**Наркотики. Профилактика наркомании (тренинг)**

– Здравствуйте, друзья!

Сегодня наш классный час пройдет в виде тренинга.

1. **Упражнение на общение – А теперь внимание:**

Посмотрели на потолок,

посмотрели на пол,

на стены слева, справа,

посмотрели на стул, соседа, можно потрогать друг друга.

Я хочу, чтобы вы сказали сами о чем сегодня мы будем говорить. Посмотрите на доску.

1. На доске цитаты: “Прием наркотиков – всегда полет, но в конце – всегда падение”, “Психологическая зависимость”, “Ломка”, “Радость, взятая взаймы”.
2. Мы будем говорить о наркотиках и о профилактике наркомании, потому что это актуально на сегодня среди молодежи.

**Работаем в малых группах методом мозгового штурма.**

В самом начале мы заключаем групповое соглашение, т.е. мы будем работать на основе таких положений, как:

добровольность;

доброжелательность;

искренность;

право пропустить ход с предупреждением;

активность;

безоценочность;

право высказывать свои чувства;

говорить по одному, от себя, по теме;

конфиденциальность;

сотрудничество.

4. Какие наркотические вещества вы знаете? (пишу сама на доске или бумаге)

**5. Это наркотики – а наркотики это что?**

– Отвечают дети – ломка, кайф…

– Я (говорю) – это яд! (пишу)

– Но почему? – это знают не все.

Потому что все яды подчиняются определенным законам.

– Что такое закон?

– Правила в государстве.

**6. 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.

**Стадии употребления наркотиков:**

– 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 он продолжает – опять в кровь, опять в жир =>наркоман.

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

– Он уже в тоске, у него ломки – что он должен был сделать, чтобы это не произошло?

Наркоман становится преступником, у него нет друзей.

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

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

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

Чем это закончится?

Что делать?

Ваше мнение.

– Что нужно человеку, чтобы не свернуть с правильного пути?

– Все что нужно человеку – это цель – (красный цвет), тогда наркотики не нужны.

Но при достижении цели мы проходим барьеры.

* Справка. 93 % наркотиков в мире – выращивают в Афганистане.
* Страна за чертой бедности. Сельское хозяйство разрушено. Выращивают только наркотики на продажу.
* В США наркотиков из Афганистана нет.
* Плантации наркотиков в Афганистане равны 2 Дагестанам. Идет в Россию через Таджикистан, Киргизию, Казахстан. Таджико-Афганскую границу до 2004 года охраняли российское войска. Теперь американские военные. Груз никто не проверяет. 300 грузовиков в день проходят через границу. Границы Киргизии и Афганистана – ее, просто, нет, никого не обыскивают. Любым путем перевозят, переносят наркотики.
* 18 % афганского героина идет в Россию. Целенаправленно героин заражен в последнее время гепатитом С.
* Цель капиталистических стран – уничтожить Россию смолоду.

И они идут к этому целенаправленно. Даже если 1 раз попробовать с гепатитом С, то через 3 года – печень разлагается и человек умирает.

Жизнь наркомана сократилась до 7 минут …

Достигнув одной цели – надо ставить другую.

– А, теперь, на базе данной информации и своего опыта вы должны в группах охарактеризовать подростка или юношу по пяти 5 пунктам. Это личностные качества, которые не дадут ему стать наркоманом (песочные часы – 1 мин.) Представитель выйдет и запишет. Если качества совпадают, то записывают только новые.

– Итак, подводим итог.

Написали.

Один кто-то читает, т.е. последний пишущий:

– целеустремленность;

– самоуважение;

– активность;

– дружелюбность;

– юмор;

– спортивность.

Конечно, это все правильно, и каждому надо стремиться иметь такие качества.

Для того, чтобы подвести итог мы должны с вами в группах выпустить “Антинаркотический плакат”. Используя только 1 – одинаковый инструмент – шприц наркомана. Вы должны и объяснить плакат, его смысл (5 + 3 = 8 мин.)

Вышли по 2 – 1 держит

2-й объясняет.

Свои плакаты – юмористические защищают учащиеся.

1 плакат от вас – я беру на память.

Встанем в круг,

Возьмемся за руки, посмотрим в глаза друг другу.

Заключительное слово.

1. На этом наш классный час закончен. Я с вами прощаюсь. В жизни мы никогда не нашли бы такой легкий и удивительно простой способ общения, а сегодня это произошло естественно.

2. Я желаю вам здоровья и взаимопонимания, так как человек может влиять на поведение окружающих. Волны от камешка, брошенного в воду, могут дойти до самого дальнего берега.

3. Я желаю вам счастья. Но знайте, что Дорога к счастью – это скоростное шоссе для тех, кто знает, где находятся обочины.

Водитель – это ВЫ.

Счастливого пути, ребята!

Спасибо.