

## Классный час на тему: «Профилактика употребления наркотических веществ»

**Цель:** сформировать негативное отношение к употреблению ПАВ.

**Задачи:** ф о р м и р о в а т ь представление о причинах начала употребления ПАВ в подростковом возрасте; навыки сопротивления групповому давлению в ситуации приобщения к алкоголю; воспитывать чувство опасения по отношению к лицам, предлагающим попробовать наркотики.

### I. Примерное содержание работы.

#### Основная школа.

Жизненный стиль человека, зависящего от психоактивных веществ.

Употребление ПАВ как слабость воли; зависимость, болезнь.

Как препятствовать групповому давлению и не употреблять ПАВ.

Зависимость от ПАВ: социальная, групповая, индивидуальная, физическая и психологическая. Состояние интоксикации и побочные действия при употреблении ПАВ.

Болезни человека, связанные с употреблением ПАВ.

Отказ от употребления ПАВ на различных этапах.

#### Старшая школа.

Иметь сформированную точку зрения на наркоманию, алкоголизм и табакокурение как сложноизлечимые заболевания.

Знать о наступлении уголовной ответственности в случае хранения и распространения наркотических веществ.

Осознавать коммерческий характер рекламы алкогольных напитков и табачных изделий и уметь критически ее оценивать.

### II. Игры, упражнения к классным часам.

#### *Упражнение «Сопротивление»*

Участники разбиваются на пары. Нужно встать друг против друга на расстоянии вытянутой руки. Затем участники поднимают руки до уровня груди и соприкасаются ладонями.

Упражнение состоит из д в у х э т а п о в:

1) Оказать сопротивление и ощутить давление партнера, но при этом нельзя его сталкивать с места.

2) Столкнуть напарника, но при этом устоять на своем месте.

### **Упражнение «Давление»**

Участники делятся на подгруппы по 3–4 человека. Ведущий каждой подгруппе определяет ситуацию, которую они должны обыграть (например, отказаться от предложения одноклассников прогулять последний урок).

**Обсуждение:**

– Назовите способы влияния на мнение человека. (*Убеждение, лесть, соблазн, подкуп, угроза и т. д.*)

– Виды поведения в ситуации давления. (*Агрессивность, пассивность, боязливость, уверенность, решительность.*)

### **Упражнение «Разожми кулак»**

Ведущий делит группу на пары. Один из участников должен уговорить своего партнера по игре разжать кулак. После первой «схватки» участники обмениваются ролями.

**Обсуждение:**

– Назовите способы убеждения.

### **Игра «Мифы»**

Ведущий всем участникам раздает по одной карточке. На одной стороне карточки написано «миф», на другой – «правда». В ходе игры ведущий зачитывает утверждения, имеющие отношение к употреблению наркотиков, **н а п р и м е р**:

– Марихуана не вызывает зависимости.

– Если употреблять наркотики в меру, то никогда не станешь наркоманом.

– После начала употребления наркотиков человек в среднем живет 5–10 лет.

– Употребление наркотиков никогда не бывает без правонарушений.

– Употребление наркотиков тесно связано с риском заражения гепатитом и ВИЧ-инфекцией.

– «Ломок» наркомана не существует. Это просто один из методов запугивания молодых людей.

Если участник согласен с утверждением, он показывает карточку, где написано – «правда», если не согласен – карточку со словом «миф».

**Обсуждение:**

– Назовите причины формирования искаженного представления о наркотиках.

## **III. Информационно-справочный и дополнительный материалы к классным часам.**

### **«Мозговой штурм»**

**Ц е л и:** выяснить степень информированности учащихся о наркотиках и ПАВ; расширить и углубить информацию, сделать ее более полной и дифференцированной.

**Инструкция участникам:**

• Давайте проведем «Мозговой штурм» и запишем на листе бумаги все альтернативные варианты на следующие **в о п р о с ы**:

- Что такое наркотики?
- Как влияют наркотики на организм человека, на его здоровье, развитие и благополучие?
- Каковы причины употребления наркотиков?
- Что можете сделать вы, чтобы наркотики, алкоголь и табак меньше употреблялись в нашей школе?
- Как помочь человеку, начавшему употреблять наркотики?
- Что такое уверенность?

**Уверенность** – это условие, необходимое для того, чтобы человек был в состоянии позитивно утверждать свою позицию.

Четыре класса уверенного поведения (*А. Лазарус*):

1. Способность сказать «нет».
2. Способность открыто говорить о чувствах и требованиях
3. Способность устанавливать контакты, начинать и оканчивать беседу.
4. Способность открыто выражать позитивные и негативные чувства.

### ***Рабочий лист «Каким способом можно сказать «нет»***

1. Говори: «Нет, спасибо».

– Ты хочешь выпить?

– Нет, спасибо.

2. Объясни причину отказа.

– Ты хотел бы выпить вина?

– Нет, спасибо, я не пью вино.

3. Повтори отказ несколько раз («заезженная пластинка»)

– Хочешь покурить марихуану?

– Нет.

– Ну, давай!

– Нет.

– Ты только попробуй, тебе понравится.

– Нет.

4. Уходи.

– Давай выпьем водки и покурим. Сегодня родители придут поздно.

– Нет, я ухожу.

5. Смени тему разговора.

– Давай попугаем вон тех девчонок.

– Нет, пойдем лучше ко мне, у меня есть новый видеофильм.

6. Избегай критических ситуаций (порой предвидя их).

Тебе знакомы места, где пробуют наркотики, ведут себя недостойно.

Лучше не ходи туда, избегай таких мест.

7. Используй так называемый «холодный душ».

– Ты чего вчера сбежал, побоялся выпить, покурить? Пойдем сегодня попробуешь.

Не обращай на него внимания, игнорируй его, уходи.

### *Анкета для учащихся 9–11 классов*

1. Курение не вызывает наркотическую зависимость:
  - а) не согласен;
  - б) скорее не согласен;
  - в) не знаю;
  - г) скорее согласен;
  - д) согласен.
2. Опасно ли употребление алкоголя в небольших количествах для подростка?
  - а) Опасно;
  - б) не опасно;
  - в) не знаю.
3. За употребление наркотиков привлекают к уголовной ответственности?
  - а) Привлекают;
  - б) не привлекают;
  - в) не знаю.
4. Если ты нашел случайно пакет с веществом, похожим на наркотики, как ты поступишь?
  - а) Не буду трогать пакет и уйду;
  - б) возьму пакет и попытаюсь продать его;
  - в) позвоню в милицию и сообщу о находке.