

**Конкурс на лучшую методическую разработку по профилактике
асоциального поведения подростков "Инновации в
профилактике"**

Ф.И.О.: Краснова Лидия Николаевна

Место работы: МОУ «Моркинская средняя (полная)
общеобразовательная школа №6»

Должность: учитель химии и биологии

Стаж работы в занимаемой должности: 21 год

Тематический классный час для 11 класса по профилактике подростковой наркомании "Я выбираю жизнь!"

Цель: Способствовать формированию знаний о вреде наркомании, росту самосознания и самооценки подростков.

Задачи:

- Познакомить учащихся с истоками наркомании, видами наркотиков, признаками и последствиями их употребления.
- Воспитывать потребность противостоять негативным влияниям в молодежной сфере, умение говорить нет в нужной ситуации, проявлять дружеское участие к людям в трудную ситуацию.
- Провести предварительное анкетирование старшеклассников с целью выявления их потребностей в новых ощущениях.

Актуальность:

Ситуация с потреблением наркотиков среди молодежи в России продолжает оставаться очень сложной. Результаты многочисленных исследований показывают существование устойчивой тенденции к значительному и постоянному росту употребления наркотиков с одновременным снижением возраста приобщающейся к ним молодежи. Несмотря на то, что в последние годы работа по профилактике подростковой наркомании существенно активизировалась, дефицит знаний у обучающихся о последствиях и конкретных шагах противостояния этой пагубной привычке остается значительным. Разовыми беседами повысить уровень социально-психологической компетенции школьников невозможно. Поэтому я считаю, что проводить эту работу необходимо регулярно.

Предварительная работа:

1. Проведение социологического исследования среди обучающихся 11 класса с целью выявления их потребностей в новых ощущениях, отношении к употреблению наркотиков (ответственный классный руководитель).
2. Подборка пословиц и цитат о вреде наркотиков, курения, алкоголя, о здоровье (ответственные учащиеся класса).

Анонимная анкета, состоящая из следующих вопросов:

1. Как вы считаете, почему молодые люди используют наркотики?
2. Как вы относитесь к проблеме употребления наркотиков?
3. Был у вас собственный опыт употребления наркотических веществ?
4. Есть ли у вас друзья, употребляющие ПАВ?
5. Сможете ли Вы сказать «нет» своему другу (подруге), предлагающему «один разок» попробовать наркотик?
6. Как вы считаете, где сегодня чаще всего происходит использование подростками наркотических или токсических веществ?
7. По вашему мнению, подростки, которые используют наркотические или токсические вещества, чаще всего получают их от...

8. Как вы считаете, когда происходит знакомство молодых людей с наркотическими или токсикоманическими веществами?
9. Кому вы сможете довериться в случае, если начали употреблять наркотики и чувствуете зависимость от них?

План проведения классного часа

1. Сообщение темы и цели классного часа.
2. Классный руководитель о вреде употребления наркотиков.
3. Выступление учащихся по данному вопросу.
4. «Мозговой штурм»
5. Выступление классного руководителя о причинах наркомании и классификации наркотиков.
6. Выступление обучающихся: пословицы и цитаты о вреде наркотиков.
7. Подведение итогов.

Ход классного часа

На фоне музыки звучит стихотворение:

Даётся жизнь один лишь раз
И мой ты выслушай наказ;
Прекрасна жизнь, вкушай ее
И жизнь- игра сыграй в нее.
Богатство- жизнь, ее беречь,
Лелеять надо. Горьких встреч,
Быть может, ты не избежишь,
Но, коль ты жизнью дорожишь,
Превозмогай все на пути.
И шанса жить не погуби!
И тайна –жизнь, ее познай.
И жизнь, как вызов, принимай!
Твори ее, но не теряй!
Превозмогай, преодолей.
И выжить все ж сумей, сумей!

- 1. Сообщение темы и цели классного часа.**
- 2. Классный руководитель о вреде употребления наркотиков**

Классный руководитель:

Сегодня на классном часе мы поговорим о страшной беде, которая устойчиво обосновалась в нашем обществе - это наркомания. О причинах, которые заставляют людей употреблять наркотики. Нигде в мире наркоманию практически лечить не умеют. Дело в том, что болезнь эта не столько телесная, сколько духовная.

- Ребята, что такое наркотики?
- Считаете ли вы, что использование наркотиков не приводит ни к чему плохому? Почему?

- Как вы думаете, почему многие люди начинают употреблять наркотики, курить, принимать алкоголь?
- Как вы думаете, почему подростки склонны к вредным привычкам?

(Обсуждение вопросов)

Классный руководитель:

В настоящее время злоупотребление наркотиками приняло характер эпидемии. По данным Всемирной организации здравоохранения, количество больных с заболеваниями вызванными приемом различных психоактивных веществ, исключая курильщиков табака, составляет более 500 млн. человек, из которых 3 млн. являются россиянами. При этом идет процесс омоложения наркоманов. Все большее распространение наркомании наблюдается в подростковой среде. Средний возраст употребления наркотиков – 13 лет.

Для вашего сведения: Наркотики приносят вред прежде всего здоровью наркомана. Наркомания ведет к крайнему истощению организма, значительной потере массы тела и упадку физических сил. Отравление организма становится причиной отравления внутренних органов, особенно печени и почек. Самая распространенная болезнь среди наркоманов – гепатит. Большинство самых опасных болезней передается через кровь, а наркоманы, которые употребляют наркотики внутривенно, постоянно сталкиваются с кровью. Здесь можно заразиться всем, чем угодно, включая СПИД.

«Закоренелый» наркоман – не в состоянии больше ни чем заниматься, теряет остатки человеческого достоинства. И как безвольная кукла, соглашается на любое унижение, на любую мерзость, чтобы добиться очередной дозы.

Я думаю, мое выступление заставит задуматься тех молодых людей, кто хотел бы встретиться с опасностью и рискнуть употребить наркотик. Ведь некоторые считают: «Один раз не страшно!»

3. Выступление обучающихся.

1 ученик: Сегодня в России не осталось ни одного региона, где не были бы зафиксированы случаи употребления наркотиков или их распространения. По данным международной организации «Врачи без границ», уже сегодня в России от 3 до 4 млн. наркоманов, а некоторыми специалистами их число оценивается даже выше 9 млн. чел. Проблема наркомании затрагивает около 30 млн. человек, то есть практически каждого пятого жителя страны.

2 ученик: Наркомания в России продолжает "молодеть". По последним данным, более 60 % наркоманов - люди в возрасте 18-30 лет и почти 20 % - школьники. Средний возраст приобщения к наркотикам в России составляет 15-17 лет, но участились случаи первичного употребления наркотиков детьми 11-13 лет. Отмечены и случаи употребления наркотиков детьми 6-7 лет.

3 ученик: Наркомания наносит вред не только больному, но и обществу в целом. В Российском уголовном праве предусмотрена уголовная ответственность за распространение наркотиков и др. действия, способствующие вовлечению в их употребление. В отношении лиц,

страдающих наркоманией, алкоголизмом, могут быть применены принудительные меры медицинского характера.

4 ученик: История употребления наркотиков

Употребление наркотиков имело место уже в глубокой древности. Связано это было, главным образом, с религиозными целями. Шаманы, прорицатели, жрецы использовали различные растительные средства, которые вызывали чувство особого психического подъема, приводили к нарушению сознания. Способность нарушать сознание опия, индийской конопли были известны в Древнем Египте, Древней Греции и Риме.

Одна из первых вспышек злоупотребления опиумом в Европе в начале 19 века связана с публикацией книги английского поэта Томаса Де Куинси (1785-1859) «Записки Опиофага». Автор довольно-таки красочно описал свое состояние после приема наркотика, что привело к появлению многочисленных подражателей.

В 1806 году военный химик, наполеоновской армии выделил из опия морфий, болезненное пристрастие к которому впоследствии назовут морфинизмом. Вспышка морфинизма отмечается во время франко-прусской войны (1870 г.) в связи с изобретением шприца и возможностью вводить морфий подкожно.

В 1859–60 гг. немецкий химик Альберт Ниманн выделил основное действующее вещество коки, кустарника, листья которого часто жевали индейцы Латинской Америки. Вещество назвали кокаином. Подробно действие кокаина на психику изучил известный австрийский врач, основатель психоанализа Зигмунд Фрейд.

Впервые о наркомании, как самостоятельном заболевании, заговорили в 20-х годах нашего столетия. В это время употреблялись все ныне известные препараты опия (морфин, героин, кодеин, дионин и т. д.).

Новая вспышка наркомании в 60-70-е годы связывается со значительным расширением ассортимента наркотических средств, появлением в ряде стран «нетрадиционных» для них наркотиков (например, гашиша в Европе), приобщением к наркомании подростков.

Появляется целая группа совершенно новых наркотических средств, так называемых психотомиметиков, вызывающих галлюцинации: мескалин, псилоцибин, ЛСД и др.

4. «Мозговой штурм»

Классный руководитель: Ребята, а сейчас мы с вами проведем диспут на тему: «Наркотики: мифы и реальность». Каждая группа получает миф, обсуждает его, выражает свое согласие или несогласие с предложенным утверждением.

ЗАДАНИЕ №1

МИФ №1: наркотики – обязательный атрибут красивой жизни. На самом деле: не все то золото, что блестит.

МИФ №2: если не колоть в вену, зависимости не будет. На самом деле: любой способ употребления ПАВ приводит к зависимости.

МИФ №3: чтобы завязать, нужно постепенно снижать дозы. На самом деле: отрубать хвост собаке по кускам гораздо больше, чем делать это сразу.

ЗАДАНИЕ №2

Участники каждой команды представляют собой редакцию молодежной газеты или журнала. Они получают письма, разного содержания от подростков. ЗАДАЧА ГРУППЫ: сочинить ответ, способный, по их мнению, разрешить возникшую проблему. Время работы 10 минут.

ПИСЬМО №1

«Я была на вечеринке в незнакомой компании, и меня уговорили принять наркотики (уколоться). Мне стало интересно, я согласилась. Теперь я думаю: «А вдруг я уже наркоманка?». Ребята из той компании меня разыскивали, приходили в школу. Я вынуждена прятаться, сижу дома. Что мне теперь делать?»

ПИСЬМО №2

«У меня есть друг, мы вместе учимся. Летом на даче он познакомился с другими ребятами, которые курят травку. Теперь он большую часть время проводит с ними.

Мне он нравится. Я не хочу его потерять. Но мне больно и обидно смотреть, как он катится в пропасть. Я очень хочу ему помочь, чтобы он не превратился в наркомана. Посоветуйте, как?»

ПИСЬМО №3

«Мы дружим уже больше года. В последнее время моя подруга очень изменилась, у неё появились новые подозрительные друзья, они о чем-то шепчутся, куда-то исчезают ненадолго, а возвращаются веселые и беззаботные. Она призналась, что несколько месяцев балуется травкой и это ей нравится. Этой новостью я поделилась с другом, у которого в прошлом году умер брат от передозировки. Друг советует обратиться за помощью к взрослым. Но я боюсь, что своими действиями испорчу наши отношения. Как мне поступить?»

5. Выступление классного руководителя о причинах наркомании и классификации наркотиков.

Специалисты, занимающиеся проблемами наркомании, выделяют **причины употребления наркотиков**:

1. личные трудности;
2. недостатки социально-культурной сферы;
3. неорганизованный досуг;
4. социальная несправедливость;
5. неудачи в учебе;
6. разочарование в людях.
7. удовлетворение любопытства;
8. получение чувства принадлежности (с целью быть принятым определенной

группой);

9. выражение независимости, а иногда враждебного настроения по отношению к окружающим;

10. стремление к «экстриму»;

11. уход от чего-то гнетущего.

Классификация наркоманий

В зависимости от наркотического вещества, вызывающего ту или иную форму наркомании, можно выделить семь основных видов наркомании.

1. Опийная наркомания

Одна из наиболее древних. Связана с приемом препаратов, изготовляемых из опия. Опиум представляет собой высохший на воздухе млечный сок, выделяющийся из специально наносимых надрезов на незрелых коробочках снотворного мака. Из этого сока готовят морфий, героин, лауданум, кодеин, тебаин и т. д.,

Опийная наркомания развивается очень быстро. Морфинисты быстро худеют, стареют, исчезает половое влечение, нарушается память, резко снижается творческая продуктивность, быстро развиваются заболевания почек, печени. Длительность жизни, такого наркомана 10–15 лет.

2. Наркомания, связанная с употреблением конопли

Обыкновенная конопля — широко распространенное дикорастущее и культивируемое растение. Произрастает в Средней Азии, во многих районах Ирана, Афганистана, Индии, Северной Америки, Южной Америке, Северной Африке. В Северной Америке это растение получило название марихуана.

Препараты конопли вызывают речедвигательное и половое возбуждение, яркие зрительные галлюцинации, повышение настроения. В отличие от опийной наркомании, при которой сильна физическая зависимость, при наркомании, связанной с употреблением конопли, на первый план выходит психическая зависимость.

3. Кокаиновая наркомания

Кокаиновая наркомания также является одним из древнейших видов наркомании. Связана с употреблением кокаина, алкалоида, получаемого из листьев южноамериканского кустарникового растения коки.

У кокаинистов часты галлюцинации, повышено настроение. Со временем развивается апатия, теряется аппетит, появляется бессонница, угасают физиологические влечения.

Среди наркоманов широко распространен так называемый «крэк» — это кокаин, преобразованный в курительную смесь. В переводе с американского жаргона «крэк» — это «сильный удар по голове», «момент острого и сладкого переживания». К «крэку» появляется почти мгновенное пристрастие. Обычно бывает достаточно 1–2 раза покурить сигарету, начиненную «крэком», как формируется непреодолимая наркотическая зависимость.

4. Наркомания, обусловленная приемом препаратов снотворного действия
Снотворных препаратов очень много. Столько же может быть и разновидностей наркоманий. Чаще всего используются *барбитураты*: барбамил, барбитал, фенobarбитал, люминал, этаминалнатрий; *транквилизаторы* — большая группа веществ, которые действуют успокаивающе на центральную нервную систему: элениум, сибазон, седуксен, реланиум, тазеям, диазенам, а также препараты различных других химических групп: эуноктин, радедорм, нитразепам и т. д.

Обычно этот вид наркомании встречается у полинаркоманов. Физическая и психическая зависимость выражены незначительно.

5. Наркомания, связанная с употреблением больших концентраций чая и кофе

Особенно много кофеинистов и теистов среди заключенных. Кофеинисты употребляют огромные дозы кофе, а теисты — чая. Большая концентрация чая называется чифирем. При этой форме наркомании также наблюдаются привыкание, повышение толерантности и абстиненция. Умирают кофеинисты и теисты от болезней сердца и сосудов.

6. Наркомании, связанные с употреблением психодислентических средств или психотомиметиков

Их называют еще галлюциногенами. Объединяет их способность вызывать яркие зрительные и слуховые галлюцинации. К этим веществам относятся:

- мескалин — алкалоид, выделенный из кактуса, произрастающего в Мексике и южных районах США.

- псилоцибин — выделенный из гриба, произрастающего в Мексике.

- ЛСД — диэтиламид лизергиновой кислоты. Входит в состав алкалоидов спорыньи.

Употребление перечисленных выше средств вызывает яркие галлюцинации, бред.

В этом состоянии наркоманы представляют социальную опасность.

7. Алкоголизм и табакокурение

По воздействию на организм также представляют собой классические виды наркомании.

6. Выступление обучающихся с пословицами и цитатами о вреде наркотиков, курения, алкоголя, о здоровье

Наркотики - война без взрывов.

Наркотики убивают в людях человечность.

Наркомания - это многолетнее наслаждение смертью. (Франсуа Мориак)

Нам сегодня нужно подумать о том, как на современном уровне, без занудства и пошлости пропагандировать здоровый образ жизни» (Дмитрий Медведев).

«Результатом нашей работы должна стать осознанная молодым поколением необходимость в здоровом образе жизни, в занятиях физической культурой и спортом. Каждый молодой человек должен осознать, что здоровый образ жизни – это успех, его личный успех» - Владимир Путин.

Итог

- К чему приводит употребление наркотиков?
- Как вы думаете, могут ли наркотики и токсикомания лишить чего-то человека?
- Какие основные жизненные ценности человека вы знаете?

В заключение мне бы хотелось рассказать вам одну притчу.

В ДАЛЕКОМ-ДАЛЕКОМ ПРОШЛОМ, КОГДА ТАБАК БЫЛ ТОЛЬКО ЗАВЕЗЕН ИЗ ДАЛЬНИХ СТРАН, У ПОДНОЖИЯ ГОРЫ АРАРАТ, ЧТО В АРМЕНИИ, ЖИЛ ОДИН СТАРЕЦ, ДОБРЫЙ И МУДРЫЙ БЫЛ ЧЕЛОВЕК. ОН СРАЗУ НЕВЗЛЮБИЛ ЭТО ОДУРМАНИВАЮЩЕЕ РАСТЕНИЕ И УБЕЖДАЛ ЛЮДЕЙ НЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЕГО.

ОДНАЖДЫ СТАРЕЦ УВИДЕЛ, ЧТО ВОКРУГ ЧУЖЕЗЕМНЫХ КУПЦОВ, РАЗЛОЖИВШИХ СВОЙ ТОВАР, СОБРАЛАСЬ ОГРОМНАЯ ТОЛПА. КУПЦЫ КРИЧАЛИ НАПЕРЕБОЙ: «БОЖЕСТВЕННЫЙ ЛИСТ, БОЖЕСТВЕННЫЙ ЛИСТ – В НЕМ ЕСТЬ СРЕДСТВО ОТ ВСЕХ БОЛЕЗНЕЙ!»

ПОДОШЕЛ МУДРЫЙ СТАРЕЦ К ТОЛПЕ И СКАЗАЛ: «ЭТОТ БОЖЕСТВЕННЫЙ ЛИСТ ПРИНОСИТ ЛЮДЯМ И ДРУГУЮ ПОЛЬЗУ: К КУРЯЩЕМУ В ДОМ НЕ ВОЙДЕТ ВОР, ЕГО НЕ УКУСИТ СОБАКА, ОН НИКОГДА НЕ СОСТАРИТСЯ».

КУПЦЫ ОБРАДОВАЛИСЬ СТАРЦУ И, УЛЫБАЯСЬ, ПОВЕРНУЛИСЬ К НЕМУ.

- ТЫ ПРАВ, О МУДРЫЙ СТАРЕЦ! – СКАЗАЛИ ОНИ. – НО ОТКУДА ТЫ ЗНАЕШЬ СТОЛЬ МНОГО О ЧУДЕСНЫХ СВОЙСТВАХ БОЖЕСТВЕННОГО ЛИСТА?

МУДРЕЦ ПОЯСНИЛ: «ВОР НЕ ВОЙДЕТ В ДОМ КУРЯЩЕГО ТОЛЬКО ПОТОМУ, ЧТО БУДЕТ ВСЮ НОЧЬ НАПРОЛЕТ КАШЛЯТЬ. ЧЕРЕЗ НЕСКОЛЬКО ЛЕТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭТОГО БОЖЕСТВЕННОГО ЛИСТА (КУРЕНИЯ) ЧЕЛОВЕК ОСЛАБЕВАЕТ И БУДЕТ ХОДИТЬ С ПАЛКОЙ. А КАКАЯ СОБАКА УКУСИТ ЧЕЛОВЕКА, В РУКАХ КОТОРОГО ПАЛКА?! И, НАКОНЕЦ, ОН НЕ СОСТАРИТСЯ, ИБО УМРЕТ МОЛОДЫМ...»

ОТОШЛИ ЛЮДИ ОТ ЧУЖЕЗЕМНЫХ КУПЦОВ, ЗАДУМАЛИСЬ...

- Я предлагаю и вам задуматься о том, что ваше здоровье во многом зависит от вас. Каждый из вас является хозяином своей жизни и своего здоровья. За вас вашу жизнь никто не проживет: ни родители, ни педагоги, окружающие и заботящиеся о вас, ни кто-нибудь другой. Как каждый из вас решил, так все и будет. И я надеюсь на то, что вы все-таки сможете выбрать верный путь и следовать ему в жизни, несмотря ни на что, потому, что ваше здоровье – только в ваших руках.

Всегда помните о том, что наркотики лишают надежды, радости, свободы, а главное – они лишают человека жизни!

Про наркотик говорят,
Это очень страшный яд!
Принимаешь-умираешь,
Ничего не понимаешь.
Что ты губишь жизнь свою?
Так, зачем употребляешь, чтобы
Только кайф поймать?
Постарайся ты понять,
Что не только этим можно своё
Время убивать!
Что ж решать тебе, не нам:
Или спортом заниматься
Или травкой увлекаться.
Я надеюсь, ты поймёшь,
Что на свете жизнь прекрасна
И не трать её напрасно,
На табак и наркоту,
Жизнь и молодость свою!

Список использованной литературы:

1. Классные часы. 11 класс. / Сост. Н. И. Еременко. - Волгоград: Учитель - АСТ, 2004.
2. И.Г. Ураков «Наркомания: мифы и действительность»
3. Н.Н. Исмуков «Без наркотиков»
4. Н.Б.Коростелёв «От А до Я»
5. Энциклопедия «Я познаю мир – Медицина»
6. Интернет – сайты:
7. <http://slovari.yandex.ru/>: книги/БСЭ/Наркомания/
8. <http://rsmu.ru/5300.html>: Цитаты известных людей о здоровом образе жизни, вреде алкоголя, наркотиков и курения.
9. <http://russlav.ru/index.html>: Наркотики, алкоголизм, курение – сайт RusSlav – все о вреде наркотиков, вред алкоголя, вред табакокурения.