

МКОУ «Сучковская средняя общеобразовательная школа»

классный час
КАК СКАЗАТЬ НАРКОТИКАМ «НЕТ!»

9-11 классы

Учитель: Караульных Л.М.

с. Сучково, 2014

Тема: КАК СКАЗАТЬ НАРКОТИКАМ «НЕТ»

Цель: дать понятия о различных источниках и формах принуждения, под давлением которых подростки начинают пробовать и употреблять наркотики; дать информацию о способах уверенного отказа, которые помогут подростку противостоять негативному давлению сверстников; научить способам отказа.

Методический материал: таблица «Как сказать наркотикам «Нет!»»; комплект ситуационных задач к ролевой игре «Уверенный ответ».

Ход занятия

Уверенность - вот фактор, который гарантирует путь сопротивления давлению к употреблению наркотиков, алкоголя, табака

1. Задание.

Назовите возможные последствия употребления наркотиков.

Записать на доске с помощью ребят все варианты последствий употребления наркотиков для общества, для семьи и друзей и для самого употребляющего.

Обратить внимание ребят, что последствия злоупотребления наркотическими веществами очень тяжелые, порой необратимые. Употребление наркотиков, алкоголя, табака вредит каждому человеку независимо от того, выбрал ли он сам или его принудили к этому.

2. Объявление темы

Учитель объявляет тему данного занятия

Что такое наркотики?

Наркотики – это вещества, поражающие в первую очередь нервные клетки, психику человека и необратимо разрушающие весь организм человека; это яды, отличающиеся от остальных тем, что способны после кратковременного, даже однократного приема вызвать **жесткую физическую и психическую зависимость**.

Побочными действиями некоторых из этих ядовитых веществ является кратковременное состояние радостного опьянения (эйфория, кайф), которое сменяется чувством опустошенности, неудовлетворенности окружающим (пустоты внутри и вокруг), депрессией.

Употребление наркотиков, **даже однократное**, оказывает губительное действие на организм и может привести к тяжелому заболеванию – **наркомании**.

Наиболее распространенными являются **легальные наркотические вещества**, к которым главным образом, относятся табак и алкоголь.

В тех случаях, когда речь идет о наркомании, имеется в виду употребление **нелегальных наркотиков**.

В России наибольшее распространение имеют следующие группы нелегальных наркотиков.:

- препараты из опийного мака;
- препараты из конопли;
- разного рода психостимуляторы.

Зависимость от наркотиков характеризуется рядом признаков:

- необходимость регулярного применения, перерастающие в непреодолимое влечение;
- необходимость постоянного увеличения дозы, так как прежняя доза не дает желаемого эффекта;
- тяжелое состояние, которое развивается при отсутствии доступа к наркотику: физическая слабость, тоска, бессонница;
- изменение характера человека – он становится раздражительным; настроение неустойчивое; руки дрожат; координация их нарушается;
- резкое снижение умственной и физической работоспособности; исчезновение воли;
- быстрая потеря здоровья трудоспособности.

Задать вопрос учащимся, могут ли полученные знания помочь им сделать правильный выбор, будут ли знания о негативных последствиях употребления наркотиков, табака или алкоголя способствовать снижению количества людей, злоупотребляющих ими.

Можно спросить у учащихся, растет ли, по их мнению, количество подростков, употребляющих наркотики, или снижается.

(Приводятся статистические данные по употреблению наркотиков, алкоголя подростками и молодежью).

Вопросы:

- Какие вы можете выдвинуть предложения для снижения у нас количества молодежи, употребляющей наркотические вещества?

Выслушать ответы учащихся и сделать **вывод**:
снижению количества подростков, употребляющие наркотические вещества, помогут следующие мероприятия:

- изменение отношения молодежи к наркотикам;
- обучение подростков умению сделать правильный выбор;
- знать последствия злоупотребления наркотическими веществами;
- знание ответственности за незаконный оборот наркотиков;

- увеличение через СМИ антирекламы наркотиков.

3. Изучение видов давления и принуждения.

Вопрос:

- Почему увеличивается количество молодежи, употребляющей наркотики?

Дать время ребятам подумать, а затем вместе с ними обсудить ответы. Один из школьников записывает ответы на доске.

Причины употребления наркотиков:

- любопытство;
- желание казаться взрослым;
- желание испытать новое ощущение;
- для снятия стресса;
- стремление к подражанию
- для облегчения контакта;
- стремление для подражания;
- надо попробовать все.

Этот список можно продолжить.

Проанализировать следующие факторы, способствующие употреблению наркотиков:

- личностный (личное желание, убеждения);
- семья (употребляют в семье);
- ровесники (все употребляют);
- реклама в СМИ.

-Давление ровесников - это принуждение, которому вы должны сопротивляться. Подражание способствует потере индивидуальности, оказывает влияние на принятие собственных решений.

- Кто может рассказать о видах давления?

Напишите ответы на доске.

Виды давления.

Давление друзей. Предложение делается в дружеской форме: «Не хочешь попробовать кое-что?».

Давление, которое оказывают «дразнилки».

Тяжелое давление

Косвенное, искушающее давление.

4. Изучение способов сопротивления.

Написать на доске слово «уверенный» и спросить учащихся, что это значит. Определить это понятие как один из способов поведения, открытое высказывание своего мнения, которое имеет право быть и должно уважаться другими. (Учащиеся записывают это понятие в тетрадях.)

Ролевая игра.

Пригласить двух школьников к доске, предложите им ситуацию, когда нужно отказаться от предложенной сигареты с марихуаной. Выслушайте несколько видов отказа. Ребята определяют, какой отказ был наиболее уверенным.

Виды ответов:

- уверенные;
- неуверенные;
- агрессивные.

Уверенный ответ:

- говорит твердо, спокойно;
- стоит прямо;
- смотрит прямо в глаза;
- уважает свои права и права других;
- не позволяет никому влиять на себя, не позволяет делать с собой то, чего он не хочет;
- совершенно уверен в себе.

Неуверенный ответ:

- нервничает;
- избегает смотреть в глаза собеседнику;
- поникшая осанка;
- пожимает плечам;
- речь растянутая, с длительными паузами, много сорных слов: «в общем», «значит», неуверенных фраз: «Да, я не знаю...», «может быть», «ну ладно»;
- делает то, чего от него ждут, и позволяет себя принудить сделать то, чего он делать не хочет.

Агрессивный ответ:

- говорит резко, громко, с вызовом;
- перемежает свою речь ненормативной лексикой;
- оскорбляет;
- наглый взгляд;

- сильно жестикулирует;
- игнорирует правила поведения;
- ставит других в неловкое положение;
- нарушает права других.

Пригласить трех школьников к доске. Они записывают три варианта ответов. (Можно предложить учащимся записать себе в тетрадь вывод)

Вывод:

- Уверенность помогает человеку отстаивать свои права.
- Уверенность помогает выйти из конфликтных ситуаций.
- Уверенность помогает человеку противостоять давлению.
- Уверенность сохраняет индивидуальность.
- Уверенность помогает человеку сказать «нет».

Восемь способов сказать «НЕТ»

1) Говори: «Нет, спасибо!»

– Ты хочешь выпить?

- Нет, спасибо.

2) Объясни причину отказа.

- Ты не хотел бы выпить вина?

- Нет, спасибо. Я не пью вина.

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

- Хочешь покурить марихуану?

- Нет.

- Ну, давай!

-Нет.

- Ты только попробуй, тебе понравится.

- Нет.

4) Уйди.

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

– Нет. Я ухожу.

5) Смени тему разговора.

- Давай попугаем вон тех девчонок.

- Нет пойдём лучше ко мне, у меня есть новый видеофильм.

6) Избегайте 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 обращая на него внимания, игнорируйте его, уходите.

8) Сила в коллективе и в друзьях

Дружи и встречайся с теми, кто тебя понимает, кто поможет тебе в трудный момент, кто придет к тебе на помощь и поддержит тебя.

5. Ролевая игра «Уверенный ответ»

(раздать карточки, ситуационных задачи, к ролевой игре)

Учащиеся делятся на три группы. Каждой группе раздается комплект ситуационных задач. Ребята обсуждают и дают три варианта ответов. Учитель помогает школьникам в выполнении этого задания. Затем ребята обсуждают предложенные ответы и определяют, какой из предложенных ответов является наиболее уверенным.

Обратить внимание учащихся на то, **что дает уверенность:**

- Учитель говорит «НЕТ»
- Помогает человеку не делать того, чего он не хочет.
- Дает возможность отстаивать свои права.

Убедить учащихся, что они должны быть готовы использовать эти ответы в своей жизни.

6. Подведение итогов

Различные виды давления будут сопровождать человека всегда, и от того, насколько человек может противостоять давлению, зависит принятие им правильного решения и выбора поведения, а это умение окажет положительное влияние на дальнейшую жизнь.

Ситуационные задачи к ролевой игре «Уверенные ответы».

ЗАДАЧА 1

Твой друг пригласил тебя на вечеринку, сказав, что там будут одноклассники и ребята из старших классов. «Приходи, родителей не будет, вот и повеселимся, выпьем, покурим, потанцуем ».

ЗАДАЧА 2

Во дворе одноклассник сказал: «У меня есть сигарета, пойдем в подъезд, попробуем или ты боишься? Если ты не пойдешь , то ты мне не друг».

ЗАДАЧА 3

В подъезде Саша увидел своих знакомых. Они курили, громко смеялись, рядом стояла бутылка с пивом и вином. Рассказывали неприличные анекдоты, сквернословили. Ребята предложили Саше выпить и покурить, сказав, что они отмечают день рождения своего друга. «Что, брезгуешь, не хочешь? Ну-ну, смотри!»