|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Классный час "Курить - здоровью вредить!"**  **Цели и задачи:**  Воспитание у учащихся ответственности за свое здоровье, формирование осознанного негативного отношения к курению. Расширение знаний о вреде курения. Обсуждение прав некурящих людей.  Добрый день.  Сегодня мы поговорим о своем здоровье. *Здоровье – не всё, но всё без здоровья ничто. (Сократ.)*  Говорить будем о курении, теме знакомой, но не все всё знают о ней, и имеющей много мифов.  Вы будете не только слушать меня, но и сами рассказывать, что думаете и делать выводы.  Работать будем в двух микрогруппах.  **1. Начну я со стихотворения М.А. Огановой “Кроха-сын и отец”**  *Кроха-сын пришел к отцу, И спросила кроха: – Если я курить начну, Это очень плохо? Видимо, врасплох застал Сын отца вопросом. Папа быстро с кресла встал, Бросил папиросу.*  Но что сказал отец сыну, мы узнаем чуть позже.  **А сейчас работаем в микрогруппах.**  Обсудить и записать. Зачитать.  Что известно:  – о соотношении курящих и некурящих людей в обществе,  – о немедленных и отдаленных последствиях курения.  **2. Из школьной статистики:**  Результаты проведенного анкетирования в 7 и 8 классе:   |  | | --- | | сколько курящих в классе | | из них девочек | | курят ли родители | | легко ли бросить курить | | куришь ли сам |   Отношение к курящим...  Отношение к курящим девочкам...  Мнение мальчиков о курящих девочках...  Российская статистика...  **3. Последствия курения**  *И сказал отец тогда, Глядя сыну в очи: – Да, сынок, курить табак – Это плохо очень. Сын, услышав сей совет, Снова вопрошает: – Ты ведь куришь много лет И не умираешь? – Да, курю я много лет, Отдыха не зная, Я не ведал страшных бед – А вся глава седая. Закурил я с юных лет, Чтоб казаться взрослым, Ну, я стал от сигарет Меньше нормы ростом. Я уже не побегу За тобой вприпрыжку, Бегать быстро не могу, Мучает отдышка. Прошлым летом...*  У курильщиков центры мозга, чувствительные к никотину, находятся в угнетённом состоянии, а потому и на концах нервов, берущих начало из них, веществ, необходимых для нормального строения и функции тканей, образуется недостаточно. В результате курения во многих тканях и органах наблюдается нервная дистрофия, а на фоне неё складывается предрасположенность к различным заболеваниям.  **Вот некоторые заболевания, наиболее характерные для табакокурения:** – в бронхах – хронический бронхит курильщика – слизистая оболочка пищевода истончена, повышенно ранима – в желудке – хронический гастрит курильщика или даже язва – слизистая оболочка толстого кишечника тоже изменена, на-рушена его моторика – мелкие артерии – повышенно возбудимы, склонны к спазмам... – расстроена работа потовых и сальных желёз кожи – волосы истончены, секутся и выпадают – оголяются шейки зубов, развивается пародонтоз – и др.  Данные опросов показывают, что от болезней, связанных с курением, ежегодно погибают около 400 тысяч россиян, а к 12 годам свою первую сигарету выкуривают 30% россиян.  Сигаретный дым содержит более 400 ядовитых веществ. Наиболее активным является никотин, окись углерода и смолы.  **Никотин.** Легкие заполняются дымом – никотин поступает в кровь– нагрузка на сердце увеличивается.  **Смолы –** это вязкое черное вещество. В виде гудрона ее используют в дорожном строительстве. Мельчайшие капли смолы оседают в легких.  Курение является причиной более 75% смертей от рака легких. Причина 75 % смертных исходов при бронхите и эмфиземе легких.  У юных курильщиков развивается грудной кашель. Многие начинают задыхаться во время спортивных занятий и труда.  Общенациональный мониторинг "Подростковое курение в России" (проведенный Институтом сравнительных социальных исследований (ЦЕССИ), Центром мониторинга вредных привычек среди детей и подростков Минздрава РФ, Московским институтом медико-социальной реабилитации и столичным Центром по профилактике и лечению табакокурения), показал, что к 12 годам сигареты пробуют уже 30% россиян, к 13 годам – 47%, к 14 – 55%, к 15 – 65%, к 16 – 78%, к 17 – 80%.  Это говорит о том, что подростковое курение стремительно молодеет. Свою первую сигарету мальчики выкуривают в возрасте до 10 лет, девочки – в 13-14.  К 15 годам каждый десятый курящий подросток уже страдает никотиновой зависимостью.  **Из школьной статистики:**  Причины подросткового курения...  **4. Игра: Кто назовет (напишет) больше марок сигарет**. В конце объявляется – победитель тот, кто назовет меньшее число марок сигарет.  **5. Привыкание к курению**  Курение, согласно статистике, является гораздо более серьёзным злом по сравнению с несчастными случаями, вроде авиа– или автокатастроф.  После проникновения сигаретного дыма в лёгкие уже через 7 секунд никотин попадает в головной мозг. 1-2 сигареты могут слегка простимулировать его работу, но дальше наступает обратный эффект: спад умственной и физической активности. 1-2 пачки сигарет содержат смертельную дозу никотина. Курильщика спасает только то, что эта доза вводится в организм не сразу, а по частям.  Средний курильщик делает около 200 затяжек в день. 200 глотков какого-то отстоя из 4000 химических соединений, 30 из которых особенно ядовиты. Аммиак, ацетон, бензол, метанол, пестициды, полоний, сероводород, синильная кислота, углекислый газ, формальдегид плюс удобрения для хорошего роста злокачественных опухолей: бензопирен и дибензопирен – вот подлинный, но далеко не полный список составляющих особого вкуса табачного дыма  **6. Упражнение: На школьном дворе старшеклассники курят**. Один из них предлагает тебе сигарету: “Закуривай!”. Твоя реакция...  **7. Пассивное курение.**  Что такое пассивное курение?  ( Вынужденное вдыхание сигаретного дыма, особенно опасно в закрытых помещениях, увеличивается концентрация дыма.)  При сгорании табака образуются основной и дополнительный потоки дыма.  Основной поток формируется во время затяжки дыма, проходит через все табачное изделие, вдыхается и выдыхается курильщиком.  Дополнительный поток образуется выдыхаемым дымом, а также выделяется между затяжками в окружающую среду из обугливающейся части сигареты (папиросы, трубки)  Более 90% основного потока состоит из 350-500 газообразных компонентов, особо вредоносными из которых являются окись и двуокись углерода. Остальную часть основного потока представляют твердые микрочастицы, включающие различные токсические соединения. Содержание некоторых из них в дыме одной сигареты следующее: окись углерода – 10-23 мг, аммиак – 50-130 мг, фенол – 60-100 мг, ацетон – 100-250 мкг, окись азота – 500-600 мкг, цианистый водород – 400-500 мкг, радиоактивный полоний – 0.03-1.0 нК.  Таким образом, как это ни парадоксально, в окружающую курильщика атмосферу попадает токсических компонентов во много раз больше, чем в организм самого курильщика. Именно это обстоятельство обуславливает особую опасность пассивного или “принудительного” курения для окружающих.  **Права некурящего**  Курение до тех пор является личным делом курильщика, его индивидуальной вредностью, правом свободы выбора, пока выдыхаемый им дым и/или дым тлеющей сигареты не вдыхают окружающие его люди. Если он курит дома – страдают родственники, если в общественном месте или на работе – токсическое воздействие дыма распространяется на окружающих.  Вначале полагали, что табачный дым оказывает на некурящих лишь раздражающее действие в том смысле, что у них воспалялась слизистая носа и глаз, отмечалась сухость во рту. По мере накопления информации становилось ясно, что некурящие, живущие или работающие вместе с курильщиками, по-настоящему подвергают риску свое здоровье.  У детей из семей, где один или оба родителя курят дома, чаще возникают простудные заболевания, бронхит и пневмония. Эти дети чаще болеют в раннем детстве, чаще пропускают школу и вообще получают меньший запас здоровья на будущую жизнь. Курение родителей на 20-80% увеличивает риск заболевания дыхательной системы, тормозит рост легких ребенка.  **8. Дискуссия**  Почему не курить – хорошо.  Почему курить – плохо.  **9. Игра: Подсчитать, что можно купить на деньги,** расходуемые курильщиков на сигареты.  **10. Упражнение: “Первая сигарета”.** Один участник “предлагает” сигарету, другой отказывается, находя убедительные доводы.  *Иль забыл, что со мною было? Я в больницу угодил, Сердце прихватило, Целый месяц пробыл там, Еле откачали. Да, спасибо, докторам –  Умереть не дали. Сердце, легкие больны, В этом нет сомненья. Я здоровьем заплатил За свое куренье. Никотин – опасный яд, Сердце поражает, А смола от сигарет В бронхах оседает. А угарный газ СО Попадает с дымом, Он в крови вступить готов В связь с гемоглобином. Ведь курильщика всегда Гипоксия мучит, Под глазами синева Почернее тучи.*  Курение приводит к развитию трех заболеваний со смертельным исходом:  1. РАК ЛЁГКОГО. Курильщики составляют 96-100% всех больных этим жутким заболеванием.  2. ХРОНИЧЕСКИЙ БРОНХИТ. Курение препятствует самоочищению дыхательных путей и провоцирует развитие воспаления.  3. ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА. Курение вызывает сужение коронарных сосудов, питающих кровью сердечную мышцу. В результате хронического недополучения "манной каши" живой "мотор" начинает медленно гаснуть. Риск внезапной смерти и инфаркта миокарда повышается в несколько раз.  Микроинсульты. Разрывы маленьких сосудов в "неважных" областях головного мозга. Курильщики имеют их в два раза чаще, чем некурящие. Пережив такой инсульт, ты можешь ничего не почувствовать, кроме тихо прогрессирующей дебильности. Далее ты имеешь все шансы вписать в свою биографию инсульт обширный, а это тот случай, когда лежишь пластом и давно забыл, как выглядит стандартный унитаз.  Курение тормозит обмен микроэлементов растительной пищи, защищающих орган зрения. Риск превращения в крота возрастает в три раза.  Слюна во время затяжек обогащается полным списком составляющих сигарет. Эта агрессивная жидкость разъедает слизистую оболочку твоего желудочно-кишечного тракта до язв желудка и двенадцатиперстной кишки.  **11. Упражнение: “Младший” просит у “старшего**” закурить; “старший” должен найти удачный ответ (убедить не курить и в то же время не обидеть).  **12. Курение и беременность**  У курящих мам дети чаще рождаются ослабленными, с низкой массой тела, т.к. материнская кровь недостаточно насыщенна кислородом. У курящих женщин беременность протекает с осложнениями, возможен выкидыш, рождение мертвого ребенка, может родиться недоношенным, пороками сердца, недоразвитым спинным мозгом.  Малыш, проглотивший окурок заболеет, а съевший целую сигарету – умрет.  Весь никотин, угарный газ, бензопирен и даже некоторые радиоактивные вещества из сигарет, попадая в организм беременной женщины, после первой же затяжки моментально проникают сквозь плаценту к ребенку. Причем концентрация всех этих веществ в организме плода гораздо выше, чем крови матери! Что происходит дальше, можно легко себе представить. От никотина возникает спазм сосудов плаценты, и у ребенка возникает кислородное голодание. Ядовитые вещества действуют на все его нежные органы, мешают малышу нормально развиваться.  В результате большинство детей, рожденных курильщицами, появляются на свет с низким весом, часто болеют, развиваются медленнее, чем их сверстники, чаще умирают в детстве. Статистика показывает: курение (независимо от количества выкуриваемых сигарет) во время беременности увеличивает риск ее неблагоприятного завершения почти в 2 раза!  42% матерей, дети которых родились с дефектом лица, курили, будучи беременными.  Курение во время беременности на 50% увеличивает риск иметь ребёнка с умственной отсталостью, а иногда оборачивается выкидышем, гибелью плода или внезапной смертью младенца. Особенно опасно курение в последние 6 месяцев: "всего" 1 пачка сигарет в день – и родившийся ребёнок почти обязательно (в 85% случаев) будет умственно отсталым, а может быть ещё и глухим.  – преждевременные роды, мертворожденные дети и дети с несовместимыми для жизни пороками развития в условиях пассивного курения отмечаются в 2-3 раза чаще.  **Мини-итоги**  *– Ну и ну! – воскликнул сын. –  Как ты много знаешь: Про смолу и никотин, Гипоксию, гемоглобин, А курить, однако ж, не бросаешь! – Дорогой сыночек мой, Я б тебе слукавил, Но, признаюсь, лишь с тобой Факты сопоставил. Я бросал курить раз пять, Может быть, и боле, Да беда – курю опять, Не хватает воли. – Нет, ты сильный, мой отец, Волевой. И смело Завершишь ты, наконец, Начатое дело. Я хочу, чтоб ты курить Бросил эту гадость, Некурящим начал жить Всем родным на радость. Знаю, что курить бросать – Никогда не поздно. Трудно снова не начать, Трудно, но возможно. Ты – мой папа. Я – твой сын, Справимся с бедою. Ты бросал курить один, А теперь нас двое. И семейный наш бюджет Станет побагаче, Купим мне велосипед, Чтоб гонять на даче. – Ну и кроха! Вот так сын! Хитрован ужасный! Все проблемы враз решил, Ладно, я согласный. Но условия скорей Тоже выдвигаю: Ты и пробовать не смей, А я курить бросаю! И решили впредь еще И отец, и кроха:*  *–* ***Будем делать хорошо***  ***И не будем плохо!***  **Сформулируйте главные выводы** изученной темы в виде памятки “Мои аргументы против курения”:  Курение разрушает организм Курение приводит к неизлечимым болезням Курение снижает физическую активность Курение портит цвет кожи Никотин забирает свободу, человек становится его рабом.  **Я выбираю жизнь!!!**  **Домашнее задание.**  Расспросить кого-либо из некурящих взрослых о том, какие преимущества дает этому человеку то, что он не курит. Записать это. |  | |

# Классный час: "Наркотикам — нет!"

**Цель классного часа**:

* Расширение знаний детей о правилах здорового образа жизни.
* Показать вредное влияние наркотиков организму, наркоманов – обществу.
* Повышение творческой деятельности учащихся.

### Ход урока.

Звучит спокойная музыка. Она меняется на тревожную. Выходят **Алкоголь, Никотин,** **Наркотик**и поют (на мотив песни из к/ф “Бриллиантовая рука”).

Весь покрытый мраком   
Абсолютно весь   
Остров, смерть несущий,   
В океане есть

Правит этим островом  
Иммунодефицит,  
Он ужасен внутренне,  
Хоть добренький на вид.

Кто туда отправится,  
Тот поступит не зря   
На кайф сядет верно,  
Всем друзьям назло.

Там соблазнов всяческих  
Множество не счесть.  
Тому, кто не устоял от них,  
Виват, хвала и честь!

- Мы людям очень нужны. Кто с нами дружит, как весело живет!

- У них сердце работает на всю мощность, до последней (очень близкой) минуты.

- К нему подключаются легкие, почки, печень.

- Рост организма и половая зрелость отстает.

- Рождаются неполноценные дети.

- Организм постепенно неумолимо разрушается.

- Рак легких, злокачественная опухоль глотка, цирроз печени…

**Никотин:** Кто со мной дружит, те очень энергичны, нервны или же наоборот очень медлительны. Лица, зубы, кончики пальцев желтые, кожа огрубевшая. Но они не подают вида – держатся, молодцы!

**Алкоголь:** А я молодых пивом завлекаю. У молодых организм еще не крепкий, быстро привыкают. Внутренние органы незаметно разрушаю. Они ведь вместе со мной испытывают удовольствие.

**Наркотик:** Люди, всех быстрее, нам привыкают. Наших друзей во всем мире теперь больше 50 миллионов. Кто нас один раз попробует, ему хочется еще и еще. Они хотят забыть все на свете за то удовольствие, которое получают благодаря нам. Хоть они долго не живут, за то живут наслаждаясь…

**Ведущий:** Хватит вам хвалить самих себя! Довольно распространять сладкую ложь. Мы теперь раскроем ваше истинное лицо!

- Ребята, что же вы знаете о наркотиках?

**1 ученик:** Наркотик – греческое слово, означает остолбенение, потеря реакции на окружающее.

**2 ученик:** Применение наркотиков полностью меняет организм человека. Человек начинает искаженно воспринимать окружающий мир. Его начинает интересовать только наркотики. Он и не замечает, как становится наркоманом.

**3 ученик:** Наркоман становится безразличным ко всем: своей семье, любимому человеку, детям, родителям…Он не представляет завтрашний день без наркотиков.

**4 ученик:** Ему каждый день на наркотики нужно 300 – 500 рублей. Молодые люди, откуда берут такие деньги, ведь многие из них нигде не работают? Они постепенно встают на преступный путь добывания денег: воруют, грабят, даже своих близких.

**Творческое задание**: Почему нельзя применять наркотики?

Каждый ряд пишет 10 ответов за 5 минут. Потом ответы обсуждаются.

**Ведущий:** Ребята, я хочу рассказать вам одну историю. Историю любви Аллы и Андрея.

Говорят, что век Ромео и Джульетты прошел. Ерунда! Во всяком случае, Алла была твердо в этом уверена. Потому что Андрея она полюбила с первого взгляда, и с тех пор все дни у нее были двух цветов – серые и тусклые, когда они с Андреем не виделись, и яркие, желто – солнечные, которые они проводили вместе. К счастью, последних было значительно больше.

Андрей был студентом Литературного института и писал стихи, которые Алле (да и не только ей) казались талантливыми. Девушка училась в 10 классе и собиралась, так же как и Андрей, поступать в Литературный. Родители Андрея и Аллы были вовсе не против “романтической дружбы” молодых людей.

Все началось с того, что Андрей увлекся весьма странной, на взгляд Аллы, литературой. Это были малопонятные для девушки книги, читая которые она пробиралась через густые заросли незнакомых слов. Однако Андрей уверял, что каждый культурный человек должен освоить эти произведения, так как они “позволяет открыть для себя новый, недоступный большинству “непосвященный” мир”. Аллу же смущало то, что слишком много в этих книгах говорится о наркотиках.

- Да брось ты, Алуся, читать мне лекции! Тебе пока еще сложно понимать такую литературу. Я взрослый человек и сам понимаю, что опасно, а что нет! – говорил Андрей в ответ на попытки девушки объяснить, что именно ей не нравится.

В один из вечеров Андрей пригласил Аллу в гости к своим студенческим друзьям. Девушка, переступив порог, ахнула. Она еще ни разу не была в такой квартире. В высоких комнатах царил полумрак. Со стен то тут, то там оскаливались деревянные маски, проблескивали металлические украшения, которых девушка никогда не видела. Прямо на полу был расстелен пушистый ковер, на котором и сидели гости. В разных концах комнаты стояли маленькие красивые подсвечники, от горячих свечей по всей квартире разносился сладковатый аромат, от которого у Аллы сразу же начала кружиться голова.

Сидящие обсуждали статью, в каком то журнале, потом лекции неизвестного для Аллы Димыча. Все это было неинтересно девушке, и чувствовала она себя неуютно. Кто – то предложил закурить, и все оживленно зашевелились. “Ну, а ты Андрюха, попробуешь, наконец – то? – хозяин дома протянул Андрею странной формы сигарету. – Может, и твоя подружка будет?”

“Да нет, Алке, пожалуй, не стоит, а я попробую”, – Андрей взял сигарету.

Алла с удивлением видела, как лицо Андрея меняется. Оно постепенно как бы расплывалось, становилось не четким, словно плохая копия. То же происходило и с лицами остальных – появился странный блеск в глазах, речь становилась медленной и словно спотыкающийся. Девушке стало страшно, она затормошила Андрея: “Пойдем отсюда!” Молодой человек трудом разлепил глаза: “А, Алуся…, слушай, а ты сама не доберешься до дома? ” Девушка вскочила и бросилась к двери. Вернувшись, домой, она весь вечер проплакала от обиды.

Андрей появился на следующий день. Он попросил прощения за произошедшее, объяснив, что никак не ожидал, что уснет.

- Андрей, но ведь там у вас был наркотик! – Алла была здорово этим напугана.

- Да брось ты, Алка, ну какой там наркотик. Подумаешь, один раз покурил, ничего страшного не произошло. Вон, ты ребят видела? Нормальные ребята, а, кстати, покуривают уже давно. Так что брось волноваться, – слегка насмешливо ответил Андрей.

- Андрей, я не хочу туда ходить. И не хочу, чтобы ты с ними общался, – Алла никак не могла успокоиться.

— Вот что, девочка. Я буду сам выбирать, с кем мне общаться, а с кем нет. Так что умерь свой пыл, — резко проговорил Анд-рей, — иначе мы с тобой серьезно поссоримся. Ну что надулась, как мокрая мышь, ну-ка улыб-нись!

Алла попыталась сдержаться, но не смогла и расхохоталась, уж очень смешную рожицу скорчил Андрей, изображая мокрую мышь.

Прошло несколько месяцев. Алла старательно избегала воспоминаний о ссоре. Она успокаивала себя тем, что Андрей — взрослый человек и сам сумеет разобраться в том, что хорошо, а что плохо. И все же было то, что мешало успокоиться, — Андрей постепенно менялся. Он стал часто без причины срываться, нередко исчезал куда-то на день или два, резко похудел и под глазами залегли синяки. Наконец девушка не выдержала.

— Андрей, что с тобой происходит? Пойми, я люблю тебя и мучаюсь оттого, что не могу помочь, — голос девушки дрогнул, и Алла испугалась, что не выдержит и расплачется.

Андрей угрюмо опустил голову.

— Знаешь, Алка, я серьезно влип — колоться начал. Сейчас уже почти каждый день колюсь.

— Андрюша, ты что, это правда? — Алла испуганно прикрыла рот ладошками.

— Сам не понимаю, как это произошло. Вроде вначале все было нормально, ну, покуривали, подумаешь. Кто этим сейчас не балуется! Ну а потом... думал, один раз уколюсь и все... а получилось... Аллочка, милая, только ты меня не бросай. Я завяжу с этим, обещаю! Мне без тебя не выкарабкаться!..

**Творческое задание:**На творческое задание дается 10 минут. Ответы обсуждаются.

Как, по-твоему, могла закончиться эта история?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Представь себе, что Алла обратилась за советом сразу к трем людям — своей маме, папе Андрея и близкой подруге. Как ты думаешь, что посоветовал бы девушке каждый из этих людей?

Мама Аллы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Папа Андрея\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Подруга Аллы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

А что бы ты мог посоветовать Алле? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Как ты определяешь для себя выражение “ответственность за другого человека”? За кого из окружающих человек может чувствовать ответственность? В чем она может выражаться? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Французская актриса Ани Жирардо говорила: “Во все века на алтарь любви приносились самые бессмысленные и бесполезные жертвы. На самом деле подлинная любовь жертв не требует”. Согласен ли ты с этим утверждением?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**1 ученик:** По словам врачей – наркологов, любое наркотическое вещество приводит к наркозависимости. Нет “вредных или безвредных” наркотиков. Постоянное поступление в кровь наркотических веществ, прекращает производство обезболивающих веществ в организме. В последствии, человек начинает чувствовать нестерпимую боль даже от прикосновения своей одежды к телу. У него все тело начинает ныть, как открытая рана. Это состояние, наркоманы называют “ломкой”. Она возникает в организме через каждые 10-12 часов. Переживший хоть один раз такую нестерпимую боль, готов пойти на любое преступление. Через 2-3 года, кожа у наркомана желтеет, кости становятся хрупкими, волосы редеют, сознание притупляется, не остаются прежние увлечения, чувства. Существует в его жизни лишь один наркотик.

**Ведущий:** Я вам расскажу, чем все закончилось.

Андрей дал Алле твердое обещание, что больше никогда не будет колоться. Но... на следующий же день нарушил это обещание. Для девушки начались безрадостные дни. Каждое утро она просыпалась с мыслью: будет ли сегодня Андрей на игле? Несколько месяцев подряд она перед школой провожала Андрея в институт, а ближе к 4 часам бежала его встречать, чтобы довести домой. Шейпинг и подготовительные курсы пришлось забросить, так как времени едва-едва хватало на то, чтобы приготовить уроки. Вскоре обо всем стало известно родителям Андрея и Аллы. Взрослые схватились за голову. Родители Андрея отправили сына в клинику. Алла каждый день звонила туда и с нетерпением ждала окончания лечения. Она твердо была уверена в том, что после лечения все будет хорошо. Но, выйдя из клиники, молодой человек продержался всего лишь месяц. Мама и папа Аллы, видя происходящее, запретили дочери встречаться с Андреем, но девушка, заявив, что не может бросить любимого человека в беде, ушла из дома. Молодые люди перешли жить к другу Андрея, у которого была свободная комната. Алла забросила школу и устроилась на работу в ближайшее кафе — нужны были Деньги на еду. Иногда Андрею удавалось продержаться без наркотика неделю, – и дёвушка начинала верить в то, что ее любимый выздоровеет. Но вскоре Андрей срывался, и все начиналось заново. Через год Алла вернулась к родителям, в какой-то момент она поняла, что тот Андрей, которого она когда-то любила, просто исчез.

**5 ученик:** Хоть и известно о вреде наркотиков всем, а его распространители очень хитроумно, прибегая к разным уловкам, предлагают их подросткам.

1. Ты тоже попробуй – все же пробуют.

2. Попробуй – ничего не случится.

3. Попробуй – не понравится, бросишь.

4. Попробуй – это “ безвредный” наркотик.

Эти все слова – обман. Не все пробуют наркотики. Попробовав один раз наркотиков, можешь стать наркоманом. Привыкнув к наркотикам, невозможно их бросить – врачи не волшебники. “Безвредных ” наркотиков не бывает.

**Творческое задание:** Написать за 5 минут 5 убедительных отказов. Ответы обсуждаются.

**Ведущий** (обращаясь к Никотину, Алкоголю, Наркотику): Ну, как вы себя чувствуете среди нас?

**Алкоголь, Никотин, Наркотик** не смело, с поникшей головой, тихо говорят: “Да, делать нам среди вас нечего. После такого “разгрома” вряд ли кто пожелает с нами дружить. Так хорошо раскрыли всю нашу сущность. Уйдем отсюда быстрее, не будем зря тратить время”. Они уходят.

**Ведущий:** Ребята, мы сегодня говорили об очень серьезной проблеме. Наркомания – это страшная беда. Наркотики разрушают организм, приводят его к смерти. Наркоманы приносят вред всему обществу, они лишают его будущего. Чтобы общество, страна была развитой, сильной, нужны здоровые, сильные, образованные специалисты; нужно крепкое государство, на которое можно положиться; нужны честные чиновники права и порядка; нужны граждане, выполняющие честно законы.

Теперь в России наркоманам, в среднем, 13 – 14 лет, их насчитывается несколько сот тысяч. Смертность детей, среди наркоманов, возросло за последние 8 лет, 42 раза.

Мы живем в эпохе “скоростей”. Поэтому не все люди могут приспособиться к такому темпу. Многие спасаются от стрессов, занимаясь интересным, полезным делом – дожат каждой минутой, а некоторые принимают алкоголь, наркотики – “ прожигают” жизнь.

Дети, будьте трезвомыслящими! Вы – будущее нашей прекрасной планеты – Земля! Вы – обязаны сохранить генофонд. Богатство нации – в его здоровье.