**Тема:** «Наркотики, их последствия для здоровья».

**Цель:** Дать учащимся представление о наркомании как о факторе, разрушающем здоровье.

**Задачи:**

-Закрепить в сознании воспитанников понимание того, что здоровье – важнейшая социальная ценность, оно формируется на протяжении всей жизни.

-Ознакомить с уголовной ответственностью в области наркомании.

-Показать на конкретных примерах опасность употребления наркотических средств.

-Формирование жизненных навыков. Умение сказать “нет”.

-Сформировать у учащихся сопротивление негативному влиянию социального окружения;

-Сформировать у подростков установку на ведение здорового образа жизни;

-Формировать у учащихся стойкое неприятие к наркотикам. Показать опасность принятия даже одной дозы.

-Воспитывать культуру поведения, чувство коллективизма

-Развивать творческую активность.

**Предварительная работа:**

Плакаты:

«Смерть или жизнь»

«Бросай курить! Вставай на лыжи!»

«Нам не нужно это!»

«Жизнь на ветер».

«Нет наркотикам!»

«Наркотики – это опасно»

«Оставайся сам собой»

**Оборудование:** Плакаты-рисунки по данной теме, тесты 12шт, ручки.

**Ход мероприятия:**

**Учитель:** Здравствуйте!.. При встрече люди обычно говорят это хорошее, доброе слово, желая друг другу здоровья. Здоровье – это не только отсутствие болезней, но и состояние полного физического, духовного и социального благополучия. В большей степени здоровье человека зависит от него самого. «Жизнь долга, если она полна». Один из главных показателей здоровья – продолжительность жизни. Там, где нет здоровья, не может быть и долголетия. «Наркотики, их последствия для здоровья» - тема сегодняшнего мероприятия . Наркомания – это чума ХХI века, уносящая жизнь самых молодых людей. Наркотики – это разрушение души и тела. Наркотики – это деградация личности – интеллектуальная, моральная, социальная. Наркотики – это когда мир сужается и распадается. Наркотики – это когда человек больной и не осознает этого. Так что же такое наркомания и как наркотики пагубно влияют на организм человека? **Ведущий-1**: Игра «Пирамида». Ведущий выбирает двух человек, каждому из которых предлагает пригласить к себе следующих двух и т д. Игра заканчивается, когда за столами не останется ни одного подростка. Чтобы поднять вас всех из-за столов, понадобилось очень мало времени. Вот так же быстро алкоголь и табак, наркотики разрушают человека, входя в его жизнь. Садитесь. (Учащиеся садятся, ведущий раздаёт тесты) **Учитель:** Давайте пройдем тестирование, по итогам вы уже можете сделать определенные выводы и задуматься о своем поведении. **Тест.** 1. Как ты относишься к тем, кто дымит в присутствии некурящих?

А) люди с сигаретами — большие эгоисты, потому что заставляют невинных окружающих вдыхать эту отраву (10 баллов)  
Б) Ненавижу запреты — каждый должен сам решать, где и когда ему курить (0 баллов)  
В) Пусть себе курят в специально отведенных местах (5 баллов)

2. Экзамен. Всех бьет нервная дрожь. Кто-то принес успокоительные таблетки и кормит ими одноклассников. Ты согласен взять таблетку?

А) Да, но если я сильно нервничаю (0 баллов)  
Б) Пожалуй, нет, вдруг понравится? Где я тогда найду ее в следующий раз? (5 бал)  
В) Спасибо, не нуждаюсь в искусственных успокоителях (10 баллов)

3. Вечеринка в разгаре. По кругу пошла сигарета с «травкой». Как ты поступишь, когда настанет твоя очередь?

А) конечно, попробую как все (0 баллов)  
Б) Пойду домой, пока еще чего-нибудь не предложили (10 баллов)  
В) Еще чего — добровольно травиться! Я не только не возьму сигарету, но и над всеми посмеюсь (5 баллов)

4. Ты опоздал на день рождение. Все уже выпили, веселье в полном разгаре. Твоя реакция?

А) надо тяпнуть пару рюмок на голодный желудок (0 баллов)  
Б) не люблю компании, где хорошее настроение зависит только от выпивки. Посижу для приличия и пойду домой. (10 баллов)  
В) у меня и так хорошее настроение, а если другие и пьют, мне это безразлично. (5 баллов)

5. Некоторые говорят: «Если знать меру — наркотики не опасны!» Веришь ли ты в это?

А) тот, кто так считает, обманывает сам себя (10 баллов)  
Б) Если не брать в расчет сильнодействующие наркотики, это утверждение похоже на правду (0 баллов)

6. Веришь ли ты в то, что рок-музыка и наркотики братья-близнецы?

А) Чушь собачья! Многие рокеры не употребляют наркотики и пишут прекрасную музыку (10 баллов)  
Б) Мне, кажется, что после приема наркотиков вообще нельзя воспринимать музыку (5 баллов)  
В) Все музыканты что-нибудь принимают (0 баллов)

7. Приятель упрашивает тебя дать ему в долг. Деньги у тебя есть, но ты знаешь, что он балуется наркотиками. Одолжишь ли ты ему деньги?

А) да (0 баллов)  
Б) нет (10 баллов)  
В) только, если буду знать, зачем они ему (0 баллов)

8. Ты по уши влюблен (а). Но у твоей (твоего) девушки (парня) своя компания, в которой ребята не прочь выпить, а иногда и попробовать наркотики. Будешь ли ты чувствовать себя «не в своей тарелке»?

А) если там весело, то почему бы и нет?(0 баллов)  
Б) Почему обязательно торчать в этой компании — мы найдем занятие интересней (5 баллов)  
В) Я просто обязан вытащить его из этой среды. Иначе нам придется расстаться (10 баллов)

**Ведущий-2** Подчитываем результаты 0–20 очков: ты уверен (а) в том, что наркотики вообще не составляют никакой проблемы, а алкоголь и никотин безобиднее конфет. Срочно меняй свои взгляды! Учти, опасны для здоровья не только героин и кокаин, но и сигареты с травкой, а любители выпить часто превращаются в хронических алкоголиков.

21–50 очков: Время от времени ты не прочь пропустить рюмочку-другу, и считаешь, что вреда от этого не будет. Ведь ты уверен (а), что ты контролируешь ситуацию! Будь начеку: под влиянием друзей ты вполне можешь поддаться искушению.

51–80 очков: Всевозможные допинги — не твоя проблема. У тебя есть сила воли. Только не впадай в другую крайность и не превращайся в ханжу.

**Учитель:** А сейчас мы продолжаем нашу беседу. Что такое наркомания? Ведь кто-то и кофе, и табак считает наркотиком, другие же говорят, что анаша и марихуана практически безопасны. Кто же прав? Если мы заглянем в медицинскую энциклопедию, то сможем прочитать следующее: Термин "наркомания - частный по отношению к более общему - токсикомания. Дело в том, что вызывать наркотическое состояние могут многие вещества, и все они, без исключения, ядовиты. Это весьма широкий круг веществ - от лекарств, обладающих психотропным эффектом, до средств бытовой химии. Алкоголь и никотин - тоже наркотические вещества, и пристрастие к ним в широком смысле тоже является токсикоманией". Итак, назову некоторые наркотики и как они, влияют на организм человек - Опиаты (героин, морфий)  
Вызывают сонливость, замедленное дыхание, сужение зрачков.  
Приводят к поражении печени, сердечнососудистой и дыхательной систем, к поражению мозга.  
 - Кокаин (кокаин, “крек”).  
Вызывает возбужденное состояние, навязчивую словоохотливость, взволнованность, галлюцинации, расширенные зрачки.  
Приводят к аритмии, психозам, поражению слизистой дыхательных путей.  
  - Гашиш (гашиш, марихуана).  
Вызывает колебание настроения, замедленную реакцию, усиленный аппетит, сухость рта, расширенные зрачки.  
Приводит к ухудшению памяти, повышению риска заболеваний онкологическими заболеваниями, поражению печени, повреждению головного мозга.  
  - Галлюциногены (ЛСД).  
Вызывает трансоподобное состояние, возбуждение, бессонницу, галлюцинации.  
Приводит к нарушению координации, тяжелым поражениям мозга, депрессии.  
  - Антидепрессанты (снотворно – седативные средства).  
Вызывает сонливость, заторможенность, слабое дыхание, расширенные зрачки.  
Приводит к поражению головного мозга, сердечно – сосудистой системы, психозам.  
  - Стимулянты (Амфетамин, “экстази”).  
Вызывает возбудимость, повышенное потоотделение, сухость во рту, галлюцинации, расширенные зрачки.  
Приводит к расстройству нервной системы, дыхательной системы, депрессиям, паранойям.

**Ведущий -3:** Очень часто среди подростков можно услышать такие выражения: есть “легкие наркотики”, “есть наркотики, которые не вызывают привыкания”, “можно курить травку, от этого ничего не будет. А так ли это? Как показали медицинские исследования, никакой принципиальной разницы между наркотическими препаратами не существует, они все изменяют обменные процессы в структурах мозга, формируя психическую зависимость. Скоро эффекты от наркотиков перестают удовлетворять, возникает физическая зависимость. Чтобы излечиться от наркомании необходимо иметь огромную силу воли. Только вопрос в том, стоило ли вообще пробовать наркотики?  
Может проще сказать сразу “нет наркотикам!”, “Да! Здоровому образу жизни!”?!  
 **Ведущий-1:** Уголовная ответственность. Ст. 228. Незаконные изготовление, приобретение, хранение, перевозка, пересылка либо сбыт наркотических средств или психотропных веществ.  
  
Ст. 229. Хищение либо вымогательство наркотических средств, либо психотропных средств.  
  
Ст. 230. Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ.  
  
Ст. 231. Незаконное культивирование запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества. **Учитель:** Наркомания – страшное зло. Это стихотворение написала девушка, ранее принимавшая наркотики. Вслушайтесь в её строки, и вы поймете, что наркомания – это состояние, которое уничтожает человека. Наркоман – ты никто, Имя твое – никак. Утром глянешь в окно: там жизнь, Здесь мрак.… Чтобы не сожалеть, Ты курить начинаешь, И обо всем, обо всем забываешь… Ветры вдаль улетают. И опять возвращаются, Но наркомания со мной, К сожалению, не прощается. Я хочу быть сильной, хочу быть смелою, Я хочу без наркотиков жить. Что же все-таки я наделала? Чтобы в ад не лететь, Все стерплю, что положено. Наркомания – это болезнь. До безумия сложная.

**Учитель:** Я хочу вам прочитать дневник одной «ломки» человека, вернувшегося в нормальную жизнь.

«Три недели мыши грызли мои кости. Кололся регулярно я уже лет пять потри раза в день, чем ни попадая. Я делал это уже не для «кайфа», а чтобы есть, пить, спать, в общем «химия» мне давала недолгую воз­можность жить, вот и весь «кайф». Итак, я решил бросить, «слезть с иглы». «Ломаться» я решил жестко — «всухую», без «лестниц», метадона, плазмофереза, гемодиализа. И хоть я мужик здоровый, но пережил кош­мар. Сказать, что такого врагу не пожелаешь — ничего не сказать. За­снул я первый раз через три недели, по дням попробую вспомнить неко­торые детали.

1-й день: сегодня очень плохо, но терпеть можно. В конце концов, денег часто не хватало. «Сидеть» приходилось иногда и дольше.

3-й день: мечусь по квартире, ищу то положение, когда можно терпеть боль, — и не нахожу, Ощу­щение такое, будто между мышца­ми и костями насыпали раскален­ный песок.

6-й день: рассказы о том, что «ло­мает» 6 дней, не больше, — толь­ко рассказы. Мне все хуже и хуже. Вместо песка в сухожилиях завелись «мыши». Иногда теряю сознание минут на 10, и это счастье. Завел себе подушку, чтобы орать от боли в нее, а то соседи пугаются. Ни есть, ни пить не могу — рвота жуткая.

8-й день: «мышей» сменили «крысы», причем голодные. Что про­исходит кругом, представляю с тру­дом. Одурел от боли. Язык, губы ис­кусаны в лохмотья, а когда — не помню. Постоянный звон в ушах. Каж­дая клетка в организме орет: «Дозу!» Нашел старый шприц и гладил его как родного, Потом понял, что пойду за дозой, и шприц выкинул.

10-й день: я уже давно ничего не соображаю. Сознание возвращает­ся эпизодически, это как обмороки. Будто плохо не мне, а кому-то друго­му. К счастью, организм имеет свои пределы терпения. И боли тоже.

12-й день: пожалуй, переломный. В этот День я понял, что смогу. На некоторое время меня не только от­пустило — стало легче. Пусть чуть-чуть, но это было впервые за пять лет. После этого меня «корячило» все меньше и меньше, но чувство­вал я себя отвратительно еще не­дели три.

Но ничто не сравнится с тем ощу­щением, что я смог, я выжил.

Потом я прочел в медицинском из­дании, что из всех решивших «завя­зать» наркоманов со стажем более двух лет это удается двум процен­там. Судьбу остальных я знаю очень хорошо. Одни помрут от «передоза», запросто, так как все «барыги» геро­ин мешают с чем угодно. Ты, к при­меру, привыкаешь к своей дозе — где 10-15% препарата, а потом на­ходится один «честный барыга» и продает тебе все 60%. «Задвига­ешься» обычной дозой — и при­вет. Остановка дыхания гарантиро­вана. Другие помрут от чего угод­но другого: замерзнут в снегу, серд­це в «ментовке» не выдержит, — там «герыча» не дают, сколько ни проси. Третьи помрут потому, что организм более 5 лет таких издевательств над собой не выдерживает. Я вернулся в последний момент.

**Ведущий- 2:** Сегодня в России регулярно употребляют наркотики 5, 99 млн. Официальная статистика по наркомании приводит цифру – 500 тыс. наркоманов, однако это те, что добровольно встали на медицинский учет. Медицинские учреждения могут стационарно пролечить за год не более 50 тыс. человек. От общего числа наркоманов в России по статистике 20% – это школьники.  
60% – молодежь в возрасте 16-30 лет.  
20% – люди более старшего возраста. Учитель: Способы вовлечения подростков и молодежи в наркоманию весьма разнообразны. Исследователи отмечают, что никто из подростков, начавших потреблять наркотики, не задумывается о возможности стать от них зависимым. Все они либо удовлетворяют собственное любопытство (“А ну-ка, проверим — что такое галлюцинации?”, “А ну-ка, правда ли, что наркотики дают наслаждение?”), либо пробуют наркотики в угоду уважаемой ими компании. Первые шаги в наркоманию подростки осуществляют с намерением лишь однократного употребления, но обстоятельства складываются так, что аналогичные ситуации повторяются и подросток попадает в наркотическое рабство.

**Ведущий- 3.** Существует множество сценариев вовлечения в наркотизацию.

“Хвастовство и зависть”

Друзья подростка неоднократно и взахлеб хвастали, что накануне вечером очень славно провели время: собрались на квартире одного из старших товарищей и кроме обычных развлечений курили “травку”. Было как никогда весело. Воображение рисует подростку весьма заманчивые картины развлечений. Любопытство и зависть берут свое, и он принимает предложение присоединиться к компании.

**Ведущий- 1.** “Дружеская шутка”

Друг подростка вместо обычных сигарет, которые у них принято курить, предлагает ему импортные, от которых у подростка возникают неведомые ранее ощущения и беспричинный смех. Друг раскрывает смысл шутки и сообщает, что сигареты были с марихуаной. Первый нежданно-негаданно приобретенный наркотический опыт побуждает подростка к повторению приятных ощущений.

**Ведущий- 2.** “Дружеский шантаж”

Компания авторитетных друзей подростка предлагает ему попробовать марихуану, которую члены этой компании сами курят.

Друзья подстрекают его словами: “Не будь трусом”, “Ты что, слабак?”. Ситуация усугубляется присутствием в компании симпатичной девушки. Подростку приходится уступить.

**Ведущий- 3.** “В угаре пьяном...”

Первая проба наркотиков происходит в хмельной компании, когда возбужденный и утративший настороженность подросток (пьяному море по колено) без всякого нажима со стороны окружающих залихватски соглашается курить марихуану.

**Ведущий- 1.** “Веселая конфетка”

Аналогичен предыдущему: вместо напитка угощают конфетой, в которую введен наркотик.

**Ведущий- 2.** “Посадить на иглу”

Морально устойчивых и отвергающих наркотики подростков, особенно девушек, стремятся завлечь в компанию “своих”. Там, как правило, после выпивки, жертву удерживают за руки и за ноги и вводят ей наркотик шприцем. Процедура значительно облегчается, если жертва находится в состоянии сильного алкогольного или лекарственного опьянения (снотворное подмешано в вино), а тем более если она в беспамятстве.

**Ведущий- 3.** “Сердобольный друг”

Друг предлагает парню, от которого ушла любимая девушка и который мучительно переживает разрыв, “уколоться и забыться”. Действительно, после приема нарковещества трагедия блекнет и забывается, но только до протрезвления. Молодому человеку приходится вновь принимать наркотик, и так — до появления состояния зависимости от него.

**Ведущий- 1.** Здоровье и счастье каждого – в его собственных руках. Поэтому знай, что отказаться можно только один раз – ПЕРВЫЙ, и это одно из главных условий, как не стать наркоманом.

**Ведущий- 2.** Один грамм героина: уничтожает дружбу, разрушает семью, останавливает умственное и физическое развитие, лишает здоровья и убивает тебя.

**Ведущий- 3.** Желание поскорее стать взрослым – курить, употреблять алкоголь, попробовать наркотики – приводит к печальным последствиям.

**Ведущий- 1.**  Наркотики – не выход из сложностей жизни, но, наоборот, это начало пути к огромным проблемам, освободиться от которых очень сложно.

**Ведущий- 2.** Остановись и подумай, хочешь ли ты такой жизни?

Умей сказать “нет”!  Ведь ты – личность! Неповторимая! Уникальная!

**Ведущие** произносят слова вместе:

Наркотикам – нет!   
Скажи всем друзьям!  
Наркотикам – нет!  
Скажи себе сам!  
Наркотики – плохо!  
Знай всегда!  
Наркотики – смерть!  
Убьешь себя!

**Учитель:**

Как жить сегодня, чтобы иметь шансы увидеть завтра?  
«Несравненно лучше не прикасаться к грязи, чем очищаться от нее» Здоровым быть — горе забыть.  
Самое большое богатство — здоровье.  
Доброе здоровье дороже богатства.  
Ум да здоровье всего дороже Курить — здоровье вредить.  
Кто не курит и не пьет, тот здоровье бережет.  
Мудрый человек предотвращает болезни, а не лечится от них.

В народе говорят: “Хочешь быть счастлив один день – сходи в гости, хочешь быть счастлив неделю – женись, хочешь быть счастлив месяц – купи себе машину, хочешь быть счастлив всю жизнь – будь здоров!”. Так будьте здоровы, до свидания, до новых встреч.