

# ТРЕНИНГ-СЕМИНАР

## ЗДОРОВАЯ РОССИЯ – ОБЩЕЕ ДЕЛО



*Ведущий: Ярослав Викторович Ковалевский  
Кандидат искусствоведения, магистр психологии, превентолог,  
эксперт Роскомнадзора, Руководитель Санкт-Петербургского  
отделения общественной организации «Общее дело»*



# Что такое «Общее Дело»?

В 2011 году инициативная группа граждан, из разных городов России, создала общественную организацию «Общее дело». Их объединили желание и необходимость донести до россиян всю тяжесть сложившейся ситуации в стране из-за употребления алкоголя, табака и других наркотиков.

Цель работы Организации – укрепление морально-нравственных ценностей и пропаганда здорового образа жизни в Российском обществе.

Приоритетное направление работы – это широкая просветительская деятельность:

- проведение интерактивных лекций в учебных заведениях;
- создание видео и печатных материалов просветительского характера;
- широкое распространение этих материалов в средствах массовой информации, в сети интернет.

Организация осуществляет свою деятельность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации, и придерживается принципов политического, национального и конфессионального нейтралитета.

Все проекты организации «Общее дело» реализуются за счёт финансовой поддержки неравнодушных людей и помощи от российских организаций.



# ТЕМА ПРЕЗЕНТАЦИИ

Программа для проведения интерактивных занятий по первичной профилактике потребления психоактивных веществ



**Здоровая Россия – ОБЩЕЕ ДЕЛО!**

# Здоровая Россия - «Общее дело»

- Программа призвана способствовать осуществлению Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2030 года (утв. Указом Президента Российской Федерации от 23 ноября 2020 г. №733),
- Концепции реализации государственной политики по снижению масштабов злоупотребления алкогольной продукцией и профилактике алкоголизма среди населения Российской Федерации на период до 2020 года (утв. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2009 г. №2128-р),
- Концепции профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде (утв. Приказом Министерства образования Российской Федерации от 28 февраля 2000 г. №619).



# Здоровая Россия - «Общее дело»

- Также Программа направлена на поддержку реализации Федерального закона «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака» от 23 февраля 2013 г. №15-ФЗ,
- Федерального закона «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам профилактики немедицинского потребления наркотических средств и психотропных веществ» от 7 июня 2013 г. №120-ФЗ.



# Здоровая Россия - «Общее дело»

Программа «Здоровая Россия - Общее дело» прошла экспертизу и рекомендована:

- Министерством образования Московской области
- Санкт-Петербургской Академией Постдипломного Педагогического Образования
- Агентством стратегических инициатив
- Московским Государственным Психолого-педагогическим университетом
- Московским научно-практическим центром наркологии

Рекомендована Министерством образования и науки РФ и включена в образовательную программу всех средних и средне-специальных образовательных учреждений на территории России в рамках преподавания «Основ безопасности жизнедеятельности».



# О Программе

**Цель программы** – содействие образовательным процессам по развитию и укреплению в молодежной среде ценностей здорового образа жизни, свободного от употребления алкоголя, табака и любых других наркотических веществ.

Программа заключается в проведении интерактивных занятий для учащихся с просмотром и последующим коллективным обсуждением видеофильмов: «Алкоголь. Секреты манипуляции», «Никотин. Секреты манипуляции», «День рождения», «История одного обмана», «Курение. Взгляд изнутри», «Наркотики. Секреты манипуляции», «Алкоголь. Незримый враг».



# О Программе

Каждое занятие предназначено для проведения в одном классе или группе учащихся. Четыре занятия посвящены профилактике употребления алкоголя, два занятия – профилактике табакокурения, одно занятие – профилактике наркомании.

Занятия могут проходить с периодичностью один раз в неделю или два раза в месяц.

Продолжительность каждого занятия – от 45 до 80 минут, в зависимости от расписания учебного заведения.



# О Программе

## Сверстник – сверстнику

Занятия также могут проводить учащиеся старших классов или курсов для учащихся младших по отношению к ним классов или курсов при условии предварительной подготовки с педагогом или психологом.

Благодаря этому исчезает возрастной барьер между ведущим занятия и присутствующими в аудитории, и материал может восприниматься эффективней (принцип «сверстник – сверстнику»). Для проведения одного занятия привлекаются один либо два ученика или студента из старших классов или курсов.



# О Программе

## Задачи занятий

**Обучающие:** сформировать понимание важности здорового образа жизни и ответственной гражданской позиции; правильное представление о пагубности употребления алкогольных, табачных и наркотических изделий.

**Развивающие:** развить критическое мышление, способность адекватно воспринимать поступающую информацию; умение планировать дальнейшую деятельность, сравнивать, анализировать, делать выводы.

**Воспитательные:** мотивировать учащихся на полный отказ от употребления любых психоактивных веществ, показав ценность здорового образа жизни и ответственной гражданской позиции.



# О Программе

**Тип урока:** получение новых знаний.

**Форма урока:** интерактивное занятие с использованием технологии РКМ (развитие критического мышления).

**Материально-техническое оснащение урока:**

- МР-4 диск или карта памяти с документальными фильмами «Алкоголь. Секреты манипуляции», «Никотин. Секреты манипуляции», «История одного обмана», «День рождения», «Курение. Взгляд изнутри», «Секреты манипуляции. Наркотики», «Алкоголь. Незримый враг».
- компьютер, мультимедийный проектор и экран для проектора, звуковые мониторы или телевизор с МР-4 проигрывателем.

**Занятия могут проводиться:** на уроках ОБЖ, классных часах, внеклассных или внеаудиторных занятиях.



# О Программе

## Структура занятия:

1. Анонс программы занятия, анонс фильма.
2. Совместный просмотр фильма.
3. Обсуждение полученной информации, вопросы и ответы.

*Чтобы занятие прошло интересно и имело серьезный профилактический эффект, ведущему рекомендуется при подготовке к нему заранее внимательно посмотреть фильм, который будет обсуждаться в аудитории, обращая особое внимание на те моменты в фильме, по которым будут задаваться вопросы во время занятия.*



# О Программе

## Содержание

- Занятие 1. «Алкоголь. Секреты манипуляции».
- Занятие 2. «Никотин. Секреты манипуляции».
- Занятие 3. «Влияние алкоголя на репродуктивную систему человека».
- Занятие 4. «Курение. Взгляд изнутри».
- Занятие 5. «История одного обмана: мифы и факты об алкоголе».
- Занятие 6. «Наркотики: секреты манипуляции».
- Занятие 7. «Алкоголь. Незримый враг».
- Как организовать дискуссию (рекомендации для ведущего).
- Актуальная информация.



# Проведение программы

**Тема занятия: «Наркотики: лучшее, что придумал дьявол»**

- Представьтесь.
- Представьте цель занятия.

*Цель нашего общения – узнать правду, как попадают в наркозависимость. Сегодня мы вместе проведем расследование и раскроем уловки наркодельцов, узнаем, почему и как молодые люди начинают употреблять наркотики. Это знание поможет нам в дальнейшем делать правильный выбор, а значит – быть свободным, и не стать жертвой обмана.*



# Проведение программы

## **Объявите регламент занятия:**

- Совместный просмотр фильма «Наркотики. Лучшее, что придумал дьявол»;
- Коллективное обсуждение.

Попросите учащихся смотреть и слушать внимательно, предложите им по ходу просмотра записывать те моменты, которые покажутся непонятными или вызовут вопрос. Перед просмотром попросите учащихся подготовить листы бумаги и ручки для записи.

## **Включите фильм «Наркотики. Лучшее, что придумал дьявол».**

Ведущий вместе с учащимися внимательно смотрит фильм, чтобы присутствующие в аудитории осознавали важность происходящего на экране.



# Просмотр фильма



**НАРКОТИКИ**

**ЛУЧШЕЕ,**  
**ЧТО ПРИДУМАЛ**  
**ДЬЯВОЛ**



**ОБЩЕЕ  
ДЕЛО**

# Проведение программы

## Вопросы для совместного обсуждения фильма

- Перед обсуждением вопросов ведущий занятия кратко рассказывает собственный вдохновляющий опыт первого просмотра данного фильма.
- Задайте вопрос аудитории. Выслушайте различные варианты ответов и проговорите некоторые из них вслух. Дождитесь, пока кто-то из учащихся предложит правильный ответ. Согласитесь с назвавшим верный ответ. Повторите правильный ответ из фильма. Если он так и не прозвучал, произнесите его сами.



## 1. Кто и как чаще всего предлагает в первый раз попробовать наркотик?

*Первый раз наркотик обычно предлагает хороший знакомый или даже лучший друг. Например, если взять девушек-наркоманок, то опросы показывают, что почти 100% из них втянуты в потребление их собственными парнями. Один наркоман втягивает в потребление, в среднем, 10 человек из своего ближайшего окружения. Как признался один из наркозависимых, участников фильма: «Можно сказать, что предложили нам всякие рэпера в интернете, в клипах. А вот прям в своей жизни предложение попробовать было от моего друга».*



## 2. Почему так происходит, что чаще именно от друзей и знакомых идёт предложение попробовать наркотик?

*Наркотические вещества очень быстро приводят к деградации личности. Как только человек попробовал наркотик, он становится лжецом, он начинает скрывать его употребление от окружающих, обманывать близких, чтобы доставать деньги на дозу. И один из простых способов достать средства на наркотики – это посадить на них тех, кто тебе доверяет, то есть, своих знакомых. Каждый должен понимать, что опасность чаще всего исходит от человека, которому вы доверяете.*



## 3. Как ещё проявляется деградация личности у начавшего принимать наркотики?

*Следующим шагом деградации личности является воровство. После того, как человеку уже перестают верить, а деньги на вещество надо доставать, он начинает воровать. Прежде всего – у знакомых и родственников. По признанию самих же наркозависимых, они воровали у своих родственников и друзей золото, украшения, технику и т.д.*



# Обсуждение

## 4. В какой обстановке и при каких обстоятельствах чаще всего предлагают попробовать наркотик?

*Часто первую пробу предлагают на вечеринках, в ночных клубах и вписках. Обычно перед тем, как предложить наркотик, новичкам всегда предлагают алкоголь, ведь в состоянии алкогольного опьянения человека гораздо проще убедить совершить какую-то глупость. У человека может быть плохо на душе, проблемы дома или в школе, какие-то ссоры и т.п. И тут кто-то, якобы понимающий, может предложить попробовать «нечто».*



## 5. Что представляет из себя любой наркотик и почему он меняет состояние человека?

*Любое наркотическое вещество – это нейротоксичный яд, то есть яд, разрушающий в первую очередь нервную систему и мозг. При каждом употреблении наркотиков погибает очень большое количество нейронов, в том числе тех, которые отвечают за появление гормонов счастья. Поэтому употребление постепенно отбирает способность радоваться жизни. Это происходит незаметно для употребляющего, но в какой-то момент мир для него становится серым, а жизнь теряет смысл.*

*Наркотики отнимают возможность радоваться общению с друзьями, радоваться музыке, своему труду, радоваться другим простым вещам, и в итоге вгоняют в глубокую депрессию. Многие специалисты считают наркоманию неизлечимой именно потому, что, даже прекратив употребление, бывшим наркоманам очень сложно заново научиться радоваться жизни.*



## 6. Как ещё проявляется разрушительное действие наркотика на головной мозг?

*Под действием наркотика, разрушаются мембраны – внутренние перегородки клеток. Каждая клетка мозга – это информационная система. Задача этих клеток – получать новую информацию, сохранять её и передавать. И эта клетка, которая должна была нужную информацию сохранить и передать, под действием наркотика погибла. Значит, мы потеряли какие-то знания. Как признавались наркозависимые, участники фильма, они потеряли способность запоминать даже простые просьбы, запоминать и что-то изучать из полезных знаний.*



# Обсуждение

**7. Может ли всего лишь одна проба какого-то наркотика привести к очень тяжелым последствиям?**

*Да, даже одна проба наркотика может привести человека к гибели или инвалидности. Организм человека может проявить острую аллергическую реакцию на какой-то вид наркотика, и это предвидеть абсолютно невозможно. В фильме был пример, как двое ребят из одного класса погибли после первой же пробы какого-то наркотического вещества.*



# Обсуждение

## 8. Как потребление наркотиков влияет на дальнейшую жизнь и карьеру человека?

*Наркотики разрушают не только отношения в жизни человека и его здоровье. Например, они разрушают и карьеру.*

*По закону, людям, которые употребляли наркотические вещества и были поставлены на учет, нельзя работать во многих важных сферах. Им нельзя водить поезда, самолеты, нельзя заниматься медицинской и фармацевтической деятельностью. Им закрыт допуск в атомную и нефтеперерабатывающую промышленность, и т.д. Попасть на учет совсем не сложно! Например, в компании предложили что-то употребить. По дороге домой подростка остановили полицейские, отправили на освидетельствование, и все – человек взят на учет.*



## 9. Как ещё продавцы наркотиков привлекают людей в свою преступную деятельность?

*Через предложение стать распространителем. Как правило, предложение распространять наркотики приходит в соцсетях, и выглядит как предложение работать курьером или кладменом. Как рассказал в фильме сотрудник МВД: «Так называемый закладчик наркотических средств – он просто расходный материал, он никому не нужен, его сдаст сразу же тот, кто его на работу и взял. В день таких закладчиков ловят очень много. Они работают две-три недели максимум. Месяц – вообще редко кто дорабатывает до месяца». За такую «работу» закладчику грозит от 5 до 15 лет лишения свободы.*



# Подведем итоги

## Что такое наркотики:

*1. Это оружие. История показывает, что наркотики были и остаются мощнейшим инструментом геополитической агрессии. Они разрушают страну изнутри. Сокращают население. Уничтожают здоровье будущих поколений.*

*2. Это циничный жестокий бизнес на жизнях людей. Он всегда оставляет человека обманутым, с разрушенным здоровьем и судьбой.*

*Будь сильным и решительным. Избегай пробовать любые наркотические вещества, часто предлагаемые под видом энергетиков или стимуляторов. Ищи свое предназначение, то, что поможет стать тебе достойным и по-настоящему счастливым человеком!*



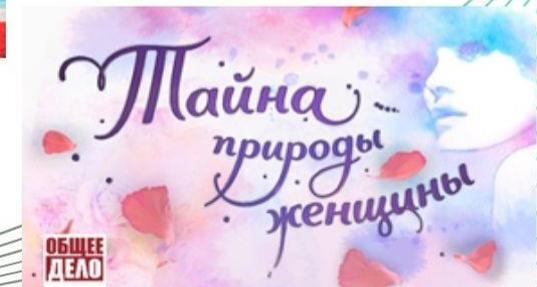
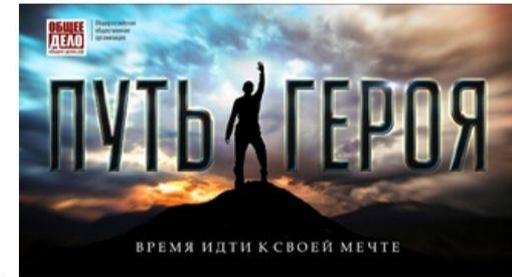


# Здоровая Молодежь

ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ 12- 25лет

0+

ОБЩЕРОССИЙСКАЯ  
ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
**ОБЩЕЕ  
ДЕЛО**  
ОБЩЕЕ-ДЕЛО.РФ



**ОБЩЕЕ  
ДЕЛО**

ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ 5-14лет

0+

ОБЩЕРОССИЙСКАЯ  
ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

**ОБЩЕЕ  
ДЕЛО**

ОБЩЕЕ-ДЕЛО.РФ

# КОМАНДА ПОЗНАВАЛОВА



**ОБЩЕЕ  
ДЕЛО**

# Фильмы



# Продукция

## МАТЕРИАЛЫ

## ПЕЧАТНАЯ ПРОДУКЦИЯ

ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
**ОБЩЕЕ ДЕЛО**

**5 СЕКРЕТОВ НАСТОЯЩЕГО МУЖЧИНЫ**

У всех успешных людей есть привычка делать вещи, которые мужчинам делать не нравится. Успешным людям тоже не нравится их делать, но это им нравится получить свое их долги.

Альберт Э. Грей

В первую очередь в развитии нуждается воля – это самое главное. Без воли вообще ничего сделать невозможно. Воля – внутренняя энергия, направленная на то, чтобы сделать что-то.

Первая задача воспитания воли – способность преуменьшать себя делать то, что нужно сделать именно тогда, когда это нужно сделать. А что тренирует волю? В первую очередь – спорт. Потому что спорт предполагает некоторое усилие над собой, над сопротивлением.

**Раскрой свой потенциал. Стань по-настоящему успешным и помоги другому!**  
Смотри видео: [общее-дело.рф](http://общее-дело.рф)

ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
**ОБЩЕЕ ДЕЛО**

Есть то, что ведёт нас вверх, к успеху, и то, что приводит к неудачам.

Честность  
Любимое дело  
Выполнение обещаний  
Постоянная цель  
Упорство  
Общение с мотивированными людьми  
Физические упражнения  
Творческое развитие  
Чужие идеи  
Лень  
Негативное мышление  
Критика и советы  
Скука, скука  
Паразиты  
Дурное общение  
Восприятие обещаний  
Уста третья сторона и интернет, но компьютерные игры, на просмотре телевизора  
Лень

ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
**ОБЩЕЕ ДЕЛО**

Смотри видео: [общее-дело.рф](http://общее-дело.рф)

**СЕКРЕТЫ МАНИПУЛЯЦИИ АЛКОГОЛЬ**

**Секреты манипуляции ТАБАК**

**5 СЕКРЕТОВ НАСТОЯЩЕГО МУЖЧИНЫ**

**Тайна перерождения ЖЕРЦЫЦЫ**  
П. Зиналова

**Тайна ЕАКОГО АБЫМА**

**История одного обмана**

ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
**ОБЩЕЕ ДЕЛО**

Крепкое здоровье – основа успеха в любой сфере твоей жизни.

Главные правила здорового образа жизни:

- Правильно питаться. Есть побольше свежих фруктов и овощей.
- Полностью избегать алкоголя, табака и других наркотиков.
- Пить больше чистой воды.
- Правильный сон. Спать по 8-10 часов, ложиться спать в одно и то же время, желательно до 10 часов вечера.
- Активно заниматься спортом.
- Следить за своей осанкой и при ходьбе, и при сидении.
- Следить за гигиеной. Ежедневно чистить зубы, принимать душ, мыть руки после туалета и перед едой.
- Стараться как можно больше радоваться жизни и как можно меньше злиться и критиковать. Эмоции очень сильно влияют на здоровье любого человека.

**Раскрой свой потенциал! Стань по-настоящему успешным и помоги другому!**  
Смотри видео: [общее-дело.рф](http://общее-дело.рф)

Смотри видео: [общее-дело.рф](http://общее-дело.рф)

КОМАНДА  
**П. ЗНАВАЛОВА**

**ТАЙНА ЕАКОГО АБЫМА**

Как выглядит курящая курица? Раз повя сам, с друзьями посмотри! И чтобы не делать проблемы с мам, Запомни: не ешь табачный дым!

ОБЩЕЕ ДЕЛО

Крепкое здоровье – основа успеха в любой сфере твоей жизни.

Главные правила здорового образа жизни:

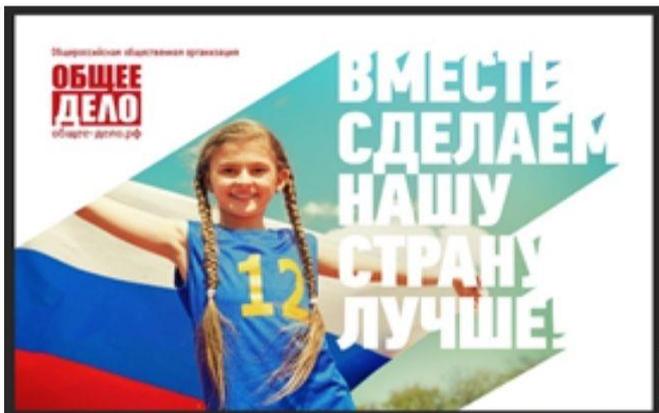
- Правильно питаться. Есть побольше свежих фруктов и овощей.
- Полностью избегать алкоголя, табака и других наркотиков.
- Пить больше чистой воды.
- Правильный сон. Спать по 8-10 часов, ложиться спать в одно и то же время, желательно до 10 часов вечера.
- Активно заниматься спортом.
- Следить за своей осанкой и при ходьбе, и при сидении.
- Следить за гигиеной. Ежедневно чистить зубы, принимать душ, мыть руки после туалета и перед едой.
- Стараться как можно больше радоваться жизни и как можно меньше злиться и критиковать. Эмоции очень сильно влияют на здоровье любого человека.

**Раскрой свой потенциал! Стань по-настоящему успешным и помоги другому!**  
Смотри видео: [общее-дело.рф](http://общее-дело.рф)



# Продукция

## МАТЕРИАЛЫ



## ПЕЧАТНАЯ ПРОДУКЦИЯ



## Международный конкурс социальных проектов в области здоровьесбережения

**ОБЩЕЕ** про  
**ДЕЛО**

[О конкурсе](#) [Номинации](#) [Категории](#) [Этапы](#) [Призы](#) [Об организации](#) [Партнеры](#)

[Участвовать](#)

ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ

# Общее дело-ПРО. Проекты. Развитие. Общество

2023–2024 г.г.

[Участвовать](#)

PDF

Н

Н

**ШКОЛЬНИКОВ**  
**10 000**

**ОБЩЕЕ** про  
**ДЕЛО**

**Активностей**

**47**  
регионов России  
Армения

[Задать вопрос](#)



***Будьте счастливы и здоровы, и делитесь знанием!***

*Любой человек, кто неравнодушен к судьбе нашей страны, кто хотел бы видеть Россию Великой и Процветающей, может стать участником проекта «Здоровая Россия – Общее дело», просто распространяя эту правдивую информацию в кругу друзей, в семье, в коллективе, среди соседей и знакомых.*

*Только все вместе, сообща мы сможем остановить деградацию нашего общества. Организация «Общее дело» объединяет все здоровые силы российского социума независимо от национальности, вероисповедания, культурных традиций.*

## ***Присоединяйтесь!***

*Ваша трезвая активная жизненная позиция спасет не только Вашу собственную судьбу, но и судьбы и жизни многих соотечественников. Мы будем рады любому Вашему посильному участию в работе Организации, потому что это - «Общее Дело».*

[общее-дело.рф](http://общее-дело.рф)



**ОБЩЕЕ  
ДЕЛО**

# КОНТАКТЫ

Руководитель Санкт-Петербургского  
отделения общественной организации  
«Общее дело»:

Ковалевский Ярослав Викторович

+7 985 435 73 18

[odmosk@gmail.com](mailto:odmosk@gmail.com)



ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

**ОБЩЕЕ**

**ДЕЛО**

общее-дело.рф



**ОБЩЕЕ  
ДЕЛО**