



7 – б класс

Классный час

«Твое здоровье и наркотики»

7 – б класс, классный руководитель Цацаева Х.М.

Цель:

1. сформировать ценное отношение к своему здоровью;
2. сформировать представление о влиянии наркотиков на здоровье;
3. ознакомить с информацией об уголовной ответственности за незаконный оборот, употребление наркотиков;
4. ознакомить с информацией о способах конструктивного отказа от наркотиков.

Задание:

Помочь детям развивать в себе привычку к здоровому и творческому образу жизни;

Выработать умение правильно делать обоснованные выводы.

К концу занятия учащиеся должны:

- Владеть информацией об уголовной ответственности за незаконный оборот, употребление наркотиков;
- Быть убежденными, что жить без наркотиков – более предпочтительно;
- Владеть информацией о способах конструктивного отказа от наркотиков.

Ход классного часа:

1. Организационный момент

Мифы о наркотиках

(если Вы согласны – аплодисменты, если нет – топчем)

Кое-кто считает, что ...

- * В жизни все надо попробовать, в том числе и наркотики...
- * Есть люди, которые принимают наркотики много лет и прекрасно живут
- * У большинства людей возникают проблемы с законом из-за наркотиков
- * Легкие наркотики принимать можно, это безопасно...

- * Наркотики делают людей свободными
- * Наркотики помогают решать жизненные проблемы...
- * Наркотики придают жизни разнообразие и скрашивают ее
- *Наркотики – это болезнь*
- * Наркотики часто принимают сильные и смелые люди
- * Употреблять или не употреблять наркотики — личное дело, и нечего в него соваться
- * Чистые наркотики безвредны
- * *Наркотики – пожизненная ломка. Не ломай себе жизнь!*

II Информационный блок. Сообщения учащихся

Здоровье – это наше будущее. Серьезной проблемой государства и общества являются человеческие пороки, такие как алкоголизм, наркомания, токсикомания, социальные болезни. Их распространение в молодежной среде принимает угрожающие масштабы. Чрезмерное употребление алкоголя, психоактивных веществ ведет к деградации личности, разрушению нравственных основ общества.

Средняя продолжительность жизни в России: женщины – 68 лет, мужчины – 57 лет. Почему же люди так рано умирают? В последние годы продолжительность жизни стала сокращаться, основными причинами преждевременной смерти являются табак, алкоголь, наркотики.

На свете нет идеальных людей, мы не рождаемся с пороками, мы их приобретаем всю жизнь. Главное достоинство человека – умение искоренить недостатки, омрачающие нашу жизнь и жизнь близких нам людей. Учиться этому нужно с детства.

Из истории (слайд 7, сообщения учащихся)

Знакомство человека с наркотиками произошло около 40 тысяч лет назад. Люди, жившие в разные эпохи, по-разному относились к наркотикам. Потребителями наркотиков в старину были жрецы, шаманы и знатные люди. Древние египтяне готовили из мака снотворное. Они получали **опиум** и употребляли его, желая уснуть или приглушить боль. Врачи древности использовали наркотики для лечения душевных заболеваний.

Гиппократ считал опий весьма эффективным лекарством. В Европе первым лечебное средство, изготовленное из опиума, применил швейцарский врач

Парацельс. Опиум он назвал камнем бессмертия. В 1805 году аптекарь Зертюрнер выделил первый алкалоид опиума и дал ему название "морфин" в честь Морфея, греческого бога сна. Когда же была изобретена игла для подкожных инъекций, возникло ошибочное и опасное заблуждение, что такое введение препарата не вызывает привыкания, но этот метод ускорил возникновение морфинизма и в XIX веке можно уже говорить о массовом употреблении наркотиков. Героин, который оказался в три раза сильнее и во много раз опаснее, был впервые произведен в 1898 году в Германии, потеснил морфин и его распространение приняло в Европе, а затем и в США, эпидемический характер. В отличие от опиума, действие которого длится 10-12 часов, героин имеет быстрый и кратковременный эффект, что заставляет наркомана делать инъекции каждые три часа.

С незапамятных времен известно наркотическое действие некоторых веществ, получаемых при переработке конопли. Они имеют разнообразные названия: банг, коннабис, марихуана, гашиш.

Еще в XII веке Эби Бейтар отмечал, что гашиш в больших дозах приводит к бреду и безумию, а в конечном итоге - отупению и слабоумию. Само название "марихуана" происходит от португальского "марижуанго" - отравитель.

О вреде наркотиков (слайд 14 – 21) (слайд 11)

Упражнение «Марионетка»

Предлагаю Вам сейчас попробовать себя в роли очень зависимого человека. Для этого разбейтесь на пары. Один из Вас будет марионеткой, другой – ведущим. «Марионетка» подчиняется ведущему и не может ничего говорить. Теперь ведущему дается задание – провести «марионетку» по классу с помощью одной руки (рука кладется на спину «марионетки»). Потом ученики меняются ролями.

Рефлексия:

- Кем Вам понравилось быть больше? Почему?

- Какие чувства у Вас были, когда Вами управляли? Можно назвать их приятными?

Примерно такие же ощущения у человека, который начал употреблять наркотики. Он уже не управляет собой, им управляет наркотик. На 1, 2 этапе зависимости остановиться можно (и это реально), а вот можно ли остановиться на 3 этапе – большой вопрос. Для этого нужно иметь очень сильную волю и яркую звезду перед собой (это может быть любимый

человек, работа, учеба, семья). Но самое страшное, что каждый день, каждую минуту и секунду человек подвергается соблазну взять в руку шприц или сигарету. 96 % наркоманов, прошедших лечение, возвращаются к употреблению наркотиков. Как Вы считаете, что мы можем сделать, чтобы ни наши сверстники, ни взрослые, ни малыши не захотели употреблять наркотики? (ответы детей)

Наркотики вычеркивают таланты (слайд 21 – 24, сообщения учащихся)

Игра «Шприц»

- Вам необходимо уговорить соседа справа взять шприц, а ему необходимо тактично, но твердо отказать. Желательно, чтобы звучали разные уговоры и отказы.

Рефлексия – Как чувствовали себя в роли того, кто упрашивает и того, кто отказывает? Легко ли было подбирать форму отказа? Какие формы отказа были самыми эффективными?

Уголовная ответственность (слайд 29 – 32)

Упражнение «Я желаю Вам»

Ученики встают в круг и, держа в руках моток ниток, желают соседу справа что-нибудь хорошее, начиная со слов «Здравствуй, желаю тебе...». Передавая ниточку – слегка наматывают на палец, чтобы при замыкании круга каждый ученик был в одной цепочке со всеми.

Рефлексия: Сейчас мы с Вами в одном кругу. Мы связаны между собой этой ниточкой, мы вместе. И нам не страшно. Я хочу пожелать всем Вам, чтобы Вам никогда не было страшно и чтобы всегда рядом было плечо друга и рука поддержка.