

Тема: Наркомания - шаг в пропасть.

Цель: получение новых знаний о наркотической зависимости и ее последствиях; познакомить с фактами распространения наркомании среди подростков.

Задачи:

- дать учащимся основные сведения о наркотических веществах;
- установить, что наркомания – это поражение личности, которое сопровождается осложнением физического здоровья;
- способствовать развитию навыков уверенного отказа от употребления наркотических средств.

Оборудование: презентация «Наркомания - шаг в пропасть», кинофильм «Наркотики. Секреты манипуляции».

Ход работы:

Сколько печальных минут в этом мире,

Сколько проблем и забот.

Неумолимо, все шире и шире,

Круг обреченных растет.

Круг из забвенья, из пойманных в сети

Смертной, пустой тишины.

Кто с реди них! И подростки, и дети.

Цели их жизни просты:

Взять и уйти в нереальности скрыться,

Встретить фантазии сон.

Незамечать надоевшие лица,

Мир. Для чего нужен он?

Кажется все незабвенно, красиво.

Но ярко пылающий свет,

Тот, что жить обещает счастливо,

В черное платье одет.

Анна Арькова

Сегодня мы поговорим с вами о страшной трагедии нашего века - о наркомании и наркотиках. И называется наша тема «Наркомания - шаг в пропасть».

Наркомания... Страшнейшая из зол, которая проникает все больше и больше в нашу жизнь. Это болезнь, которую человек выбирает себе добровольно, превращая себя в социальный труп. Приобретение и употребление дурманящих веществ становится смыслом его жизни. Более того, наркоман стремится приобщить к своему увлечению других.

Недаром наркоманию еще называют эпидемическим неинфекционным заболеванием. Как уберечь себя и своих близких от этой «белой чумы»? Как не пойти на поводу у ложных мировоззрений? Как не попасть в среду наркоманов? Как противостоять этой мании и остаться человеком достойным и счастливым? Поговорим о причинах наркомании, о вредном влиянии наркотических средств на организм человека.

Что такое наркомания?

Греческое «*narke*» означает оцепенение, а «*mania*»-безумие, сумасшествие. К наркотикам относятся всё, что вызывает быстрое привыкание, зависимость и неконтролируемое влечение. В последнее время наркомания захватила молодое поколение. Белый наркотик называют «Белой смертью».

Наркотики – это сильнодействующие вещества, преимущественно растительного происхождения, вызывающие возбужденное состояние и парализующие центральную нервную систему.

Кто такой наркоман?

Наркоман – пещерный человек, обычно живет до 30 лет. Наркоманами становятся и остаются обычно те люди, у кого недостаток физических, духовных сил для того, чтобы бороться за хорошую жизнь, найти свое место в жизни. Став наркоманом, человек уже не отвечает за свои поступки. Он становится раздражительным. Часто наркоманы совершают кражи, другие преступления. Наркоманы становятся больными людьми. У таких людей рождаются больные дети. Попробовав наркотики 1 раз, человек становится обреченным на постоянное их употребление и короткую жизнь.

Какие изменения происходят с людьми употребляющими наркотики?

Наркотики воздействуют на головной мозг. Сначала они оказывают положительный результат. Движения и речь становятся более оживленными, кровяное давление повышается, сердце бьется чаще, дыхание ускоряется. Но скоро наркотик начинает действовать на мозг угнетающе: притупляется способность думать, наблюдать, быть внимательным. Человек не контролирует свое поведение, а поэтому может совершать поступки, которые наносят вред окружающим его людям.

Рассмотрим подробнее влияние наркотиков на организм человека.

Воздействие на головной мозг. Доказано, что наркотики воздействуют на центр в головном мозге, который отвечает за «ощущение». При этом происходит выброс дофамина в кровь и человек чувствует возбуждение.

Но наркотики отрицательно воздействуют на организм человека. Прежде всего, они снимают боль и снижают болевой порог чувствительности.

Это равносильно снятию «службы охраны».

Воздействие на дыхательную систему Наркотики воздействуют на дыхательный центр и хеморецепторы, которые отвечают за количество кислорода в крови, не реагируют на углекислый газ и происходит кислородное голодание организма. Наркоманы часто умирают от паралича дыхательного центра в результате передозировки.

Наркотики также влияют на кашлевой центр. Кашель – это защитная реакция нашего организма, но у наркоманов отключается защитный механизм кашля.

Воздействие на пищеварительную систему. Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения, у наркоманов притупляются все вкусовые и обонятельные ощущения, снижается аппетит, уменьшается выработка ферментов, желчи, желудочного и кишечного соков.

Пища не в полной мере переваривается и усваивается. Наркоманы обрекают себя на хроническое голодание и имеют дефицит веса.

Как вы думаете, почему люди принимают наркотики?

Так давайте попробуем теперь разобраться в причинах, которые толкают человека к наркотикам

В основном люди с помощью наркотиков рассчитывают

Взбодриться или расслабиться.

Одни наркотики, являются возбуждителями. Принимая их, человек чувствует возбуждение, прилив сил, готов бодрствовать целые сутки. Другие вещества – называются «успокоителями», они оказывают расслабляющее действие.

Из любопытства. У каждого человека в жизни должна быть цель, каждый из нас должен к чему-то стремиться. Наркоманы – люди без будущего, они думают только о наркотике, сам наркотик разрушает их мозг, легкие, печень, а мысли о нем отбирают силы и разум.

От одиночества.

Бытуют мифы, которые распространяют и торговцы наркотиками, и наркоманы со стажем. Часто идя на поводу этих мифов многие подростки либо сами попадают в среду наркоманов и быстро в нее погружаются, либо толкают «в пропасть» своих товарищей (вольно или невольно). Поэтому эффективной борьбы с наркоманией необходимо целенаправленно разоблачать упомянутые мифы, к числу которых относятся следующие утверждения:

Миф первый: «Ничего не случится, если ты попробуешь только один раз».

Наркотические вещества обладают способностью влиять на психику так, что зависимость может возникнуть у одного человека после первого же употребления, у другого - после нескольких. У кого из нас есть уверенность в том, что именно он - тот, кто избежит привыкания после первого приема?

Миф второй: «Существуют «тяжелые» и «легкие» наркотики. Ты можешь и не колоться, а только покурить анашу или пить манагу. А это - кайф без последствий».

безопасных наркотиков не бывает. Кроме психологической зависимости наркотики обладают способностью вызывать физическую зависимость. И тогда становится необходимой все большая и большая доза для того, чтобы получить кайф, к которому стремится наркоман. Доза от количества переходит и в новое качество. Человек начинает потреблять сильнодействующие вещества внутривенно.

Миф третий: «Я всегда могу завязать, если захочу».

«Захочу» - не значит сделаю. Поэтому у этой фразы есть и другая часть - «Я могу». А суметь-то как раз сложно. Ибо уже возникла физическая и психическая зависимость. Для того, чтобы изменить свою жизнь нужна сила воли. Наркоман не способен к волевому усилию.

Миф четвертый: «наркотики дают возможность интеллектуального развития, проникновения тайны мироздания, в тайны собственной психики».

О каком интеллектуальном развитии, озарении можно говорить, когда после долго употребления наркотиков личность распадается не только в психическом плане, но и происходят физические изменения в головном мозге. Нарушаются память, внимание, способность чувствовать и ощущать окружающее, способность здраво мыслить и адекватно оценивать мир и себя в этом мире.

Миф пятый: «Наркомания полностью излечима на любой её стадии»

Наркотическая зависимость подразделяется на 3 стадии, так называемые «Круги Ада». Успешному лечению поддается только первая стадия, частично – вторая.

Третья стадия практически неизлечима, а любое лечение, как правило, даёт кратковременный эффект.

Сейчас предлагаю Вам посмотреть фильм о наркомании.

Упражнение.

Предлагаю разделить на три команды.

Задание командам - придумать и разыграть ситуацию, когда человека заставляют применять наркотики. Каждая команда выбирает героя. Задача команды - уговорить героя, а задача героя устоять. На обдумывание ситуации дается 3 минуты.

#### Задание №1

1 вариант. Ты идешь на дискотеку и встречаешь ребят, которые предлагают тебе красивую таблетку.

2 вариант. В школьном дворе тебя подозвали ребята и предложили попробовать травку.

3 вариант. Вечером, возвращаясь, домой, ты сталкиваешься на лестничной площадке с компанией соседских ребят, все они курят, протягивают сигарету и тебе. Но запах дыма сигареты странный.

Вывод:

Как можно избежать наркомании?

Не прикасайтесь к наркотикам, не берите их в руки, не кладите в карман или сумку, не прячьте, не передавайте другим. Учтите, что наркоманы – подлые люди. Они могут дать наркотики на хранение и сами донесут, чтобы отвести подозрение от себя. Найдите в жизни любимое занятие и тогда наркотики не найдут в ней места. Наш классный час подошел к концу, надеюсь, вы узнали, почему наркотикам нужно сказать - НЕТ!