# Классный час "Скажи НЕТ наркотикам"

# Подготовила Миронова Светлана Дмитриевна

**Цель:** формирование культуры поведения, направленного на борьбу с вредными привычками; изменение негативной позиции в отношении людей, страдающих наркоманией.

**Задачи:**

* Расширить представления учащихся о наркомании.
* Сформировать у учащихся представление о наркомании как о заболевании.
* Доказать необходимость поддержки людей, которые решили покончить с наркоманией.
* Продолжить формирование мотивации здорового образа жизни.

**Предварительная** **подготовка**

Пригласить бывших учащихся школы,отслуживших в армии,учившихся в высших учебных заведениях для проведения беседы с учащимися.

С учащимися была проведена анкета, направленная на изучение характера отношения подростков к наркомании .

Тема нашего классного часа звучит так «Скажи НЕТ наркотикам».

Мы рассмотрим с вами следующие рубрики .

1) Причины наркомании.  
2) Мифы о наркомании.  
3) Мой друг наркоман.  
4) Право на надежду.

**2**. **Вступление**

В настоящее время наркомания приобрела поистине угрожающий размах.  
Согласно отчёту ООН 2,5% населения планеты (около 140 млн. человек) употребляют марихуану или гашиш, 13 млн. – кокаин, 8 млн. – героин. Ситуация усугубляется тем, что если раньше речь шла о природных наркотиках, то сегодня прогресс дал человечеству синтетические препараты, одноразового введения которых в организм достаточно для того, чтобы жизнь человека навсегда превратилась в постоянный поиск новой дозы. Но если вам однажды придётся делать подобный выбор, вы должны знать не только о прекрасных иллюзиях, которые дарят наркотики, но и представлять ту грязь, пошлость и самоунижение с которыми вам придётся столкнуться позже… всего несколькими минутами мимолётного обмана.  
Ситуация в Алтайском крае в два раза хуже, чем в среднем по России. Наш регион является транзитной территорией, через, которую идут наркотики. Алтайский край является наркопотребляющей территорией. У нас почти 12 тысяч наркоманов, состоящих на учёте в краевом наркологическом диспансере. В крае – 60 тысяч наркоманов, а это почти 5% населения. Посчитано, что если количество наркозависимых превышает 7-8%, последствия становятся необратимыми, и нация не будет иметь шансов на выживание (статья из газеты «Славгородские вести»)

**3. Знакомство с определением** **наркомании**

Ученики читают определения наркомании, из предложенных определений они выбирают то, которое, по их мнению, наиболее точно отражает сущность явления наркомании .

1. *Наркомания* – заболевание, возникающее в результате употребления наркотических средств (способны в малых дозах вызывать состояние эйфории).  
2. *Наркомания* – вид отклоняющегося поведения личности.  
3. *Наркомания* – заболевание, обусловленное изменением процесса обмена веществ под влиянием наркотических препаратов.  
4. *Наркомания* – болезненное пристрастие к наркотикам, связанное с развитием психологической и физиологической зависимости от этих веществ.

Все предложенные варианты являются правильными. Они выражают различный взгляд на данную проблему медицины, социологии, физиологии и психологии.

**4. Причины употребления наркотиков**

Проблема потребления наркотиков, так же как игра в карты, убийства и сотни других человеческих пороков, существует сотни лет. Но, как, ни странно, именно сейчас она приняла масштабы эпидемии. Давайте попробуем назвать возможные причины употребления наркотиков.

*(Ученики высказывают своё мнение.)*

**5. Мифология современности**

*Миф 1.* От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться.

*Факт.* Отказаться можно только один раз – первый. Даже однократное потребление наркотика приводит к зависимости.

*Миф 2.*Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия.

*Факт.* Ощущение кайфа не возникает после первой таблетки или инъекции. Напротив, как и при выкуривании первой сигареты, – тошнота, рвота, головокружение и т.д. Более того, эйфория 3-4 дозы быстро исчезает и в дальнейшем наркотики принимают, чтобы снять мучительное, болезненное ощущение (ломку) и просто просуществовать ещё один день.

*Миф 3*. Наркотики бывают «лёгкими» и «тяжёлыми». Травка – «лёгкий» наркотик, не вызывающий привыкания.

*Факт.* Все наркотики вызывают привыкание. Любой наркотик убивает, это только вопрос времени.

*Миф 4.*Талантливые люди принимают наркотики, чтобы получить приток вдохновения.

*Факт.* Те, кто это делал, долго не жили. А история пока не припомнит бессмертных произведений искусства созданного под «кайфом».

*Миф 5.*Наркоманами становятся только слабые и безвольные.

*Факт.* Зависимость от наркотиков – это заболевание, и, как и любое заболевание, оно не имеет отношения к силе воли.

*Миф 6.*Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет.

*Факт.* Любой способ потребления наркотиков приводит к зависимости. Существует закон дозы: с меньших доз человек переходит на большие, с менее сильных веществ – на более сильные. Это закон без исключения.

*Миф 7.*Лучше бросать постепенно.

*Факт.* Проще отказаться от употребления наркотиков один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь.

**Предоставление слова бывшим выпускникам.**

**6. История одной жизни**

Бывают такие ситуации, когда человек становится наркоманом не по своей воле. Послушайте историю одной жизни

*В тот день одной из рожениц была совсем ещё молодая женщина, почти девочка. Ей едва исполнилось 17. Ребёнок появился на свет недоношенным, но в целом всё прошло благополучно. Через несколько часов новорождённый начал кричать, корчиться в конвульсиях. Чего мы только не делали, чтобы успокоить его! Ничего не помогало. Дрожь всё время сотрясала маленькое тельце, оно то сворачивалось в клубочек, то вытягивалось в струну. С ребёнком происходило что-то непонятное. Похоже было на сильное отравление. Но ведь ему не давали никаких лекарств и ещё не кормили. Крохе становилось всё хуже и хуже. Мы запаниковали…*

– Как вы думаете, что могло стать причиной такого состояния новорождённого? О каком наследственном заболевании идёт речь?  
Ребёнок появился на свет наркоманом. Таким сделала его мать, которая уже полтора года принимала наркотики. Часть новой дозы с кровью поступала в организм ребёнка. После рождения физиологическая связь оборвалась, наркотик перестал поступать, у новорождённого началась ломка. Страшно видеть ломку взрослого человека, ещё страшнее, когда она крутит и раздирает крошечное тельце беспомощного младенца. Окончательно избавить организм ребёнка от этой зависимости врачам удалось только через несколько месяцев, но вырастит ли он нормальным, полноценным человеком – этого не знает никто.

**7. Мой друг наркоман**

1*. «Что делать, если любишь человека с такой судьбой? Как почувствовать его мир изнутри? Как с ним жить? Единственный путь помочь наркоману – пройти путь вместе с ними».*

Девушка, которой принадлежат эти слова, вот уже 7 лет живёт с мужем-наркоманом, сама регулярно употребляет наркотики. Как вы относитесь к этим словам? Есть ли в них истина?  
Если рассуждать таким образом, то может получиться следующее: если любимый человек разбился на машине, то ради него нужно врезаться  в соседнее дерево. Единственный путь помочь инвалиду – тоже стать инвалидом. А если он напился и выбросился из окна? Бросаться вслед за ним? Подобные формулы – попытка оправдать собственное бессилие. Есть и другие пути. Попробуем найти их вместе.

2. Если вы узнаете, что ваш близкий друг (подруга) употребляет наркотики, что вы предпримете? Почему?

– перестану с ним общаться;  
– Буду продолжать общаться;  
– расскажу своим родителям;  
– расскажу его родителям;  
– анонимно проконсультируюсь у нарколога, а потом решу, что делать дальше;  
– посоветуюсь с друзьями;  
– постараюсь помочь измениться.

**8. Лечение наркомании**

Лечение наркомании – сложный и длительный процесс. Некоторые врачи-наркологи вообще предпочитают не употреблять в отношении наркоманов термин «излечился», заменяя его словом «подлечился». Игра слов? Нет. Здесь есть определённый смысл. Как вы думаете, с чем связана такая замена терминов?  
Ни один из современных методов лечения не гарантирует 100% избавления от наркотической зависимости. Недаром говорят: «Опий умеет ждать». Могут пройти годы, и человек, который, казалось бы, уже много лет назад покончил с наркотиками, вновь возвращается к ним. Немаловажную роль здесь играют и бывшие «друзья-наркоманы».  
Казалось бы, кому какое дело, решил ты бросить или нет. Но, как показывает опыт, именно после того, как человек прошёл курс лечения и вернулся к нормальной жизни, его бывшие «друзья» начинают звонить и приходить всё чаще. Предлагают «дозу» бесплатно – «по дружбе», постоянно заводят разговоры о кайфе», объясняют, что врачи пугают зря и разочек можно попробовать – «от одного ничего не будет», что многие всю жизнь колются понемножку, и ничего не происходит. Сначала идут уговоры, потом угрозы вам и вашим близким. Почему? Зависть или другое?  
Ни одному торговцу на свете не выгодно терять клиента, а торговцу наркотиками это не выгодно совсем. Распространение наркотиков происходит по цепочке. Торговец продаёт тебе, ты другому, тот третьему, и так до бесконечности. Товар разбавляется десятки раз. Первоначальный торговец известен далеко не всем. Если вы прекращаете приём наркотика, цепочка рвётся. Торговец может потерять тех клиентов, которые в цепочке следуют за вами: покупают у вас или просто поддерживают через вас связь. Поэтому при попытке отказаться от наркотиков на человека обрушивается мощнейшая атака, в которой будут использованы все средства, какие можно только себе представить. Выдержать всё это не так-то просто. Многие срываются и начинают колоться снова именно из-за неё, а вовсе не из-за неизлечимости, болезненной тяги.

**9. Письмо наркоманки**

Классный час хотелось бы закончить письмом наркоманки. Перед вами отрывок из письма наркоманки. В нём пропущены некоторые слова. Попытайтесь восстановить текст письма, вставляя вместо пропусков то или иное слово, выделенное курсивом: *доставать, ужас, выход, красота, боль, мрак, любопытство, чудо, бросать, выходить.* Каждое слово повторяется только один раз.

*Самое страшное, что не удаётся …, – смертельно боишься физических болей дикой силы. … и стремление к удовольствию гонят на поиски – куда угодно. Бежишь, придумываешь что угодно, умоляешь. Если сегодня не …, не знаешь, как жить, и думаешь, постоянно думаешь об одном и том же. Это похоже на жестокую сказку. Идёт человек по прекрасному саду и видит красивый дом, … толкает заглянуть. Входит, а сзади – хлоп. И нет … И внутри нет никакой … Только пустота, …, боль. Можно …, разбив стену. Но для этого проходишь через нечеловеческую… Надеешься на … Их не бывает!!!*

**10. Итог**–  Понравился ли вам классный час?   
– Узнали ли вы что-нибудь новое?  
– Как вы думаете, поможет ли проведение таких мероприятий предотвратить распространение наркомании?

[4](https://share.yandex.net/go.xml?service=vkontakte&url=http%3A%2F%2Ffestival.1september.ru%2Farticles%2F578578%2F&title=%D0%9A%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%87%D0%B0%D1%81%20%22%D0%9C%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%B6%D1%8C%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%20%D0%BD%D0%B0%D1%80%D0%BA%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2%22)[1](https://share.yandex.net/go.xml?service=moimir&url=http%3A%2F%2Ffestival.1september.ru%2Farticles%2F578578%2F&title=%D0%9A%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%87%D0%B0%D1%81%20%22%D0%9C%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%B6%D1%8C%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%20%D0%BD%D0%B0%D1%80%D0%BA%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%BE%D0%B2%22)