых в образовательных организациях:**

1. Основные факторы риска и защиты употребления психоактивных веществ подростками: \_\_\_\_\_

<b>Факторы риска</b>	<b>Факторы защиты</b>
1. Зависимость от ПАВ родителя и/или других родственников;	
2. Употребление ПАВ членами семьи;	
3. Недостаток любви к ребенку со стороны родителей;	
4. Негативные коммуникации в парах родитель-ребенок и мать-отец;	1. Воспитание в семье с высокими моральными ценностями;
5. Отсутствие руководства со стороны родителей, вседозволенность;	2. Позитивные коммуникации в семье;
6. Развод родителей, адаптация к повторному браку родителя;	3. Сплоченность и твердость семьи;
7. Нереалистические ожидания в отношении развития ребенка;	4. Интеллектуально-культурная ориентация;
8. Предпочтение мнения сверстников мнению семьи;	5. Эмоциональная близость к родителям;
9. Проблемы в общеобразовательной организации;	6. Хорошие навыки общения, умение разрешать конфликты.
10. Проблемы с правоохранительными органами;	
11. Низкий уровень ожидания от будущего.	

2. Информационная статья «Ворота для зависимости» (приложение 2).

3. Разъяснения по основным статьям об уголовной и административной ответственности несовершеннолетних за незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ, их

прекурсоров и аналогов, а также за их потребление (сведения на информационном стенде должны содержать разъяснения о возрасте, с которого наступает административная и уголовная ответственность согласно норм статьи; условиях помещения несовершеннолетних в специальные учебно-воспитательные учреждения и специальные лечебно-воспитательные учреждения; ответственности за незаконный оборот наркотических средств, психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов. При этом необходимы разъяснения понятий и терминов, используемых в указанных статьях).

4. Статистическую и аналитическую информацию о последствиях потребления наркотических средств, психотропных веществ и их аналогов.

5. Рекомендации для педагогов, учащихся, родителей по тактике реагирования на ситуацию потребления курительных смесей и других ПАВ;

6. Информация о проведении анонимного добровольного информированного тестирования.

### **Информационная статья «Ворота для зависимости»**

Особенный вред курения для детей и подростков обусловлен физиологией еще незрелого организма. Человек растет и развивается довольно долго, иногда до 23 лет. Чтобы организм нормально сформировался, все эти годы к его клеткам должно поступать нужное количество кислорода и питательных веществ.

Но, ни в коем случае не токсинов - в том числе и из табачного дыма. Сами подростки должны понимать ответственность перед собой и дать собственному организму вырасти.

Важно помнить, что сигаретный дым содержит более 4 000 различных химических соединений, большинство из которых в разной степени ядовиты. Многие из них не только разрушают клетки организма, но и запускают в них онкологический процесс. Курение пагубно отражается на деятельности всех органов и систем. Табачный яд, попадая в организм человека, за 7 секунд поступает в мозг. Нет ни одного органа, который не страдал бы от яда.

Путем кратковременного и нерегулярного вначале курения, возникает незаметно самая настоящая привычка к табаку, к никотину.

Никотин, являющийся нейротропным ядом, становится привычным и без него, в силу установившихся рефлексов станет трудно обходиться. Многие болезненные изменения возникают не сразу, а при определенном «стаже» курения (рак легких и других органов, инфаркт миокарда, гангрена ног и др.)

При курении у подростка очень сильно страдает память. Эксперименты показали, что курение снижает скорость заучивания и объем памяти.

Также замедляется реакция в движении, снижается мышечная сила, под влиянием никотина ухудшается острота зрения.

Курение подростков активизирует у многих деятельность щитовидной железы, в результате чего у курящих подростков учащается пульс, повышается температура, возникает жажда, раздражительность, нарушается сон. Из-за раннего приобщения к курению возникают поражения

кожи - угри, себорея, что объясняется нарушениями деятельности не только щитовидной, но и других желез эндокринной системы.

О том, что курение ведёт к преждевременному изнашиванию сердечной мышцы, известно всем. Возбуждая сосудодвигательный центр и влияя на периферический сосудодвигательный аппарат, никотин повышает тонус и вызывает спазм сосудов. Это увеличивает нагрузку на сердце, так как протолкнуть кровь по суженным сосудам гораздо труднее.

При курении в кровь поступает большое количество угарного газа, который вступает в контакт с гемоглобином. Основная задача гемоглобина заключается в транспортировке кислорода к клеткам тканей. Угарный газ легко присоединяется к гемоглобину, замещая кислород. При достаточной концентрации он способен привести к смерти из-за кислородного голодания организма.

Известно, что с увеличением числа курящих подростков помолодел и рак лёгких. Один из ранних признаков этой болезни - сухой кашель. Заболевание может проявляться незначительными болями в лёгких, тогда как основные симптомы - это быстрая утомляемость, нарастающая слабость, снижение работоспособности. Очень вредно, когда курит девушка - будущая мать. Воздействие табачного дыма на плод вызывает нарушение его развития.

Курение снижает эффективность восприятия и заучивания учебного материала, уменьшает точность вычислительных операций, снижает объём памяти. Совокупное действие ядовитых компонентов поглощаемого табачного дыма вызывает головную боль, раздражительность, снижение работоспособности.

Установлено, что слишком раннее начало курения задерживает рост организма. При проверке оказалось, что не только рост, но и объём груди у курящих подростков гораздо меньше, чем у некурящих сверстников. Никотин снижает физическую силу, выносливость, ухудшает координацию и скорость движений. Поэтому спорт и курение несовместимо.

Курение табака оказывает пагубное влияние как на здоровье самих курящих, так и не курящих, вынужденных находиться в табачном дыму. Их называют пассивными курильщиками. При курении 50% табачного дыма поступает в окружающую среду.

Раннее увлечение табаком может привести к тому, что человеку будет очень трудно отказаться от своей вредной привычки, став взрослым. Никотиновая зависимость у ребенка формируется очень быстро. Ведь нервная система в таком возрасте еще очень незрелая, и воздействие на нее любого психоактивного вещества, к которым относится и табак, будет вызывать более сильный эффект, чем у взрослого организма.

Заместитель начальника