***Профилактика наркомании***

***Классный час***

на тему:

**«НЕ СЛОМАЙ СВОЮ СУДЬБУ».**

**Цель**: Способствовать формированию знаний о вреде наркомании и мотивов отказа от «пробы» и приёма наркотических веществ у подростков.

**Задачи:**  1.Дать представление учащимся о масштабах распространения наркомании в России, используя информацию газет, журналов, телевидения и ресурсов Интернет;

 2. Заложить основу для роста самосознания и самооценки учащихся.

 3. Познакомить учащихся с последствиями приема наркотических средств.

 4. Создать условия для формирования стойкого негативного отношения к употреблению наркотических веществ.

**Адресовано:** Классным руководителям и учащимся 6-8-11 классов.

**Оборудование:**  ноутбук; мультимедийный проектор; экран, часы.

 **План проведения классного часа:**

1. Вводная часть.
2. Основная часть: «Путь в ад наркомании»

 а) Врач – нарколог (подготовленный ученик).

 б) «История короткой и уже изломанной жизни 20-летнего Кости А.»

 в) Игра- моделирование.

 г) Причины наркомании.

 д) Четыре шага в пропасть.

 е) Ролевая игра.

 ж) Тестирование.

3. Заключительное слово учителя.

**ХОД КЛАССНОГО ЧАСА.**

 **Чтец:** (Слайд №1)

Спасите наши души,

Мы бредим от удушья.

Услышьте нас на суше- (Слайд №2)

Наш SOS все глуше, глуше…

И ужас режет души

Напополам… («Досуг в школе» №1 2010г.)

*Стук часов.* (Слайд №3)

 Учитель: Послушайте стук часов. Тик-так…, тик-так… Это наркотик отсчитывает жизнь, жизнь наркомана. В свое время известный французский поэт Бодлер написал прозаическое произведение «Искусственный рай», где он называет наркотики **«о*дним из самых ужасных и наиболее верных средств, которыми располагает дух тьмы, чтобы вербовать и порабощать достойный сожаления род человеческий»*.** Свидетельство Бодлера – это свидетельство очевидца. Все ужасные последствия пристрастия к наркотикам он испытал на себе.

Врач-нарколог: … *Во время врачебного обхода я никак не мог отделаться от мысли, что в истории болезни моих пациентов в графу «возраст», вкралась ошибка. Ну разве у 14-17 –летних юношей и девушек бывают такие отечные, серые лица, выпавшие зубы и волосы? Из рукавов пижам видны худенькие руки с венами коричневого цвета, на местах постоянных инъекций - незаживающие язвы. Страдают болезнями пожилых людей: сердечной и легочной недостаточностью, артритами… У них изношенное сердце, хрупкие сосуды… Я смотрю в их запавшие, потухшие глаза, и мне трудно представить, что ещё* ***полгода*** *назад они были общительными, любознательными ребятами. (*«Здоровье» №12 1986г*.)*

Чтец: Ты есть, я есть, он есть,

 А жизнь у каждого своя.

 И ей цена - достоинство и честь!

 Есть возраст переходных лет

 Какой бы сложной не была она.

 Для многих начинается рассвет,

 А кто-то погружается во тьму.

 Ты есть, я есть, он есть,

 Лишь вместе мы сумеем зло пресечь

 И сохранить достоинство, чтоб жить.

Учитель: «История короткой и уже изломанной жизни 20-летнего Кости А.»

Его путь из «искусственного рая» в ад наркомании.

 *Костя впервые попробовал наркотик год назад. Решил не сам – надоумили. Сделал первый укол, второй, третий… Уже через месяц пришлось делать ежедневные инъекции, через 3 месяца ежедневная доза в 8 раз превышала первоначальную, а через 10 месяцев – в 25 раз. И тут произошло то, что рано или поздно всегда случается с наркоманами. Не удалось достать наркотик. На второй день почувствовал недомогание, озноб, тяжесть в голове, тянущую боль в мышцах, ломоту в суставах, боль в желудке, нарастала физическая слабость. На 3-ий день Костя не мог встать с постели. Было ощущение , что органы отказались работать, чувствовал, что умирает. Боль в суставах и мышцах стала резкой, выкручиваюшей , спазмы в животе достигли такой интенсивности, «как будто кто-то пытается вырвать внутренности». Спать не мог, на короткие мгновения забывался в тяжелом кошмаре. В таком состоянии его доставили в больницу. Медицинская помощь Косте была оказана вовремя, и его удалось спасти. У него уже развилась острая пневмония, принявшая злокачественный характер. Около недели он находился между жизнью и смертью.* («Здоровье» №12 1986г*.)*

 Рассказанный случай не является чем-то из ряда вон выходящим. Это типичный пример формирования и течения наркомании.

 **Проведение игры-активатора**. - Я выберу одного из вас. Он выйдет на середину и пригласит к себе троих других. Те трое выберут каждый себе ещё по три игрока и т.д. Таким образом, каждый приглашённый должен пригласить к себе ещё по три человека. Игра заканчивается, когда не остаётся никого, кто ещё сидит на своём месте.

Ребята выстраиваются.

- Посмотрите, как мало времени вам потребовалось, чтобы поднять всех присутствующих со своих мест!

 Вот с такой же скоростью, словно эпидемия, распространяется и наркомания. Каждый человек знает, какое страшное горе приносят наркотики. Но почему наркоманов становится всё больше и больше? Начнём по порядку. (Слайд ы №4,5,6,7,8)

 С чего все начинается? (Ребята предлагают варианты). *(Конфликт с родителями; нет взаимопонимания; в чем-то обвинен; хочет быть крутым; не хочет выглядеть «белой вороной»; заставили насильно; сказали, что ему (ей) «слабо» и т. д.) (*Слайд №9*)*

 **Четыре шага в пропасть.**

1 ученик: Первый шаг: простое любопытство и давление услужливых друзей, они подначивают, дразнят, говорят, что у тебя слабый характер, что маменькин сынок, что надо испытать удовольствие. Они же и предлагают, конечно бесплатно, попробовать – один раз ничего не решает. Попробовал - тошнота, рвота, расстройство желудка – организм борется с ядом. Нужно остановиться, но не всегда это возможно. Современные наркотики и после первого раза не дают шанса остановиться. Задумайся: ты уже катишься в пропасть. (Слайд №10)

2 ученик: Второй шаг-предупреждение. Вторая стадия зависимости приходит быстро, когда возникает непреодолимая потребность в отраве. На её покупку уходят все деньги. (Где их взять? Сам ты ещё не зарабатываешь.) Все мысли направлены на то, чтобы достать дозу. Всё, кроме наркотиков, становиться безразличным. Ещё можно остановиться – попросить о помощи – самому из этой стадии уже не выбраться! (Слайд ы №11,12,13,)

3 ученик: Третий шаг: дорога в никуда. Это критическая стадия наркотической зависимости. Все мысли каждый день заняты поиском наркотика. Ради новой дозы человек готов на все: воровство, разбой, убийство. Он не может ни учиться, ни работать. От постоянного наркотического голода наступают галлюцинации, уходит сон. Тяжелые приступы ярости и отчаяния многих толкают к самоубийству. Но если есть хоть какие-то остатки желания остановить этот ужас, нужно обращаться к врачу-наркологу. (Слайды №14,15,16)

4 ученик: Четвертый шаг: последний акт трагедии. Для тех кто кололся, жизнь близится к концу. Только наркотик поддерживает существование. Рано или поздно смерть наступает от передозировки. Каждый год в России от передозировки умирает до 70 тысяч молодых людей, которым не исполнилось и 29 лет. Наркоманов - пенсионеров не бывает. Так заканчивается трагедия, которая начиналась внешне так безобидно. (Слайды №17,18,19)

Читает ученик: В тебе прокиснет кровь твоих отцов и дедов.

Стать сильным, как они, тебе не суждено.

На жизнь, ее скорбей и счастья не изведав,

Ты будешь, как больной, смотреть через окно.

И кожа ссохнется, и мышцы ослабеют,

И скука въестся в плоть, желания губя,

И в черепе твоем мечты окостенеют,

И ужас из зеркал посмотрит на тебя.

 Учитель: «Наркомания – роковая наследственная болезнь: неумение владеть своими чувствами!... Сегодня ученым ясно, что широкая дорога жизни, потенциально открытая перед каждым новым жителем нашей планеты, может превратиться в тропинку, ведущую к наркотической бездне», - читаю я в брошюре И.Г.Уракова. У каждого человека в жизни бывают трудные моменты, проблемы и неприятности. Слабовольные и психически неуравновешенные люди находят решение вех своих проблем в наркотиках. Судьба этих людей очень тяжела. Они осознают, какую губительную роль играют в их жизни мнимые «друзья», но не находят в себе силы самостоятельно вырваться из плена. (Слайд №20,21,22

(**Ролевая игра**: вызываются два ученика. Один – уговаривает попробовать наркотик, применяя иррационалные убеждения, характерные для наркоманов(см. в приложении Слайд №23). Другой - приводит убедительные доводы, чтобы отказаться. Остальные учащиеся помогают второму ученику, накапливая примеры «отказа» { провести несколько раз .) (Слайды №24)

 Учитель: (Слайд №25) Природа создала всё, чтобы человек был счастлив. Деревья, ярко солнце, чистую воду, плодородную почву и нас, людей, - сильных, красивых здоровых, разумных. Человек рождается для счастья, и, кажется, нет места в его душе для злого духа и низменного порока.

Чтец: Мы родились для того, чтобы жить, (Слайд 26)

 Может, не стоит планету губить?

 Есть кроме «ДА», и получше ответ,

 Скажем, ребята, наркотикам «НЕТ»! (Слайд №27)

 У меня есть незаконченное предложение: «Вокруг столько способов быть счастливым: можно…»

 Как бы вы закончили это предложение? (ответы учащихся)

*ТЕСТИРОВАНИЕ*

*1. Что такое наркомания?*

*а) болезнь*

 *в) вредная привычка*

 *с) преступление*

*2. Почему подростки употребляют наркотики?*

*3. Есть ли оправдание у тех, кто принимает наркотики?*

*4. Как ты относишься к наркоманам?*

 *а) ненавидишь. с) жалеешь*

 *в) равнодушен д) что-то другое*

*5. Приведите 4 – 5 самых сильных аргументов в пользу отказа от наркотиков.* ·

 *6.Твой друг принимает наркотики. Как тебе вести себя с ним:*

 *а) бороться с его привычкой; б) продолжить общаться с таким, какой он есть; в) прекратить общение с ним?*   *7. Нужно ли проблемами наркомании заниматься на государственном уровне или это проблема самого человека и его близких?*

 *а) Да, т. к. государство должно заботиться о своём народе, следить за тем, чтобы наркотики не перевозились через границу. б) Да, т.к. наркоманы представляют угрозу для общества и не в состоянии сами справиться со своей проблемой. Именно государство должно создавать реабилитационные центры и ужесточить контроль за распространением наркотиков. в) Нет, т.к. человек сам должен заботиться о своём здоровье.*

**Заключительное слово**

 Каждый человек – хозяин своей судьбы. Всего можно достичь, если поставить себе в жизни цель и твердо идти к этой цели. Хорошим помощником на этом пути станет здоровый образ жизни, гигиена, спорт, общение с природой, хорошие и верные друзья. В вашей жизни не должно быть места наркотикам! ВЫ СОГЛАСНЫ! Я очень надеюсь, что вы сможете сказать НЕТ, как бы вас не уговаривали.