**Сценарий классного часа: «Влияние на организм вредных привычек».**

**Целевая аудитория: школьники 14-17 лет**

**Цель**: показать подросткам реальную картину негативного воздействия наркотических веществ; уберечь подрастающее поколение от наркотической зависимости, сделать правильный выбор в сторону здорового образа жизни; дать информацию ребятам об основных видах наркотиков.

**Задачи**:

* провести профилактическую работу с подростками о вреде наркомании;
* учить ребят стойкому поведению при давлении подростков «умей сказать нет»;
* создать внутри класса благоприятную атмосферу негативного отношения к наркотикам и лицам, употребляющим наркотические вещества;
* повысить у сверстников положительный интерес к здоровому образу жизни, предложить взамен совместные оздоровляющие мероприятия.

**Аннотация:**

В настоящее время общество бьет тревогу в связи с растущей наркоманией среди молодежи, которая достигла ужасающих размеров.Первая и важная потребность человека – это стремление к полному физическому и психическому здоровью, которое обеспечит ему способность к труду, гармоничному развитию, познанию окружающего мира, самоутверждению. Именно поэтому считаем, что прилагаемый проект пополнит знания подростков о губительном вреде наркотических веществ.

Представленный исследовательский проект направлен на снижение интереса у подростков и молодежи к наркотикам и наркотическим веществам.

В проекте используются викторина, видеофильм, которые должны возыметь негативные впечатления об увиденном. Содержание проекта носит поучительный характер, основан на принципах нравственности, призван защищать молодежь от негативного воздействия наркотиков.

**Актуальность и важность темы**:

В настоящее время по данным статистики каждый десятый российский школьник хотя бы раз пробовал наркотик. Ежегодно умирают больше тысячи потребителей наркотиков (основная причина – передозировка). Не уменьшается и число подростков, принимающих алкоголь и токсические вещества. Минздрав РФ бьет тревогу о возрастающей цифре детского и подросткового употребления наркотиков. Согласно проведенным социологическим исследованиям систематически употребляют наркотики свыше 2-х миллионов россиян, пробовали их около 4-х миллионов. Это впечатляющая цифра. Злоупотребление наркотиками стало одной из важнейших мировых проблем.

**Введение.**

В нашем классе есть ребята, которые состоят в «группе риска». Они часто пропускают занятия в школе, курят, употребляют алкоголь. Есть ребята, которые уже пробовали наркотик, а один ученик связан с группой, распространяющей наркотики, был осужден, но выпущен в связи с амнистией. По нашим наблюдениям жизнь таких ребят безрадостна: они часто болеют, у них постоянно возникают какие-то проблемы со сверстниками, родителями, ребятами в школе, учителями. И хотя с ними проводится работа со стороны инспекторов по делам несовершеннолетних, лучше они становятся только на какое-то время, а потом все начинается снова. Видя все это, нам кажется, что эту проблему надо решать всем миром, об этом надо кричать, говорить, ведь это не только наша проблема или отдельного человека. Это проблема нашего общества. И если мы все будем обращать на это внимание, помогать друг другу адаптироваться к современным условиям, находить выход из этой социальной проблемы, может быть, что-то сдвинется с «мертвой точки». В своем проекте мы с друзьями хотим внести свою долю в решении социального зла, предложить задуматься о том, что в современном мире сейчас модно вести здоровый образ жизни. Мы считаем, что это очень нужная и важная работа, и она пригодится не только нашему классу, но и будет полезна нашей школе.

**Статистика нашей школы.**

По данным соцпедагогов нашей школы миссия ВСОШ направлена на социально-педагогическую реабилитацию подростков «группы риска» и молодёжи с низкой мотивацией к обучению.

В 2013-2014 учебном году в нашей школе есть ребята, которые имеют нарушения в психическом и эмоционально-личностном развитии, допускают пропуски занятий по неуважительной причине, дисциплинарные и административные нарушения, совершали преступления. В школе учатся 25 процентов детей из неблагополучных семей, а это высокий риск попадания в «группу риска».

**Учитель:** – Мы собрались на внеклассное мероприятие, которое проведём в форме проекта. Проектом занимались ребята и сегодня они вам представят свой работу. Проект разработан в рамках акции: «Сообщи, где торгуют смертью».

**Историческая справка.**

Слово «наркотик» происходит от греческого «наркотикос» - приводящий в оцепенение, одурманивающий. Первые исторические записи о далеком прошлом рода человеческого содержат данные о том, что практически все народы, начиная с доисторического периода, употребляли наркотики растительного происхождения по причине их необычных способностей – менять взгляды на мир и иллюзорно исполнять желания, тем самым укрепляя веру человека в могущество сверхъестественных сил.

Существует гипотеза, что еще в раннем палеолите (40000-10000 лет до н.э.) состоялось первое знакомство человека с наркотиками. Из документов и доисторических справок известно, что шумеры, китайцы, индийцы, древние греки, ацтеки и племена Сибири хорошо знали действие некоторых наркотиков, используя их для своих целей.

Гомер, великий древнегреческий поэт, две с половиной тысячи лет назад написал в одной из своих поэм писал, что Елена, дочь Зевса, подливала солдатам в вино какие-то соки, под действием которых они забывали о страхе и боли.

Древние культуры использовали в религиозных целях галюциногенные грибы. Некоторые сибирские племена с целью достижения экстаза и религиозных видений поедали во время ритуальных обрядов мухоморы. Викинги также хорошо знали этот гриб, и чтобы повысить боеспособность и разжечь в себе ненависть к неприятелю они употребляли его перед схваткой.

Кроме одиночных географических очагов употребления различных веществ, обладающих психоактивными свойствами, Европа не знала большинства сильнодействующих наркотиков до конца восемнадцатого века, пока крестоносцы не привезли с Ближнего Востока опиум.

1938 год стал очень важным для истории наркомании. В этом году

швейцарскому химику Альберту Хоффману удалось синтезировать лизергиновую кислоту, что явилось началом массового употребления наркотиков в размерах, которые до этого не имели прецедента в истории человечества.

Наркотики присутствуют и в классических культурах и в современных цивилизациях - от тундры до экваториальных джунглей, - и это свидетельствует о вечном стремлении человека к преодолению своего несовершенства и к тому, что б побывать хотя бы ненадолго, в стране, которая существует только в мечтах. К сожалению, иллюзия длится недолго, а пробуждение приносит и ещё более мучительное ощущение отчужденности. Из-за этого наркомания перестаёт быть в наше время проблемой одной личности и приобретает черты социальной проблемы.

**Общая картина наркомании.**

Злоупотребление наркотиками часто сочетается с различными отклонениями от нормы в сфере психики. У подростков это - зачастую воспитаниев неполной семье, отсутствие социально ориентированных интересов,стремление к самоутверждению. Основная цель наркомана - достичь эйфории. Исследователи считают, что на одного зарегистрированного наркомана приходится 5-10 незарегистрированных. К наиболее тяжелым наркотикам относят опиаты, особенно героин т. к. они вызывают сильную физическую зависимость.

Болезнь развивается по стадиям, скорость становления наркомании зависит от биологических особенностей человека, способа введения и частоты приёма наркотика, а также от вида употребляемого вещества. В первой стадии наркомании больные ещё способны скрывать злоупотребление наркотиками. Основной симптом этой стадии - индивидуальная психическая зависимость, проявляющаяся в желании регулярно вводить наркотик.

На приобретение наркотика требуются деньги - появляются криминальные формы поведения. Героин вызывает зависимость после 2-3 внутривенных введений. Главный признак устойчивого привыкания - потребность вводить наркотик внутривенно дважды в день.

Последняя стадия характеризуется потерей интеллекта, деградацией личности, изменениями во внутренних органах, постоянной потребностью в наркотике, увеличением вводимой дозы.

Родителям нужно обязательно обратить внимание на поведение их ребенка: если оно заторможено, речь и движения замедленны и затруднены, или же наоборот ребенок неестественно суетлив, двигательная активность увеличена, движения резки и несогласованны. Лицо неестественно бледное или красное, зрачки расширены, либо максимально сужены (изменения зависят от вида употребляемого наркотика). Возможно появление на руках (ногах) синяков ирубцов после внутривенных инъекций. Если изменения в поведении стали постоянны, нужно обязательно обратиться к врачу, пока можно ещё чем - то помочь.

Пожалуй, самый сложный вопрос- излечивается ли наркомания? С точки зрения обывателя - да.

С точки зрения медиков и психологов этот на вопрос сложно ответить. От физической зависимости медики могут избавить довольно быстро, а вот психологическая зависимость снимается крайне трудно: вероятность, что наркоман снова «сядет на иглу» реально существует. Медики считают, что даже перерыв в приеме наркотиков на 6-10 месяцев - замечательный результат. А что потом? Далее сложный этап борьбы и очень часто безуспешный - борьба с психологической зависимостью. Даже у суперпрофессиональных медиков более 50% больных вновь «садятся на иглу».

– Мы провели анонимное анкетирование в нашей школе. С результатами можно ознакомиться на слайде**.**

**Просмотр видеоролика. Вопросы после просмотра:**

- Что распространяли ребята?

-Почему их ребята из группы догнали?

-Почему они их заставили заняться спортом?

-Какой вывод они сделали после этого?

-Как вы думаете, они последуют советам ребят?

**Рустам**: - Я хочу рассказать вам о пьянстве, т.к.по статистикеэто наиболее часто употребляемое пристрастие.

**Наркотики и преступления.**

Наркотики - то не только удовольствие, зависимость, потеря здоровья , смерть , но это преступления . Рано или поздно любой наркоман сталкивается с проблемой - где взять деньги на дозу и, когда семейные возможности исчерпаны , остается один выход - украсть. Это повторяется вновь и вновь и исход бывает только один - тюрьма. Кроме того, продажа наркотиков - самый, крутой, бизнес.

На наркобизнес в одной только России работают сотни тысяч, может быть, даже миллионы людей! Схема проста: на каждого оптового торговца трудится 6-7 заготовителей наркотиков и 5-10 гонцов-перевозчиков. Потом оптовик продает товар 5-6 своим сбытчикам, каждый из которых обслуживает, 15-20 наркоманов. Самое интересное начинается на нижней ступеньке наркобизнеса.Наркоман-распространитель покупает мелкую партию и продает своим знакомым - так он окупает свой «кайф». Чтобы выжить он «подсаживает» знакомых на иглу. Один наркоман за полгода «подсаживает на иглу» 10-15 незадачливых любителей острых ощущений.

Мы считаем, что страна, где процветает наркомания, не имеет будущего, потому что подрастающее поколение не может работать, учиться, изобретать, продвигать вперед экономику своей страны.

**Рустам:** - Я хочу рассказать вам о пьянстве, т.к. по статистике это наиболее часто употребляемое пристрастии.

**Анкетирование**.

Перед началом работы над проектом мы провели анкетирование среди учеников нашей школы с целью изучения проблемы алкоголизма и наркомании в школьной среде. Нас интересовало отношение ребят к данной проблеме.

**Анонимная анкета для подростков.**

1. Что такое наркомания и алкоголизм: болезнь, вредная привычка или преступление?

2. Почему подростки употребляют наркотики и алкоголь? Есть ли у них оправдание?

3. Чай, кофе, сигареты – это наркотики?

4. Как ты относишься к наркоманам и алкоголикам: ненавидишь, равнодушен, сочувствуешь?

5. Приведите самый сильный по вашему мнению аргумент в пользу отказа от наркотиков.

6. Когда вы впервые познакомились с алкогольными напитками и табакокурением?

7. Имеется ли у вас опыт употребления наркотиков, табакокурения, токсикомании или приема алкоголя?

8. Как вы к этому относитесь: негативно, «сквозь пальцы», вам безразлично?

9. Считаете ли вы, что все эти вредные привычки опасны для здоровья?

10. Как вы думаете, почему подростки начинают пить?

11. Что можно использовать в качестве альтернативы употреблению наркотических веществ?

**Пить, курить – смердом быть!**

Алкоголизм и курение – явление не редкое в молодёжной среде. Пить пиво считается безобидным занятием. Но так ли это?

Алкоголь и табакокурение влияет на мозг, а мозг у человека не безразмерен. Наверно, поэтому, в телерекламе шоколада «Натс» предлагается: «Заряди мозги, если они есть». Только откуда им взяться? Похмелье – это не что иное, как процесс, связанный с удалением из головного мозга погибших нервных клеток. Принимавший вечером алкоголь, на следующее утро, в буквальном смысле слова, «мочится» своими собственными мозгами, а после пива особенно сильно. Специалисты подчёркивают точность этого высказывания.

Через 5 -10 минут после приёма алкоголя он всасывается в кровь и разносится по всему организму. Алкоголь - яд для любой живой клетки и очень скоро расстраивает работу тканей и органов. Быстро сгорая, он отнимает у них кислород и воду. Клетки сморщиваются, деятельность их затрудняется и в конце концов, погибают. Под действием алкоголя нарушается чуть ли не все физиологические процессы в организме, а это может привести к тяжелым заболеваниям. Перерождается ткань печени, почек, сердца, сосудов и др. Быстрее и губительнее всего алкоголь действует на клетки головного мозга, разрушая в нёмкровеносные сосуды и нервные клетки. Вот почему человек деградирует.

**Алкоголизм делает больше опустошения, чем три исторических бича, вместе взятые: голод, чума, и войны. У. Гладстон.**

**Задание:** На доске пословицы в полном беспорядке – приведи всё в соответствие. Табак уму… не товарищ. Пьяница храбрится, а проспится… – свиньи боится. Курильщик – сам себе… могильщик. Вино пить – … добру не быть. Курить – … здоровью вредить. Выпьешь вина, так убавишь ума.

**Пословицы об алкоголизме**

Был Иван, а стал Болван, а все винцо виновато.  
Вешний путь не дорога, а пьяного речь — не беседа.  
Вино полюбил семью разорил.  
Вино приходит, стыд уходит.  
Где винцо, там и горюшко.   
Где опьянение, там и преступление.  
Где пьют, там и льют. Пить за чужое здоровье, теряя свое — как это самоотверженно

**- Многие ли замечают, что это уже не нормы человеческого общества?**

**- А вы, ребята. Можете сказать твердо «нет»?**

**-** Мне хочется рассказать вам о вреде **курения. ( Пономарёв Александр)**

История отабачивания России моложе, чем история её спаивания.

В Европе Пётр Первый пристрастился к никотиновой зависимости, и с 1697 года стал насаждать табакокурение. Считавшееся до этого богомерзким действием. До него в России, в царствование Михаила Фёдоровича (по его указу был запрещён ввоз водки в Россию), уличённых в курении наказывали шестьюдесятью ударами палкой по стопам. Вторично улич ённым отрезали нос и уши. А после опустошительного пожара в 1634 году, причиной которого было курение, оно было запрещено под страхом смерти. По данным исследованияроссийских медиков, статистика последствийтабакокурения не менее страшна, чем от наркомании.

Суть вредоносности и богомерзкоститабакокурения заложена в самой этимологии этого слова.

У подростков существует ложная установка: «Не куришь – значит, не мужчина».Это самообман! Настоящие мужчины не курят! От курильщиков исходит омерзительный запах: смесь табачного перегара с запахом разлагающихся тканей трахеи и лёгких, т.е. курильщик разлагается заживо!Они не понимают, что они смердят, т.е. они – смерды (в изначальном звучании «смерты» от слова «смерть» плюс «ты»)

Кстати говоря, их психическое здоровье проверить совсем нетрудно. Лишите их «смердячей радости» и вы не узнаете этих людей! Сначала они будут требовать вернуть сигареты, потом у них начнутся «ломки» и они кинутся отнимать у вас вплоть до драки.И это ради того. Чтобы принять яд! Психически нормальный человек, не страдающий наркотической зависимостью, такого себе не позволит.

**Стихи о курении**.

Твоё имя – сигарета,

Ты красива, ты сильна,

Ты знакома с целым светом.

Очень многим ты нужна.

Мозг и сердце ты дурманишь

Молодым и старикам.

Независимо от знаний.

Скажем прямо слабакам:

Запомни, человек не слаб,

Рождён свободным, он не раб.

Сегодня вечером, как ляжет спать,

Должен так себе сказать:

«Я выбрал сам себе дорогу к свету

И, презирая сигарету,

Не стану ни за что курить.

Я - человек! Я должен жить!

**Викторина.**

1. Когда Россия впервые познакомилась с табаком?(Через англичан в 1585 году)
2. Как наказывали курильщиков при царе михаиле Фёдоровиче Романове? (Ударами по пяткам, а вторично уличённым отрезали уши и вырывали ноздри)
3. Во время Петра Первого говорили: кто курит табак, тот хуже… (свиньи, козы, собаки,серого волка)
4. Пассивное курение опасно для здоровья?
5. Какое влияние на потомство оказывает употребление наркотиков?
6. Какое изнурительное наказание ждёт юного курильщика в школах Китая? (мытьё полов, бег на 1,5 км., занятие на велотренажёре)
7. Закончите пословицу: Хлеб на ноги ставит, а вино - …( с ног валит)
8. Назовите внешний вид наркомана.
9. Сколько в среднем живёт наркоман?

**Стихотворение о наркомане.**

Цвет лица землист. А он не старый…

В доме холод, грязь и тишина…

Дети – в школе умственно отсталых

А в психиатрической – жена.

Слаб и вял он, словно из мочала

Сотворён… А он при том при всём

Человеком был сначала,

Тенью человека стал потом.

**Учитель: - В жизни много соблазнов. Много таких ситуаций, когда попадаешь в такие условия, где можно проявить свою слабость.**

**Как не попасть в ситуацию риска.**

-Прежде чем приобрести наркотик или закурить, подумай, как это скажется на твоём здоровье и нужно ли это тебе;

-если это уже произошло, представь, в какой омут ты попал, обратись за помощью к взрослым;

-послушай рассказы бывших наркоманов о последствиях наркомании, ведущей к ранней смерти и преступлениям;

-принимайте участие в мероприятиях, направленных на профилактику вредных привычек;

-лучше отказаться от наркотика один раз, чем мучиться и рано умереть;

-алкоголизм не так безобиден, как кажется, и является хорошим «растворителям» друзей, здоровья, будущего.

**Заключение.Наши предложения по предупреждению вредных привычек:**

-вести здоровый образ жизни;

-заняться интересным делом;

-общаться со сверстниками-единомышленниками;

-путешествия;

-участия в различных интересных конкурсах, мероприятиях.