

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Есірткі есіңді алмасын

ЖАРИЯЛАНДЫ
04.01.2017СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/5318/>

АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

Бейсеналы Мөлдір Асқарқызы

Тақырыбы: Есірткі есіңді алмасын.**Мақсаты :** 1.Қазақстан азаматтарының салауатты өмір сүру бағдарламасын пайдалана отырып денсаулықтарын күтуге баулу.

2. Жас ұрпақтың нашақорлыққа қарсы күресін нығайту.

3. Азаматтыққа ,адамның құқықтары мен бостандықтарына құрметпен қарауға ,елжандылыққа ,өз Отанын сүйуге тәрбиелеу.

Тәрбиелік іс-шара түрі: Тренинг.**Тәрбие сағаты әдісі:** Сұрақ жауап. Пікірталас, Интерактивті әдіс-тәсілдер.**Көрнекілігі:** 1.Плакатка жазылған сөздер.

2. Біз Есірткіге қарсымыз атты плакат көрмесі.

3.Нашақорлық қауіпті дерт. Кітаптар ,методикалық құралдар көрмесі.

4.Техникалық құралдар: Телевизор. Видео материалдары.

Қолданылған әдебиеттер: 1. АҚТҚ инфекциясының алдын алу бойынша

педагогтік колледж оқытушыларына арналған

әдістемелік нұсқау. Алматы .2006 ж.

2 Құрастырған Байрам Кенджи..Ғасырдың өлім

тұзақтары.Халықаралық қоғамдық

қоры.2007 ж.

3.Валеология Дене тәрбиесі және спорт.2002 ж.№2

4. Нашақорлық және зиянды әдеттердің алдын алу

мұғалімдерге арналған әдістемелік нұсқау.

Алматы 2004 ж

Тәрбие сағатының барысы: 1.Ұйымдастыру.

2. Кіріспе сөз.

3. Тренер ақпараты: статистикалық мәлімет.

4.Тренингтік ойын:

Танысу. Екі шындық бір өтірік.

Күтулер.

Келісім қабылдау.

Ми шабулы.

Топпен жұмыс.

Сергіту ойыны. «Севан-Ап»

Сыйлық ойыны.

Ролдік ойын.

Қуыршақ ойыны.

Пікірталас «.Жастар неліктен

есірткі қолданады.» Мамандармен

сұхбат.

Тренер ақпараты.

Ойын. Аңыз бен шындық.

.

Қорытынды. Анкета , Кері байланыс

1. Армысыздар ,қадірменді қонақтар, ұстаздар ,білімгерлер.
2. Егеменді Қазақстан елінің желбіреген көк туының астында болашақ ұлтымыздың денсаулығының күшті таза мықты болуын қалаймыз.
3. Салауатты өмір салты бағдарламасының күрделі тақырыптарының бірі –

Нашақорлық!

Бүгінгі « Есірткі –есіңді алмасын» атты іс- шарамыз мамандармен және білімгерлермен интерактивті әдіс –тәсілдер арқылы өтпекші.

1. Қазіргі адамзат қоғамында «Бізге апат төніп келеді ме, әлде апатты ортада өмір сүріп жатырмыз ба?» деген сұрақ туады. Егер бізге апат төніп келе жатса оның алдын алдын қалай аламыз?, ал апатты ортада өмір сүріп жатсақ одан қалай құтыламыз

2.— Иә, Нашақорлық проблемасы қоғамда бар.

Жүз бұрсаң нашақорлыққа,

Жүресің азап қорлықта

Шайтанның жолын оң санап.

Өзіңді досым қор тұтпа.

Он екі мүшең сау бала

Есірткі уға алданба,

Өзіңді өзің қор етер.

Жігерсіздікті ар сана!

1.Тренер хабарламасы.

Қазіргі таңда Қазақстан үшін нашақорлық мәселесі өте маңызды болып тұр.

1996 жылдан бастап Қазақстан Республикасында АҚТҚ эпидемиясының ұлғаюындағы негізгі қозғаушы күш болып отыр.Анашаны инекциялық жолмен қолдану, оның жалпы үлесіне АҚТҚ мен тіркелгендердің 76 пайызы кіреді.

2.Қазіргі таңда әлемнің 220 млн адамы есірткі қолданушылардың жалпы санына кіреді.,яғни жер шарының 0.3 пайызы немесе 15-64 жас аралығындағылардың 5 пайызы.

1.2004 жылғы байқау бойынша Қазақстанда есірткі тұтынушылардың саны 48 мың болған. Есірткіні тұтытуда

1000 адамға дейінгі аймақ жоқ,

1000-3000 адамға дейінгі 9 аймақ,

3000-5000 адамға дейін 5 аймақ,

5000 -нан жоғары 2 аймақ бар.

Жалпы ҚазақстанРепубликасындағы тұрғындар саны 14951300 адам болса оның 47924-ті есірткі тұтынады ,сонда әр 312 -ші адам нашақор болып табылады.

Танысу: Екі шындық, бір өтірік.

Адамның миының екі жарты шары қоршаған ортадан әр түрлі информацияны қабылдайтынын атақты ғалымдар зерттеген.

Олай болса ойын шарты бойынша екі қолымыз бір мезетте екі түрлі іс-қимыл атқаруы тиіс. Ол үшін 1 саусағымызды көтеріп тұрып өзің туралы ақпарат бес саусағымызды жазып , көтеріп тұрып шындыққа жанаспайтын ақпарат айтасыздар. Мен 3 дегенде бір-бірлеріңіздің қолдарыңызды ұстап қаласыздар. Рахмет.

Күтулер. Сіздер бүгінгі тақырыптан қандай мағұлыматтар алғыларыңыз келеді, тілек,қандай болып өтуін қалайсыздар ,бұл проблеманы шешу жолы қандай деп ойлайсыздар ,сол ойларыңызды мына тұрған күту ағашына келіп ілулеріңізге болады. Оны ойынның соңында оқып танысамыз.

Келісім қабылдау.

Бүгінгі тренинг өз дәрежесінде өту үшін сіздермен келісімге келеміз.

1. Көтерілген қол ережесі қол көтеріп кезектесіп сөйлейміз.
2. Шкафтан түсіп қалмау тақырыптан ауытқымаймыз.

3. Уақытты үнемдейміз.
4. Қажетсіз ақпараттар болмайды сіздердің айтқан пікірлеріңізді толық қолдаймыз.
5. Ұялы телефонды өшіріп қоямыз.
6. Ойларымызбен бөлісіп ашықтық ұстанамыз.

Ми шабуылы.

Ми шабуылы: Нашақор.Нашақорлық дегеніміз не? Ең алғаш есірткіге тәелділік терминін қашан және кімнен естідіңіз? Біреудің есірткі қолданатынын естісеңіз не істейсіз.?

Нашақор – ауру, есірткі заттары мен психотроптық заттарға тәуелділікке себепші болады.

Тәуелділік- бір нәрсеге құмарлық ,тәуелдік психикалық не физикалық болуы мүмкін.

Жақсы сіздердің ойларыңызды білдік .Рахмет одан ары топпен жұмыс істеу үшін **«Салат» ойынын** өткіземіз. алма, алмұрт, шиенің суреттерін таратып беремін, сол арқылы топқа бөлінеміз.

Топпен жұмыс.

1 топқа. тапсырма Есірткі дегеніміз не?

2 топқа . тапсырма Есірткінің орталық жүйке жүйесіне әсеріне байланысты қанша топқа бөлеміз.

3 топқа. тапсырма Қандай есірткі түрлерін білесіңдер ,соны жазып шығыңыздар.

3 топ тапсырма орындап жатқанда. Зухра **«Севен-Ап» ойынын** жүргізеді.

-Қатысушылар шеңбер бойымен тұру керек.

-Әрбір қатысушы 1-7 -ге дейінгі санды ретімен атап, 7 санына келгенде қатысушы қолын басына қойып «Севан-Ап» деп айтуы керек.

-Келесі ойыншы дәл осылай 8-16 ға дейін қайталайды.

-17 - шіге келгенде келесі қатысушы қолын басына қойып, «Севан-Ап»деп қайталайды.

— Ойынды ары қарай 27 -ші санға дейін қайталайды.

-7,17,27 сандарын атын атамай ,бұл сандардың орнына «Севан-Ап» сөзін айтуы

керек., егер шатастырса, қолын төбесіне қоймай «Севан-Ап» деп атаса ойыннан шығарылады.

Топпен жұмыстың нәтижесін тыңдау үшін Презентация жүргіземіз, Топтан бір білімгер топтың ойын ортаға алып шығады.

Ақарат көкжиегімізді кеңейту үшін .

Тренер хабарламасын жүргізушілер.

Есірткі дегеніміз Әлемдік ДДСҰ есірткі адам өмірінің қызметін әлсіретуші ағза құрылысын бұзушы сұйық, газ тәрізді қатты зат. Есірткі морфин тәрізді емдік, клей сияқты өндірістік болуы мүмкін, Кейбір есірткі қол жететіндей мысалы темекі , героин, кокаин сияқты заңсыз препараттар.

2. Орталық жүйке жүйесіне тигізетін әсеріне қарай үш түрлі тобы бар.

Есірткі заттарды пайдаланудың жолдары қандай?

Депрессанттар: орталық нерв жүйесін тежегіштік әсерге әкеп соғады.

Олар депрессияның дамуына әкеп соғады.

Депрессантқа жататындар:

Транквилизаторлар және ұйқатататын барбитурат.

ішімдік

героин, кодин морфинасы, метадон, және петидин.

канабис: анаша (Марихуана, гамли)

Ерітінді мен ингалянттар: бензин, клей, краска т.б.

Адам бұл заттарды пайдаланғанда эйфория, және бей-жай тыныштық сезімін оятады. Естен танушылыққа әкелуі мүмкін, Адамның сөзі түсініксіз, іс-қимылы баяу, кардинациясы бұзылады, шамадан тыс пайдаланғанда бас айналып, жүрек лоқсып, қан қысымы көтеріледі, тіпті эстремалды жағдайда өлімге апарады.

Стимуляторларды күн сайын миллиондаған адам қолданады . Кофе, шәй, кола сияқты сусындардың құрамында жеңіл стимуляторлар кездеседі. Шылымның құрамындағы заттар да стимулятор болып табылады. Бронхит, демікпе ауруларын емдеу үшін пайдаланылатын эфедрин дәрісінің құрамында да стимулятор бар. Оның қатарына жататын амфетамин, кокаин сияқты дәрілер көп еелдерде заң жүзінде ғана сатылады.

Гаусинагендер: шындықты бұрмалауға әкеледі, Оған жататындар амфетаминдер,

ЛСД, Экстаздар, Анашаны артық қолданғанда галлюцинация болуы мүмкін олар шатырдан секіріп, машина астына түсуі мүмкін.

Ролдік ойын. Көрініс қою. Есірткінің зардабы.

«Сыйлық» ойыны.

Мақсаты: Алғаш рет есірткі қолданудың себебін ашу және талдау.

Осы тұста жүргізуші қатысушыларға қорапқа деген әркім өз қалаулары бойынша ойларын білдіруге болатынын жеткізеді. Қатысушылардың жартысынан көбі көп жағдайда әуестіктеріне бой беріп, қораптың ішіне қол сұғады. Жүргізуші қорап ішіндегі затты алуға болмайтынын және рұқсат етілмейтінін, бәрінің есіне қайталап түсіреді, бірақ қатысушылардың көбі бұны елемей, өздерінің әуестіктігін қанағаттандырады, ойын соңында мақсатқа сәйкесмынадай қорытынды шығаруға болады; жас өспірімдердің көбі есірткіні алғаш рет әуестікпен қолданады.

Пікірталас. Жастар неліктен есірткі қолданады?

Қазір жастар арасында есірткі буы күннен-күнге жайыла түсуде Бұл өсіп келе жатқан жеткіншектеріміздің санасын улап ,еліміздің болашақтағы генетикалық қуатына кері әсерін тигізері даусыз, Кейбір жастарымыздың осындай жаман әдетке жақын болуының сыры неде?

«Адам азса, заман тозады» дейді халқымыз, заманды жаңғырту да, құлату да өзімізге байланысты. Халқымыз арақтың қасіретінен арыла алмай жүргенде жастарымыз енді есірткіге бой ұра бастады Мұның себебі неде? Бұған итермелейтін кінәлі жастар бар ма?

Осы сұрақтарымызды білімгерлерге қоя отырып бұл сұрақтар толғандырса ,маман дәрігерлерге оз көкейлеріңіздегі сұрақтарды жазбаша ауызша берулеріңізге болады.**Мамандарға сұрақ.**

Нашақорлықтың адамның тұрмыс салтына әсері қандай?

Адам денсаулығына зияндылығы жөнінде не білуге болады?

Одан қандай аурулар пайда болады?

Бұл жаман індетті таратушылар кімдер, Олар кінәлі болып табылады ма?

Есірткі таратушылар қылмыстық жауапкершілікке таратылады ма?

Оларға қандай жаза қолданады?

Нашақорлықтан арылуға болады ма?

Тараз қаласындағы ең жас нашақордың жасы нешеде, қауіпті топтар деп кімдерді айтар едіңіздер ?

Қандай емдік шаралар жүргізесіздер?

Жамбыл обылысы бойынша бұл қауіпті індеттің таралуы мен саны бұрынғы жылдармен салыстырғанда артты ма,кеміді ме?

Олардың бойындағы адамгершілік сезімін ояту,мына өмірге оралту мүмкін бе?

Сұрақ .Білімгерлерге Өмірлік әдеттер дегеніміз не және өмірлік әдеттер нашақор есірткі қолдануға қарсы күресте қалай көмектеседі.?

Қауіп -қатер факторларын азайту, қорғаушы факторларды арттыру.

Алма,Алша деп бөлінеміз.

Шағын топтардағы жұмыс.

1 топ.Есірткі қолдануға алып келетіндер.1.отбасылық керіс

2. Есірткі қолданатын достар

2 топ.Есірткіні қолданудан бас тартқызатын қорғаушы факторлар.

1. Жанұя мүшелерімен тату -тәтті қарым

қатынас

2. Балаларына ата-аналары өз еріктеріне

шектеу қою.

3. Мектепте,оқу орнында ынтымақты

,жақсы ортаның болуы.

Дербес деңгейі генетикалық жағынан бейім болғанмен,өмірлік дағдылар негізгі рол атқарады, Мектептегі сапалы білім, бала жастан ата-анадан, жақын достарынан қолдау ,көмек қорғаушы фактор болып табылады.

Есірткі қолдануға достарының ұсынысына жоқ деп айта білу жауапты мінез құлық қалыптастыру.қоғамдық шараларға қатыстыру,өз ортасынан алған ақпаратқа көз қарасы. дінге деген сеніммен қарым-қатынасы көп мағына береді.

Қуыршақ» ойыны.

Мақсаты: Адам біреуге кіріптар, тәуелді болғанда, ол өзін қалай сезінетінін анықтау.

Қатысушылар үш үштікке бөлінеді. Әр үштікке тапсырма беріледі. Екі қатысушы қуыршақ басқарушының рөлін ойнайды. Әр үштікке 1,5-3 метр арақашықтықта алты орындық қойылады. Оларды осы орындықтарға ауыстырып отырғызу. Осы тұста қуыршақ рөлін ойнаушы адам, қуыршақ басқарушыларға еш қарсылық көрсетпеу керек. Өйткені, ол соларға бағынышты, әр қатысушының қуыршақ орынында болғаны өте маңызды.

Талқылау: Қатысушыларға ойын барысындағы қуыршақ рөлі қалай әсер етті, осы әсер оларға ұнады ма? өздерін қолайлы сезіне алды ма?

Тренер.

Жағдаяттар шешу.

Топты екіге бөліп. 2 түрлі тапсырма береді.

1 топ. Мұғалім темекі қолданатын баланы ұстап алып оны осы заттың қаншалықты зиян екеніне көз жеткізу керек.

2 топ. Темекі шегетін адамның дәрігерге баруын көрсету керек.

Соңынан талқылау жүргізу.

Қазір сендер не естіп не көрдіңдер?

Қандай сезімде болдыңдар?

Жағдаяттағы негізгі мәселе не?

Осы мәселелер туралы не білесіңдер.?

Сергіту. Ұзын сырық.

«Аңыз бен шындық» ойынын жүргізеді.

№	Пікір кілті
1	Аңыз: ішімдік есірткі болып табылады, және оған салынуға жол ашады
2	Аңыз: есірткіні күш қалыптастыру үшін пайдалану дұрыс емес, бұл нашақорлықтың бастамасы.

3	Аңыз: ішімдік тәрізді анаша да, адамның координациялық рефлексстерге бойлап әсер етіп, болмысты қабылдау әректін өзгертеді. Бұл өзгеріс апатқа ұшыратуы мүмкін.
4	Шындық: шылымшы адамдардың көбі шылмды бір рет шегуден-ақ құмарта бастайды.
5	Аңыз: Анаша шегу басқа күшті есірткі қолдануға итермелейді.
6	Шындық: Бұл есірткінің бірнеше белгілері, бірақ арнайы маман дәлелдемейінше шешім қабылдауға болмайды.
7	Аңыз: Есірткі адамдарға қиындықтарын ұмытуға және азайтуға уақытша көмектеседі, бірақ қиындықты ол түбегейлі шешпейді.
8	Аңыз: Көп жағдайда адамдарға дәрігердің рұқсатымен берген дәрілер, есірткіге деген құмарлықты арттырады.
9	Шындық: Өз қатарында стимуляр болып табылатын кофе, чай және көптеген газдалған сусындар құрамында кездесетін, кофейн есірткі құмарлығына әкелуі мүмкін (көптеген ададардың чай, кофе ішпесе бастары ауыратыны содан)
10	Шындық: Ішімдік жас өспірімдер арасында көп қолданылады, жігіттердің 50 % қыздардың 20 % үнемі, сыра мен ішімдікті қолданады.
11	Шындық: Ішімдікке салыну- ауру құмарлыққа әкеп соғады.
12	Аңыз: АҚТҚ-ны жыныстық қатынаста жұқтыруға болады. Себебі: ішімдік ішу және есірткі қолдану қауіпті жыныстық қатынасқа итермелейді.
13	Аңыз: Есірткіні бір рет қолданғаннан кейін нашақор боп кетуге болады.
14	Аңыз: өте қауіпті
15	Шындық: Қазақстандағы АҚТҚ арасында 75% АҚТҚ-ға шалдыққандар.

Аталған ойыннан бір нәрсе біле алдыңыз ба?

Ойын барысында неге ренжідіңіз, неге қуандыңыз?

Сіз қалай ойлайсыз? Есірткі қолдануға қатысты неге аңыздар көп?

Жастардың есірткі қолдануы неге әбігерге әкеп отыр?

Егер есірткі қолданатын досыңыз болса оған қалай көмектесе алар едіңіз?

Есірткі таралуына жол бермеудің негізгі тәсілдері:

2003 ж 23 желтоқсандағы Қазақстан Республикасының Президентінің жарлығына сәйкес.

«Қазақстан Республикасы мемлектік басқару жүйесі шараларын жүзеге асыру» Қазақстан Республикасы Үкіметінің 2004 жылғы 3 наурыздағы қаулысы.

261 Қазақстан Республикасы Ішкі істер Министірлігі наркобизнеспен күрес және бақылау комитеті бекіткен.

Қазақстанда ауру нашақорларды емдеу мен ақтап шығатын 50 ден астам плдін алатын , заңдық медициналық мекемелер тіркеуде тұр.

Қазақстанның 60 пайызы есірткіні бір ауыздан қабылдамайды, 8 пайызы кез келген

уақытта есірткіге бой алдырады.,егер 30 пайызы қиындықта жалғыз қалдырса есірткіге ден қойып кетуі мүмкін.

Соңы. 1. Адам, ғалам ғажайып жеке дана.

Жан құмары ізденген мәңгі сана

Өзіңді -өзің танысаң-істің басы

Түзеген өз ғаламын болған дана.

ДЕНСАУЛЫҚҚА ДЕН ҚОЯЙЫҚ

ЖАС ҰРПАҚ,

ДЕНІ САУ МЕН БІЛІМДІ

Адам керек қоғамға деп бүгінгі кешімізді аяқтаймыз.

Кері байланыс парағын және күту ағашының мәліметтерімен таныстырады.

ҚМ АА Күәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.