



МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ  
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ КУЛЬТУРЫ «ЕНИСЕЙ КИНО»

*enisey-kino.ru*

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ  
ДЛЯ УЧРЕЖДЕНИЙ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИХ  
КИНОПОКАЗ, ПО РАБОТЕ С ДЕТЬМИ  
И ПОДРОСТКАМИ ПО ПРОПАГАНДЕ  
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Методические материалы

Красноярск  
2023



Министерство культуры Красноярского края  
Краевое государственное автономное учреждение  
культуры «Енисей кино»

**Методические рекомендации  
для учреждений, осуществляющих кинопоказ,  
по работе с детьми и подростками  
по пропаганде здорового образа жизни**

Методические материалы

Красноярск  
2023

ББК 77.22

М 54

**Методические рекомендации для учреждений, осуществляющих кинопоказ, по работе с детьми и подростками по пропаганде здорового образа жизни / Н.Н. Алдошина, Е.А. Сучкова; КГАУК «Енисей кино». – Красноярск: ООО «Полис», 2023. – 37с.**

Данные методические рекомендации основаны на опыте работы Канского отделения кинопроката Краевого государственного автономного учреждения культуры «Енисей кино».

Сборник будет полезен специалистам постоянно действующих киноустановок, обеспечивающих работу на коммерческой и социальной основах, и прочих площадок муниципальных образований Красноярского края, для организации кинопоказов и киномероприятий по работе с детьми и подростками по пропаганде здорового образа жизни.

ББК 77.22

© Краевое государственное автономное  
учреждение культуры «Енисей кино»,  
2023

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение .....	4
1. Опыт работы канского отделения кинопроката КГАУК «Енисей кино».....	5
1.1. Формы работы по привлечению юных зрителей на киномероприятия по пропаганде здорового образа жизни.....	5
1.2. Примеры проведения киномероприятий для учреждений, осуществляющих кинопоказ, по работе с детьми и подростками по пропаганде здорового образа жизни.....	8
Заключение.....	12
Список использованных источников .....	13
Приложение № 1 .....	14
Приложение № 2.....	19
Приложение № 3.....	23
Приложение № 4 .....	27
Приложение № 5 .....	30

## ВВЕДЕНИЕ

Здоровье населения, особенно подрастающего поколения, является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны, а также одной из характеристик национальной безопасности. Исходя из этого, основными направлениями обеспечения национальной безопасности в сфере здоровья нации сегодня являются усиление профилактической направленности здравоохранения, ориентация на сохранение здоровья человека, совершенствование в качестве основы жизнедеятельности общества института семьи, охраны материнства, отцовства и детства. Осознается важность создания мотиваций и условий для здорового образа жизни (ЗОЖ).

Под пропагандой ЗОЖ понимается широкий спектр деятельности, направленный на то, чтобы люди ответственно относились к своему здоровью и располагали необходимой информацией для его сохранения и укрепления. И здесь большую роль могут оказать клубные учреждения, школы, библиотеки, у которых имеется значительный опыт в области воспитательного воздействия на население, особенно на детей и подростков.

Наиболее востребованным методом работы с подрастающим поколением является кинематограф, который на протяжении своего существования в России был одним из самых массовых видов искусства. Кино, как никакой другой вид искусства, вошел в жизнь людей, став неотделимым целым каждого человека. Кино связано не только с досугом, но и с бытом, образом мыслей и стилем жизни.

В современном обществе все больше и больше возрастает тенденция вести здоровый образ жизни. Состояние здоровья детей и молодежи является важнейшим слагаемым здорового потенциала нации, поэтому сохранение и развитие здоровья детей и формирование у них здорового образа жизни сегодня имеет приоритетное значение. Формирование культуры здоровья происходит в детском и подростковом возрасте. Именно в этом возрасте необходимо убеждать их в том, что жизнь может предоставить им много интересного, что нет неразрешимых проблем и безвыходных ситуаций. Вовлечение детей в общественную деятельность, проведение беседы и лекций, организация кинопоказов и киномероприятий, пропагандирующих здоровый образ жизни – все это способствует выработке положительных качеств, профилактике девиантного поведения, духовно-нравственного развития и воспитания личности, которая в любой ситуации сможет противостоять вредным привычкам.

## 1. ОПЫТ РАБОТЫ КАНСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ КИНОПРОКАТА КГАУК «ЕНИСЕЙ КИНО»

Красноярский край является одним из лидеров в Сибирском Федеральном округе по количеству муниципальных площадок, осуществляющих кинопоказы.

Канское отделение кинопроката, филиал КГАУК «Енисей кино», осуществляет свою деятельность в восточной группе муниципальных районов Красноярского края. В настоящее время здесь действует 152 киноустановки: из них 103 работают как социальные, а 49-постоянно действующие, обеспечивающие работу на коммерческой и социальной основе, зарегистрированы в Единой федеральной автоматизированной информационной системе сведений о показах фильмов в кинозалах (ЕАИС), официальным оператором которой является Фонд кино. 5 муниципальных кинозалов на сегодняшний день действует в современном цифровом формате DCP.

Основные направления деятельности филиала:

- прокат кинофильмов;
- популяризация отечественного кинематографа;
- оказание методической помощи киноустановкам восточной группы районов;
- сохранение краевого пленочного фильмофонда;
- ведение электронного каталога;
- организация киномероприятий и акций, связанных с кино.

### 1.1 Формы работы по привлечению юных зрителей на киномероприятия по пропаганде здорового образа жизни



## МЕЖВЕДОМСТВЕННОЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ

Межведомственное взаимодействие с учреждениями при организации кинопоказа и проведении киномероприятий осуществляется на основе регламента, который определяет:

1. Перечень учреждений/организаций, осуществляющих межведомственное взаимодействие. При этом рекомендуется определить:

- исполнительный орган (например, отделение кинопроката), который осуществляет организацию и координацию межведомственного взаимодействия с учреждениями/организациями социального блока при организации кинопоказа и проведении киномероприятий на территории муниципального образования;

- участников межведомственного взаимодействия – учреждения/организации социального блока, которые могут принимать участие в межведомственном взаимодействии в рамках своей компетенции.

2. Виды деятельности, осуществляемой организациями в рамках межведомственного взаимодействия. При определении видов деятельности рекомендуется учитывать: перечень услуг, предоставляемых населению, входящих в компетенцию участников межведомственного взаимодействия; перечень дополнительных услуг, предоставляемых исполнителями услуг за плату.

3. Порядок и формы межведомственного взаимодействия:

- план работы по организации кинопоказа и проведении киномероприятий;

- последовательность действий, а также ответственных за данные действия участников по организации и оказанию культурно-досуговых и информационно-просветительских услуг с учётом наличия оборудования и прочих ресурсов у каждой из сторон.

При определении порядка привлечения учреждений/организаций к организации кинопоказа и проведении киномероприятий рекомендуется определить:

- предмет и форму обслуживания (кинопоказ, творческая встреча, кинофестиваль, презентация, мастер-класс и пр.);

- учреждения/организации, которые будут осуществлять подготовку и предоставление культурно-досуговой, информационно-просветительской услуги, на каких условиях;

- место и время оказания услуги с использованием всех технических возможностей;

- ответственность учреждений/организаций за оказание культурно-досуговых и информационно-просветительских услуг в рамках межведомственного взаимодействия.

Как привлечь зрителя, как организовать и провести киномероприятие, чтобы оно было масштабным и главное эффективным? Для этого необходимо четко определить, где находится ваша целевая аудитория. В случае организации мероприятий для детской и подростковой аудитории абсолютно обязательным становится тесное взаимодействие с общеобразовательными



учреждениями. Для этого, к примеру, КГАУК «Енисей кино» было подписано совместное Соглашение о сотрудничестве с Управлением образования администрации города Канска Красноярского края. Основные направления сотрудничества: осуществление кинопоказов и совместная деятельность по организации и проведению киномероприятий, фестивалей, конкурсов, акций и др. Площадками для социальных кинопоказов стали 15 школ города Канска. В июне 2023 года на летних детских оздоровительных площадках, которые работали на базе школ города, было проведено 153 кинопоказа и охвачено более 4 тысяч человек. В несколько школ были осуществлены выезды и проведены совместные кинопоказы.

Канское отделение кинопроката организует мероприятие для детей на тему «Здоровым быть здорово!» – это классный час, посвященный ЗОЖ, по тематике борьбы с табакокурением и алкоголизмом. Для осуществления данного мероприятия подготовлена подборка фильмов для каждой возрастной категории зрителей, прилагается сценарий-лекции или беседы по данной теме. Вся информация с подробной инструкцией направляется в Управление образования г. Канска. Далее происходит взаимодействие непосредственно со школами города. Консультации педагогов, исполнителей по кинопоказам проходят в телефонном режиме и при личной встрече, оказывается помощь по скачиванию видео контента, а также по заполнению форм отчетности. При необходимости сотрудники посещают мероприятия и кинопоказы, организованные школами города.

### **РЕПЕРТУАРНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ. ПОДБОРКА ФИЛЬМОВ ЗОЖ**

Репертуарный план – перечень фильмов, которые направляют на киноустановки для кинопроката на определенный период. Репертуар на месяц подразделяется на несколько блоков:

- документальное кино Красноярья;
- проект «Киноуроки экологии»;
- кинопрограммы к календарным датам для социальных (некоммерческих) показов в рамках мероприятий;
- фильмы для некоммерческих показов;
- фильмы для коммерческих показов;
- фильмы по тематике борьбы с табакокурением, алкоголизмом, употреблением наркотических средств, по пропаганде здорового образа жизни.

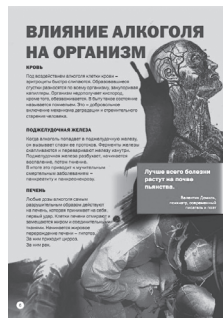
Для организации мероприятий по работе с детьми и подростками по пропаганде здорового образа жизни необходимо выбрать фильмы из последнего блока. Предлагаем подборку документальных фильмов по тематике борьбы с табакокурением, алкоголизмом, употреблением наркотических средств по пропаганде здорового образа жизни (Приложение № 1).

### **РЕКЛАМНО-ИНФОРМАЦИОННЫЙ МАТЕРИАЛ**

К рекламно-информационной продукции относятся постеры, флаера, буклеты и каталоги. Такие рекламные материалы представляют собой печат-

ную продукцию в виде книг, журналов, афиш. Виды рекламы: постер-сити-постер (плакат, афиша, объявление), буклет (небольшое печатное издание на одном листе), флаер (небольшая листовка с краткой информацией о фильме), трейлер (небольшой видеоролик, состоящий из кратких фрагментов о фильме).

Организация показа фильмов для юных зрителей требует творческого подхода и размещение рекламно-информационного материала, в том числе наглядного. Важное значение имеет регулярное информирование о детских фильмах. Стоит учесть, что документально-познавательные фильмы по борьбе с табакокурением, алкоголизмом, употреблением наркотических средств, по пропаганде здорового образа жизни не особо приветствуются молодежью. В отличие от книг, фильмы эффективно воздействуют на воспитание учащихся. Фильмы дают детям и подросткам широкий выбор проблемных ситуаций, изложенных эмоционально. Среди киноситуаций есть и такие, которые педагог или родитель не могут в столь яркой и доходчивой форме показать детям без помощи экрана в будничной реальности, например, смертельную опасность от приема наркотических веществ и др.



Курение	Алкоголизм	Наркомания
<p>Курение - самая распространенная причина преждевременной смерти и потери работоспособности. В среднем в мире курение убивает более 6 млн человек в год и укорачивает жизнь в среднем на 20 -30 лет.</p> <p>Курение увеличивает риск развития рака легких, мочевого пузыря, желудка. Нарушается кровообращение, повреждается костная система. Страдают и все органы и системы. Повлечет за собой снижение иммунитета, частые инфекции, повышенная утомляемость.</p> <p>Ты можешь избежать всего этого, если откажешься от курения!</p>	<p>Алкоголизм - тяжелое хроническое заболевание, которое не исчезает с собой, только временно для других симптомов и развивается тяжелыми осложнениями, ведущими к инвалидности или к смерти.</p> <p>Алкоголизм, как известно, не только повреждает паренхиматозный мозг, при которой человек становится рабом своей глупой привычке, но и она сопровождается повреждением тканей внутренних органов.</p>	<p>Наркомания - пристрастие и зависимость от психоактивных веществ, вызывающих изменения. Основным вредоносным, самым опасным признаком наркомании является нарушение личности, выходящее за пределы наркотического опьянения, но наблюдающее также у лиц, злоупотребляющих психотропными веществами. В частности, они вызывают: <b>привязанность</b> и <b>зависимость</b> как психическую, так и физическую.</p>
<p><b>Скажи НЕТ!</b></p> <p>СКАЖИ АЛКОГОЛЮ НЕТ!</p>		
<p><b>Мы выбираем здоровый образ жизни!</b></p>		

## 1.2. Примеры проведения киномероприятий для учреждений, осуществляющих кинопоказ, по работе с детьми и подростками по пропаганде здорового образа жизни.



фильмы пользуются большой популярностью. Часто транслируемые: «Зависимость», «Неверный шаг», «Свобода внутри», «Кладмен», «Связь с наркотиками меняет жизнь», «Бывших не бывает», «Домино», «Никотин. Секреты манипуляции», «Крафт и Сухой закон 1914 г.», «Нетрезвое рождение».

В 2022 году Канским отделением кинопроката КГАУК «Енисей кино» совместно с киноустановками Восточной зоны Красноярского края были организованы 304 кинопоказа и киномероприятия антинаркотической направленности. Из них – 93 взрослых и 211 детских мероприятий. Общее количество участников – 9 752. Из них – 3612 взрослых и 6140 детей.

Среди территорий восточной группы районов Красноярского края документальные фильмы пользуются большой популярностью. Часто транслируемые: «Зависимость», «Неверный шаг», «Свобода внутри», «Кладмен», «Связь с наркотиками меняет жизнь», «Бывших не бывает», «Домино», «Никотин. Секреты манипуляции», «Крафт и Сухой закон 1914 г.», «Нетрезвое рождение».

ство», «Нейва», «Команда Познавалова. Тайна едкого дыма», «Алкоголь. Секреты манипуляции», «Команда Познавалова. Опасное погружение», «Курение, взгляд изнутри», «Светочь Красноярска», «Скажи наркотикам нет», «Реанимация», «Докажи, что любишь», «ВИЧ. Знать, чтобы жить», «Знаки беды».

Специалистами Канского отделения кинопроката проводится большая просветительская работа по популяризации здорового образа жизни через массовые мероприятия и трансляции видеоконтента по данной тематике для детей и подростков г. Канска и Канского района.



В 2022 году наиболее интересным примером проведения мероприятий, направленных на профилактику здорового образа жизни, можно считать цикл киномероприятий антинаркотической направленности, которые проходили в течение лета 2022 года, для всех 6-ти сезонов, отдыхающих в палаточном лагере «Чайка». В рамках мероприятий были организованы лекции и беседы о здоровом образе жизни, о режиме дня, о правильном питании, о воздействии вредных привычек на организм – сигаретах, вейпах, айкосах, наркотиках, алкоголе и других веществах.

Для чтения лекций и бесед были приглашены медицинские работники и социальные педагоги, сотрудники и инспекторы МВД России «Канский».

Обязательным дополнением к лекциям и беседам были просмотры фильмов подходящей тематики, такие как: «Курение. Взгляд изнутри». Подростки убедились, что даже при употреблении вейпов, айкоса, и кальянов происходит заражение и отравление организма. Вред от них порой даже больше, чем от употребления сигарет. Кинопоказ мультфильмов «Команды Познавалова» – «Тайна едкого дыма» и «Опасное погружение». Ребята сделали выводы о вреде курения, приеме спиртных напитков, пользе занятий спортом. Фильмы «Связь с наркотиками меняет жизнь», «Бывших не бывает», «Никотин. Секреты манипуляции», «Алкоголь. Секреты манипуляции» оказывают большую визуальную поддержку мероприятиям, т.к. в них раскрыто большое количество неоспоримых фактов.



## КИНОМЕРОПРИЯТИЕ «ЗДОРОВЫМ БЫТЬ ЗДОРОВО!»

Целевая аудитория: учащиеся 5-7 классов.

1. Сценарий лекции о здоровом образе жизни «Здоровым быть здорово», (Приложение № 2) с презентацией (Приложение № 3);
2. Кинопоказ документальных фильмов о ЗОЖ, кинопоказ документальных фильмов по тематике борьбы с табакокурением, алкоголизмом, употреблением наркотических средств:



### «Деньги с дымком»

Правда ли, что государству выгодна торговля сигаретами в силу высоких табачных акцизов? На этот вопрос отвечает новый фильм «Деньги с дымком» от Общероссийской общественной организации «Общее дело». Мы, конечно, все слышали о проблеме курения: инсульты, инфаркты, смертность от рака. Но мы видим, что из года в год ситуация кардинально не меняется, почему-то, не принимаются законы, направленные на решение этой проблемы. Почему? Кто-то скажет: «Это большие деньги» или «Это очень выгодно». Тогда вопрос – кому? В новом фильме-расследовании «Деньги с дымком» зритель шаг за шагом будет раскрывать вопрос: «Кто и сколько зарабатывает на зависимости?».



### «Якутия. Трезвые сёла»

В период с 2008 по 2019 годы 188 сёл в Якутии приняли сухой закон – полный запрет на продажу любого алкоголя. Эти законы в сёлах были приняты по инициативе местных властей с целью спасти население от алкогольного вырождения... К чему же привел этот запрет?



### «Знаки беды»

Злободневный фильм с откровенным и честным разговором о тяжёлом преодолении наркозависимости среди несовершеннолетних. О боли и страдании, о пережитом опыте авторы фильма поговорили как с подростками, так и с их родителями. Через судьбы ребят, проходящих лечение в социально-реабилитационных центрах, экспертное мнение наркологов, психологов, и опыт благотворительных проектов, которые специализируются на лечении наркозависимых подростков, картина попытается донести до так называемой «группы риска» негативные последствия употребления наркотиков.

## **КИНОМЕРОПРИЯТИЕ «Я ВЫБИРАЮ ЖИЗНЬ!»**

Целевая аудитория: учащиеся 8-9 классов.

Сценарий антинаркотической беседы «Я выбираю жизнь!» (Приложение № 4) с презентацией (Приложение № 5);

Кинопоказ документальных фильмов, направленных на пропаганду здорового образа жизни среди детей и молодежи:

«ДОМИНО» - социальный ролик о вреде наркотиков.

«СВЯЗЬ С НАРКОТИКАМИ – МЕНЯЕТ ЖИЗНЬ». Фильм создан Управлением по контролю за оборотом наркотиков ГУ МВД России по Краснодарскому краю при содействии Антинаркотической комиссии Краснодарского края.

«НЕВЕРНЫЙ ШАГ». Фильм о вреде наркотиков.

«СВОБОДА ВНУТРИ». Фильм отвечает на вопрос: «Почему наркотики разрушают жизнь?».

**Для получения методических материалов: роликов и презентаций в хорошем качестве необходимо обратиться с запросом по почте [info@enisey-kino.ru](mailto:info@enisey-kino.ru) или по телефону (391) 243-73-01**

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Таким образом, для организации кинопоказов и киномероприятий по работе с детьми и подростками по пропаганде здорового образа жизни на действующих киноустановках и прочих площадках муниципальных образований Красноярского края, необходим комплексный подход с использованием различных форм работы по привлечению юных зрителей.

Все мероприятия должны быть направлены на формирование у детей потребности в здоровом образе жизни, на стремление к укреплению своего здоровья и развитию физических способностей. Формирование мотивации к здоровому образу – один из способов борьбы с вредными привычками. После просмотра фильмов дети задумываются над изменением своей жизни и вдохновляются на перемены. Эти фильмы помогут глубже понять вред некоторых продуктов и человеческих действий.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Документальные фильмы по тематике борьбы с табакокурением, алкоголизмом, употреблением наркотических средств, здоровому образу жизни [Электронный ресурс]. Красноярск, 2023. URL: <http://enisey-kino.ru/repertuar/dokumentalnyie-filmyi-zozh.html>.

2. Концепция развития аудиовизуальной культуры и кинематографии в Красноярском крае на 2010-2020 годы [Текст] / А.А. Снетков, Д.В. Кудрявцев, Е.Г. Паздникова и др. // Концепции развития видов культурной деятельности в Красноярском крае. - Красноярск, 2011. – С. 49-64

3. Фонд кино объявляет результаты очередного отбора организаций, осуществляющих показ фильмов [Электронный ресурс]. Красноярск, 2023. URL: <https://www.fond-kino.ru/news/fond-kino-obavlaet-rezultaty-ocerednogo-otbora-organizacij-osusestvlausih-pokaz-filmov-20072023/>

## ПРИЛОЖЕНИЕ №1

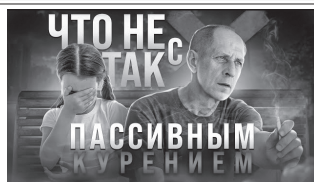
Подборка документальных фильмов по тематике борьбы с табакокурением, алкоголизмом, употреблением наркотических средств, по тематике здорового образа жизни.



### «ДЕНЬГИ С ДЫМКОМ» (12+, 23 мин., 2022 г.)

Страна: Россия

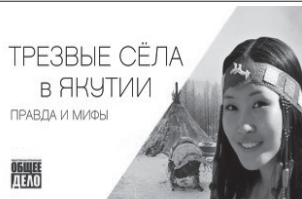
Правда ли, что государству выгодна торговля сигаретами, в силу высоких табачных акцизов? На этот вопрос отвечает новый фильм «Деньги с дымком» от Общероссийской общественной организации «Общее дело». Мы, конечно, все слышали о проблеме курения. Инсульты, инфаркты. Смертность от рака. Но мы видим, что из года в год ситуация кардинально не меняется, почему-то не принимаются законы, направленные на решение этой проблемы. Почему? Кто-то скажет: «Это большие деньги» или что «Это очень выгодно». Тогда вопрос – Кому? В новом фильме-расследовании «Деньги с дымком» зритель шаг за шагом будет раскрывать вопрос – кто и сколько зарабатывает на зависимости?



### «ЧТО НЕ ТАК С ПАССИВНЫМ КУРЕНИЕМ? НОВЫЕ ДАННЫЕ И ИССЛЕДОВАНИЯ» (12+, 5 мин., 2022 г.)

Страна: Россия

По данным Всемирной организации здравоохранения, ежегодно в мире из-за вторичного, то есть пассивного курения, умирает более одного миллиона двухсот тысяч человек. Это равно численности большого города, такого как Нижний Новгород. Также по данным ВОЗ, 65 000 детей ежегодно гибнет от болезней, вызванных курением окружающих их взрослых.



### «ЯКУТИЯ. ТРЕЗВЫЕ СЁЛА» (12+, 14 мин., 2020 г.)

Страна: Россия

В период с 2008 по 2019 годы 188 сёл в Якутии приняли сухой закон – полный запрет на продажу любого алкоголя. Эти законы в сёлах были приняты по инициативе местных властей с целью спасти население от алкогольного вырождения... К чему же привел этот запрет?





---

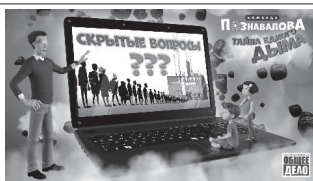
---

**«СКРЫТЫЕ ВОПРОСЫ. ОПАСНОЕ  
ПОГРУЖЕНИЕ»**  
(6+, 7 мин., 2020 г.)

Страна: Россия

Скрытые вопросы. Опасное погружение – это новая серия в продолжении приключений Команды Познавалова.

Сталкивались ли Вы с такими вопросами: Почему человек от алкоголя пьянеет? Можно ли пить спиртное немного, по праздникам? Почему алкоголь продают в магазинах? Команда Познавалова вместе со зрителями найдет ответы на эти и другие вопросы. Вышедший до этого мультфильм «Опасное погружение» вызвал у многих ребят желание глубже разобраться в поднятой теме. Собрав основные вопросы, Познавалов и Ко приступил к расследованию.



---

---

**«СКРЫТЫЕ ВОПРОСЫ. ТАЙНА ЕДКОГО ДЫМА»**  
(6+, 10 мин., 2020 г.)

Страна: Россия

Скрытые вопросы. Тайна едкого дыма – это новая серия в продолжении приключений Команды Познавалова.

Сталкивались ли Вы с такими вопросами: Почему люди курят, если это вызывает болезни, и даже приводит к смерти? Если курение очень вредно, почему же не запретят продажу сигарет? Что делать, если родители курят, как я могу им помочь? Команда Познавалова вместе со зрителями найдет ответы на эти и другие вопросы. Вышедший до этого мультфильм «Тайна едкого дыма» вызвал у многих ребят желание глубже разобраться в поднятой теме. Собрав основные вопросы, Познавалов и Ко приступили к расследованию.

---

---



**«УТЕРЯННАЯ ДОБРОДЕТЕЛЬ»**  
(12+, 59 мин., 2016 г.)

Страна: Россия

Христианский фильм «Утерянная добродетель» освещает взгляд Православной церкви на острую социальную проблему алкоголизма в нашем обществе. Сколько противоречий мы встречаем в вопросе употребления алкоголя в православной среде? Как много разных мнений находим? В данном православном фильме проведён научный анализ этого вопроса, представлены исторические свидетельства, наставления православных святых, а также затронут социальный аспект проблемы алкоголя в современном российском обществе. Основываясь на авторитетном труде священномученика Владимира Богоявленского, в фильме рассматривается библейский вопрос о вине.



**«ПУТЬ ГЕРОЯ»**  
(12+, 23 мин., 2018 г.)

Страна: Россия

Жанр: документальный

Режиссёр: А. Дегтярев

Срок проката: до 15.05.2024

ПУ № 213000419

Фильм «Путь героя» посвящен теме зависимости от компьютерных игр. Основной девиз фильма: не играй в героя, а будь им. Фильм рассматривает разные аспекты жизни молодёжи в ключе зависимости от компьютерных игр и мотивирует молодых людей на развитие навыков и способностей, на установление отношений с целеустремленными и порядочными людьми, на постановку целей и задач в своей собственной жизни. Фильм «Путь героя» показывает, что самая интересная игра – это реальная жизнь человека, что он и есть настоящий герой.



**«ЗНАКИ БЕДЫ»**  
(12+, 44 мин., 2022 г.)

Страна: Россия

Злободневный фильм с откровенным и честным разговором о тяжёлом преодолении наркозависимости среди несовершеннолетних. О боли и страдании, о пережитом опыте авторы фильма поговорили как с подростками, так и с их родителями. Через судьбы ребят, проходящих лечение в социально-реабилитационных центрах, экспертное мнение наркологов, психологов, и опыт благотворительных проектов, которые специализируются на лечении наркозависимых подростков, картина попытается донести до так называемой «группы риска» негативные последствия употребления наркотиков.



**«АЛКОГОЛЬ... ПРИЗНАТЬ ВИНОВНЫМ!»**  
(0+, 38 мин., 2009 г.)

Страна: Россия

Проблема пьянства и алкоголизма, веками волнующая человечество, сегодня обострилась как никогда. И несмотря на то, что давно уже заговорили о том, что алкоголь – это яд, несмотря на многочисленные мероприятия и компании по борьбе с этим страшным злом, острота проблемы не уменьшается, а увеличивается с каждым годом. Достаточно сказать, что в ряде развитых стран смертность от заболеваний, вызванных употреблением алкоголя, вышла на третье место после сердечно-сосудистых и раковых заболеваний. Алкоголизм – это сотни тысяч исковерканных судеб, распавшихся семей, преступлений. Авторы фильма понимают, что подрастающее поколение все подвергает сомнению. И это естественно. Изложенные аргументы и факты докажут, что алкоголь повинен в очень многих бедах, случающихся с людьми, особенно с молодыми.

**«КРАФТ И СУХОЙ ЗАКОН 1914 ГОДА»**  
(12+, 15:45 мин., 2020 г.)

Страна: Россия

Фильм о Иване Ивановиче Крафте, действительном статском советнике, Якутском и Енисейском губернаторе и о введении Сухого Закона в условиях военного времени на территории Российской Империи в 1914 г.



**«ВИЧ. ЗНАТЬ, ЧТОБЫ ЖИТЬ»  
(0+, 50 мин., 2005 г.)**

Страна: Россия

Множество мнений и слухов существует вокруг проблемы ВИЧ/СПИД. Настало время, когда каждый должен знать, как не заболеть самому и как жить рядом с ВИЧ-инфицированными людьми. Компьютерная анимация поможет понять механизмы проникновения и размножения ВИЧ, способы предохранения и поведения, если заражение произошло.

**Фильмы социальной направленности, предоставленные официальным YouTube-каналом МВД России (<https://www.youtube.com/user/mvdros>)**

**«НЕВЕРНЫЙ ШАГ»**

7 мин., 16+

Фильм о вреде наркотиков.

**СОЦИАЛЬНЫЙ РОЛИК «НЕТРЕЗВОЕ РОЖДЕСТВО»**

8 мин., 16+

Ролик о печальных последствиях управления автомобилем в нетрезвом состоянии.

**«КЛАДМЕН»**

30 сек., 16+

Видеоролик – победитель социальной рекламы «Спасём жизнь вместе». За полминуты ролик описывает работу и последствия распространения наркотиков.

**«ДОМИНО»**

43 сек., 16+

Социальный ролик о вреде наркотиков.

**«СВЯЗЬ С НАРКОТИКАМИ – МЕНЯЕТ ЖИЗНЬ»**

15 мин., 16+

Фильм создан Управлением по контролю за оборотом наркотиков ГУ МВД России по Краснодарскому краю при содействии Антинаркотической комиссии Краснодарского края.

**«СВОБОДА ВНУТРИ»**

9 мин., 18+

Фильм отвечает на вопрос, почему наркотики разрушают жизнь.

## ПРИЛОЖЕНИЕ № 2

### Сценарий лекции о здоровом образе жизни

#### «Здоровым быть здорово».

#### Кинопоказ документальных фильмов по тематике борьбы с табакокурением, алкоголизмом, употреблением наркотических средств

**Цель мероприятия:** проведение профилактической работы с детьми по борьбе с вредными привычками.

**Задачи:** формирование мотивации к здоровому образу жизни, сознательному отказу от вредных привычек и зависимостей, способствующих развитию различных соматических и психических заболеваний, систематизация и обобщение знаний школьников о здоровом образе жизни.

**Целевая аудитория:** ученики 5-7 классов.

**Ведущий:** Здравствуйте, дорогие ребята!

Сегодня мы поговорим о том, как устроен организм человека, что надо делать, чтобы не болеть и быть всегда здоровым, что такое здоровый образ жизни.

Быть здоровым очень важно. Только здоровый человек может в полной мере ощутить радость жизни. Как вы думаете, почему?

Ему легко работать и учиться, заниматься любимыми увлечениями. Много веков назад люди поняли насколько важно заботиться о своем здоровье, содержать в чистоте и закалять тело, чтобы оно всегда было крепким и сильным. Здоровый человек более успешен в жизни. У него больше возможностей для образования, путешествий, общения.

Одного мудреца спросили: «Что является для человека наиболее ценным и важным в жизни: богатство или слава?» Подумав, мудрец ответил: «Ни богатство, ни слава не делают человека ещё более счастливым». Вспомните, как вы плохо себя чувствуете, когда болеете. Насколько лучше ощущать себя здоровым.

А задумывались ли вы когда-нибудь, что сам человек может подвергать свое здоровье и саму жизнь опасности, если не будет выполнять определенные правила, если у него появятся вредные привычки, если он не будет прислушиваться к своему организму, будет вредить ему своим образом жизни.

Сегодня мы с вами познакомимся с понятием «Здоровый образ жизни», изучив несколько его принципов. Но, прежде всего, я хочу спросить у вас - знаете ли вы, что такое режим дня, для чего он нужен и почему он важен?

Давайте разберемся, что же такое режим дня. Режим дня – это когда человек делает свои основные дела в определенное время. Вспомните, с чего начинается и как проходит ваш день.

Из ваших рассказов можно выделить основные моменты вашего распорядка дня: подъем, завтрак, обед, сон, ужин, приготовление ко сну, сон.

Режим есть не только в жизни человека. Режим есть в природе:

Смена времен года: зима, весна, лето, осень.

Смена дня и ночи.

Режим дня есть у животных. Утром они просыпаются так же, как и вы, а ночью спят. А у некоторых животных есть свой особенный режим. Например, медведь в зиму ложится спать, а весной он просыпается. Но если кому доведется разбудить медведя зимой, худо ему придется. Разозлится медведь, и будет ходить всех пугать в лесу за то, что нарушили его режим, потревожили сладкий сон.

Режим есть и у растений. Вспомните, как весной распускаются деревья, а осенью скидывают листья и ложатся спать в зиму до будущей весны. Понаблюдайте за растениями. Утром они раскрывают свои удивительные бутончики, а вечером готовятся ко сну и закрывают лепестки до следующего дня. Во всём есть свой порядок, режим.

А теперь представьте, если бы режима не было. Среди лета шел бы снег ни с того ни с сего, деревья бы не знали, что им делать, солнце с луной забыли бы про очередь и выходили, когда кому вздумается. Бедные сверчки и ночные мотыльки не знали, что им делать – петь песни или ложиться спать, а зимой неожиданно приходила бы весна и будила мишку лежебоку, и тогда потревоженный и злой мишка ходил бы по лесу и искал, кого бы напугать, а может и съесть за такие проделки. Какая бы, неразбериха началась!

Надеюсь, вы поняли, что режим очень важен не только для природы, но и для ваших организмов. Приучайтесь вставать в одно и то же время, принимать завтрак, обед и ужин, готовиться ко сну и ложиться спать. Если вы привыкните так поступать, организм отблагодарит вас здоровьем, а если нет, то в организме, как и в природе, начнется путаница и неразбериха. Глазки хотят спать, а желудок скажет: «Хочу есть». Кому из них важнее угодить? Важно тому и другому, но... каждому в свое время. Помни, правильный режим дня поможет все успевать и все делать вовремя, когда нужно.

Сегодня наша беседа будет посвящена вредным привычкам и порокам, которые распространены среди подростков и молодёжи нашего времени и первое, о чем мы поговорим – это о курении сигарет.

Очень много говорят сейчас о вреде курения, особенно среди подростков. Почему? Потому что, чем раньше человек начинает курить, тем больший вред он наносит своему здоровью. Многие ребята не воспринимают эти слова серьёзно, потому что легкомысленно относятся к своему здоровью.

Ученые проверили воздействие никотинового яда от сигарет. Птица погибла, понюхав этот яд, собаке хватило пол капли жидкого никотина. Человек от никотина гибнет постепенно, потому что яд в сигарете в минимальном количестве, но чем больше сигарет подросток выкуривает, тем больше яда скапливается его организме. И постепенно, уже через 10 лет начинают проявляться первые признаки этого отравления – это болезни лёгких (бронхит, пневмония - когда человеку трудно дышать, он начинает постоянно кашлять), это болезни сердца и сосудов, также снижается иммунитет и человек постоянно начинает болеть простудными заболеваниями.

Если ребенок начинает курить в 10 лет, то это приведёт к тому, что он не сможет полноценно заниматься спортом, у него будет одышка и низкий уровень выносливости. От влияния сигаретного дыма снижаются умственные способности, страдает память. Школьники начинают хуже учиться, быстро устают. При-

тормаживается и рост организма – это ученые доказали. Ведь, когда организм растёт, ему, как растению, нужны кислород и питательные вещества, но ни в коем случае ни табачный дым.

Но весь ужас в том, что курение быстро затягивает, и подростку трудно бросить курить. Для этого нужна большая сила воли, которой у курильщиков обычно не хватает. Подростку трудно будет без посторонней помощи отказаться от сигарет. Поэтому, прежде чем взять сигарету – ПОДУМАЙТЕ!

Ученые проводили анкетирование и выяснили почему школьники курят.

1. Хотят подражать другим школьникам.
2. Хотят почувствовать что-то новое, им любопытно.
3. Хотят казаться взрослыми и самостоятельными.
4. Девочки хотят таким образом понравиться мальчикам, а мальчики – девочкам.

Всё это, как вы понимаете глупости. Каждый ребенок, подросток – это неповторимая личность. Надо быть самим собой и не стремиться быть как все. Вы – умные, способные, в каждом из вас кроется талант. Надо раскрывать и развивать свои способности, учиться хорошо. Тогда будете всегда нравиться своим друзьям и одноклассникам.

Ещё одно зло нашего времени – это токсикомания среди подростков.

Токсикомания – это неудержимое влечение к употреблению токсических веществ, для получения одурманивающего эффекта. Токсикоманы вдыхают пары бензина, клея, лака, красок, разных растворителей. Эти пары попадают в лёгкие, оттуда – в кровь, а кровь разносит эти яды по всему организму – в мозг, во все органы.

Попадая в клетку мозга, это токсическое вещество, расплавляет её, превращает в жидкость, и клетка навсегда гибнет. Новая уже не вырастает. Вскоре у токсикомана перестает нормально работать мозг и другие органы. Зачем же подросток становится токсикоманом?

По словам медиков, токсикоманам нравятся галлюцинации, которые возникают от вдыхания паров. Они их называют «мультиками», «голосами», «чувством полёта».

**ЗАПОМНИТЕ:** мультики можно смотреть только по телевизору, компьютеру. «Мультики» у токсикоманов означают, что их головной мозг начал погибать. Медики говорят, что после употребления паров токсических веществ, токсикоманы не могут встать со стула – у них нарушена координация. Они не помнят числа, месяца, путают времена года, не могут вспомнить имена своих друзей – настолько у них нарушено мышление. Даже однократное употребление токсического вещества способно вызвать отставание в развитии ребёнка или подростка.

Ребята, все вы после окончания школы пойдёте учиться в колледжи, институты, чтобы приобрести профессию. Но сможет ли токсикоман, который психически и физически недоразвит, дальше учиться, работать? Конечно же, нет! Потому что с каждым разом, употребляя токсическое вещество, он тупеет. Помните об этом. И если когда-нибудь кто-нибудь вам предложит понюхать, покурить, выпить, то вы должны коротко ответить «Нет!» и сразу же уйти от такого

человека, и стараться больше никогда с ним не разговаривать. Всегда можно обратиться за помощью к своим близким, к родителям, преподавателям.

Калечит здоровье человека не только курение, но и алкоголь, наркотики. В нашей стране употребление спиртных напитков запрещено детям и подросткам, не достигшим 18 лет. К спиртным напиткам относятся не только вино и водка, но также и слабоалкогольная продукция – пиво, коктейли с примесью пива или водки. Все они отрицательно влияют на поведение и мышление человека. Недавно вышел закон о запрете употреблять спиртные напитки и пиво в общественных местах. Алкоголизм – это болезнь, от которой очень трудно избавиться. Алкоголики перестают быть нужными обществу, так как они не могут себя контролировать. На хорошую работу их не возьмут. Ребята, вы будущее нашей страны, поэтому должны быть умными и здоровыми.

Наркомания – это болезнь, которая возникает от употребления наркотических веществ: макового молочка, марихуаны, опиума, сильнодействующих лекарств. Многие подростки становятся наркоманами из любопытства, не подозревая о страшных последствиях.

Раньше наркотики называли «проказой души». Они опьяняют, одурманивают сознание, отключают от реальной жизни. Человек сначала получает удовольствие, эйфорию. Потом ему хочется повторить ещё раз, потом ещё. Так вскоре ему приходится увеличивать дозу, так как к наркотику быстро организм привыкает. И в итоге наркоман уже думает не о школе, не об учебе, а о том, как бы получить следующую дозу, где взять деньги на неё. Наркоман начинает воровать, тащить вещи из дома, перепродавать и даже способен на убийство человека.

Наркотики очень сильно разрушают организм, особенно, мозг, сердце, лёгкие, печень, почки. Поэтому среди наркоманов наблюдается высокая смертность. Во всём мире наркотикам и наркоманам объявлена война. В нашей стране за то, что хранил наркотики, перевозил, носил с собой, употреблял или заставлял кого-то употреблять, сажают в тюрьму. Нельзя собирать и выращивать красный мак, коноплю. Они считаются наркотико-содержащими растениями. Всё это запрещено законом, поэтому, вы, ребята, должны всегда об этом помнить.

Вы должны бережно относиться к своему здоровью, к своей жизни. Жизнь – это самое прекрасное, что есть на земле. А чтобы наслаждаться этой жизнью, надо заниматься в спортивных кружках, увлекаться творчеством, хорошо учиться в школе, выбирать только хороших друзей. Ваша жизнь и здоровье в ваших руках. Если вы испортите себе здоровье, то не сможете выбрать себе достойную профессию. Выбирайте здоровый образ жизни!

Сейчас я предлагаю послушать песню, в которой даются рекомендации о здоровом образе жизни (Звучит трек «Если хочешь быть здоров, закаляйся»).

На этом наша лекция подошла к завершению. Надеюсь, что вы много полезной информации узнали, запомнили.

Будем вести здоровый образ жизни? (Да!)

Будьте все здоровы и счастливы!

Спасибо за внимание. До новых встреч!

(Далее просмотр документальных фильмов ЗОЖ).



## ПРИЛОЖЕНИЕ № 3

Презентация к лекции «Здоровым быть здорово»

### Слайд № 1

Лекция о здоровом образе жизни



# ЗДОРОВЫМ БЫТЬ ЗДОРОВО



Автор: Алдошина Н.Н., заведующий  
Канским отделением кинопроката  
КГАУК «Енисей кино»

### Слайд № 2

### Здоровый образ жизни:

- Правильное и рациональное питание
- Правила личной гигиены
- Двигательная активность и закаливание
- Отказ от вредных привычек
- Режим дня



### Слайд № 3

### Что нужно для ЗОЖ

<b>Слагаемые здоровья:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Режим дня,</li><li>• Полноценный сон,</li><li>• Хорошее настроение,</li><li>• Правильное питание,</li><li>• Свежий воздух,</li><li>• Занятия спортом</li></ul>	<b>Здоровый образ жизни, его элементы:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Профилактика алкоголизма,</li><li>• Профилактика СПИД,</li><li>• Полноценное питание,</li><li>• Психологический климат в школе,</li><li>• Профилактика ПАВ,</li><li>• Психологический микроклимат в семье,</li><li>• Гигиенические условия,</li><li>• Двигательная активность,</li><li>• Рациональный режим,</li><li>• Профилактика курения</li></ul>
---	--

## Слайд № 4

### Умей сказать

Нет:

- наркотики
- алкоголь
- Сигареты

Да:

- физические упражнения
- правильное питание
- личная гигиена
- хорошее настроение



## Слайд № 5

### Курение

Как долго ты будешь жить?

Курение – это глобальная опасная вредная привычка, которая поработила миллионы людей по всему миру, что непосредственно связано с её характером социального явления.

Причин и мотивов для её возникновения якобы предостаточно у каждого из курильщиков. Среди них наиболее опасны так называемые социальные мифы о курении – что оно способствует успокоению нервов, расслаблению и стимуляции работы головного мозга.



## Слайд № 6

### Токсикомания

Токсикомания – это болезнь, возникающая в результате употребления веществ, вызывающих кратковременное чувство приятного психического состояния. Человек становится раздражительным, злобным, угрюмым, всё время ждет каких – то неприятностей.



## Слайд № 7

### Алкоголизм

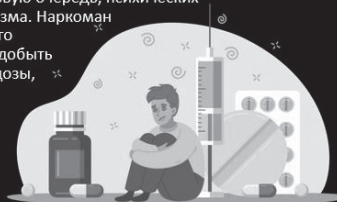
Алкоголизм – это форма химической зависимости, отличающаяся от наркомании тем, что алкоголь является легальным веществом. Самой важной особенностью алкоголизма является то, что больной человек не может прийти к выводу, что ему нужно совсем прекратить употреблять алкоголь и не возвращаться к этому никогда.



## Слайд № 8

### Наркомания

Наркомания – это пристрастие к употреблению наркотиков, болезненное влечение, которое приводит к тяжелым нарушениям, в первую очередь, психических и физических функций организма. Наркоман живёт своими проблемами, его помыслы одного характера – добыть денег на покупку очередной дозы, и здесь проявляются все стороны зла: обман, воровство, предательство, продажа своего достоинства и себл, криминал, грабёж, убийство.



## Слайд № 9

Человек начинает гнить изнутри, поражаются все важнейшие органы, такие как печень, сердце, кишечник и остальные. Перестают нормально функционировать самые необходимые функции человеческого организма. Обычно наркоманы, приобщившиеся к употреблению наркотика в возрасте 15-16 лет, не доживают до 30 лет.



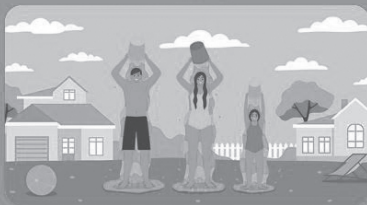
## Слайд № 10

### 12 правил активного долголетия:

- Контролируйте свое артериальное давление! Артериальное давление не должно быть выше 140/90 мм рт. ст.
- Контролируйте уровень сахара в крови! Максимально допустимый уровень сахара натощак – 6,1 ммоль/л.
- Регулярно проверяйте уровень холестерина в крови! Максимально допустимый уровень холестерина – 5,0 ммоль/л.
- Укрепляйте иммунитет!
- Больше двигайтесь! Физическая активность в среднем должна составлять не менее 20 минут в день.
- Будьте активней!
- Не злоупотребляйте алкоголем!
- Не курите!
- Не пере едайте! Употребляйте в пищу не менее 500 граммов овощей и фруктов в день, сладкое сократите до минимума. Не ешьте перед сном!
- Следите за своим весом! Окружность талии должна быть не больше 102 см у мужчин и 88 см у женщин
- Ограничьте потребление соли! Суточная норма соли не должна превышать 5 грамм.
- Чаще улыбайтесь!

## Слайд № 11

Если хочешь быть здоров – закаляйся!



## Слайд № 12

### Желаю всем:

- Никогда ничем не болеть;
- Правильно всегда питаться;
- Спортом только заниматься;
- И чтоб здоровье сохранить,
- Вести всегда здоровый образ жизни!
- Сделайте, ребята, правильный выбор и войдите во взрослую жизнь здоровыми, жизнерадостными, доброжелательными людьми, уверенными в своих силах.

## ПРИЛОЖЕНИЕ № 4

### Сценарий антинаркотической беседы «Я выбираю жизнь!» с просмотром фильмов, направленных на пропаганду здорового образа жизни среди детей и молодежи

**Цель:** воспитание чувства ответственности за свое личное здоровье и здоровье окружающих

**Задачи:** познакомить с правилами здорового образа жизни; объяснить основные понятия по теме воспитывать стремление к чистоте, бережное отношение к жизни и здоровью; повысить интерес к собственному здоровью и здоровью окружающих.

**Целевая аудитория:** старшие школьники.

Добрый день, уважаемые гости и участники, рады видеть всех вас. Тема нашего мероприятия наркомания. Что это такое?

Наркомания – это тяжелая, неизлечимая болезнь, разрушающая мозг, психику, физическое здоровье человека (особенно подростка) и оканчивающаяся преждевременной смертью.

Распространение наркомании, особенно среди молодого населения, приняло за последнее десятилетие угрожающие размеры и стало социальным бедствием. Происходит неуклонное «омоложение» наркомании. Возраст приобщения к наркотикам снижается до 8-10 лет. Отмечены случаи употребления наркотиков и детьми 6-7 лет.

По данным Главного управления по контролю за оборотом наркотиков МВД России, в 2020 году в России насчитывается 6 млн. наркозависимых:

20% от общего их числа – школьники 9-13 лет;

60% – молодые люди 16-30 лет;

около 20% – старше 30 лет.

Когда человек принимает наркотики, он становится сумасшедшим, теряет чувство реальности, испытывает страх, нервозность, и не может адекватно управлять своими поступками.

#### **Вопрос к аудитории:**

Как вы думаете, почему многие люди начинают употреблять наркотики, курить, принимать алкоголь?

Считаете ли вы, что использование наркотиков не приводит ни к чему хорошему? Почему?

Как вы думаете, почему подростки склонны к вредным привычкам?

К чему приводит употребление наркотиков?

Как вы думаете, могут ли наркотики и токсикомания лишить чего-то человека?

Многие страны мира идут на самые жестокие наказания, чтобы избежать этой «чумы». В России хранение и распространение наркотиков запрещены законом и строго наказываются.

Давайте посмотрим фильм «Связь с наркотиками меняет жизнь» созданный Управлением по обороту наркотиков ГУ МВД России по Краснодарскому краю при содействии Антинаркотической комиссии Краснодарского края.

*Просмотр видеофильма (15 минут)*

О чем хотели сказать авторы фильма?

Наркотики оказывают пагубное влияние на организм человека, лишают его свободы как духовной, так и физической. Любое соприкосновение с наркотиками чревато серьезными последствиями. Вы должны сохранить своё здоровье, ради себя, ради своих родителей, ради детей, которые у вас родятся.

Опасен любой наркотик, даже одноразовая его проба. Неизбежно появляется привычка. При отсутствии наркотика человек испытывает мучительное состояние – абстиненцию. Его преследует отчаяние, беспокойство, раздражительность, нетерпение, боли в костях и мышцах; он, как при пытке, страдает от тяжкой бессонницы или кошмарных снов. Приём наркотика прекращает эту муку, но ненадолго.

Организм требует новой встряски. И снова под воздействием наркотика возбуждается нервная система. Могут возникнуть болезненный восторг, иллюзии или галлюцинации. Но потом будто бы происходит падение с вершины в глубокую пропасть – следует торможение. Настроение становится очень угнетённым, подавленным, наступает тяжёлая депрессия.

*Просмотр видеофильма «Неверный шаг» (7 минут)*

Хочется рассказать о том, какой вред организму могут нанести наркотики:

1) Наркотик – это яд. Принимая наркотики, ты можешь испытывать такие расстройства здоровья, как судороги, поражения головного мозга. У детей ухудшается память, внимание становится рассеянным. Наркотик разрушает мозг и психику человека.

2) У наркоманов часто образуется кариес, зубы разрушаются и начинают гнить. Тело покрывается язвами. Они испытывают заложенность носа, часто чихают. Наркоманы испытывают боль в животе.

3) У наркоманов в лёгких накапливается слизь, мокрота, уменьшаются обонятельные и вкусовые ощущения. Наркоман не может испытывать удовольствие от приёма пищи. У него снижается аппетит. У людей, которые начинают употреблять наркотики, цвет кожи становится серо-жёлтым. Наркоманы очень часто заражаются опасными болезнями.

4) Наркоманы очень часто умирают от передозировки, но при этом смерть сопровождается мучениями и болью. При передозировке у наркомана начинается сильная рвота и останавливается дыхание.

5) Организм начинает разрушаться, сгорают нервные клетки, снижаются защитные реакции организма, человек подвержен заболеваниям. Наркотики вызывают предраковые процессы в лёгких, атрофию мозга, разрушается кровь.

6) Идёт общая деградация личности в 15 - 20 раз быстрее, чем от алкоголя.

7) Наркоманы - потенциальные преступники: стремясь получить свою дозу наркотика, часто прибегают к насилию, преступлению.

8) Наркоманов преследуют навязчивые идеи, чрезмерная раздражительность. Часто наркоманы прибегают к попытке покончить с собой.

Просмотр видеофильма «Свобода внутри» (9 минут)

Приобщение к наркотикам чаще всего происходит из любопытства. Молодые люди употребляют наркотики, не зная страшных последствий, разрушающего действия на здоровье.

### **Как определить, распознать больного? По каким признакам?**

- Бледность кожи
- Расширенные или суженные зрачки
- Покрасневшие или мутные глаза
- Замедленная речь
- Плохая координация движений
- Следы от уколов
- Ухудшение памяти
- Невозможность сосредоточиться
- Частая и резкая смена настроения
- Кожа серая
- Мышцы дряблые
- Походка неуверенная
- Безразличное выражение лица
- Бессонница
- Уходы из дома и прогулы в школе или институте
- Свернутые в трубочку бумажки
- Шприцы, маленькие ложечки, капсулы, бутылки.

Только здоровый человек может быть счастливым. Занимайтесь спортом, увлекайтесь чем-нибудь интересным и полезным, ходите на кружки, секции. Развивайте свои умственные и творческие способности.

Я предлагаю вам задуматься о том, что ваше здоровье во многом зависит от вас. Каждый из вас является хозяином своей жизни и своего здоровья. За вас вашу жизнь никто не проживет: ни родители, ни педагоги, окружающие и заботящиеся о вас люди.

Как каждый из вас решил, так все и будет. И я надеюсь на то, что вы все-таки сможете выбрать верный путь и следовать ему в жизни, несмотря ни на что, потому что ваше здоровье – только в ваших руках.

Всегда помните о том, что наркотики лишают надежды, радости, свободы, а главное – они лишают человека жизни! Принимайте правильные решения в своей жизни!

Всего вам доброго!

## ПРИЛОЖЕНИЕ № 5

### Презентация к антинаркотической беседе

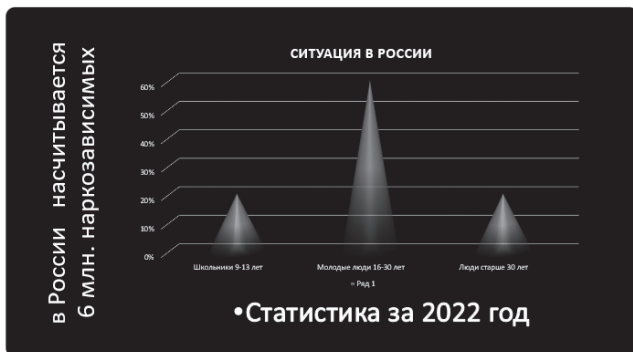
Слайд №1



Слайд № 2



Слайд № 3





Слайд № 4



Слайд № 5



Слайд № 6



Слайд № 7 видеоролик



**Методические рекомендации для учреждений, осуществляющих кинопоказ, по работе с детьми и подростками по пропаганде здорового образа жизни**

Методические материалы

**Авторы**

Н.Н. Алдошина, Е.А. Сучкова

**Ответственный за выпуск**

К.Г. Фаст

**Редакторы**

Е. Н. Колобова, Ю.Р. Брюханова

Краевое государственное автономное  
учреждение культуры «Енисей кино»

660100, г. Красноярск, ул. Пролетарская, д. 153  
тел./факс (391) 243-73-01  
[www.enisey-kino.ru](http://www.enisey-kino.ru)

Печать офсетная. Бумага офсетная  
Тираж 100 экз. Заказ № 4086

Изготовлено в ООО «Знак»  
г. Красноярск, ул. Телевизорная, 1, стр. 21  
тел. +7 (391) 290-00-90



