**Классный час**

**«Как уберечь себя от наркотиков»**

**Цели:**

* Профилактика среди старшеклассников наркомании.
* Воспитание потребности в здоровом образе жизни.

**Ход классного часа**

**Вступительное слово классного руководителя:** Уважаемые ребята, сегодняшний наш разговор будет очень серьезным, а посвящен он будет злободневной молодежной теме: как уберечь себя от чумы XXI века – наркомании?

Итак…

Известно, что наркомания – это пристрастие к веществам, вызывающим состояние эйфории. Эти вещества различны как по составу, так и по действию на организм человека. Злоупотребление ими наносит вред, как индивиду, так и обществу в целом.

По статистическим данным в России число наркоманов перешло 7% и составляет более 10 млн. человек. А если принять во внимание, что возраст большинства наркоманов составляет от 12-13 лет до 25-27 лет, то в эту категорию попадает почти четвертая часть населения. Наркомания страшна, прежде всего, тем, что ставит под угрозу возможность самой жизни будущих поколений.

По данным Международной организации здравоохранения в каждом школьном классе 3-4 ученика – наркоманы. Подсчитано, что каждый наркоман вовлекает в наркозависимость от 10 до 15 человек в год, а значит эта социальная болезнь, прогрессирует. Наряду с этим большая часть наркоманов больна гепатитом, СПИДом и другими неизлечимыми болезнями. Общаясь, они заражают окружающих людей.

В настоящее время принят ряд законов по борьбе с наркоманией, в частности Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах», однако количество наркоманов не уменьшается, а продолжает расти.

Существует гипотеза, что еще в раннем палеолите (40000 – 10000 тыс. лет до н.э.) состоялось первое знакомство человека с наркотиками. Из архивных документов известно, что шумеры, китайцы, индейцы, древние греки, сибирские племена хорошо знали действие растительных наркотиков и уже тогда, посредством магических обрядов и церемоний, пытались изменить состояния сознания.

В России в послевоенный период наркомания существовала в республиках Средней Азии, в других же регионах она не имела широкого распространения. Так число лиц, которые лечились от наркомании в Москве, в 50-х годах насчитывало в разные годы от 3 до 7 человек на один миллион населения. Проблема наркомании начала приобретать остроту в середине 70-х годов.

Истоки Российской наркобеды кроются в бездействии власти, которые в 1991 году открыли Россию для наркотиков, отменив уголовную и административную ответственность за немедицинское потребление наркотиков. Перестали принудительно лечить даже тех наркоманов, которые были социально опасны. Не было по существу никакой антинаркотической пропаганды, в тоже время на экранах телевизоров бурно начала развиваться реклама наркотической субкультуры. Стал открытым интернет и другие информационные сети, где можно было получить уроки по изготовлению наркотического зелья. Сращивание властных структур с организационной преступностью привели к тому, что наркобизнес начал играть существенную роль на Российском рынке.

Ничто так не разрушает личность, как пристрастие к наркотикам. Начинающий наркоман выдает себя внезапной потерей интереса ко всему, что занимало его прежде. Не только школьные или студенческие дела, но и все увлечения заброшены. Внешний вид небрежен и неряшлив. Он отказывается от выполнения любых обязанностей и избегает любых усилий. Его отношения с родителями резко ухудшаются, он без видимых сожалений расстается с друзьями детства.

Как же распознать наркомана при общении, т.е. по внешним признакам?

Покраснение век и носа – довольно обычные признаки. При этом зрачки могут быть либо расширены, либо сужены – в зависимости от типа препарата. По той же причине энергетика может быть либо снижена, либо резко повышена: человек может быть слишком вялым, медлительным, угрюмым или отсутствующим, либо шумным, истерично – веселым и назойливым.

Аппетит также подвержен крайностям: или чудовищный, или никакой. Может наблюдаться потеря веса.

Характер резко меняется: человек становится раздражительным, невнимательным и беспорядочным либо агрессивным и подозрительным.

Тяжелый запах от тела и изо рта. Полное безразличие к чистоте и опрятности.

Пищеварительная система может быть расстроена: тошнота и рвота довольно обычны. Нередки также головные боли и расстройство зрения.

Моральные устои часто рушатся и заменяются новыми идеями и ценностями, более соответствующими его новому образу жизни.

Наркоман не всегда «сидит на игле». К разным типам наркомании можно отнести и токсикоманию (нюханье клея, лака, бензина), применений различных таблеток, курение «травки». Но признаки всегда идентичны.