Апас районы Иске Йомралы гомуми урта белем бирү мәктәбе

НАРКОМАНИЯ ҺӘМ БАЛАЧАК

 Минһаҗева Дилә Садертдиновнаның

 башлангыч сыйныфта тәрбия сәгате

 2011 ел

 Тема. Наркомания һәм балачак

Максат. Наркотикларның сәламәтлек өчен зарарлы икәненә, шуны аңлауларына ирешү, аңлы рәвештә аларны кулланмаска өйрәтү.

Җиһазлау. наркоманиягә каршы ясалган рәсемнәр күргәзмәсе, плакатлар.

 Дәрес барышы

1.Оештыру өлеше.

2. Кереш әңгәмә.

- Татар халкының “Сәламәт тәндә –сәламәт акыл “ дигән мәкале бар Сез бу мәкальнең мәгънәсен ничек аңлыйсыз?

- Үзеңне сәламәт тормыш рәвешенә яраклаштыру,начар гадәтләрне булдырмау.

 - Сәламәт булу өчен нинди кагыйдәләрне үтәргә кирәк?

 –сәламәт булырга тырышырга;

- чиста булырга, эш белән ялны аралаштырырга, сәламәтлекне ныгытуда табигать байлыкларыннан – кояш, һава, судан – киң файдаланырга;

- дөрес тукланырга өйрәнергә;

- физкультура белән шөгыльләнергә;

- үз хисләрең, рухи халәтең белән идарә итә белергә, тирә-юнь белән дустанә яши белергә кирәк.

3.Төп өлеш.

- Начар гадәтләргә нәрсәләрне кертәбез?

- Тәмәке тарту, эчкечелек ,наркомания.

- Балалар нәрсә ул наркотиклар?Наркоманиядән дәвалау мөмкинме? Бергәләп шушы сорауларга җавап табарга тырышырбыз.

- Наркотиклар- психиканы нык үзгәртүче кушылмалар.Организмга наркотик тәэсирне табигый һәм синтетик матдәләр бирә.Бигрәк тә героин, кокаин, әфьюн...

 Алар алкоидларга керә.Йокы мәгеннән алынган әфьюннан егермедән артык алкалоид табып була: морфин, наркотин, папаверин, кодеин.

Наркотик матдәләрнең барысы да агу.Организмга эләккәч, ул матдәләр наркотик исереклек халәтен китереп чыгара.Узәк нерв системасына тәэсир итеп, психик ярсыну халәте бирә, зур канәгатьләнү хисе, ләззәт кичерә.Наркоман бу халәтне кабат-кабат кичерергә тели, ләкин бу табигый халәт түгел, ул-наркотик матдәләр тәэсире нәтиҗәсе.Алар баш миенең, үпкәнең, канның күзәнәкләрен тарката, психоз, эпилепсия кебек каты авырулар китереп чыгара.Баш авырту, аяк-кул мускулларында, эчәклек hәм ашказанында көчле авыртулар, күңел болгану, косу-наркоманнарның hәрчак юлдашы булган авырулар.Андый кеше нык ябыга, шыксыз чырайлы, авыр карашлы була.Ул йоклаганда саташа, күзенә әллә ниләр күренә.Мондыйлар үзләре өчен дә, тирә-юньдәгеләр өчен дә куркыныч.Гомүмән, бу вакытта кеше белән аның акылы-аны түгел, ә ул кабул иткән наркотик матдәләр идарә итә.

. - Наркомания бүгенге көндә чын-чынлап бәлагә әйләнде. Элек аны “көнбатыш чире” дип атасалар, хәзер бу афәт безгә дә килеп җитте. Наркомания колы булучыларның күпчелеге бу ялгыш юлга, “берни дә белмәгәнлектән” кереп китә. Бүгенге сөйләшүебезнең төп максаты – наркоманиянең асылын ачу, үзегезне үзегез авыр язмышлы итмәскә чакыру.

Җәмгыятебездә наркомания дигән куркыныч чир киң җәелеп бара. Шул сәбәпле, күпме яшь кешенең гомере өзелә, газиз баласының афәткә юлыгуына күпме ата-ананың йөрәге телгәләнә. Россия сәламәтлек саклау министрлыгы мәгълүматларына караганда, наркомания белән авыручылар саны, соңгы ун елда егерме тапкыр артып, узган ел 6 млн. га җиткән. Бу – рәсми мәгълүмат кына. Чынлыкта исә ул сан биш-ун мәртәбәгә артыграк. Әлеге чир Татарстанны да читләтеп үтмәде. Республикабызда 6 меңнән артык наркоман исәпкә алынган. Рәсми булмаган мәгълүматларга караганда, бу сан 100 меңнән артып китә. Менә шуңа күрә медицина белгечләре наркоманнарга каршы кискен чаралар күрергә, бу афәтне туктату өчен максат чан,нәтиҗәле эш алып барырга кирәклеген әйтәләр. Җәмгыятебездә тирәнтен тамыр җәйгән ул чирне йөгәнләү өчен Россия Федерациясе премьер-министры В.В. Путин наркоманиягә каршы көрәшү ведомствосы Указга кул куйды. Димәк, наркотик матдәләрне таратучыларга кискен чаралар күреләчәк, инде тайгак юлга басып өлгергән яшьләрне дәвалау чаралары билгеләнәчәк. Безгә наркомания ташкыны бәреп керү әфган сугышы чоры белән бәйле. Әлеге сугышта наркотиклар кулланучы солдатлар булуы мәгьлүм, ләкин аларның саны да билгеле түгел һәм барысын да әфган сугышына гына сылтарга кирәкми дә. Латин Америкасы илләре Төньякның бай илләрен наркотиклар белән тәзмин итә. Әмма АКШ һәм Канаданы «ак үлем» азыгы белән тутырган Боливия, Перу, Колумбия, Бирма, Таиланд һ.б. илләр иң элек аның зыянын үзләрендә татып карады. Морфинизм, кокаинизмның, киң таралуы бу ил халыкларының бөлүенә, социаль апатиягә китерде. Безнең як наркоманнарын, башлыча, Урта Азия илләре «туендыра». Ул чимал килеш тә, эшкәртелгән ак порошок хәлендә дә кертелә. Шуңа күрә аны «ак үлем» дип атыйлар. Наркотиклар әзерләнә, димәк аны кемдер таратырга тиеш, аны кулланучыларның артуы кемнәргәдер файдалы. Яныбыздагы меңләгән кеше безнең күршеләребезне, якыннарыбызны, хәтта балаларны наркотиклар белән миңгерәйтү исәбенә бик яхшы яши. Наркотиклар кешене һәлакәткә илтә.

4.Практик эш.
Фразаны дәвам ит.

 1. Әгәр дә мин потенциал куркыныч кешене күрсәм.... (качам, ярдәмгә чакырам.) 2. Әгәр мине берәр кеше куркытса, мин бу хакта...(әнигә, әтигә, башка туганнарга) сөйлим. 3.Наркотикларны кулланучыларны гына түгел. Аны таратучыларны ..(кулга алырга) кирәк.

 4. Фатир басучыларның барысы да диярлек ...(наркоманнар).

5.Йомгаклау.

Начар гадәтләрне булдырмау өчен түбәндәге киңәшләрне истә тотрга кирәк:

1. Сәламәт тәндә - сәламәт рух. Гәүдәне дә, башны да сәламәтләндерергә, рухның да сәламәтлеге турында кайгыртырга кирәк.

2. Чирне кисәтү дәвалануга караганда җиңелрәк.

3. Ял итә, ялны дөрес оештыра белегез.

4. Актив эшчәнлек, сәламәт тормыш рәвеше, нәтиҗәле ял – сәламәтлекнең өч дусты. Физкультура, чыныгу, туклану гигиенасы – аның өч хезмәтчесе. Ялкаулык, зарарлы гадәтләр, пычраклык – сәламәтлекнең өч чире.

6. Үз-үзеңне физик тәрбияләү ярдәмендә кеше көчле булырга мөмкин.

Аңлы, ихтыяр көче, теләге булган һәр кем үз тормышын дөрес кора ала.

7.Наркоманиядән котылу юлы бер генә – бирешмә. «Бер генә тапкыр татып кара» дигәннәргә «Юк!» дип өзеп әйт.

«Наркомания – гасыр афәте» халык әйтмәгән юкка.

Наркотикның зыяны күп, кулланма аны, тукта!

Кирәкми ул эчкечелек,тәмәкене тартулар.

Шуның нәтиҗәсе бит наркоманнар артулар.

Кеше яшәү өчен туа,ә гомеркәй бер генә.

Наркоман булырга бит җитә бары бер энә.

Шулай булгач, наркотиклар кирәкми бу дөньяга.

Кеше наркотик кулланып үз–үзенә кул сала.