КЛАССНЫЙ ЧАС

**ТЕМА 5. ПОЧЕМУ ВОЗНИКАЕТ ЗАВИСИМОСТЬ**

**ОТ НАРКОТИКОВ?**

**Цель занятия:** выделить проблемы, связанные с риском формирования зависимости от употребления психоактивных веществ (ПАВ); заложить основы осознанного противодействия первым случаям употребления наркотиков и других психоактивных веществ.

**Задачи:**

- повышение уровня информированности детей о проблеме наркомании;

- изменение отношения детей к зависимости от наркотика;

- формирование мотивации к сохранению здоровья.

**Форма проведения мероприятия:** беседа.

**Формы взаимодействия педагога с воспитанниками:** фронтальная, индивидуальная.

**Методы и приемы:**

- словесные (информационная беседа, вопросы, указания, объяснения);

- наглядные (показ видеоролика «Спайс»);

- метод мозгового штурма;

- практические (создание ситуаций, упражнение «Зависимость»).

**Оборудование:**листы форматом А 4 и маркеры; доска и мел; проектор мультимедиа, компьютер; стулья, расставленные полукругом.

Время: 45 минут

**ПЛАН**

I. Организационный момент.

II. Изучение нового материала.

III. Закрепление нового материала.

IV. Подведение итогов урока.

V. Домашнее задание.

**Ход занятия**

**I. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ МОМЕНТ**

Здравствуйте ребята! Сегодня мы будем общаться в непринужденной обстановке, поэтому мы сидим в кругу. Я хочу, чтобы вы сказали сами, о чем сегодня мы будем говорить. Посмотрите на доску.

На доске цитаты: «Прием наркотиков – всегда полет, но в конце – всегда падение», «Психологическая зависимость», «Ломка», «Радость, взятая взаймы».

**II. ИЗУЧЕНИЕ НОВОГО МАТЕРИАЛА**

- Ребята, какие ассоциации у вас возникают, когда слышите слово «НАРКОТИК»? *Ответы учащихся:* ломка, кайф…

Учитель: – «Я говорю – это яд!» *(пишет на доске)*. «Но почему? – это знают не все. Потому что все яды подчиняются определенным законам».

- Что такое закон? *(Ответы учащихся)*

- Правила в государстве.

Учитель: «Если я уроню ручку – она летит куда?» – «Вниз – это закон притяжения – закон природы».

Когда яд попадает в тело человека – наступает активность.

Алкоголь оказывает то же действие, это разрешенный государством наркотик. Когда организм получает активность – человеку это нравится и он еще удваивает это состояние. А это приводит к обратному состоянию, т.е. наступает вялость (сил больше у организма нет).

Человек в поиске активности еще удваивает дозировку. И это приводит к следующему состоянию, это – сон. Но это не настоящий, а наркотический сон (он не восстанавливает, это не отдых). Также действует и алкоголь.

- Давайте сравним 2 машины – сначала новые, но отношение разное, и значит состояние этих машин со временем будет разным. Также и люди, если употреблять яд, то он разрушит тело и организм. Также примерно действуют табак, кофеин; они разрушают организм. Еще виды зависимости: токсикомания.

Теперь посмотрим, что происходит, когда человек начинает употреблять яд?

- Человек становится зависим.

- Посмотрим на свою руку – есть вены и они двигаются под кожей. Между кожей и веной есть прослойка – это жир. Жир, как магнит, притягивает к себе яд. Как происходит это у человека.

Рисуем человека – кого – мальчика или девочку?

Прошло время – и тело кричит: «Мне плохо!»

Начинается очистка через мочу, кал, кожу, рвоту.

Когда в жировые клетки попадает наркотик – наркоману легче. И она продолжает – опять в кровь, опять в жир => наркодевочка.

Есть выражение – «наркоман кайфует только один раз, остальное время – лечится». У нее, наконец, наступает ломка (абстиненция) – болят все зубы, мышцы «крутит», высокая t°, понос, насморк. Нет сна 1-2 месяца, голос пропадает.

- Она уже в тоске, у нее ломки – что должна была сделать, чтобы это не произошло?

Наркоман становится преступником, у него нет друзей.

Но она хочет избавиться, но наступает ломка снова и снова.

Но она все равно хочет избавиться. Она просит родителей. Они находят деньги и отправляют на лечение на программу (6-8 месяцев).

Наконец, она выходит после лечения, в крови наркотиков нет, она чувствует себя хорошо. Но наркотик оставался в жировых клетках. Родители ее не выпускают. Потом, все-таки, ее выпустили, и друзья зовут играть в волейбол в спортзал. Она играет, двигается, жир начинает расщепляться и попадает в кровь – наркотик напоминает о себе. Она вспоминает ломки, сердится, боится. И идет по тем местам, где была раньше. Утром вспоминает и все начинается сначала.

- Чем это закончится? Каковы жизненные перспективы тех, кто начал употреблять наркотики?  *(Ответы учащихся)*

**Просмотр видеоролика «Спайс»** (2 мин. 14 сек).

Наркотическая зависимость – это процесс, содержащий 4 этапа, и как любой процесс имеет начало и конец.

Сейчас я нарисую на доске мячик, который катится вниз.

*1 этап. Первые пробы.*

На нем происходит знакомство с наркотиками.

*2 этап. Употреблять наркотики нравится.*

На этот этап попадают обычно те люди, которым «это состояние» понравилось. И мячик покатился вниз. Если человек не прекращает употребление, начинается следующая стадия развития зависимости.

*3 этап. Возникают проблемы.*

Мячик катится вниз. На этом этапе возникает физическая зависимость. Прекратить употребление на этой стадии самостоятельно практически невозможно, необходима помощь специалистов. Продолжение употребления обязательно ведет к переходу на следующий этап развития зависимости.

*4 этап. Употребление наркотиков становится целью.*

На этом этапе наш мячик попадает в круговорот, из которого выбраться трудно. Скатиться всегда просто, а вот вернуться назад очень сложно.

На этой стадии, если не прекратить употребление наркотиков, наступает смерть. Статистика говорит о том, что из 100 «заболевших» выздоравливает только 3 %, т.е. из 100 – выживают только 3.

Наркомания – это болезнь души. Наркоман не лечится: он перестраивает свою психику, адаптируется к новой жизни без наркотиков.

**III. ЗАКРЕПЛЕНИЕ НОВОГО МАТЕРИАЛА**

Выполнение **упражнения «Зависимость»** (незаконченные предложения). Цель упражнения: помочь участникам более глубоко почувствовать и пережить ситуацию зависимости.

Участникам раздается бумага и карандаши. Объясняется, что необходимо закончить следующие предложения:

1. Когда я общаюсь с человеком, зависимым от наркотиков и алкоголя, тогда я...

2. В общении с зависимыми людьми труднее всего мне бывает...

3. Свое сочувствие к зависимому человеку я проявляю через...

4. Когда я наблюдаю поведение зависимого человека, я понимаю, что...

5. Ситуация, в которой я бы мог стать зависимым от наркотика, это...

6. Когда я замечаю, что становлюсь зависимым от кого-то или чего-то, я осознаю, что...

7. Быть независимым для меня означает...

8. Как я понимаю, зависимость это...

Можно эти предложения заготовить в виде распечаток и раздать для самостоятельной работы (10 минут).

Затем группа делится на пары и участники поочередно зачитывают друг другу варианты предложений. При общем обсуждении необходимо отметить наиболее типичные точки зрения, а также наиболее отличные.

**IV. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ УРОКА**

- Каковы стадии болезни при наркомании?

- Имеете ли вы знакомого, который употребляет наркотики? Расскажите. Что вы думаете об этом? Каковы его жизненные перспективы? От чего он может умереть?

**V. ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ**

Теперь я дам вам домашнее задание. Надо будет привести примеры ситуаций, когда какой-то человек или группа людей оказывали на вас давление, заставляя делать то, что вы не хотите или с чем не согласны. Особое внимание следует уделить тем способам и методам, с помощью которых действовали эти люди.

Есть вопросы по домашнему заданию? До встречи.

**РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Анн, Л.Ф. Психологический тренинг с подростками / Л.Ф. Анн. – СПб: Питер, 2007.

2. Парфенова, О.В.Конкурс вариативных программ профилактики наркомании / О.В. Парфенова // НаркоНет. – 2010. – № 6. – С. 28-31.

3. Профилактика наркомании в образовательном учреждении: методический сборник для преподавателей образовательных учреждений / составитель Р.Р. Сенотрусова. – Уфа, 2009.

4. Хажилина, И.И. Профилактика наркомании: модели, тренинги, сценарии / И.И. Хажилина. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002.