

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №8  
имени Петра Михайловича Гурьева станицы Копанской  
МО Ейский район

**Название работы:** классный час «Жизнь без наркотиков и  
алкоголя»

**Номинация:** «Профилактика употребления ПАВ: от теории к  
практике»

**Автор:** Чубенко Елена Владимировна, заместитель  
директора, МБОУ СОШ №8 им. П. М. Гурьева ст-цы  
Копанской МО Ейский район

## **Пояснительная записка**

Наркомания – явление, обладающее универсальной опасностью для физического здоровья и социального статуса человека, вне зависимости от его возраста и пола. Конец, как правило, трагичен: загублена человеческая судьба, сама жизнь! Необходимо подкреплять интерес в обществе к здоровью, как условию достижения успеха, символу социального успеха, привлекательности. Мероприятие разработано с целью привлечения учащихся к проблеме наркомании.

### **Цель:**

Расширить знания учащихся о вредном влиянии алкоголя, курения и наркомании на здоровье человека.

### **Задачи:**

- воспитывать чувство ответственности за свое здоровье;
- закрепить в сознании детей о пагубном влиянии вредных привычек на здоровье человека;
- побуждать детей к размышлению, что выбор зависит от каждого человека.

### **Оборудование:**

Проектор, ноутбук, презентация.

## Ход мероприятия

### 1. Организационный момент

Ученикам предлагается послушать одну историю.

Несколько веков назад на территории Юго-Восточной Азии обитало племя маньчжуров. В XVIII веке, завоевав обширную территорию нынешнего Китая, они основали знаменитую династию Цинн. Со стороны Японии наблюдались многочисленные попытки завоевания этого народа. Но безуспешно. Тогда японские власти пошли на хитрость. В результате, не пролив ни капли крови, они смогли спокойно занять всю страну.

– В чём заключалась эта хитрость?

На территории страны, засланные японские торговцы открыли дешёвые курильни опиума, где посетителям-маньчжурам, включая подростков и детей, предлагали различные наркотики, в том числе и алкоголь. При этом самим японцам было запрещено посещать подобные места под знаком смерти.

**Учитель:** Темой сегодняшнего классного часа, как вы уже поняли, профилактика вредных привычек, а именно «Жизнь без наркотиков и алкоголизма»

Попробуем вместе решить данную **проблему**: Для чего необходимо оберегать себя от вредных привычек? (Чтобы быть здоровым, стать образованным и успешным человеком, иметь здоровых детей)

### 2. Работа по теме

Класс делится на 2 команды. Каждая команда приготовила сообщение:

1 команда- о вреде алкоголя

2 команда- о вреде наркомании.

#### 2.1

**Учитель:** слово предоставляем 1 команде.

**Задание 1.** группы обсуждают:

1 команда: причины употребления алкоголя, заполняют таблицу первый столбик.

2 команда: Какие последствия употребления алкоголя могут быть?

Причины (1 команда) На листах пишут, крепят к доске	Последствия (2 команда) На листах пишут, крепят к доске	Плюсы (1 и 2 команды) устно
Любопытство	Зависимость	
За компанию	Проблемы в семье	
Желание испытать новые ощущения	Проблемы в школе	
От безделья	Потеря друзей	

Кризис, стресс	Проблема с деньгами на бутылку	
Неудовлетворенность жизнью	Кража, грабеж	
Семейные проблемы	Убийство	
Желание казаться взрослым	Тюрьма	

**Учитель:** О причинах употребления спиртных напитков задумывались многие выдающиеся люди. Об употреблении спиртного написал английский поэт РОБЕРТ БЕРНС (перевод С.Я.Маршака). Послушаем его стихотворение.

Для пьянства есть такие поводы:

Поминки, праздник, встреча, проводы,

Крестины, свадьбы и развод,

Мороз, охота, Новый год,

Выздоровленье, новоселье,

Печаль, раскаянье, веселье

Успех, награда, новый чин,

И просто пьянство – без причин.

Существует большое количество причин употребления алкоголя. А можно ли жить и веселиться без алкоголя?

(Предположении учащихся)

Существует огромное количество способов развлекаться и веселиться без употребления алкоголя. И я желаю вам, чтобы вас окружала обстановка, в которой позитив приходил бы без алкоголя.

## 2.2

**Учитель:** слово предоставляем 2 команде

**Задание 2.** Сейчас вы поработаете на тему: «Наркотики: мифы и реальность».

Каждая группа обсуждает его, выражает свое согласие или несогласие с предложенным утверждением. Подобрать к мифу пословицу.

Миф №1: наркотики – обязательный атрибут красивой жизни.

Подсказка: На самом деле: не все то золото, что блестит.

Миф №2: если не колоть в вену, зависимости не будет.

Подсказка: На самом деле: любой способ употребления ПАВ приводит к зависимости.

Миф №3: чтобы завязать, нужно постепенно снижать дозы.

Подсказка: На самом деле: отрубить хвост собаке по кускам гораздо больше, чем делать это сразу.

Миф 4: наркотики бывают «легкими» и «тяжелыми». Травка – «легкий» наркотик, не вызывающий привыкания.

Факт: все наркотики вызывают привыкание. Любой наркотик убивает, это только вопрос времени.

Миф 5: наркоманами становятся только слабые и безвольные.

Факт: зависимость от наркотиков – это заболевание, оно не имеет отношения к силе воли.

Миф 6: если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет.

Факт: любой способ потребления приводит к зависимости. Существует закон дозы: с меньших доз человек переходит на большие, с менее сильных веществ – на более сильные.

Вывод: Наркотики — это яд, оказывающий угнетающее действие на все органы и ткани, а особенно, на центральную нервную систему. В отличие от алкоголизма, когда человек продолжает работать, хотя и с низкой производительностью труда, наркомания ведет к быстрой утрате трудоспособности и смерти. Средняя продолжительность жизни наркоманов составляет 30 лет.

### Задание 3

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 3 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 и пьют водку. 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 алкоголика. Посоветуйте, как быть?»

### **Задание 4. Тест «Сможете ли вы устоять»**

Выберите один из двух ответов. Отвечать нужно честно, иначе вы ничего о себе не узнаете:

1. Можно ли считать, что телевизор является Вашим развлечением? Да. Нет.
2. Если бы у Вас была возможность смотреть «мультики» больше 3 часов ежедневно, то делали бы Вы это? Да. Нет.
3. Хотели бы Вы попробовать закурить сигарету? Да. Нет.
4. Можете ли Вы утром проваляться в постели, даже если Вам необходимо встать и что-либо сделать? Да. Нет.
5. Пытались ли Вы попробовать алкогольные напитки? Да. Нет.
6. Любите ли Вы уроки физкультуры? Да. Нет.
7. Приходилось ли Вам принимать предложения друзей пропустить некоторые уроки или целые учебные дни? Да. Нет.
8. Умеете ли Вы не повторять своих ошибок? Да. Нет.

9. Если бы подвыпивший человек предложил Вам прямо на улице коробку конфет, взяли бы Вы её? Да. Нет.

10. Сумели бы Вы отказаться от предложения поиграть в игровые автоматы из-за того, что не сделаны уроки? Да. Нет.

Теперь подсчитайте баллы с учетом таблицы.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Да	5	5	5	5	5	0	5	0	5	0
Нет	0	0	0	0	0	5	0	5	0	5

ЕСЛИ У ВАС:

0-15 баллов

Вы умеете управлять своими желаниями. Вы любите получать удовольствия. Но в нужный момент Вы в состоянии ронять, что удовольствие ради удовольствия может принести вред, помешать Вашим планам, Вашим отношениям с родителями, учителями. У Вас впереди интересная жизнь, полная настоящих удовольствий.

(20- 40 баллов)

Ваша «зона удовольствий» нередко Вас подводит. Вы, быть может, и хотели бы лучше управлять своими желаниями, но это не всегда получается. Не хватает силы воли. Вы много времени теряете зря. Вы стремитесь к сиюминутным удовольствиям. Из-за этого Вы можете потерять много приятного в будущем. Рекомендуем быть настороже – слишком дорогой может оказаться цена сомнительного удовольствия.

45 и более баллов

**ВНИМАНИЕ!**

Вы буквально заражены на получение всяческих удовольствий. Вы не в состоянии правильно оценивать свои действия. Вы ходите по лезвию ножа.

**Учитель:** Давайте все мы сделаем паузу, и задумаемся! Вспомним цитату Н.А.Островского из произведения «Как закалялась сталь».

«Самое дорогое у человека — это жизнь. Она дается ему один раз, и прожить ее надо так, чтобы не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы, чтобы не жег позор за подленькое и мелочное прошлое, чтобы, умирая, смог сказать: вся жизнь и все силы были отданы самому главному в мире - борьбе за освобождение человечества. И надо спешить жить. Ведь нелепая болезнь или какая-либо трагическая случайность могут прервать ее »

**Учитель:** Ребята, цените жизнь! Помните: здоровье, настоящая радость жизни и счастье не совместимы с наркотиками и спиртными напитками. Ведите активный и здоровый образ жизни на радость себе и родителям.

### **Просмотр социального ролика «Твой выбор»**

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.

**Рефлексия:**

**Учитель:**

Ребята возьмите круги, положите на ладони

Представьте, вы весы, ладони – это чаши.

Зеленая чаша: здоровье ваше.

Болезни, слабости, и смерть – на красной чаше.

Пусть на минуту тихо станет в классе.

Подумайте, чего хотите вы?

Я желаю вам, чтобы ваша жизнь была красочной насыщенной без наркотиков и алкоголя. Не тратьте время, деньги и здоровье на то, что разрушает вас и приносит несчастья.