

**Классный час по профилактике**

**наркомании:**

**«Я выбираю жизнь»**

## Классный час по теме: Я выбираю жизнь.

**Цель:** создать условия, при которых подросток сможет осознать пагубность зависимости от наркотических веществ и последствия этой зависимости.

Способствовать формированию знаний о вреде наркомании

**Задачи:** Дать обучающимся представление о наркомании как о факторе, разрушающем здоровье. Продолжать формировать у подростков стойкое неприятие к наркотикам. Развивать умение аргументировать свою точку зрения.

Помочь подросткам выработать зрелую, обоснованную позицию в отношении употребления наркотиков, осознать глубину данной проблемы.

**Предварительная работа:**

-Памятка для обучающихся, советы родителям, буклеты для гостей классного часа.

**Оборудование:** Мультимедийный проектор, экран

### *Ход мероприятия:*

Добрый день, уважаемые гости, учителя, ребята! Прежде, чем мы начнем наше занятие, я приглашаю всех встать в круг.

1. Проводится ИГРА «ПРИВЕТСТВИЕ»

2. ИГРОВАЯ ДИАГНОСТИКА "ЛАДОШКИ"

Дети поднимают руки и, по мере своего состояния показывают ладошки – те, кто готов к участию в мероприятии, кулачки – те, кто к участию в мероприятии не готов. Тренер оценивает работоспособность группы.

**Ведущий:** Спасибо! Теперь я знаю, кто из вас готов к работе.

**Ведущий** ( с горящей свечой в руках): Горит, в моей руке свеча горит,

Дрожит, как будто что-то тихо говорит:

Представьте, что свеча - это наша жизнь, которая изо всех сил старается гореть ярко, чтобы нам было светло и тепло. Она призывает нас жить, жить и быть настоящими людьми, в которых есть искра живого огня и которые не позволяют погасить ее в себе. Она хрупкая и беззащитная, ведь стоит дунуть, и она погаснет.(вкл свет)

Тема нашего кл часа "Я выбираю жизнь!", и, как вы догадываетесь, тема эта выбрана не случайно. Мы поговорим о том, как избежать опасных соблазнов, которые губительно воздействуют на нас. А что можно отнести к этим соблазнам? (*Наркоманию, токсикоманию, алкоголь и курение*)

- Ребята, а как вы думаете, можно ли наркоманию и токсикоманию назвать болезнью?

Наркомания – это тяжелая болезнь, неизлечимая болезнь, разрушающая мозг, психику, физическое здоровье человека (особенно подростка) и оканчивающаяся преждевременной смертью.

- А алкоголь и курение относятся к наркотическим веществам? (*Да, т. к. они вызывают зависимость*)

3. Игра – ПИРАМИДА. Я выберу одного из вас. Он выйдет на середину и пригласит к себе ещё двух других. Те двое выберут каждый себе ещё по двое игроков и т.д. Игра заканчивается, когда не остаётся никого, кто ещё сидит на своём месте. «*Ребята выстраиваются в "пирамиду"*».

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 же наркоманов становится всё больше и больше? И как защитить себя от соблазна?

4. Показ презентации

С веществами, которые теперь называют наркотиками, человек познакомился давно.

Древние египтяне готовили из мака снотворное. Они получали опиум и употребляли его, желая уснуть или приглушить боль.

Бедуины (жители пустыни Сахара в Африке), отправляясь в дальний переход, запасались бангом - смолой, известной под названием марихуаны или гашиша.

Смолу курили, желая снять психическую нагрузку, вызванную однообразным пейзажем пустыни. Шахтеры Боливии (страны Южной Америки) издавна получали часть жалования не деньгами, а листьями растения, содержащего кокаин, которые жевали или курили. Вообще нет такого народа, который не употреблял бы в том или ином виде наркотические вещества. Но раньше наркотики применялись в особых случаях (война, тяжелая работа, совершение ритуалов), а в последнее время наркомания приобрела масштабы эпидемии.

Проблема наркомании затрагивает около 30 млн. человек, то есть практически каждого пятого жителя страны. Сегодня в России не осталось ни одного региона, где не были бы зафиксированы случаи употребления наркотиков или их распространения. Наркомания в России продолжает "молодеть". По последним данным, более 60 % наркоманов - люди в возрасте 18-30 лет и почти 20 % - школьники. Средний возраст приобщения к наркотикам в России составляет 15-17 лет, но участились случаи первичного употребления наркотиков детьми 11-13 лет. Отмечены и случаи употребления наркотиков детьми 6-7 лет.

Именно школы и места массового развлечения молодежи, в первую очередь дискотеки, являются сегодня основными местами распространения наркотиков. За три года наркомания среди детей и подростков выросла почти в 6 раз.

*Свердловская область* вышла на III место в России по употреблению наркотиков. Сейчас на учете в областном диспансере состоят около восьми тысяч подростков. Однако специалисты утверждают, что реальное количество наркоманов в 10 раз больше.

-Как вы думаете, какие причины могут подтолкнуть ребят попробовать наркотики? *(любопытство, желание поскорее стать взрослым, самостоятельным, «насолить» родителям, желание уйти от неприятной реальности, от временных трудностей, боязнь сказать «нет», предложившему наркотик, захотел испытать новые ощущения.)*

-Давайте вместе с вами попробуем назвать внешние признаки наркозависимого человека

#### Внешние признаки наркозависимого человека

Бледность кожи.

Расширенные или суженные зрачки.

Покрасневшие или помутневшие глаза.

Замедленная речь.

Плохая координация движений.

Похудение или прибавка в весе.

Блеск в глазах.

Нарушение пищеварения.

-молодцы, а какие очевидные признаки вы мне сможете назвать?

#### Очевидные признаки наркозависимого человека

Следы от уколов, порезы, синяки.

Свернутые в трубочку бумажки.

Капсулы, бутылочки, пузырьки.

Запахи табачного дыма с примесями запахов трав или синтетики.

-А сейчас скажите мне, пожалуйста, будут ли у наркозависимого человека изменения в поведении и какие

### Изменения в поведении

Нарастающее безразличие.

Невозможность сосредоточиться.

Болезненная реакция на критику.

Частая и резкая смена настроения.

Смена круга знакомых.

Безобразное отношение к учебе.

Проявление грубости, лени.

Нарушение сна.

Какие страшные последствия употребления наркотиков мы с вами перечислили. Так, может, проще отказаться один раз. Отказаться. Но как? Попробуем разобрать несколько ситуаций. Каждая группа получает карточку с заданием. Первая группа должна показать положительный выход из сложившейся ситуации. А вторая – печальный вариант развития событий.

**Ситуация 1:** Одноклассник пригласил тебя провести время в компании его друзей. Вечером вы направились в недостроенный, но уже полуразрушенный дом, где обычно собираются подростки. Смелые, уверенные в себе ребята тебе сразу понравились, и ты даже не заметил, как появились наркотики. Самый авторитетный из подростков предложил тебе попробовать, причем абсолютно бесплатно, потому что ты «классный парень». На твои опасения по поводу привыкания тебе дали убедительный ответ, что это особый наркотик, который вообще не вызывает привыкания. «Попробуй, – сказали тебе, – и станешь самым умным, смелым, суперхрабрым. И никаких последствий! Наркотики для храбрых! А может, ты трус?»

**Ситуация 2:** Бесцельно слоняясь по двору, ты заметил, что на соседней лавочке сидит незнакомая компания ребят. Ты пристроился рядом на скамейке. Ребята лениво обсуждали последний хоккейный матч. «Ну что, мультяшки посмотрим?» – спросил один из подростков и достал из кармана тюбик с клеем. Ребята было двинулись к двери подъезда, но вдруг остановились. «А ты чего расселся, – спросил один из них, – а ну, давай вместе со всеми!» Ребята угрожающе двинулись в твою сторону.

Ведущий вместе с обучающимися делает вывод, раздаются памятки

### **10 способов сказать «нет».**

1. Мне это ни к чему.
2. Это всё не для меня. Есть увлечения и получше!
3. Не сегодня и не сейчас.
4. Нет уж, у меня и так куча неприятностей.
5. Ты что? У меня аллергия!
6. Мои мозги мне пока не лишние.
7. Я уже попробовал – мне не понравилось!
8. Я не хочу умственно отсталых детей.
9. Я не тороплюсь на тот свет!
10. Мне и без этого хватает острых ощущений.

Ведущий : Пришло время узнать мнение ваших капитанов. Социальный педагог нашей школы проведет социологический опрос в игровой форме. Ребята из команды должны помогать капитанам отвечать на вопросы, если они затрудняются

### **ИГРА "СПОРНЫЕ УТВЕРЖДЕНИЯ"**

Для проведения игры необходимо три листа бумаги с написанными на них утверждениями: " согласен", " не согласен", "Не знаю". Капитанам читают суждения, а они показывают свой ответ на карточках.

1. Наркомания - это преступление.
2. Лёгкие наркотики безвредны.
3. Наркотики повышают творческий потенциал.
4. Наркомания это болезнь.
5. Прекратить употреблять наркотики можно в любой момент.
6. Наркомания излечима.
7. Многие подростки начинают употребление наркотиков "за компанию".
8. Люди, употребляющие наркотики, очень часто не осознают, что зависят от них.
9. Наркоман может умереть от СПИДа.
10. Зависимость от наркотиков формируется только после их многократного употребления.
11. По внешнему виду человека можно определить, употребляет он наркотики или нет.
12. Наркоман может умереть от передозировки.
13. Продажа наркотиков не преследуется законом.
14. Лечение и реабилитация наркоманов должны быть абсолютно бесплатным, если государство хочет решить эту проблему.
15. Наркоманы - это не люди.

### **МИНУТА РЕЛАКСАЦИИ. ИГРА "НИКТО НЕ ЗНАЕТ, ЧТО Я..."**

Всем, начиная со взрослых ведущий кидает мячик со словами "Никто не знает, что я ...", участник, к которому попал мячик продолжает фразу, к примеру "...очень люблю петь", "... пеку очень вкусные пироги..." и т. п.

Ведущий: Отдохнули? Значит можно продолжать работу..

### **ИГРА "ПОРТРЕТ НАРКОМАНА"**

На чистом листе ватмана дети в группах рисуют общий портрет наркомана, готовые работы вывешиваются на доску.

Ведущий: Ну что ж, дорогие друзья, сейчас я задам вам последний серьезный вопрос в этой игре. Кто хочет быть на него похожим?

Дети отвечают.

### **ИГРА "ДА ЗДРАВСТВУЕТ ЖИЗНЬ!"**

Участникам раздаются сердечки со словами «Я никогда не буду таким, потому, что...». Каждому предлагается приклеить своим сердечком, нарисованный ранее портрет наркомана и продолжить фразу. Игру начинают взрослые ассистенты. После приклеивания сердечка на место, участнику вручается памятка.

Ведущий: И что же у нас получилось, дорогие ребята? Это угрожающий гражданин скрылся под натиском наших сердец. Природа создала всё, чтобы человек был счастлив. Деревья, яркое 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. У кого есть здоровье, у того есть надежда. У кого есть надежда, у того есть всё. Хочется, чтобы, уйдя с этого мероприятия, вы всегда выбирали жизнь. И смогли бы сказать любому человеку, который может предложить вам наркотики слово - **НЕТ!**

**Итак, что мы ответим человеку, предложившему вам наркотик?**

**«Мы выбираем жизнь!»**