Муниципальное общеобразовательное учреждение основная общеобразовательная школа №1 п. Спирово

**Классный час на тему**

**«Наркотики. Правда и миф»**

**(для учащихся 7-8 класса)**

Социальный педагог:

М.П. Булеца

Цель: формирование у подростков мотивов, потребности в здоровом образе жизни, ответственности за своё здоровье, негативного отно­шения к вредным привычкам.

**Задачи:** выяснить уровень информированности подростков по проблеме; дать достоверную информацию о причинах и последствиях употребления психоактивных веществ (ПАВ), возможных стратегиях поведения.

 **Оборудование:** на доске название темы классного часа «Наркотики: правда и мифы», анкеты для учащихся, ручки, картинки с изображением розы и сорной травы.

Форма: диалог с элементами игры.

 Ход занятия:

1. Вступительное слово социального педагога

О вредных привычках написано много. Под ними принято понимать алкоголизм, курение, наркоманию. Этот ряд можно продолжить, но я считаю, что все присутствующие здесь должны уяснить для себя разницу, существующую между понятиями привычка и зависимость.

К сожалению, здоровый образ жизни является эталоном не для всех и есть такие, кто от вредных привычек отказываться не хочет. К пагубным привычкам относятся:

Ответ: курение, алкоголь

И страшнейшая из зол, которая проникает всё больше и больше в нашу жизнь – ……..

Ответ: наркомания…

В последнее время очень много говорят о наркомании и ее последствиях. Эта беда стала всемирной и найти пути ее решения достаточно сложно.

 Я предлагаю вам заполнить анкету, подписывать её не надо, но ответы должны быть искренними и продуманными.

**2. Анкетирование**

1. Что такое наркомания?

1. болезнь
2. вредная привычка
3. преступление

2. Почему подростки употребляют наркотики?

1. хотят в жизни всё попробовать
2. быть взрослее
3. потому что это делают все

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

1. да
2. нет

4. Чай, кофе, пиво – это наркотики?

1. в какой-то степени – да
2. нет

5. Как ты относишься к наркоманам?

1. ненавидишь.
2. жалеешь
3. равнодушен
4. что-то другое

6. Приведите самый сильный аргумент в пользу отказа от наркотиков

(Ребята заполняют и сдают анкеты)

**3. Беседа**

Ребята, а что же вы знаете о наркотиках?

Ответы:

* Наркотик – греческое слово, означает остолбенение, потеря реакции на окружающее.
* Применение наркотиков полностью меняет организм человека.
* Человек начинает искаженно воспринимать окружающий мир. Его начинают интересовать только наркотики. Он и не замечает, как становится наркоманом.
* Наркоман становится безразличным ко всем: своей семье, любимому человеку, детям, родителям…Он не представляет завтрашний день без наркотиков.

Наркоманию называют чумой двадцать первого века, «белой смертью». Это – не преувеличение, так как приобщившись к наркотику, фактически начинаешь рыть себе могилу. Наркоман с момента приобщения в среднем живёт всего 4-5 лет. А поскольку это обычно происходит в подростковом или юношеском возрасте, становится понятно, почему не бывает пожилых наркоманов. Средний возраст российского наркомана, например, меньше 30 лет. Чтобы спастись от беды, нужно прежде всего её осознать. Знать с какой стороны она может подойти и какие у неё последствия.

 Для того чтобы не попасть в сети наркомании, вы должны хорошо понимать, как и почему идёт вовлечение в наркоманию.

Исследования показали, что в первый раз наркотик предлагает, как правило «лучший друг», который уже попал и ему просто нужны компаньоны по их добыче (выкачивание из вас денег) или просто «товарищ по удовольствию». Именно они усиленно распространяют мифы о наркотиках, рассказывая, какие необычные ощущения испытывает наркоман, «забывая» при этом упомянуть главное: взамен придётся отдать учёбу, работу, друзей, родных, саму жизнь.

Это болезнь, которую человек выбирает себе добровольно, превращая себя в социальный труп. Приобретение и употребление дурманящих веществ становится смыслом жизни наркомана. Более того, он стремится приобщить к своему увлечению других. Недаром наркоманию ещё называют эпидемическим неинфекционным заболеванием. Как уберечь себя и своих близких от этой беды? Как не пойти на поводу у ложных мировоззрений? Как не попасть в среду наркоманов? Как противостоять этой мании и остаться человеком достойным и счастливым?

**4. Ролевая игра «Мифы о наркотиках».**

Класс делится на две группы. Одна группа формулирует мифы о наркотиках, вторая группа их опровергает.

**Миф №1**

«Употребление наркотиков не болезнь, а баловство, дурная привычка»

Правда: (вариант ответа)

(Употребление наркотиков очень скоро приводит к возникновению болезни, название которой - наркомания. Основным симптомом этой страшной болезни является зависимость от употребления наркотика, который начинает играть в обмене веществ человека такую же роль, как воздух, вода и пища. Если эту болезнь вовремя не остановить, то она приводит к ранней и мучительной смерти, - так как изменения в организме становятся необратимыми )

**Миф №2.**

«Наркомания излечима»

Правда: (вариант ответа)

(Наркомания неизлечима, иногда болезнь переходит в скрытую форму и стоит после долгого лечения хоть раз попробовать наркотик, как болезнь вспыхивает снова, приобретая более тяжёлые формы. Поэтому считается, что наркоман, даже длительное время воздержавшийся от употребления наркотиков, является хронически больным)

**Миф №3**

«Вдыхание героина через нос не вызывает зависимости»

Правда: (вариант ответа)

(Любой путь наркотика – кровь.)

**Миф №4**

«Можно перестать употреблять внутривенные наркотики в любое время»

Правда: (вариант ответа)

(Мозг обмануть нельзя: 8 из 10 потребителей внутривенных наркотиков, прошедших курс лечения, снова начинают их принимать.)

**Миф №5.**

«Употреблять или не употреблять наркотики – это личное дело каждого»

Правда: (вариант ответа)

(Своим поведением наркоман «убивает» не только себя, но и своих родных, близких, друзей, которые лечат его болячки, оплачивают лекарства, решают его проблемы с законом.)

**5. Ребята, какие ассоциации у вас вызывает слово «привыч­ка»?**

(Выслушав ответы, педагог предлагает обратиться к объясне­нию этого понятия в толковом словаре Д. Ушакова)

«Привычка, образ действия, состояние, поведение или склонность, усвоенные кем-нибудь за определённый период жизни, вошедшие в обыкновение, ставшие обычными, постоянными для кого-нибудь».

Таким образом, привычка - это такое действие, которое че­ловек выполняет как бы автоматически. У каждого человека в те­чение жизни вырабатывается много привычек. Это относится и к вам. Для кого-то стало привычным делом заниматься спортом, чи­тать книги, помогать по дому, без напоминаний выполнять домашние задания. Это всё привычки полезные. А теперь давайте вместе подумаем, а что такое вредные привычки?

**6. Игра-упражнение «Сорняки и розы»**

(выполняется в группах по 4-5 человек)

Ребятам предлагается на картинках с изображением розы напи­сать полезные привычки, на картинках с сорной травой написать вред­ные привычки. После выполнения задания проводится обсуждение.

Все полезные и вредные привычки человек «выращивает» в себе сам. Только полезные привычки требуют особого ухода - дело это не лёгкое, изо дня в день нужно трудиться, чтобы полу­чить результат, а вредные привычки очень легко пускают корни, как сорная трава.

Чтение и обсуждение отрывка из сказки Антуана де Сент-Экзюпери «Маленький принц».

«Есть такое твёрдое правило – сказал мне Маленький принц.

- Встал поутру. Умылся, привёл себя в порядок - и сразу же приведи в по­рядок свою планету. Непременно надо каждый день выпалывать баоба­бы, как только их уже можно отличить от розовых кустов: молодые ростки у них почти одинаковые. Это очень скучная работа, но совсем не трудная».

- Какую замечательную привычку Маленький принц вырас­тил в себе? Можно ли баобабы сравнить с вредными привычками, которые человек побеждает в себе? (ответы детей и обсуждение)

Среди наиболее опасных привычек человека следует назвать алкоголь, курение, наркоманию. Даже один раз попробовав что-то, человек может попасть в зависимость, которая обернётся для него большой бедой. Ни одна вредная привычка не вырабатывается так быстро, как дружба с дурманом.

Алкоголь, никотин, наркотик вредны для любого человека, но самую большую опасность они представляют для растущего ор­ганизма.

Учёные подсчитали, что здоровье человека на 60 % зависит от его поведения, на 20 % - от здоровья родителей (т. е. наследст­венности) и ещё на 20 % - от условий, в которых живёт человек. Поэтому необходимо с детства вырабатывать в себе «здоровые привычки», чтобы не стать рабом «вредных привычек».

**7.Тест, который поможет воспитанникам оценить уровень своего физического развития.**

1. Соблюдаю ли я режим дня?

 Да - 3, нет - 1.

1. Делаю ли я утреннюю зарядку?

 Да-3, нет - 1.

1. С удовольствием ли я хожу на уроки физкультуры?

 Да-3, нет - 1.

1. Занимаюсь ли я физическим трудом?

 Да-3, нет-1.

1. Вызывает ли у меня отвращение табачный дым?

 Да-3, нет - 1.

1. Могу ли я несколько раз подтянуться на перекладине (отжаться от пола)?

 Да - 3, нет - 1.

1. Люблю ли я свежий воздух?

 Да-3, нет-1.

1. Считаю ли я алкоголь вредным веществом?

 Да-3, нет - 1.

1. Умею ли я плавать?

 Да - 3, нет - 1.

Подсчитайте набранные баллы и по их сумме определите, на какой ступени физического развития вы находитесь: 9-13 баллов - низкая, 14-19 баллов - средняя, 20-27 баллов - высокая.

**8. Дискуссия**

 Выскажите своё мнение по следующим вопросам.

1) Возможно ли лечение наркомании?

Лечение наркомании возможно только в том случае, если человек сам желает избавиться от наркотической зависимости.

2) Назовите причины, которые могут подтолкнуть подростка попробовать наркотик.

- естественное любопытство, желание «просто попробовать»,

- активный поиск новых видов «кайфа»,

- неумение сказать нет,

- страх прослыть «белой вороной»,

- неосознанное желание убежать от сложностей жизни,

- наплевательское отношение к себе, к своей жизни,

- незнание того, как на самом деле действуют наркотики на психику и организм человека.

**9. Подведение итога.**

 А теперь ответьте на такой вопрос:

- Что отнимают у человека наркотики? (На доске записано слово наркотики. Ученики предлагают свои варианты)

Н независимость

А активность

 Р работоспособность

 К красоту

О обаяние

Т творчество

И искренность

К коммуникабельность

И интеллект

Задумайтесь. Нужно ли вам это?

**10. Вывод:**

 С детства необходимо работать над собой, вырабатывать в себе полезные привычки, которые помогут добиться успеха, достичь целей в жизни, быть счастливым.Человек может стать рабом вредных привычек, если не воспитает в себе уважение к самому себе.