КЛАССНЫЙ ЧАС

**ТЕМА 3. ВЛИЯНИЕ НАРКОТИКОВ И ПАВ**

**НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА**

**Цель занятия:** сформировать у учащихся представления о влиянии ПАВ на организм.

**Задачи:**

- выделить проблемы, связанные с риском формирования зависимости от употребления психоактивных веществ (ПАВ);

- изменение отношения детей к зависимости от наркотика;

- формирование мотивации к сохранению здоровья.

**Форма проведения мероприятия:** лекция-визуализация, дискуссия.

**Формы взаимодействия педагога с воспитанниками:** фронтальная, индивидуальная.

**Методы и приемы:**

- словесные (вопросы, указания, объяснения);

- наглядные (показ социального ролика «Мы за здоровый образ жизни»);

- постановка опыта;

- игра «Мои привычки».

Оснащение: проектор мультимедиа, ноутбук, презентация; плакат с изображением тела человека; изображения органов человека, вырезанных из красной бумаги (мозг, сердце, легкие, печень и др.); сигарета, вата, прозрачная трубка, резиновая груша; нарезанные из цветной бумаги цветочки, листочки.

Время: 45 минут.

**ПЛАН**

I. Организационный момент.

II. Изучение нового материала.

III. Закрепление нового материала.

IV. Подведение итогов урока.

V. Домашнее задание.

**Ход занятия**

**I. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ МОМЕНТ**

Здравствуйте ребята! Я хочу, чтобы вы сказали сами, о чем сегодня мы будем говорить. Посмотрите на доску. На доске цитата: «Наркотик – это яд, тихая, безмолвная война, в которой гибнем мы, молодёжь страны».

**II. ИЗУЧЕНИЕ НОВОГО МАТЕРИАЛА**

- Как вы думаете, какие привычки наиболее вредны для здоровья?

- Сегодня мы узнаем, как влияют на наш организм такие привычки как курение, употребление спиртных напитков, наркотиков.

Учитель вывешивает контур тела человека, нарисованный на бумаге. Во время рассказа на рисунке закрепляются изображения органов человека, вырезанных из красной бумаги (мозг, сердце, легкие, печень и др.).

- Человеческий организм – это сложная система важных органов и процессов. Деятельность организма человека можно сравнить с работой очень сложного завода или фабрики, только это живая фабрика – фабрика здоровья.

1. Головной мозг – центр, получающий информацию о работе отдельных органов и регулирующий их деятельность. Курение и алкоголь препятствует анализу информации и правильному руководству работой человеческого тела. Ухудшается память, нарушается сон.

2. Легкие – воздушный насос, с помощью которого засасывается воздух, содержащий кислород, необходимый для жизни всех органов. По трубкам, называемым бронхами, воздух поступает в легкие, которые представляют из себя два эластичных мешка, покрытых пленкой, влажной и чистой, через которую кислород поступает в кровеносные сосуды. Наименьшие из бронхов оканчиваются маленькими пузырьками, называемыми альвеолами. Табачный дым воздействует на поверхность бронхов и легких, вызывает их заболевание (воспаление) и откладывается на их поверхности, в результате нарушается их работа. Всем известен, например, «кашель курильщика» (кашель по утрам, когда человек встает). Самым неприятным изменением является развитие под влиянием табака рака легких, когда происходят необратимые нарушения работы легких, ведущие к гибели человека.

3. Сердце, как насос, гонит по сосудам кровь с питательными веществами и кислородом ко всем органам. Продукты табачного дыма мешают доставке кислорода, суживают сосуды, подстегивают работу сердца. В результате сердце работает с большой нагрузкой, а органы недостаточно снабжаются кислородом. У человека снижаются физические возможности. Алкоголь вызывает нарушение ритмичной работы сердца и может серьезно нарушить его незаменимую деятельность.

4. Желудок – печка, где происходит сжигание необходимых для человека продуктов. Употребление табака и наркотических веществ снижает аппетит, нарушает процессы пищеварения, питательные вещества хуже всасываются. Наиболее серьезные нарушения происходят в растущем организме подростка.

5. Печень – заслонка от шлаков (отходов), образующихся в результате обработки в организме человека продуктов питания. Кроме этого, печень перерабатывает продукты питания в вещества, необходимые организму. Алкоголь нарушает работу печени, вызывая различные заболевания. Из них самое страшное – цирроз печени, когда печень почти не функционирует и происходит отравление организма, нередко кончающееся смертью.

6. Почки – фильтр, благодаря которому кровь очищается от вредных веществ. Алкоголь мешает этой функции. В крови накапливаются вредные вещества, которые нарушают нормальную работу других органов, отравляют организм.

У наркоманов чаще, чем у других людей, бывают различного рода травмы, физические повреждения. Главная причина понятна – когда сознание затуманено или изменено, непросто избежать опасных ситуаций. Кроме того, жизнь наркомана очень близка к криминальному миру, где «неожиданные приключения» встречаются на каждом шагу. И травмы бывают весьма серьёзные и даже угрожают жизни. Травмы головы, позвоночника, переломы конечностей, кровотечения, ожоги – всё это характерно для лиц, употребляющих наркотики.

Учитель обращает внимание ребят на изображение человека на доске.

- Посмотрите на этого человека, что у нас получилось? Ведь весь его организм бьет тревогу, в нем не остается ни одного здорового органа! Поэтому, если вам предлагают спиртное или сигарету, то ваш ответ должен быть «НЕТ».

От нас зависит помешать слаженной работе всех ее механизмов и стать больным или помочь этой работе, обеспечив себе здоровье и долголетие.

**III. ЗАКРЕПЛЕНИЕ НОВОГО МАТЕРИАЛА**

Чтобы вы могли наглядно увидеть, какое разрушительное воздействие на наш организм оказывают ПАВ проведем опыт с «сигаретой».

Демонстрировать опыт желательно в специальном кабинете (химии, физики, биологии) в теплое время года для того, чтобы иметь возможность проветрить помещение сразу после опыта.

**Руководство для учителя.** Поместите небольшой кусочек ваты (обязательно белой) в утолщение прозрачной трубки. Вставьте в мундштук сигарету и зажгите ее. «Выкурите» сигарету до конца с помощью резиновой груши (не торопитесь закончить опыт, в противном случае эффект не будет очень наглядным). В конце опыта учитель достает, разворачивает вату и, проходя по рядам, демонстрирует желтый цвет и предлагает понюхать «легкие» курильщика, что вызывает однозначно негативную реакцию у большинства школьников.

Объясните ученикам, что в опыте была имитация выкуренной сигареты с фильтром и тем не менее вата, через которую проходил дым всего одной сигареты пожелтела и приобрела резкий неприятный запах. Теперь представьте себе, что такое легкие курильщика, который курит много лет по целой пачке в день. Легкие приобретают уже не желтый, а черный цвет и покрыты изнутри табачными смолами. Но дело не только в неприятном запахе и цвете продуктов табачного дыма. В нем содержатся вещества, чрезвычайно вредные для организма человека. Согласно многочисленным данным, горящая сигарета является как бы уникальной химической фабрикой, продуцирующей более 4 тыс. различных соединений, в том числе более 40 канцерогенных веществ и по меньшей мере 12 веществ, способствующих развитию рака.

**Игра «Мои привычки»**

Оборудование: раздаточный материал – нарезанные из цветной бумаги цветочки, листочки.

- У каждого из вас на парте по яркому цветочку, листочку и т.д. Вспомните все полезные привычки, которые знаете. Выберите понравившийся листочек и напишите полезную привычку, которая есть у вас, или вам хотелось бы ее приобрести. Затем наклеить листочек на нашего больного человечка, чтобы он снова стал здоровым. Пусть этот человечек останется у вас в классе и напоминает о том, как оставаться здоровыми.

**Просмотр социального ролика «Мы за здоровый образ жизни»** (1 мин. 10 сек.).

**IV. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ УРОКА**

1) Почему не следует считать «привычками» привыкание к курению, употреблению алкоголя и наркотиков?

2) Почему привыкание к употреблению алкоголя можно считать наркоманией?

3) К каким последствиям приводит курение, употребление алкоголя и наркотиков?

**V. ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ**

Объясните высказывания: «начиная потреблять наркотики, человек теряет свободу, продавая себя в рабство»; «лжец тот, кто делит наркотики на сильные и слабые, утверждая при этом, что последствия безвредны».

**РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Анн, Л.Ф. Психологический тренинг с подростками / Л.Ф. Анн. – СПб: Питер, 2007.

2. Хажилина, И.И. Профилактика наркомании: модели, тренинги, сценарии / И.И. Хажилина. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2002.

3. Шабалина, В.В. Зависимое поведение школьников / В.В. Шабалина. – СПб.: Медицинская пресса, 2011.