

## «Нет пагубным привычкам!»

**Цель:** способствовать формированию знаний о вреде наркомании, алкоголизма, табакокурения; росту самосознания и самооценки воспитанников спецшколы.

**Задачи:**

Развить умение аргументировать свою точку зрения.

Помочь воспитанникам выработать зрелую, обоснованную позицию в отношении употребления наркотиков, алкоголизма и курения, осознать глубину данной проблемы.

Воспитывать потребность в здоровом образе жизни.

**Оборудование:** мультимедийная презентация, анкета «Наркотики и подросток», выставка рисунков учащихся, видеоролики социальной рекламы против пагубных привычек, музыкальные записи Эдит Пиаф, группы «Битлз», фото из спортивного фотоархива.

### Ход мероприятия.

**Вступительное слово К.Н.В.**



Мы пригласили вас сегодня на устный журнал «Нет пагубным привычкам!». Почему мы вновь обратились к, казалось бы, уже давно избитой и наскучившей всем теме. Только лишь из-за того, что наркомания, алкоголизм и табакокурение стали настоящей чумой нашего времени, и особенно в молодёжной среде. Да ещё и эта проблема не так давно частично коснулась некоторых ребят нашего класса. А по данным социальных педагогов из 92-х воспитанников нашей школы до поступления в спецшколу употребляли спиртное все 92, токсические вещества – 10 воспитанников, наркотики – 14, табачные изделия – все 92 воспитанника. Таким образом проблема высвечена и актуальность её неоспорима.

Повинуясь старой пословице «Повторение – мать учения» мы начинаем листать странички нашего журнала.

### Страница первая:

## «НАРКОТИКИ – ПУТЬ В НИКУДА!»

(слайд 1)

**К.Н.В.**

Он хотел научиться, как птица, летать,  
Всю Вселенную разом хотел он обнять.  
Он хотел, как и все, научиться любить,  
Он хотел для любимой единственным быть.  
Только слишком беспечно и слишком легко  
В свою вену иглу он вонзил глубоко.  
Взять от жизни не смог он, увы, ничего.  
Под могильной плитой мечтания его.



**Логвиненко Е.**

Природа создала все, чтобы человек был счастлив. Деревья, яркое солнце, чистую воду, плодородную почву. И нас, людей, - сильных, красивых, здоровых и разумных. Человек рождается для счастья, и, кажется, нет места в его душе для злого духа и низменного порока. Но некоторые губят свою жизнь наркотиками.

## Давыденко Р.

Наркомания - это болезненное влечение к употреблению некоторых лекарств, веществ, парализующих центральную нервную систему. Это опий, гашиш, снотворные средства, стимуляторы центральной нервной системы.

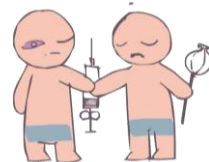
(слайд 2)

В чём вред наркомании?

1 - е: организм начинает разрушаться, сгорают нервные клетки, снижаются защитные реакции организма, человек подвержен заболеваниям. Наркотики вызывают предраковые процессы в лёгких, атрофию мозга, разрушается кровь.

2 - е: идёт общая деградация личности в 15 - 20 раз быстрее, чем от алкоголя.

3 - е: наркоманы - потенциальные преступники: стремясь получить свою дозу наркотика, часто прибегают к насилию, преступлению.



Наркоманов преследуют навязчивые идеи, чрезмерная раздражительность. Часто наркоманы прибегают к попытке покончить с собой.

Приобщение к наркотикам чаще всего происходит из любопытства. Этим увлекаются подростки из числа тех, кто безразличен к учебе, к труду, ведет беззаботную жизнь. Молодые люди употребляют наркотики, не зная страшных последствий, разрушающего действия на здоровье. Наркоман – это больной человек. Как определить, распознать больного? По каким признакам?

- бледность кожи.
- расширенные или суженные зрачки.
- покрасневшие или мутные глаза.
- замедленная речь.
- плохая координация движений.
- следы от уколов.
- ухудшение памяти.
- не возможность сосредоточиться.
- частая и резкая смена настроения.
- кожа серая.
- мышцы дряблые.
- походка неуверенная.
- безразличное выражение лица.
- бессонница.
- уходы из дома и прогулы в школе или институте.
- свернутые в трубочку бумажки.
- шприцы, маленькие ложечки, капсулы, бутылки.



(слайд 3)

## Логвиненко Е.

Опасен любой наркотик, даже одноразовая его проба. Неизбежно появляется привычка. При отсутствии наркотика человек испытывает мучительное состояние – абстиненцию. Его преследует отчаяние, беспокойство, раздражительность, нетерпение, боли в костях и мышцах; он, как при пытке, страдает от тяжелой бессонницы или кошмарных снов. Приём наркотика прекращает эту муку, но ненадолго.

(слайд 4)

Организм требует новой встряски. И снова под воздействием наркотика возбуждается нервная система. Могут возникнуть экстаз, болезненный восторг, иллюзии или галлюцинации. Но потом будто бы происходит падение с вершины в глубокую пропасть – следует торможение. Настроение становится крайне угнетённым, подавленным, наступает тяжёлая депрессия.

(слайд 5)

Вызывает большую тревогу, что

- В разных регионах России, по данным правоохранительных органов, насчитывается от 2 до 25 % старшеклассников, которые так или иначе знакомы с употреблением наркотиков.
- Число подростков и студентов, больных наркоманией, за минувшие 4 года в крупных городах выросло в 6-8 раз, число женщин-наркоманок за последние 10 лет увеличилось в 6,5 раз.

- По некоторым данным, в стране сейчас примерно 2 млн. людей, регулярно употребляющих наркотики, примерно 4 млн. человек уже пробовали их, 3/4 из них - молодежь от 14 до 30 лет.
- Каждый десятый школьник уже пробовал наркотики.
- 1 наркоман втягивает за год от 4 до 17 человек. При таких темпах через 5 лет в стране более чем 1/4 населения попробует наркотики.

(слайд 6)

Это надо знать:

- Возраст начала потребления наркотиков совпадает со временем начала учебы в школе. К подростковому возрасту свыше 10 % школьников уже знакомы с действием наркотиков и этот процент растет.
- К окончанию школы 19,5 % мальчиков и 13 % девочек пробовали наркотики, а регулярно "сидят на игле" 9 % мальчиков и 5 % девочек.
- Основной возраст первого знакомства с наркотиками приходится на 11-14 лет (41 %) и 15-17 лет (51 %).

Давайте послушаем исповедь наркомана.

**Бодягин А.** (исповедь наркомана)

У меня всегда было чувство, что я рискую, но риск только подогревал азарт. Страшнее всего было показаться трусом. Нам, 16-летним море казалось по колено. На тусовках мы «отрывались»: музыка, девушки, пиво. Еще куражились друг перед другом – у кого «прикид круче». Анашу курить стали еще в школе. Легкость, приятное возбуждение, необходимость действовать и высказаться подвигала нас на «подвиги». Но курение скоро наскучило – хотелось новых ощущений. Кто первым предложил уколаться, я не помню. Помню, что от скуки согласился. Я знал, что это может погубить. Но думал – меня «пронесет», попробую только. Что почувствовал тогда? Это словами не передать: легкость, фантазии такие, силу. Потом еще раз был, еще. Зачем, думал, себе отказывать в кайфе, если все серое и неинтересное.

Скоро ломать стало: выкручивало спину, ноги, тошнило, в голове одна только мысль – укол. Тогда еще не понимал, что «подсел». Начал воровать деньги.

Когда мать узнала, я согласился лечиться. Из больницы я сбежал. Месяц держался. Как опять укололся, не помню, все было как в тумане, как будто не со мной, себя видел как бы со стороны.

Сейчас уже кайфа такого нет. Колюсь, чтобы нормально себя чувствовать. Укол хватает часов на 7. Лечиться? Да от чего? Когда сидит «наркота» у меня в голове, внутри, и мыслей нет других, пустота. Не верьте тем, кто предложит наркотики. Гибнут люди от этого. Медленно, сначала душа, затем тело. За короткое удовольствие станешь рабом на всю оставшуюся жизнь. Сгинут все надежды, затянет болото. Руки никто не подаст. Останешься один - с отвращением ко всем, с пустотой и болью...



(слайд 7)

**Давыденко Р.**

*Наркотики, порождают ряд проблем.*

- В школе – тебе больше не добиться успеха – изменяются цели, мысли о будущем только мешают.
- В семье – ты теряешь контакт с близкими людьми – изменяются ценности, привязанности мешают.
- в твоём окружении – многие друзья перестают понимать тебя, они растут, а ты – нет.
- Настоящие чувства не для тебя.

**Логвиненко Е.**

*Наркотик разрушает твой организм.*

- Многие наркотики просто растворяют мозг.
- Ты становишься уязвимым для многих болезней – сил на защиту не останется.
- Внутренние органы быстро стареют.
- сердце уже не справляется с обычными нагрузками.

(слайд 8)

**Давыденко Р.**

*Наркотик укорачивает жизнь.*

- За удовольствие надо платить – отдавать приходится драгоценное время.
- Опасность заражения СПИДом неминуемая гибель.
- Передозировка – часть ее последствия – быстрая смерть.
- Окружение наркомана – сплошной криминал, убийство наркомана – обыденный случай.
- Часто жить становится настолько «хорошо», что больше и не хочется.

(слайд 9)

**Логвиненко Е.**

*Наркотики влияют на психику.*

- Твои мысли и чувства уже не принадлежат тебе.
- Твой разум засыпает, слабеет воля.
- Ты уже не в состоянии созидать и творить, зато натворить, пожалуйста.
- Твое будущее – ограниченность, перспектива – направление движения только вниз.

(слайд 10)

**Давыденко Р.**

*Наркотики – это прежде всего проблемы с самим собой.*

- Самое ценное в твоей жизни – свою свободу и независимость – ты бросишь ради очередной дозы.
- Мыслить, чувствовать, желать ты сможешь только под «кайфом».
- Мозг отупеет, память отшибает. Работа, учеба, бизнес – на этом можно ставить крест.
- Тебе никогда не дадут права на машину. Найти хоть какую – нибудь работу будет практически невозможно.
- Ты окажешься в тупике, из которого нет выхода.

**Логвиненко Е.**

А также это проблемы, конечно, с законом.

Наркотик приведет тебя в криминальную среду – если ты держишь его в руках – ты уже нарушитель. Наркотик – безжалостный палач. Очень скоро он потребует: «Укради, убей, но достань, очередную дозу: и ты не сможешь отказать ему. Ты превратишься в загнанного зверя – любой человек в форме будет у тебя вызывать липкий холодный прошибающий страх.

**Давыденко Р.**

Много сказано, какие последствия несут употребление наркотиков.

- Готовь ли ты заплатить такой ценой за излишнее любопытство и сомнительную романтику.

**Логвиненко Е.**

Наркоманы губят свою жизнь. Ее губят и простые люди, и очень талантливые. Перед страшной бедой ни у кого нет защиты. Может быть, трагические истории известных людей заставят вас задуматься и не поддаваться соблазну и обману.

(Звучит песня Эдит Пиаф.)

(слайд 11)

**Давыденко Р.**

Автобиографическую книгу «Моя жизнь» знаменитая французская певица Эдит Пиаф диктовала уже в больнице, умирая. Она потеряла самого близкого и дорогого человека - чемпиона мира по боксу Марселя Сердана.

Сердан погиб в авиакатастрофе, и Эдит Пиаф стала искать утешения в наркотиках и алкоголе. После смерти Сердана, ровно через шесть месяцев, Эдит Пиаф обратилась к наркотикам. Несмотря на то, что, в конце концов, ей удалось победить болезнь, наркотики превратили ее жизнь в ад, который продолжался четыре года. В течение этих лет она жила, как животное, для нее не существовало ничего, кроме уколов, которые приносили ей временное облегчение. Друзья видели ее с пеной на губах, цепляющуюся за спинку кровати и требующую дозу морфия. Они видели ее в кулисах, второпях





делающую себе через юбку, через чулки укол, без которого она не могла выйти на сцену, не могла петь. Никто не пытался ей помочь, и она катилась вниз по наклонной плоскости. Она истратила на наркотики целое состояние. Стала неузнаваемой. Дошла до того, что, несмотря на увеличивающиеся дозы, наркотики ее удовлетворяли ненадолго. Кроме того, некуда было колоть: руки и ноги были сплошь покрыты огромными отеками. Поскольку нехватка наркотиков была очень ощутимой, она так торопилась получить свою дозу, что даже не давала себе труда прокипятить шприц и колола прямо через одежду.

На протяжении нескольких лет она наблюдалась в клинике, под пристальным присмотром врачей, но ей ничего не помогало. Но, однажды настал день, когда солнце осветило ее жилище и она ушла из жизни.

(Звучит музыка группы «Битлз»)

(слайд 12)

**Логвиненко Е.**

«Битлз» - это ливерпульская четверка парней с гитарами, прогремевших на весь мир. Случай в творчестве этих парней сыграл решающую роль, сведя их с менеджером группы - Брайаном Эпштейном. Он много сделал для того, чтобы привести «Битлз» на путь славы. Но после его смерти группу возглавил один из ребят - Пол Маккартни. Вот с этого момента и начались в группе всякие недоразумения, и в конце концов группа распалась.

Большая часть вины в том - наркотики. Их группа употребляла долго, вследствие чего - разрушение личностей, неудачные концерты, плачевный финал.

Джон Леннон вспоминает: «...Все песни писались на очень «крутых» пилюлях, рядом с ними марихуана казалась папироской для скаутов. У них возникали большие проблемы с творчеством, для них это было больно и по-настоящему тяжело. Они стали принимать героин. «Битлз» стали невыносимы, публика забрасывала их чем попало. Им не хотелось играть для людей, и они разлюбили их.



(слайд 13)

**Давыденко Р.**

Наркотики - это разрушение души и тела.

Наркотики - это деградация личности - интеллектуальная, моральная, социальная.

Наркотики - это когда мир сужается и распадается.

Наркотики - это когда человек больной и не осознает этого.

Думаю, примеры, которые вы сегодня слышали, должны предостеречь вас, когда кто-то предложит наркотик. Примеры людей, которых знает весь мир, должны быть той нитью с действительностью, которой нельзя пренебрегать, примеры, которые говорят: «Не смей так делать, нам - уже было очень плохо, тебе такое же ни к чему».

(слайды 14 - 23)

**Логвиненко Е.**

- К чему приводит употребление наркотиков?

- Как вы думаете, могут ли наркотики и токсикомания лишить чего-то человека?

- Какие основные жизненные ценности человека вы знаете?

- Я предлагаю и вам задуматься о том, что ваше здоровье во многом зависит от вас. Каждый из вас является хозяином своей жизни и своего здоровья. За вас вашу жизнь никто не проживет: ни родители, ни педагоги, окружающие и заботящиеся о вас, ни кто-нибудь другой. Как каждый из вас решил, так все и будет. И я надеюсь на то, что вы все-таки сможете выбрать верный путь и следовать ему в жизни, несмотря ни на что, потому, что ваше здоровье - только в ваших руках.

Всегда помните о том, что наркотики лишают надежды, радости, свободы, а главное - они лишают человека жизни!



(слайд 23)

**К.Н.В.**

Не менее злостным врагом нашего здоровья является курение. И следующая страничка посвящена профилактике табакокурения.

**Страница вторая:**

## **«Курение наш злейший враг!»**

*слайд 2*

**Фоменко И.**

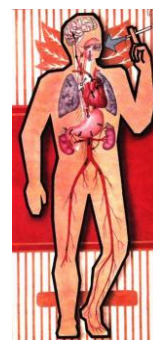
В социальном отношении менее вредной, чем пьянство, но зато более распространённой привычкой является курение. Курят, к сожалению, очень многие: мужчины, женщины, пожилые люди, подростки. Однако далеко не все представляют себе, какое большое зло курение, как пагубно действует на организм никотин, этот «культурный» яд.



*слайд 3*

**К.Н.В.**

Установлено, что на первый взгляд безобидное облачко дыма содержит ядовитые вещества, которые оказывают своё воздействие не только на организм курящего, но и на здоровье окружающих, и особенно детей. Кроме никотина табачный дым содержит и другие вредные вещества, а именно: угарный газ, пиридиновые основания, синильную кислоту, сероводород, уголекислоту, аммиак, азот, эфирные масла.



*слайд 4*

**Фоменко И.**

У начинающего курильщика даже одна выкуренная сигарета может вызвать острое отравление, для которого характерны: тошнота, бледность, холодный пот, общая слабость, учащение пульса, головокружение, шум в ушах. Дым от 25 сигарет содержит около двух капель чистого никотина, то есть такое количество яда, которого достаточно для того, чтобы убить собаку. Мышь погибает моментально, если ей впустить в глаз одну каплю никотина.

*слайд 5*

**К.Н.В.**

Детям свойственно подражание взрослым. По результатам исследований - причиной курения мальчиков 8 – 9 лет являлось: влияние товарищей – в 26,8% случаев, любопытство – в 23,2%, баловство – в 17,8%, подражание взрослым – в 16,7% случаев. Подростки в процессе подготовки к вступлению во «взрослую жизнь» усваивают «взрослые нормы» поведения, в том числе и курение. Подростки видят в курении признак самостоятельности, взрослости. Курение в компании становится своего рода обязанностью, ритуалом, средством к сплочению.



*слайд 6*

**Фоменко И.**

Простой пример: под влиянием курения снижается острота зрения. Снайпер, который из 100 возможных выбивал 96 очков, после выкуривания нескольких сигарет выбил только 40 очков. Несовместимы спорт и курение. Значительные физические нагрузки при тренировках, соревнованиях усугубляют тяжесть последствий курения. Сердечная мышца у спортсмена-курильщика ослаблена. Под действием никотина ухудшается координация движений, уменьшается их точность.

*слайд 7*

**К.Н.В.**

А как же у нас? И как вы думаете почему команды нашей школы регулярно побеждают во многих соревнованиях, требующих выносливости: лёгкой атлетике, футболу, кроссу.

Ответ прост: МЫ НЕ КУРИМ!

*Звучат частушки в исполнении Иванилова Кости, Ефремова Сергея и Белокоза Саши.*

**К.Н.В.**

Третья страничка нашего журнала посвящена такой пагубной привычке как пристрастие к алкоголю.



**Страница третья:**

### **«В плену иллюзий»**

**Врач**

*слайд 2*

ПИВО – один из самых опасных напитков. Содержание спирта в некоторых сортах достигает 12%.

**К.Н.В.**

*слайд 3*

Юноши, пьющие пиво внешне становятся похожими на девушек из-за нарушения гормональной системы.



**Врач**

*слайд 4*

Посмотрите, на какие жизненноважные органы пагубно воздействует алкоголь: **головной мозг** – разрушаются клетки коры больших полушарий, **сердце** – мышечная ткань вытесняется соединительной, **печень** – клетки печени разрушаются, на их месте разрастается соединительная ткань, **желудок** – гибнут клетки слизистой желудка, **пищевод и кишечник** обжигаясь, деформируются.

**К.Н.В.**

*слайд 5*

Посмотрите, как на наше зрение воздействует алкоголь.

**Врач**

*слайд 6*

Каких детей могут родить алкоголики?

В основном уродов, неполноценных, обречённых на вечные муки себе подобных.

**К.Н.В.**

*слайд 7*

90 % всех алкоголиков именно с пива начали своё путешествие в НИКУДА...

**Врач**

*слайды 8 и 9*

А далее полнейшая ДЕГРАДАЦИЯ.

**К.Н.В.**

*слайд 10*

Проблема подросткового алкоголизма носит угрожающий характер. По последним данным социологических исследований 82% молодых людей в возрасте 12-22 года употребляют алкогольные напитки.

## Врач

слайд 11

Алкоголь – самый распространенный и доступный наркотик для подростков. Первая проба алкоголя приходится на возраст от 10 до 13 лет, затем формируется в течение 2-х лет регулярное употребление с целью расслабления, приятного времяпрепровождения, чувства взрослости.

## К.Н.В.

слайд 12

Употребление алкоголя в подростковом возрасте часто характеризуется ранней стадией алкоголизма, которая проявляется такими признаками как регулярное употребление алкоголя 2-3 раза в неделю с утратой рвотного рефлекса, возможностью выпивать большие дозы спиртного и частичной утратой воспоминаний об опьянении. Столь ранняя алкоголизация приводит к формированию хронического алкоголизма к возрасту 22 лет.

## Врач

слайд 13

Дети думают, что пить пиво - модно. Не полностью сформированный организм быстро привыкает к напитку. Если подросток ежедневно будет выпивать бутылку пива, за год станет алкоголиком.

## К.Н.В.

слайд 14

Неужели вы хотите быть похожими на эти лица? Хотя, можно ли эти уродливые изображения назвать лицами.

## Врач

слайд 15

Открой глаза, подросток! Ведь есть другая, более интересная и безопасная жизнь!

## К.Н.В.

слайд 16

Ребята, ваше будущее в ваших руках!

*Исполнение фрагмента сказки.*

