Разработка классного часа



 «Скажем наркотикам – нет»

Провела классный руководитель 9 класса

МОБУ СОШ с.Белое Озеро Максимова С.Н.

Тема классного часа: «Скажем наркотикам – нет»

Цель: познакомить учащихся с информацией об отрицательном действии и негативных последствиях злоупотребления психоактивными (наркотическими и психотропными) веществами, формирование у учащихся отрицательного отношения к наркотикам, введения здорового образа жизни.

*Учитель*: Каждый человек рождается свободным, но не каждый умеет распоряжаться этой свободой. Для некоторых изначальная свобода мыслей и действий становится предметом бесконечных экспериментов, самым тяжелым из которых является опыт наркотизации.(слайд1) Что толкает человека к знакомству с первой дозой? Эмоциональные переживания, окружение или любопытство – у каждого свои причины. Но как бы, то ни было, этот первый раз редко становится последним. И человек добровольно отдает свою жизнь во власть круговорота нескончаемых мучений и коротких мгновений избавления от этой боли с очередным приемом наркотика. Несомненно, что сладостное чувство эйфории, основанное на изменении мышления, сознания и восприятия, затягивает человека. Но каждая новая попытка воспроизведения этого состояния имеет закономерность: увеличивается доза. И когда наркотик входит в обменные процессы, образуется физическая зависимость. Тогда наркотик перестает оказывать эйфоризирующее действие – основным эффектом для достижения, которого он и употреблялся.

Что же это такое наркомания, наркотик, токсикомания? (слайд 2)

Какие существуют типы наркотических средств? (слайд 3)

**Марихуану**(слайд 4) получают из растения каннабис сатина, до 1937 года ее употребление было вполне законным: из растения делали веревки, шнурки для ботинок, медицинские препараты. Основной компонент марихуаны может задерживаться в организме на семь-девять дней. У любителей марихуаны сильно нарушаются представления о пространстве и времени. В марихуане содержатся как минимум четыреста химических веществ. Курильщики «травки» ощущают сухость во рту и гортани, кажется, будто в глаза насыпали песок; сами глаза воспаляются, ухудшается память, координация, появляется зверский аппетит.

Некоторые подростки пользуются перед экзаменами и спортивными соревнованиями **амфетаминами.** Любители после приема этого лекарства становятся необычайно возбужденными и на редкость болтливыми, у них появляется ложное чувство уверенности и мощи, которое исчезает после прекращения действия препарата. Затем наступает апатия. Чтобы преодолеть ее, человек начинает увеличивать дозы амфетамина, принимать его все более часто. Вскоре организм привыкает к наркотику, и, чтобы достичь прежних ощущений, его требуется все больше и больше. Отрицательные последствия амфетаминов затрагивают как физиологию, так и психику. У наркомана может развиваться параноидальное состояние, не исключены галлюцинации и обманы зрения, очень часто люди не могут отличить действительность от иллюзии, становятся раздражительными, одним словом, превращаются в психов.

**Барбитураты-**(слайд 5) это одна из групп успокоительных средств. Действие этих наркотиков диаметрально противоположно амфетаминам: расслабление, снятие напряженности, общее чувство эйфории. Хотя эйфория довольно часто переходит в депрессию. Вообще успокоительные замедляют дыхание, пульс, приводят к тому, что речь становится невнятной, походка неверной, умственная деятельность – сильно расстроенной. Наступает такая забывчивость, что некоторые уже не помнят, сколько таблеток приняли, а это основная причина передозировки. Успокоительные настолько замедляют дыхание, что человек, принявший слишком много таблеток, может и не заметить, что перестал делать вдохи

**Галлюциногены** - это наркотики, вызывающие галлюцинации. Самый знаменитый галлюциноген - ЛСД. Наркотик был случайно синтезирован из грибка спорыньи в 1938 году, и сделал это доктор Альберт Хоффман, работавший над средством от хронических мигреней. Человек, который проглотил ЛСД, отправляется в «путешествие», продолжающееся от одного часа до четырех. Во время этой «поездки» эмоции и поведение «путешественника» совершают пируэты, как на «русских горках»: за одну минуту человек от безудержного хохота переходит к рыданиям и наоборот. Искажаются ощущения, пропадает чувство времени, некоторые рассказывают о «комбинированном» восприятии, когда одно чувство превращается в другое, например, можно пробовать вкус, цвет, видеть звуки, слышать запахи. Длительное употребление ЛСД и других галлюциногенов ведет к искажению энцефалограммы головного мозга, нарушениям памяти и ее провалам, ухудшается абстрактное мышление, рассеивается внимание.

**Опиаты -** это наркотики, использующиеся в медицинских цепях для снятия болей и уменьшения страданий больных. Самый печально известный опиат - героин. Опиаты создают физиологическую зависимость, и вся жизнь наркомана фокусируется на предмете страсти. Ради наркотика человек пойдет на все. Источником опасности являются и плохо стерилизованные шприцы, а совместные уколы одной иглой рано или поздно приводят к СПИДу, к тому же в яде-наркотике могут оказаться откровенно ядовитые примеси. Желающие избавиться от пристрастия к опиатам проходят через сущий ад - они испытывают нечеловеческие муки, продолжающиеся от недели до десяти дней, а тяга к наркотику иногда длится месяцами.

Токсические вещества. Клей, входящий в комплект авиаконструктора, бензин, жидкость для снятия лака, чистящие и моющие средства - все это вещества, постоянно использующиеся в быту, и все они содержат химикалии, которые, испаряясь, действуют на человеческий мозг. Большинство таких веществ замедляет функции организма. Вдыхание высококонцентрированных паров растворителей или аэрозолей может вызвать нарушение сердечной деятельности и мгновенную смерть. А дыхание может замедлиться настолько, что оно попросту прекратится.

Существует множество причин злоупотребления наркотиками (слайд 8)

Враждебность.

Достаток и досуг. Скука и потеря интереса к жизни.

Уход от физического стресса.

Попытка установить дружеские отношения со сверстниками.

Возможность привлечь к себе внимание.

Давление группы, отсутствие навыка отказа.

Мифы о наркомании (слайд 9)

(Выступление учеников с опровержением)

**Миф №1**

**Употребление наркотиков не болезнь, а баловство, дурная привычка.**

**Правда**: 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**: Наркомания неизлечима, иногда болезнь переходит в скрытую форму и стоит после

долгого лечения хоть раз попробовать наркотик, как болезнь вспыхивает снова,

приобретая более тяжелые формы. Поэтому считается, что наркоман, даже длительное время воздержавшийся от употребления наркотиков, является хронически больным.

**Миф №3**

**Наркотиками могут поделиться просто так, по доброте душевной.**

**Правда**: Есть такая поговорка: « Бесплатный сыр бывает только в мышеловке». Наркотики сначала предлагают бесплатно, человек привыкает и тогда с него начинают требовать деньги.Организму с каждым разом требуется все больше наркотика и денег, соответственно,тоже. И вот уже для того, чтобы каждый день иметь свою дозу, наркоман начинает приучать к наркотикам своих знакомых. За каждого новичка он получает бесплатную дозу.

**Миф №4**

**Нюхать клей, глотать таблетки - это баловство, оно не имеет отношения к наркомании.**

**Правда**: Это называется токсикоманией. Токсико - то есть токсичные вещества. Вторая часть слова- мания- означает, что употребление этих веществ вызывает привыкание и зависимость, таким образом токсикомания является разновидностью наркомании.

 **Миф №5**

**При употреблении наркотика ощущения настолько приятны и необычны, что стоит ради этого рискнуть.**

**Правда**: Эйфорическое состояние, ради которого человек начинает принимать наркотики, длится от 3 до 5 минут. А остальные 1-3 часа нередко сопровождается бредом и кошмарными галлюцинациями. Часто наркотик вызывает у начинающих тошноту и рвоту, резкую сухость во рту и сердцебиение. Иногда вместо удовольствия наступает состояния страха - так называемая наркоманами «измена». Без наркотика больной испытывает ужасное состояние- «ломку».

 **Миф №6**

**По внешнему виду и образу жизни наркоманы ничем не отличаются от окружающих.**

**Правда**: По мере привыкания к наркотикам меняется внешний вид и образ жизни наркомана. Часто появляется бессонница. У наркомана расширены зрачки, застывшее, лишенное мимики бледное лицо, дрожащие с исколотыми и воспаленными венами руки, очень сильная худоба. Кожа становится серо-желтой, дряблой, появляется ломкость ногтей и волос, наступает преждевременное старение и снижение интеллекта ,вплоть до слабоумия. Меняется поведение и образ жизни наркомана, все его мысли об одном - «добыть» дозу, принять дозу.

*Учитель* :И часто именно в этом периоде наркотизации человек пытается остановиться. Иногда это может получиться, конечно, не без помощи специализированного медицинского учреждения. Но стоит вопрос, почему, же люди даже после лечения возвращаются к наркотикам? В море негатива и отрицательных эмоций, наркотики становятся неким маятником спасения для человека, пытающегося убежать от решения жизненных сложностей. Ведь о всех проблемах можно забыть, более того можно находится в приподнятом настроении без особых усилий – стоит лишь ввести новую дозу «успокоительного». Отрицательные эмоции могут заставить человека прибегнуть к наркотикам в первый раз, они же могут создать главное условие наркотизации, как возможности единственного выхода из жизненных трудностей, для, казалось бы, решившего отказаться от наркотиков человека. Сложные переплетения мотиваций, чувств, эмоций, характера делают психологическую зависимость столь прочной и очень сложной для коррекции.

Информация с сайта [http://www.gnkrb.ru](http://www.gnkrb.ru/) (Федеральная служба Российской федерации по контролю за оборотом наркотиков в Республике Башкортостан (обновление от 26.06.2011 г. ))

* За последние 10 лет количество наркоманов в России увеличилось в 10 раз. По экспертной оценке, в России постоянно употребляют наркотики более четырех миллионов человек.(слайд 10)
* Россия потребляет пятую часть от всемирного объема производства героина.
* В восемь раз увеличилось число взрослых наркоманов, в 18 раз -наркоманов-подростков, в 24,3 раза - детей-наркоманов.
* смертность от потребления наркотиков увеличилась в 12 раз, среди детей - в 42 раза.
С каждым годом наркоманы в России становятся моложе, уже треть из них - несовершеннолетние, остальные - до 35 лет, и максимум 2% - среднего возраста. (слайд 10)
* Каждый день в России от героина умирают порядка 100 человек. (слайд 11)
* И каждые же сутки в потребление наркотиков втягиваются 250 новичков.

С 2004 года стало традиционным ежегодное проведение общероссийской межведомственной оперативно-профилактической операции «Мак». В текущем году она проводилась **с 23 мая по 31 октября 2011 года.**Главная цель операции – выявление, предупреждение и ликвидация незаконных посевов мака, конопли и других наркосодержащих растений. Инструмент достижения данной цели достаточно прост – требуется выявить и уничтожить максимально возможное число участков произрастания культивируемых и дикорастущих растений, содержащих наркотические вещества – конопли и мака. В частности в Гафурийском районе уничтожено 37 очага общей площадью свыше 3,5 га. (слайд 12)

**Управление ФСКН по Республике Башкортостан обращается к гражданам, располагающим сведениями о незаконном производстве, организации доставки, хранении наркотиков и людях их сбывающих, с просьбой сообщить данную информацию по круглосуточному телефону доверия в Уфе** (347) 250-20-30 **Конфиденциальность гарантируется.**

Каждый человек должен осознать, что его здоровье, жизнь – это то, что он получил от прошлых поколений, и то, что он спустя время должен передать грядущим поколениям.( слайд 13)

**Работают м**олодежные общественные организации Республики Башкортостан, занимающиеся пропагандой здорового образа жизни и профилактикой наркомании (слайд 14)



Региональное общественное молодежное добровольческое движение «Вместе»

Республиканская детская общественная организация «Пионеры Башкортостана»

Общественная организация «Союз демократической молодежи Башкортостана – региональная организация Российского союза молодежи

Башкортостанское региональное отделение Всероссийской общественной организации
«Молодая гвардия Единой России»

Очень важно с самой юности формировать свое отношение к зависимости от наркотиков.

Ввести здоровый образ жизни. (слайд 15)

Жить и радоваться жизнью(слайд 16)

 Сказать наркотикам твердое «нет» (слайд 17)

Подведение итогов беседы (слайд 18)

1. Нужна ли тебе дополнительная информация о наркотиках, наркомании, последствиях употребления ПАВ?

* да;
* нет.

2. Где бы ты хотел получить эту информацию?

* в школе;
* от родителей;
* из телепередач;
* из специальной литературы.

3. Что бы ты предпринял, если бы узнал, что твой друг употребляет наркотики?

* сообщил бы родителям;
* посоветовал бы обратиться в наркологический диспансер;
* сообщил бы классному руководителю;
* поговорил бы с другом и предложил свою помощь;
* ничего бы не сделал, это его личное дело.