

# *Классный час*

## *«Имя беды – наркомания»*

Тотальная неприязнь к себе может толкнуть тебя на употребление наркотиков

**задумайся!**

Себя надо любить. Иначе кто же тебя полюбит, если ты сам к себе будешь относиться с ненавистью.

**Провели:**  
*Куратор групп*

*2021 год.*

## ***Имя беды – наркотики***

**Цель:** помочь подросткам осознать пагубность зависимости от психоактивных веществ и ее последствия, дать учащимся представление о наркомании как о факторе, разрушающем здоровье, формировать у учащихся стойкое неприятие к наркотикам, ознакомить с уголовной ответственностью в области наркомании, формировать жизненные навыки, умение сказать “нет”.

*( Слайд №1)*

**Даётся жизнь один лишь раз  
И мой ты выслушай наказ;  
Прекрасна жизнь, вкушай её  
И жизнь- игра сыграй в неё.  
Богатство- жизнь, её беречь,  
Лелеять надо. Горьких встреч,  
Быть может, ты не избежишь,  
Но, коль ты жизнью дорожишь,  
Превозмогай все на пути.  
И шанса жить не погуби!  
И тайна- жизнь её познай.  
И жизнь как вызов принимай!  
Твори её, но не теряй!  
Превозмогай, преодолей.  
И выжить всё ж сумей, сумей!**

Сегодня на классном часе мы поговорим о страшной беде, которая устойчиво обосновалась в нашем обществе – это наркомания. О причинах, о влиянии наркотиков на организм человека, о свойстве наркомании, об уголовной ответственности за наркотики. Но сначала хотелось бы обратиться к истории и познакомиться с историей появления термина «наркотик». *(Слайд № 2)*

### **I. Появление термина «наркотики» - мифы древней Греции. (Рассказ легенды о Нарциссе)**

Однажды, Нарцисс, сын богини, заблудился в густом лесу. Во время охоты, увидела его нимфа Эхо. С восторгом смотрела Эхо на стройного красавца юношу, скрытая от него лесной чащей. Протягивая руки, спешит к Нарциссу нимфа из леса, но гневно оттолкнул ее прекрасный юноша. Ушел он поспешно от нимфы и скрылся в лесу. И Нарцисс остался по-прежнему гордым и самовлюбленным, отвергнув любовь многих нимф.

Разгневалась богиня любви Афродита на то, что Нарцисс отвергает ее дары, и наказала его. Однажды весной во время охоты Нарцисс подошел к ручью и захотел напиться студеной воды. Вода его была чиста и прозрачна. Как в зеркале, отражалось в ней все вокруг. Нагнулся Нарцисс к ручью, опершись руками о камень, выступавший из воды, и отразился в ручье весь, во всей своей красе. Тут-то и настигла его кара Афродиты. В изумлении смотрит он на свое отражение в воде, и

сильная любовь овладевает им. Все забыл Нарцисс: он не уходит от ручья, не отрываясь, любит себя самим собой, не ест, не пьет, не спит.

Покидают силы Нарцисса и чувствует он уже приближение смерти, но не может оторваться от своего отражения. Наконец, измученный, слабеющим голосом воскликнул Нарцисс, глядя на свое отражение:

- Прощай!

Склонилась голова Нарцисса на зеленую прибрежную траву, и мрак смерти покрыл его очи. Умер Нарцисс. Плакали в лесу нимфы, и плакала Эхо. Приготовили нимфы юному Нарциссу могилу, но когда пришли за телом юноши, то не нашли его, а на том месте, где склонилась на траву голова Нарцисса, вырос белый душистый цветок - цветок смерти; нарциссом зовут его.

(Слайд № 3)

Научное название — **Narcissus Poeticus**. Происходит от греческого слова 'narkao' — *одурманивать, ошеломлять*, что вероятно связано с луковицами, ядовитые свойства которых известны с глубокой древности, или может быть связано с одурманивающим запахом цветков.

(Слайд № 4)

## **2. Влияние наркотиков на организм человека.**

Наркомания- это страшная беда и распространяется в России стремительно. Вот лишь некоторые цифры, свидетельствующие о масштабах и глубине поражения наркоманией нашего общества:

2% населения страны имеют стойкую наркотическую зависимость;

За последние 10 лет наркомания среди подростков возросла в 10 раз и сегодня насчитывают более полумиллиона детей наркоманов.

Кроме того, один наркоман привлекает к наркотикам около 60 человек. Связано это с распространением и перепродажей наркотиков. Нигде в мире наркоманию практически не умеют лечить. Дело в том, что болезнь эта не столько телесная, сколько духовная.

### **В чём же главная причина употребления наркотических средств?**

Причина эта в бездуховности, в напоминании для чего и зачем живёт человек на земле. Это происходит потому, что в массовом сознании подростков существуют ложные мировоззренческие идеи противостоящие традиционному общественному мировоззрению. И часто, идя на поводу, у этих мифов, многие подростки либо сами попадают в среду наркоманов, либо- толкают на это своих товарищей.

(Слайд № 5)

### **Влияние наркотиков на организм человека**

Ученые не могут еще точно установить, как наркотики с такой быстротой включаются в обмен веществ человека и становятся необходимой составной частью него. Но уже доказано, что наркотики воздействуют на центр в головном мозге, который отвечает за “ощущение”.

Наркотики отрицательно воздействуют на организм человека.

Наркотики воздействуют на дыхательный центр, который отвечает 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 способствуют угнетению сосудодвигательного центра, а вследствие этого снижению кровяного давления и замедлению пульса. По этой причине ухудшаются функции сердечно-сосудистой системы, и весь организм дряхлеет, как в старости.

Наркотики угнетают механизмы регуляции пищеварения, у наркоманов притупляются все вкусовые и обонятельные ощущения, снижается аппетит. Пища не в полной мере переваривается и не усваивается. Наркоманы обрекают себя на хроническое голодание и имеют дефицит веса. И все это время в организме происходят процессы гниения и разложения.

У наркоманов обычно не бывает детей, а среди родившихся часты случаи уродств. (*Слайд № 6*)

### **3. Свойства наркомании**

Наркотические вещества, попадая во внутреннюю среду организма, оказывают сильнейшее воздействие, прежде всего на головной мозг. С течением времени у человека появляются психическая, физическая зависимости и изменение чувствительности к наркотику.

Быстрое привыкание к наркотическим веществам имеет свою специфику. Развитие психической зависимости от наркотика определяется воздействием на зоныощерения, при которых возникают положительные эмоциональные состояния. Таким образом, употребление наркотика становится наиглавнейшим стимулом в получении положительных эмоций, а при отсутствии наркотика человек чувствует психологический дискомфорт.

Механизмы формирования физической зависимости от наркотиков до конца еще не ясны. Есть предположения, что они включаются в обменные процессы как необходимый и самостоятельный элемент на уровне регуляции функций жизнедеятельности организма. В процессе развития болезни происходит постепенное привыкание к наркотику. Он уже не вызывает того состояния, которое было в начале. Появляется состояние “ломки” или абсисентный синдром. (*Слайд № 7*)

#### **Состояние наркомании характеризуется тремя свойствами:**

1. Непреодолимое желание или потребность продолжать принимать наркотики и доставать их любыми способами.
2. Стремление увеличивать дозы.
3. Зависимость психического, а иногда и физического характера от воздействия наркотиков.

### **4. Классификация наркотиков (*Слайд № 8*)**

Существует несколько видов наркотиков:

Опиаты

Кокаин

Гашиш (гашиш, марихуана).

Галлюциногены (ЛСД)

Антидепрессанты (снотворно – седативные средства).

Стимулянты (Амфетамин, “экстази”).

Это далеко не все виды наркотиков, но сколько бы групп не выделили, все они приводят к поражению печени, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, к тяжелому поражению мозга, вызывают возбужденное состояние, замедленную реакцию, сухость рта галлюцинации; приводят к психозам, к ухудшению памяти, к онкологическим заболеваниям, депрессиям, паранойям.

## **6. Уголовная ответственность (Слайд № 11)**

**Ст. 228.** Незаконные изготовление, приобретение, хранение, перевозка, пересылка либо сбыт наркотических средств или психотропных веществ - **наказывается лишением свободы на срок до 3 лет.**

**Ст. 229.** Хищение либо вымогательство наркотических средств, либо психотропных средств - **наказывается лишением свободы на срок от 3 до 15 лет.**

**Ст. 230.** Склонение к потреблению наркотических средств или психотропных веществ - **наказывается лишением свободы на срок от 5 до 12 лет.**

**Ст. 231.** Незаконное культивирование запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества - **наказывается лишением свободы на срок от 2 до 8 лет.**

**Ст. 234.** Незаконный оборот сильно действующих или ядовитых веществ, а целях сбыта – **наказывается лишением свободы на срок от 3 до 8 лет. (Слайд № 12)**

**И помните, незнание закона, не освобождает от ответственности.**

## **7. Формирование жизненных навыков**

Очень часто среди подростков можно услышать такие выражения: есть “легкие наркотики”, “есть наркотики, которые не вызывают привыкания”, “можно курить травку, от этого ничего не будет. А так ли это? Как показали медицинские исследования, никакой принципиальной разницы между наркотическими препаратами не существует, они все изменяют обменные процессы в структурах мозга, формируя психическую зависимость. Скоро эффекты от наркотиков перестают удовлетворять, возникает физическая зависимость. Чтобы излечиться от наркомании необходимо иметь огромную силу воли. Только вопрос в том, стоило ли вообще пробовать наркотики? Может проще сказать сразу “нет наркотикам!”, “Да! Здоровому образу жизни!”?!

### **Игра «Скажи НЕТ»**

Давайте с вами на практике попробуем сказать «нет».

1. На, попробуй разок, знаешь, какие глюки интересные.

2. На, попробуй, не бойся, с одного раза ничего не будет, не понравится – бросишь.

3. На попробуй. Ты же сам говорил: «Все в жизни надо попробовать»

4. На, сказал, что все надо попробовать, вот и пробуй!

*Варианты отказа:*

1. Спасибо, нет. Я знаю, что это опасно для меня

2. Спасибо, нет. Я уже пробовал, и мне это не нравится.

3. Спасибо, нет. Я не хочу конфликтов с родителями, учителями.

4. Спасибо, нет. Это не в моем стиле.

5. Спасибо, нет. Если я это сделаю я потеряю контроль над собой.

Как видите не так уж и легко подобрать достойные отказы, но делая это вы формируете свои жизненные навыки. Какие именно: *(Слайд № 13)*

- умение отказываться от рискованных предложений;
- видеть положительные и отрицательные стороны явлений;
- выражать правильно свои чувства;
- развивать уверенность в себе;
- управлять своими чувствами;
- укреплять связи с семьей;
- развивать критическое мышление;
- осознавать негативные влияние, давление и манипуляции со стороны других.

## 8. Заключение

А в заключении, я хочу вам рассказать еще одну интересную историю:

Притча о бабочке

В древности жил-был один мудрец, к которому люди приходили за советом. Всем он помогал, люди ему доверяли и очень уважали его возраст, жизненный опыт и мудрость. И вот однажды один завистливый человек решил опозорить мудреца в присутствии многих людей. Завистник и хитрец придумал целый план, как это сделать: "Я поймаю бабочку и в закрытых ладонях принесу мудрецу, потом спрошу его, как он думает, живая у меня в руках бабочка или мертвая. Если мудрец скажет, что живая, я сомкну плотно ладони, раздавлю бабочку и, раскрыв руки, скажу, что наш великий мудрец ошибся. Если мудрец скажет, что бабочка мертвая, я распахну ладони, бабочка вылетит живая и невредимая и скажу, что наш великий мудрец ошибся". Так и сделал завистник, поймал бабочку и пошел к мудрецу. Когда он спросил мудреца, какая у него в ладонях бабочка, мудрец ответил: "Все в твоих руках".

**Так каждый человек, сделав свой выбор, сам определяет свою судьбу.**



Мы родились для того, чтобы жить,  
Может, не стоит планету губить.  
Есть кроме «да», и получше ответ,  
Скажем все дружно наркотикам  
«НЕТ»!