

Внеклассное мероприятие по теме: «Жизнь без наркотиков».

Одним из важнейших направлений современной государственной политики является **пропаганда и внедрение здорового образа жизни**. Здоровье – это национальное достояние, и в школе человеческих ценностей оно занимает ведущее место.

В настоящее время медико-демографическая ситуация в Беларуси диктует необходимость целенаправленной профилактической работы по воспитанию учащейся молодежи личной ответственности за собственное здоровье, по формированию потребностей в соблюдении правил здорового образа жизни и сознательном отказе от вредных привычек.

Цель:

- формирование осознанного негативного отношения к вредным привычкам – наркотикам;
- разъяснение их вредного воздействия на детский организм;
- призвать молодежь вести здоровый образ жизни и никогда не прикасаться к наркотикам;
- изменение негативной позиции в отношении людей, страдающих наркоманией.
- Осознанное принятие решений, умение сказать «нет» и противостоять негативному внешнему влиянию.

Задачи :

• **Образовательные:** проверить степень усвоения основных понятий :
Повышение уровня социально–психологической компетенции учащейся молодежи.

Снижение вероятности вовлечения учащейся молодежи в экспериментирование с наркотиками.

• **Развивающие.** Формирование и развитие образовательных компетенций:
учебно-познавательных:

1. Выработать у учащихся негативное отношение к курению, алкоголизму, табакокурению, токсикомании.

2. Помочь учащимся выработать зрелую, обоснованную позицию в отношении употребления наркотиков, осознать глубину данной проблемы

коммуникативных:

навыков работы в паре, взаимодействие с другими людьми, умения отвечать на поставленный вопрос, строить ответ по плану, умение вести записи в тетради, организовывать и анализировать собственную деятельность;

информационных: проводить материальное и знаковое моделирование, оформлять и представлять результаты своей работы. Сформировать у студентов представление о наркомании как о заболевании. Доказать необходимость поддержки людей, которые решили покончить с наркоманией.

• **Воспитательные:** воспитывать сознательное отношение к учебному труду, воспитывать потребность в здоровом образе жизни.

• **Здоровьесберегающие:** Продолжить формирование мотивации здорового образа жизни.

Место проведения:

Кабинет № 18 «Комната детских и общественных объединений»

Продолжительность: 60 мин.

подготовка к мероприятию:

Мероприятию предшествует большая подготовка. На него приглашаются преподаватели, мастера. К открытому мероприятию необходимо подготовить:

Лист учёта проведения мероприятия.

Техническая подготовка (компьютер и проектор для демонстрации презентации в кабинете).

Организация работы (предварительно подготовить, объяснить

План проведения мероприятия студентам).

Оборудование и реактивы (на столах обучающихся тетради, ручки, тесты, дополнительная литература)

Этапы урока:

- Целеполагание
- Организационный момент
- Актуализация знаний
- Практическая часть
- Проведение тестирования
- Рефлексия
- Итог мероприятия

Целеполагание

Осуществляется задолго до мероприятия, это: настрой студентов , работа с листами учёта, самооценка.

Организационный момент

Предлагаемое внеклассное мероприятие ввиду актуальности темы рассчитано для учащихся 9-11 классов. Проблема борьбы с наркоманией – одна из насущных проблем в современном мире.

Оборудование:

Мультимедийная презентация, проектор, буклет «ВИЧ и СПИД» (на каждого учащегося), ватманы, цветные и простые карандаши, фломастеры.

Методы:

Объяснительно-иллюстративные (рассказ, беседа, демонстрация, сообщение учащихся), частично-поисковый, исследовательский (работа в

группах, оценка результатов анкетирования).

Предварительная подготовка

С учащимися была проведена анкета, направленная на изучение характера отношения подростков к наркомании .

Мероприятие проводится в форме круглого стола. Круглый стол – особая организационная форма, эффективность которой во многом зависит от открытости самих участников.

Работу желательно проводить в малых группах (до 10 человек). Это способствует развитию более дружественных, тёплых отношений; позволяет вовлечь в дискуссию всех участников мероприятия.

Определение темы

Вступительное слово.

У кого есть здоровье, есть и надежда,

а у кого есть надежда – есть все. (Арабская пословица).

Здравствуйтесь! При встрече люди обычно говорят это хорошее слово, желая друг другу здоровья. Вот и я обращаюсь к вам – здравствуйтесь, дорогие участники, гости.

- Вы любите жизнь? Что за вопрос? Жизнь – это богатство, данное каждому изначально, и очень хочется, чтобы она была прекрасной и счастливой. А что такое хорошая жизнь? (вопрос присутствующей аудитории).

- Мы хотим, чтобы вы были развитыми в физическом и духовном отношении, целеустремленными, жизнерадостными людьми. Хочется, чтобы юное поколение, наше будущее, научилось укреплять свое здоровье.

Здоровый образ жизни становится все более популярным среди подростков, однако очень многое зависит от самого человека, от того, как он относится к себе, к своему организму студентам 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, посланные японские торговцы открыли дешёвые курильни опиума, где посетителям-маньчжурам, включая подростков и детей, предлагали различные наркотики, в том числе и алкоголь. При

этом самым японцам было запрещено посещать подобные места под знаком смерти.

Тема нашего мероприятия звучит так «Жизнь без наркотиков».

Мы рассмотрим с вами следующие рубрики :

- 1) Вступление
- 2) Знакомство с определением наркомании
- 3) Причины употребления наркотиков
- 4) Мифология современности
- 5) История одной жизни
- 6) Мой друг наркоман
- 7) Конкретная ситуация
- 8) Лечение наркомании
- 9) Профилактический тренинг
- 10) Письмо наркоманки

1. Вступление

1. Покрытая луна печальным светом,
Тревожно спит моя земля – планета.
Но полон сон ее ночных кошмаров
Ей снятся взрывы ядерных ударов,
Природа гибнет, торжествуют войны,
Глаза людей безумием полны.
И в мире, переполненном страданием
Уж правит бал убийца – наркомания.
Царит она без страха и опаски,
И увлекает с каждым новым годом
В порочный круг своей смертельной пляски
Все больше безрассудного народа.

В настоящее время наркомания приобрела поистине угрожающий размах.

Согласно отчёту ООН 2,5% населения планеты (около 140 млн. человек) употребляют марихуану или гашиш, 13 млн. – кокаин, 8 млн. – героин. Ситуация усугубляется тем, что если раньше речь шла о природных наркотиках, то сегодня прогресс дал человечеству синтетические препараты, одноразового введения которых в организм достаточно для того, чтобы жизнь человека навсегда превратилась в постоянный поиск новой дозы. Но если вам однажды придётся делать подобный выбор, вы должны знать не только о прекрасных иллюзиях, которые дарят

наркотики, но и представлять ту грязь, пошлость и самоунижение с которыми вам придётся столкнуться позже... всего несколькими минутами мимолётного обмана.

2. Знакомство с определением наркомании

Учащиеся читают определения наркомании, из предложенных определений они выбирают то, которое, по их мнению, наиболее точно отражает сущность явления наркомании :

1. *Наркомания* – заболевание, возникающее в результате употребления наркотических средств (способны в малых дозах вызывать состояние эйфории).
2. *Наркомания* – вид отклоняющегося поведения личности.
3. *Наркомания* – заболевание, обусловленное изменением процесса обмена веществ под влиянием наркотических препаратов.
4. *Наркомания* – болезненное пристрастие к наркотикам, связанное с развитием психологической и физиологической зависимости от этих веществ.

Все предложенные варианты являются правильными. Они выражают различный взгляд на данную проблему медицины, социологии, физиологии и психологии.

3. Причины употребления наркотиков

Проблема потребления наркотиков, так же как игра в карты, убийства и сотни других человеческих пороков, существует сотни лет. Но, как, ни странно, именно сейчас она приняла масштабы эпидемии. Давайте попробуем назвать возможные причины употребления наркотиков. (учащиеся высказывают своё мнение.)

Вам предлагается таблица, отражающая наиболее распространённые мотивы употребления наркотических веществ.

Мотивы, побуждающие молодёжь употреблять наркотики

Цифровое значение

Подражание другим

«От скуки»

«Чтобы друзья не считали меня мокрой курицей»

Желание забыться

Психическая травма

Незнание тяжёлых последствий

Назначение наркотиков в качестве средств лечения

«Чтобы придать себе смелость и уверенность»

«Чтобы легче общаться с другими людьми»

Желание испытать чувство эйфории, кайфа

25,3%

3,1%

13,3%

9,6%
2,3%
1,3%
7,5%
8,4%
10,1%
68,3%

4. Мифология современности

С вами была проведена анкета. На многие вопросы вы ответили неверно. Сейчас некоторые вопросы анкеты мы с вами рассмотрим.

Миф 1. От очередного употребления наркотика всегда можно отказаться.

Факт. Отказаться можно только один раз – первый. Даже однократное потребление наркотика приводит к зависимости.

Миф 2. Наркотики дают ни с чем несравнимое ощущение удовольствия.

Факт. Ощущение кайфа не возникает после первой таблетки или инъекции. Напротив, как и при выкуривании первой сигареты, – тошнота, рвота, головокружение и т.д. Более того, эйфория 3-4 дозы быстро исчезает и в дальнейшем наркотики принимают, чтобы снять мучительное, болезненное ощущение (ломку) и просто просуществовать ещё один день.

Миф 3. Наркотики бывают «лёгкими» и «тяжёлыми». Травка – «лёгкий» наркотик, не вызывающий привыкания.

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

Миф 4. Талантливые люди принимают наркотики, чтобы получить приток вдохновения.

Факт. Те, кто это делал, долго не жили. А история пока не припомнит бессмертных произведений искусства созданного под «кайфом».

Миф 5. Наркоманами становятся только слабые и безвольные.

Факт. Зависимость от наркотиков – это заболевание, и, как и любое заболевание, оно не имеет отношения к силе воли.

Миф 6. Если наркотики не вводить в вену, привыкания не будет.

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

Миф 7. Лучше бросать постепенно.

Факт. Проще отказаться от употребления наркотиков один раз, чем потом пытаться сделать это всю жизнь.

5. История одной жизни

Бывают такие ситуации, когда человек становится наркоманом не по своей воле. Послушайте историю одной жизни:

В тот день одной из рожениц была совсем ещё молодая женщина, почти девочка. Ей едва исполнилось 17. Ребёнок появился на свет недоношенным, но в целом всё прошло благополучно. Через несколько часов новорождённый начал кричать, корчиться в конвульсиях. Чего мы только не делали, чтобы успокоить его! Ничего не помогало. Дрожь всё время сотрясала маленькое тельце, оно то сворачивалось в клубочек, то вытягивалось в струну. С ребёнком происходило что-то непонятное. Похоже было на сильное отравление. Но ведь ему не давали никаких лекарств и ещё не кормили. Крохе становилось всё хуже и хуже. Мы запаниковали...

– Как вы думаете, что могло стать причиной такого состояния новорождённого? О каком наследственном заболевании идёт речь? Ребёнок появился на свет наркоманом. Таким сделала его мать, которая уже полтора года принимала наркотики. Часть новой дозы с кровью поступала в организм ребёнка. После рождения физиологическая связь оборвалась, наркотик перестал поступать, у новорождённого началась ломка. Страшно видеть ломку взрослого человека, ещё страшнее, когда она крутит и раздирает крошечное тельце беспомощного младенца. Окончательно избавить организм ребёнка от этой зависимости врачам удалось только через несколько месяцев, но вырастит ли он нормальным, полноценным человеком – этого не знает никто.

6. Мой друг наркоман

1. *«Что делать, если любишь человека с такой судьбой? Как почувствовать его мир изнутри? Как с ним жить? Единственный путь помочь наркоману – пройти путь вместе с ними».*

Девушка, которой принадлежат эти слова, вот уже 7 лет живёт с мужем-наркоманом, сама регулярно употребляет наркотики. Как вы относитесь к этим словам? Есть ли в них истина?

Если рассуждать таким образом, то может получиться следующее: если любимый человек разбился на машине, то ради него нужно врезаться в соседнее дерево. Единственный путь помочь инвалиду – тоже стать инвалидом. А если он напился и выбросился из окна? Бросаться вслед за ним? Подобные формулы – попытка оправдать собственное бессилие. Есть и другие пути. Попробуем найти их вместе. Звучит песня В.Высоцкого «Спасите наши души». Великий поэт, актер Владимир Высоцкий употреблял наркотики. Это была его самая большая проблема. Он предпринимал отчаянные попытки излечиться от

наркомании, но было поздно. 5 июля 1980 года Высоцкого не стало. Смерть его была неожиданной для его поклонников.

- Игорь Сорин – один из «Иванушек» - выбросился из окна. Одна из версии самоубийства – передозировка ЛСД.

2. Если вы узнаете, что ваш близкий друг (подруга) употребляет наркотики, что вы предпримете? Почему?

- перестану с ним общаться;
- Буду продолжать общаться;
- расскажу своим родителям;
- расскажу его родителям;
- анонимно проконсультируюсь у нарколога, а потом решу, что делать дальше;
- посоветуюсь с друзьями;
- постараюсь помочь измениться.

6. **А теперь давайте разберём конкретную ситуацию:**

Коля и Маша любят друг друга. Они учатся в одном классе. Однажды Коля во время дискотеки завёл Машу в класс и предложил ей попробовать наркотик. Он объяснил ей, что начал недавно колоться, ему очень нравится, и он хочет, чтобы ей тоже было хорошо. Маша отказалась от предложения и убежала из школы. Всю ночь она думала, что ей делать, и в итоге решила рассказать всё своей однокласснице Свете. Света обещала всё устроить и решить проблему.

Она рассказывает о том, что произошло, классному руководителю, а та – директору школы. Родителей Коли вызывают и сообщают о сыне, Колю кладут в закрытый стационар на лечение. Никто из класса, даже Маша, не приходит к нему. Только друг Ваня не изменил своего отношения к другу и навещает его. Когда Коля вышел из больницы, он решил, что наркотики употреблять больше не будет, но и с Машей поддерживать отношения не собирается.

– Оцените правильность действий всех участников ситуации: Маши, классного руководителя, директора, родителей Коли, Вани. Предложите варианты действий того или иного участника ситуации.

Обратите внимание, что в этой истории есть один интересный факт. Как только Коля оказался в стационаре, он словно перестал существовать для друзей, одноклассников, любимой девушки. Конечно, мы смотрим на их поступок, прежде всего с осуждением. Но подумайте, может быть, это просто во имя собственной безопасности, может, срабатывает инстинкт самосохранения? Ведь наркоман забывает понятие дружба. Оно стирается, исчезает. В компании наркоманов не бывает друзей. Каждый «друг» заинтересован либо в деньгах от продажи вам наркотиков, либо в

получении за счёт вас бесплатной дозы или товара для распространения.

8. Лечение наркомании

Лечение наркомании – сложный и длительный процесс. Некоторые врачи-наркологи вообще предпочитают не употреблять в отношении наркоманов термин «излечился», заменяя его словом «подлечился». Игра слов? Нет. Здесь есть определённый смысл. Как вы думаете, с чем связана такая замена терминов?

Ни один из современных методов лечения не гарантирует 100% избавления от наркотической зависимости. Недаром говорят: «Опий умеет ждать». Могут пройти годы, и человек, который, казалось бы, уже много лет назад покончил с наркотиками, вновь возвращается к ним. Немаловажную роль здесь играют и бывшие «друзья-наркоманы». Казалось бы, кому какое дело, решил ты бросить или нет. Но, как показывает опыт, именно после того, как человек прошёл курс лечения и вернулся к нормальной жизни, его бывшие «друзья» начинают звонить и приходить всё чаще. Предлагают «дозу» бесплатно – «по дружбе», постоянно заводят разговоры о кайфе», объясняют, что врачи пугают зря и разочек можно попробовать – «от одного ничего не будет», что многие всю жизнь колются понемножку, и ничего не происходит. Сначала идут уговоры, потом угрозы вам и вашим близким. Почему? Зависть или другое?

Ни одному торговцу на свете не выгодно терять клиента, а торговцу наркотиками это не выгодно совсем. Распространение наркотиков происходит по цепочке. Торговец продаёт тебе, ты другому, тот третьему, и так до бесконечности. Товар разбавляется десятки раз. Первоначальный торговец известен далеко не всем. Если вы прекращаете приём наркотика, цепочка рвётся. Торговец может потерять тех клиентов, которые в цепочке следуют за вами: покупают у вас или просто поддерживают через вас связь. Поэтому при попытке отказаться от наркотиков на человека обрушивается мощнейшая атака, в которой будут использованы все средства, какие можно только себе представить. Выдержать всё это не так-то просто. Многие срываются и начинают колоться снова именно из-за неё, а вовсе не из-за неизлечимости, болезненной тяги.

9) Практическая часть (выступают учащиеся)

Профилактический тренинг

«Как правильно сказать НЕТ! предлагающему тебе наркотик».

Можно по-разному сказать НЕТ.

1. Жесткое «НЕТ!» с повышением тона голоса и решительным отстраняющим жестом.
2. Презрительное «НЕТ!», уходя от того, кто предлагает.
3. Ответ в форме обвинения: « Ты что мне предлагаешь? Я же сказал нет! Ты что, дурак?!»
4. Спокойное уверенное «НЕТ» и взгляд прямо в глаза тому, кто предлагает наркотик.
5. Сравните твердое и уверенное «НЕТ!» и ответ « Да нет... Я же сказал, что не хочу...», где «Да нет» воспринимается, скорее, как нерешительное «Да». Вероятнее всего, за неуверенным ответом последует усиление нажима, перед которым подросток может не устоять.
6. Полное молчание, которое может сопровождаться мимикой и жестами, не оставляющими сомнений в категоричности отказа. При подобной тактике поведения всякое дальнейшее общение заходит в тупик и предложения прекращаются.
7. Можно отказаться, прикрывшись вывеской «болезнь». «Ты что, у меня....Я могу запросто умереть, если приму наркотик».

10. Письмо наркоманки

Мероприятие хотелось бы закончить письмом наркоманки. Перед вами отрывок из письма наркоманки. В нём пропущены некоторые слова. Попробуйте восстановить текст письма, вставляя вместо пропусков то или иное слово, выделенное курсивом: *доставать, ужас, выход, красота, боль, мрак, любопытство, чудо, бросать, выходить*. Каждое слово повторяется только один раз.

Самое страшное, что не удаётся ..., – смертельно боишься физических болей дикой силы. ... и стремление к удовольствию гонят на поиски – куда угодно. Бежишь, придумываешь что угодно, умоляешь. Если сегодня не ..., не знаешь, как жить, и думаешь, постоянно думаешь об одном и том же. Это похоже на жестокую сказку. Идёт человек по прекрасному саду и видит красивый дом, ... толкает заглянуть. Входит, а сзади – хлоп. И нет ... И внутри нет никакой ... Только пустота, ..., боль. Можно ..., разбив стену. Но для этого проходишь через нечеловеческую... Надеешься на ... Их не бывает!!!

Заключительное слово преподавателя

Если Вы хотите склонить чашу весов здоровья в благоприятную сторону, реализовать заложенные в Вас колоссальные жизненные ресурсы, добиться того жизненного уровня, который определен родительскими генами, то это возможно только при здоровом образе жизни. Здоровье

человека напрямую связано с состоянием здравоохранения в стране. На данный момент, укрепление здоровья населения и формирование здорового образа жизни становится общегосударственной задачей. Хотелось бы сказать, что основным способом оздоровления организма является организация вашего досуга, приобщение к занятиям спортом и физкультурой. А наше проведенное мероприятие по профилактике вредных привычек должно этому способствовать, не просто информируя, а убеждая, формируя позитивное восприятие основ ЗОЖ, нравственную устойчивость личности.

Жизнь без вредных привычек – более предпочтительна. Здоровья Вам!

Ах, эти вредные привычки,

Не вступайте с ними в стычки

Они ведь вредны для земли

В употреблении людьми.

Они мешают людям жить,

Так, что хочется аж выть.

Сигареты, водка – ни к чему

Ты задай себе вопрос «А зачем и почему?»

А наркотики сейчас

Устрашают просто нас.

Ах, эти вредные привычки,

Не вступайте с ними в стычки.

Ну что ж, мой друг,

Решенье за тобой,

Ты вправе сам командовать судьбой,

Ты согласишься можешь, но отказ,

Окажется получше в сотню раз,

Ты вправе жизнь свою спасти,

Подумай, может, ты на правильном пути,

Но если всё – таки успел свернуть,

То потрудись себе здоровье ты вернуть.

-Природа создала все, чтобы человек был счастлив. Деревья, яркое солнце, чистую воду, плодородную почву и нас, людей, сильных, красивых, здоровых, разумных. Давайте не будем губить себя наркотиками, скажем им НЕТ!

Педагог-организатор Государственного учреждения образования

«Средняя школа № 78 Советского района г. Минска»

Курилович Наталья Николаевна