**АДМИНИСТРАЦИЯ ШЕЛКОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

**ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«САРЫ-СУЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

**НОХЧИЙН РЕСПУБЛИКАН ШЕЛКОВСКИ МУНИЦИПАЛЬНИ КIОШТАН АДМИНИСТРАЦИ МУНИЦИПАЛЬНИ БЮДЖЕТАН ДЕШАРАН ХIУКМАТ**

**«САРЫ-СУЙСКИ ЮККЪЕРА ЮККЪАРАДЕШАРАН ИШКОЛ»**

****

 **366107. Чеченская Республика, Шелковской муниципальный район, с. Сары-Су ,ул.Школьная, 1**

**Тел.8-928-649-86-63; е-mail^** **sary-su.rf@mail.ru**

**ОКПО 87457415, ОГРН 1082035001278 ИНН/КПП 2011002187/201101001**

Информация

от 02.02.2021г

**Беседа "** **Не отнимай у себя завтра "**

**С целью** продолжить формирование ответственного отношения к своему здоровью:

- выработать у воспитанников негативное отношение к курению, алкоголизму, табакокурению, токсикомании;

- дать понять о последствиях употребления психоактивных веществ;

Педагог по ДНВ и Р совместно с школьным психологом и мед. работником школы провели беседу с обучающими старшего звена на тему: **"** **Не отнимай у себя завтра".**

- Ребята, Вы уже много знаете о своем организме, хорошо помните основные гигиенические правила, понимаете какую опасность таит необдуманное поведение. Сегодня на занятии мы сделаем еще один шаг по направлению к здоровому образу жизни.

Девизом нашего занятия станут слова:

- Я думаю, что наше здоровье зависит от состояния здоровья родителей, бабушек, дедушек, от того, как часто нас осматривает врач, от того каким воздухом мы дышим и какую воду пьем и от других вещей. Но многое зависит и от нас, от того какие привычки у нас преобладают.

- Ребята, какие вредные привычки наиболее опасно влияют на здоровье человека? (алкоголь, курение, наркотики, токсикомания)

- “**Что же происходит при курении табака?”**

При курении табака часть его сгорает; дым, втягиваемый курильщиком, содержит никотин, окись углерода, следы синильной кислоты и другие химические вещества. Самый ядовитый - никотин, пары которого проникают в организм и вызывают сначала возбуждение, а затем угнетение центральной нервной системы; суживает кровеносные сосуды, раздражает слизистые оболочки. В больших дозах никотин вызывает судороги и смерть.

**Следующая опасная привычки – это алкоголь.**

Алкоголь – это вещество, которое содержится в сиртных напитках (водке, вине, пиве). Само название «алкоголь» происходит от арабского « аль-коголь», что означает одурманивающий.

Алкоголь создает иллюзию благополучия. Взаимодействуя с различными органами и системами организма человека, алкоголь становится активным участником обмена веществ, организм постепенно привыкает и требует его все больше и больше. Возникает зависимость от алкоголя, приводящая к болезни – алкоголизму.

**Наркотики относятся к вредным привычкам.**

Наркотики – это вещества, которые очень вредно действуют на организм человека, одурманивают его. Человек становится как бы заколдованным, когда начинает их употреблять их, он сам себе не хозяин. Это так называемые наркотические вещества. Человек, который начал принимать наркотики, сразу привыкает к ним, теряет волю. Те, кто не прекращает употреблять наркотики, умирает от мучительных, страшных болей. Друзья и близкие прекращают с ним общаться.

**Вывод:** Наркотики – это гибель для человечества.

Токсикомания также относится к вредной привычке. Токсикомания – это болезнь, возникающая в результате употребления веществ, вызывающих кратковременное чувство приятного психического состояния. Человек становится раздражительным, злобным, угрюмым, все время ждет каких – то неприятностей. Серьезные последствия токсикомании для состояния внутренних органов : развиваются различные заболевания легких и желудочно-кишечного тракта, поскольку токсичные компоненты «сжигают» слизистые оболочки почки выходят из строя. При передозировке, возможны летальные исходы.

Мероприятие носило познавательный характер. В ходе информационно-познавательной беседы учащиеся получили новые знания о влиянии алкоголя, табакокурения на организм человека.

Педагог ДНВ и Р \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Темиралиев В.И.

 