

**Понедельник, 17.02.2025**

**Пятиминутка профилактики употребления наркотиков**

[https://cPPP.rcoedu.ru/video/1\\_2025/4\\_ ya\\_vibitayu\\_zhizn\\_bez\\_narkotikov.mp4](https://cPPP.rcoedu.ru/video/1_2025/4_ ya_vibitayu_zhizn_bez_narkotikov.mp4)

Текст для учителя:

*В наш век информации и технологий, когда вокруг нас много соблазнов, особенно важно понимать, что от нашего выбора зависит будущее.*

*Наркотики могут показаться привлекательными и интересными, но на самом деле они несут за собой множество отрицательных последствий. Употребление наркотиков может разрушить здоровье, перечеркнуть мечты и негативно сказаться на отношениях с близкими. Но хорошая новость заключается в том, что у вас всегда есть возможность выбрать другой путь — дорогу к здоровому и счастливому образу жизни.*

*Одним из самых важных шагов на этом пути является выбор правильного окружения. Будьте рядом с теми людьми, которые поддерживают вас, мотивируют на достижения и ведут к положительным переменам. Ваши настоящие друзья не будут подталкивать вас к риску, а наоборот, помогут сосредоточиться на полезных занятиях и хобби, таких как спорт, творчество или волонтерство. Это не только займёт ваше время, но и подарит радость и удовлетворение.*

*Не дайте сомнительным предложениям и уговорам взять верх над вашими желаниями и ценностями. Настоящие друзья всегда поддержат ваши стремления к здоровью и самореализации. Вы — капитан своей жизни, и только вам решать, какой курс задать. Направьте свои усилия на развитие, учёбу или любимое дело — это станет отличной альтернативой, способной обогатить вашу жизнь.*

*Помните, что у вас есть множество возможностей, и ваша жизнь в ваших руках. С каждым правильным выбором вы делаете шаг к будущему, полному свершений и радости. Выбирайте путь, который приведет вас к успеху, окружающие вас люди — те, кто действительно ценит вас и поддерживает.*

*Вместе мы можем создать общество, в котором каждый будет чувствовать себя уверенно, зная, что есть поддержка и понимание. Делая осознанные поступки и стремясь к здоровому образу жизни, мы можем добиться многого и построить светлое будущее!*

Вопросы для обсуждения:

1. Почему важно окружать себя положительными людьми?

2. Какие полезные занятия вы могли бы предложить своим сверстникам?

3. Как можно уверенно сказать «нет» сомнительным предложениям?

4. В чем для вас заключается ответственность за свою жизнь и здоровье?