**Родительское собрание:**

**Тема: Подросток в мире вредных привычек.**

|  |  |
| --- | --- |
| Эпиграф:  Осуществить себя! Суметь продлиться! Вот цель, что в путь нас гонит неотступно,  Не оглянуться, не остановиться.  Б.Слуцкий. |  |
| Вводное слово классного руководителя.  Вводное слово классного руководителя:  В современном обществе стало меняться отношение к здоровью.  Среди молодежи стало модным заниматься в спортивных клубах, посещать фитнес-клубы, бегать по утрам.  Большинство людей понимает, что только здоровье даст им возможность реализовать себя в профессии, сделать карьеру, создать семью, иметь здоровых детей.  Здоровье является самым ценным для каждого человека.  Подрастают наши дети…Вот они уже какие- не маленькие детишки, а подростки, у которых появляются новые привычки.  Все мы слышали фразу: «Привычка-вторая натура». Каждый человек имеет массу привычек: как полезных, так и вредных. Полезные привычки помогают нам чувствовать себя собранными, организованными, готовыми к преодолению трудностей. Они помогают человеку при стрессе, в условиях дефицита времени.  К сожалению, у людей – и у взрослых, и у детей возникают не только полезные, но и вредные привычки.  Всякая привычка появляется не случайно. В основе лежит механизм подкрепления. Получила привычка неоднократное положительное подкрепление, она и закрепляется, устранить ее бывает трудно. | Цель:  1)пополнить знания родителей о причинах и признаках употребления подростками наркотических веществ;  2)показать родителям наиболее эффективные способы предупреждения и преодоления вредных привычек подростков  Участники: родители учащихся 8  класса и классный руководитель |
| В мире сигарет.  Все люди, в т.ч. и подростки владеют информацией о том, что курящие люди чаще всего страдают сердечно-сосудистыми заболеваниями, раком дыхательных путей, но факт остается фактом: в Европе и в Америке количество курильщиков снижается, люди начинают заботиться о здоровье, а в нашей стране подросткам противостоять этой вредной привычке, т.к. рядом взрослые люди тянутся к сигарете, объясняя тем, что в минуты стресса это помогает.  Курение- вреднейшая привычка!  Ученые выяснили, в чем вред курения: в дыме табака содержится более 30 ядовитых веществ  Ученые выяснили, что курение замедляет рос подростков, даже незначительное курение вызывает у детей малокровие и расстройство пищеварения.  А в школе число неуспевающих и плохо успевающих в учебе детей зависит от количества курящих детей в классе.  От веществ, содержашихся в табачном дыму, страдают в первую очередь зубы и слизистая оболочка рта, пищеварительный тракт.  Учеными также установлено, что никотин и сухие частички табачного дыма обладают еще и аллергизирующим действием.  Взрослые должны помнить, что чем меньше ребенок, в присутствии которого они курят, тем больший вред наносится организму малыша.  Курение подростков в первую очередь сказывается на их сосудистой системе. Рано начавшие курить подростки уже к 12-15 годам начинают жаловаться на одышку при физической нагрузке. Состояние здоровья, подорванное курением, не позволяет им потом выбрать род занятий по душе, добиться в жизни успеха.  Сейчас я хочу предложить вам найти выход из одной жизненной ситуации, только сначала Вы вытащите и этого конверта один жетон: красный или зеленый.  Получившиеся группы должны показать, как можно решить создавшуюся ситуацию конструктивно (зеленый), а неконструктивно –красный жетон.  После обсуждения через несколько минут группы предлагают решения. | Никотин,  углекислый газ,  синильная кислота,  аммиак,  смолистые вещества, органические |
| В мире алкоголя.  Похитителем рассудка именуют алкоголь с давних времен.  Ученые всего мира все чаще говорят об опасности, которая подстерегает подрастающее поколение. Речь идет о катастрофическом употреблении спиртных напитков несовершеннолетними во всем мире. |  |
| Кл.рук.:  А как вы думаете, является ли алкоголь наркотиком?  (если затрудняются, отвечает сам) | В 1885 году Международное Об-щество здравоохранения официально  Признало алкоголь наркотическим средством . |
| Классный руководитель :  Алкоголь- наиболее распространенный среди молодых людей наркотик.  Алкоголь является главным фактором , способствующим совершению правонарушений, он повинен в половине всех совершенных убийств, в том, что родители жестоко обращаются с детьми, в высокой детской смертности. |  |
| Пьянство и алкоголизм невероятно помолодели.  Как вы думаете, с какого возраста зафиксировано употребление алкоголя? С чем это связано?  По словам детей, родители сами дают попробовать детям вино дома, в семейные торжества, по праздникам. | 8-9 лет  По словам детей, родители сами дают попробовать детям вино дома, в семейные торжества, по праздникам. |
| Неправильным является убеждение в том, что предпочтение пива ведет к уменьшению потребления спиртных напитков. На самом деле три хронических пристрастия идут по жизни рядом: водка, вино, пиво.  Пивной алкоголизм – не выдумка, и он не отличается от винного, водочного или коньячного.  И что еще очень важно, какие бы люди напитки не пили, на самом деле они потребляют этиловый спирт, именно он делает человека алкоголиком.  Попав в организм, он достаточно медленно расщепляется в печени. Только 10% выводится из организма. Оставшийся алкоголь вместе с кровью циркулирует по всему организму, пока не расщепится весь. | «три источника и три составных части» хронического пристрастия – водка, вино, пиво |
| В подростковом возрасте мозговая ткань беднее фосфором, богаче водой, поэтому алкоголь особенно опасен для нее. Даже однократное употребление спиртного может иметь серьезные последствия:  -токсическое воздействие алкоголя прежде всего сказывается на деятельности нервной системы.  -одновременно нарушается работа сосудов головного мозга: происходит их расширение, увеличение их проницаемости, кровоизлияние в ткань мозга. | Мозговая ткань.  Нервная система.  Сосуды головного мозга.  Память.  Психика. |
| После принятия пива наступает состояние отупения. Дело в том, что в этом напитке содержатся вещества (моноамины), образующиеся в резу-льтате брожения хмеля, которые воздействуют на головной мозг, среди них присутствует и такое вещество, как трупный яд (кадаверин). Поэтому подросток деградирует интеллектуально, эмоционально, нравственно | Пиво. |
| Но вот мы дошли и до самого трудного этапа нашего разговора. Он посвящен проблеме, от которой каждый из нас хотел бы отгородиться, думая, что это нас никогда не коснется.  Сенека был прав , говоря «Что есть благо? Знание. Что есть зло?  Незнание.» Значит, чтобы противостоять злу, надо о нем знать.  Итак – наркотики! Они сегодня стали реальностью. Их опасность связана с 3-мя основными моментами  1.Напркотик-это средство, которое постоянно увеличивает потребности его использования. Наркомания, токсикомания- это прием ядов, которые становятся частью обменного процесса организма, вызывают потребность принимать все новые и более крупные дозы.  2.Привязанность к наркотику , токсикомания ведут к быстрой деградации личности подростка, который готов любыми средствами добыть вещество, идет на совершение преступления, не останавливаясь ни перед чем.  3.Наркомания и токсикомания ведут к понижению работоспособности, движения становятся замедленными, внимание рассеянным, реакция на любой раздражитель становится неадекватной, подросток теряет ориентиры во внешнем мире, происходит нравственная и интеллектуальная деградация. | «Что есть благо? Знание.  Что есть зло?  Незнание.»  Сенека.  1.Напркотик-это средство, которое постоянно увеличивает потребности его использования.  2.Привязанность к наркотику, токсикомания ведут к быстрой деградации личности подростка.  3.Наркомания и токсикомания ведут к понижению работоспособности, движения становятся замедленными, внимание рассеянным, реакция на любой раздражитель становится неадекватной |
| Ученые и практики, занимающиеся проблемами наркомании, выделяют специфические факторы, способствующие вовлечению подростков в употребление наркотиков:  -Бесплатное предложение попробовать наркотик.  -Из любопытства  -Не представляет себе вреда от этой привычки.  -Низкая самооценка подростка.  -Стремление уйти от одиночества.  Об этом должны знать и помнить родители подростков.  Надо иметь в виду, что подросток идет в компанию употребляющих наркотики, если у него в семье сложно складываются отношения со взрослыми или отсутствует контроль со стороны родителей.  Отдельные подростки стремятся проявить себя в среде сверстников любой ценой. У них возникает потребность удивить, совершить то, чего не делали еще другие подростки.  А к кому-то применяется сила принуждения (если это слабовольный подросток) или подросток, лишенный внимания взрослых | -Бесплатное предложение попробовать наркотик.  -Из любопытства  -Не представляет себе вреда от этой привычки.  -Низкая самооценка подростка.  -Стремление уйти от одиночества.  Слабовольный подросток,  подросток, лишенный внимания взрослых |
| Сейчас мы с Вами представим себя на месте подростка (в тот роковой момент), когда его настойчиво уговаривают попробовать наркотик.  С помощью разноцветных карточек разделимся на 4 группы. Каждой группе будет предложена своя ситуация и спустя 5 минут вы ее разыграете перед присутствующими. |  |
| Ситуация первая: Приятели-наркоманы со стажем, ведут разговор о приятном, «улетном» состоянии после употребления наркотика и утверждают, что это безвредно.  Ситуация вторая: Торговцы наркотиками утверждают, что, приняв дозу, ты избавишься от всех проблем, что наркотики помогают преодолеть жизненные трудности, найти решение проблемы.  Ситуация третья: Опытные и старшие по возрасту наркоманы вовлекают подростка в употребление наркотиков, спекулируя на его желании выглядеть мужественно, извращая это понятие  Ситуация четвертая: Опытные наркоманы ссылаются на вековые традиции употребления наркотиков, убеждают, что есть безвредные наркотики, скажем, растительного происхождения, ими можно пользоваться без потерь всю жизнь. | Ситуация первая: Приятели-наркоманы со стажем, ведут разговор о приятном, «улетном» состоянии после употребления наркотика и утверждают, что это безвредно.  Ситуация вторая: Торговцы наркотиками утверждают, что, приняв дозу, ты избавишься от всех проблем, что наркотики помогают преодолеть жизненные трудности, найти решение проблемы.  Ситуация третья: Опытные и старшие по возрасту наркоманы вовлекают подростка в употребление наркотиков, спекулируя на его желании выглядеть мужественно, извращая это понятие  Ситуация четвертая: Опытные наркоманы ссылаются на вековые традиции употребления наркотиков, убеждают, что есть безвредные наркотики, скажем, растительного происхождения, ими можно пользоваться без потерь всю жизнь. |
| После выступлений родителям предлагается зафиксировать доводы, которые подростку помогут устоять перед возможностью попробовать наркотическое вещество:  1.Почему, с какой целью предлагают бесплатно дорогостоящее вещество, которое можно купить только за деньги или выменять за вещи.  2.Употребляет ли сам предлагающий вещества или только угощает других?  3.Если он сам не употребляет, почему предлагает другим. Если сам употребляет, сможет ли без них обойтись?  Если способен, как он это докажет  4.Отказ можно сопроводить извинением, типа: «У меня аллергия», « Я поддерживаю форму для спорта», «Мне предстоит свидание» | 1.Почему, с какой целью предлагают бесплатно дорогостоящее вещество, которое можно купить только за деньги или выменять за вещи.  2.Употребляет ли сам предлагающий вещества или только угощает других?  3.Если он сам не употребляет, почему предлагает другим. Если сам употребляет, сможет ли без них обойтись?  Если способен, как он это докажет  4.Отказ можно сопроводить извинением, типа: «У меня аллергия», « Я поддерживаю форму для спорта», «Мне предстоит свидание» |
| Классный руководитель:  Каждый год на подпольном рынке появляются новые разновидности наркотических веществ.  На почве употребления наркотиков в России совершается более 20 тысяч преступлений.  По данным социологического опроса 12% школьников в возрасте до 16 лет хотя бы один раз пробует наркотики, а 1% употребляет их регулярно.  Представители криминальной среды крайне заинтересованы в том, чтобы первый опыт употребления наркотиков повторился. Ведь это – деньги. | На почве употребления наркотиков в России совершается более 20 тысяч преступлений.  По данным социологического опроса 12% школьников в возрасте до 16 лет хотя бы один раз пробует наркотики, а 1% употребляет их регулярно. |
| Давайте будем внимательны к своему ребенку, но это не значит пристально следить за каждым его шагом и подозревать во все плохом.  Это значит – любить и поддерживать его.  Очень давно известная актриса Марлен Дитрих так сказала о своей маме: «Тверже пола под ногами, когда я была маленькой, тверже скалы, когда нужна поддержка, и много тверже скалы в тот момент, когда стоишь без помощи готов бежать сломя голову» | «Тверже пола под ногами, когда я была маленькой, тверже скалы, когда нужна поддержка, и много тверже скалы в тот момент, когда стоишь без помощи готов бежать сломя голову» |
| Давайте в решении нашего собрания сформулируем принципы поддержки подростка:  -терпение;  -внимание;  -тактичность и деликатность;  -точное использование слов как важного инструмента в отношениях;  -умение поставить себя на место ребенка;  -гибкая система контроля, не довлеющая над сознанием подростка, а поддерживающая его;  -ознакомление подростка с научными фактами сведениями о вреде наркотиков, курения и алкоголя. | -терпение;  -внимание;  -тактичность и деликатность;  -точное использование слов как важного инструмента в отношениях;  -умение поставить себя на место ребенка;  -гибкая система контроля, не дов-леющая над сознанием подростка, а поддерживающая его;  -ознакомление подростка с научными фактами сведениями о вреде наркотиков, курения и алкоголя. |
| А еще я для вас подготовила памятку о том, какие признаки пристрастия ребенка к наркотикам:  1.Резкая смена друзей  2.Резкое ухудшение самочувствия  3.Изменение пищевых привычек  4.Случаи забывчивости, бессвязная речь  5.Резкие перемены настроения  6.Полная утрата прежних интересов  7.Внезапное нарушение координации движений  8.Частоке упоминание о наркотиках в шутках и разговорах  9.На фоне полного здоровья – расширенные зрачки, покраснения глаз, кашель, насморк, рвота. | Памятка для родителей  «Признаки пристрастия ребенка к наркотикам»  1.Резкая смена друзей  2.Резкое ухудшение самочувствия  3.Изменение пищевых привычек  4.Случаи забывчивости, бессвязная речь  5.Резкие перемены настроения  6.Полная утрата прежних интересов  7.Внезапное нарушение координации движений  8.Частоке упоминание о наркотиках в шутках и разговорах  9.На фоне полного здоровья – расширенные зрачки, покраснения глаз, кашель, насморк, рвота. |
| Классный руководитель:  Уважаемые родители, благодарю Вас за активное участие в нашем важном разговоре. |  |