«МОЯ ЖИЗНЬ – МОЙ ВЫБОР»

Воспитательный час

В современном образовательном учреждении одной из важнейших задач является профилактическая деятельность антинаркотической направленности – профилактика наркомании. Наркомания в подростковой и молодежной среде является одной из актуальных проблем общества, вызвавшей острую необходимость решительных и активных действий в организации системной профилактической работы с учащимися и родителями. Если мы (педагоги и родители) хотим достичь цели – направить выбор наших детей к принятию здорового образа жизни и отрицанию наркотиков, то должны признать их право иметь полезные идеи и взгляды на самих себя. Мы должны

уважать их как граждан с правами на здоровье и ответственностью за него и искать такие подходы, которые бы помогали нам понять, как они видят современный мир. Кто должен и может взять на себя такую роль? Прежде всего – семья, родители, затем – школа, педагоги. При этом необходимо учесть, что здоровый образ жизни человека, отрицательное отношение к пагубным привычкам не складываются сами по себе в зависимости от обстоятельств, а формируются в течение жизни целенаправленно и постоянно. Хочется подчеркнуть, что формирование здорового образа жизни, профилактика наркомании должны быть преемственными (семья, школа, общественные организации и др.). Именно поэтому в подростковом возрасте важно проводить целенаправленную работу по профилактике вредных привычек, в том числе и наркомании, во взаимодействии школы и семьи. Эффективность работы во многом зависит от воспитания чувства сознательной активности, ответственности за свое здоровье и жизнь.

Наверное, сегодня одна из самых больших трудностей, встречающихся в практике деятельности социального педагога, – уметь найти контакт с родителями, сделать их своими союзниками. Тем приятнее успех, тем ощутимее радость педагогического творчества, плодами которого будет здоровье детей. Безусловно, подобную работу лучше всего строить в этом направлении на основе диалога, когда профилактика наркомании проходит через обдумывание реальных ситуаций, а также опирается на уже имеющиеся жизненные знания школьников старших классов. Предлагаем вашему вниманию воспитательный час «Моя жизнь – мой выбор».

Цель: формирование положительного образа будущего, свободного от употребления наркотиков, ведущего здоровый образ жизни.

Задачи:

- разобрать наиболее типичные жизненные ситуации, при которых начинается прием наркотиков;
- проанализировать причины, побуждающие подростков принимать наркотики;
- формировать навык отказа от предлагаемых наркотиков и негативное отношение к употреблению наркотиков.

Контингент: учащиеся старших классов, родители.

Оборудование: мультимедийная установка, презентация.

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ

ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО

Наркотики – это болезнь цивилизации. На протяжении всей своей истории человечество преодолевало бесконечное число стихийных бедствий, кровавых войн, ужасных эпидемий. Но войны начинаются и заканчиваются, наводнения, ураганы и эпидемии, собрав свою страшную жатву, покидают опустошенные селения. Все бедствия, выпавшие на долю человечества, имели свое начало и свой конец, в то время как история страсти к одурманивающим средствам с каменного века до наших дней не прерывалась ни на день.

В мировом масштабе число жертв этого порока, разрушающего судьбы и здоровье населения нашей планеты, больше, чем от всех известных войн и катастроф. Несмотря на самые современные средства борьбы с наркоманией, число добровольных рабов дурмана, желающих оказаться в искусственном раю, угрожающе растет.

ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

Погружение в атмосферу мероприятия *(слайд презентации, «тревожная музыка»)*.

При обращении внимания учащихся и родителей на экран предлагается перенестись мысленно в мир, называемый Хаосом. Когда-то этот край процветал. Здесь было много радости, повсюду звучал веселый смех, люди жили в гармонии и дружбе. Люди называли это место Миром Гармонии.

Но случилось так, что люди утратили ценность и смысл, погрязли во вредных привычках – пьянство, курение, наркотики и многое другое. Мир был разрушен. С тех пор здесь поселился Господин Хаос. Смелые странники приходят сюда, чтобы вернуть миру гармонию. Но, увы, их попытки до сих пор не увенчались успехом.

Учащимся и родителям предоставляется возможность оказать помощь этому миру, но, прежде чем это сделать, предстоит четко определиться с целями и самим выбрать правильный жизненный путь.

ПОСТАНОВКА ТЕМЫ И ПРОБЛЕМЫ

В современном мире существует много проблем, и все вы их знаете. Одна из них – наркомания. Сегодня мы будем говорить об этом.

И тема нашего мероприятия звучит так: «Моя жизнь – мой выбор».

ИГРА-АКТИВАТОР «МАРИОНЕТКА»

Объяснение сути упражнения. Для начала предлагается поиграть. Но это не просто игра, а игра, которая имитирует некоторые аспекты нашей жизни.

Участники разбиваются на «тройки». Каждой тройке дается задание: два участника играют роль кукловодов – полностью управляют всеми движениями куклы-марионетки, третий участник играет роль куклы.

В роли куклы должен побывать каждый.

Цель кукловодов – перевести куклу из одной точки в другую. Одновременно могут работать несколько «троек».

Обсуждение:

- Что вы чувствовали, когда были марионетками, куклами, которыми управляют?
- Понравилось ли вам быть марионеткой в чужих руках?
- Хотелось ли что-то сделать самому?
- Понравилось ли вам быть в зависимости от чужой воли и желания?
- На какую ситуацию из жизни похожа эта игра?

УПРАЖНЕНИЕ «ЗАВИСИМОСТЬ – НЕЗАВИСИМОСТЬ»

Немного вернемся к игре. Вам понравилось быть в зависимости от чужой воли?

Назовите чувства, которые возникают у вас при слове «зависимость». Подберите синонимы к слову «независимость».

Какое из этих слов вызывает у вас больше позитива и почему?

ПРИЧИНЫ УПОТРЕБЛЕНИЯ НАРКОТИКОВ

В юности у человека имеется огромный выбор жизненных дорог. И он начинает задумываться об этом рано. Но среди подростков есть

те, кто уже в самом начале своего жизненного пути резко ограничил свои возможности: это те, кто оказался в зависимости от своих собственных пагубных пристрастий.

Назовите причины, по которым подростки начинают принимать наркотики.

А кто чаще всего предлагает попробовать?

Чаще всего предлагают не чужие, не безразличные люди, а близкие – друзья, сверстники. Обычно это происходит в совершенно безобидных ситуациях, и, конечно, в этот момент никто и не предполагает, что такая проба может через некоторое время привести к наркотической зависимости.

ВРЕД НАРКОТИКОВ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА

Сделайте ваши предположения, каким образом наркотики влияют на человека.

ВНЕШНИЙ ВИД ЛЮДЕЙ, ПРИНИМАЮЩИХ НАРКОТИКИ

Предлагается посмотреть на фото людей и сравнить их внешний вид до начала употребления наркотиков и через некоторое время *(презентация)*.

ИХ ЖИЗНЬ ОБОРВАЛИ НАРКОТИКИ

Не только простые люди подвержены наркотической зависимости. Порой даже большие деньги не могут помочь людям удержаться в жизни без наркотиков *(презентация)*.

ПЕРСПЕКТИВЫ НАРКОМАНА

Предлагается в группах попытаться создать образ человека, который зависим от наркотиков. Подготовить ответы на следующие вопросы:

- Как он выглядит?
- Как сложилась его жизнь и карьера?

- Назовите чувства, которые вызывает в вас этот человек.
- Что чувствуют по отношению к нему его близкие и друзья?

Группы выступают по созданным ими образам зависимого от наркотиков человека.

Вывод:

Люди, употребляющие наркотики, болезненно выглядят, их семьи распадаются, они не задерживаются ни на одной работе, в перспективе их ждет смерть.

В начале мероприятия мы говорили, что подростки сами выбирают свой жизненный путь, выбирают, какая будет их дальнейшая жизнь, начинают ее выстраивать. Но подросток, ставший наркоманом, отрезает себе этот путь.

УПРАЖНЕНИЕ «ПРОВОКАЦИЯ»
(прием отказа от предлагаемых наркотиков)

Представьте, что вы на дискотеке. К вам подходит человек и предлагает таблетку для поднятия настроения. Вы знаете, что эта таблетка может стать первым шагом в пропасть. И у вас уже есть наготове спасительная фраза.

- Спасибо, я больше в этом не нуждаюсь.
- Спасибо, мне этого не нужно.
- Не курю.
- Нет, мне не нужны неприятности.
- Я таких вещей боюсь.
- Эта дрянь не для меня.
- Я за витамины!
- Я и без этого превосходно себя чувствую.
- Нет, спасибо, это опасно для жизни.
- Мне не хочется умереть молодым.
- Спасибо, мне здоровье дороже!

Главное, отвечать быстро, решительно и громко, чтобы показать, что вы человек уверенный в себе, который не нуждается ни в каких стимуляторах.

Надеюсь, эти фразы помогут вам спастись от тех, кто хотел бы сделать вас своим постоянным клиентом, заработать на вас много, быстро и любой ценой.

Запомните: фраза «Все это делают!» является прямым давлением на вас.

ИГРА «СЛОВА-АНТОНИМЫ»

Предлагается имитировать роли подростков, один из которых не пробовал наркотик, другой является наркоманом.

С помощью слов-антонимов представим картину падения:

- Мудрость – глупость
- Свобода – зависимость
- Удовольствие – страдание
- Здоровье – болезнь
- Счастье – горе
- Радость – отчаяние
- Добро – зло
- Целеустремленность – бесцельность
- Жизнь – смерть

Вы видите, что у здорового подростка жизнь состоит из ярких красок, а у наркомана из темных красок.

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Представьте себя в будущем. Кем вы стали, чего вы добились, как сложилась ваша жизнь.

Каким вы себя представили – зависимым или независимым от наркотиков?

ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ОБРАЗЫ ЛЮДЕЙ, СПОРТСМЕНОВ

Предлагается посмотреть подборку фото спортсменов. И это успешные, добившиеся высот, независимые от наркотиков люди *(презентация)*.

Чем отличаются успешные, независимые люди от зависимых?

НЕЗАКОНЧЕННОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ ПО ТЕМЕ «ЖИЗНЬ – ЭТО ЧУДО»

Мы живем в огромном, прекрасном мире, где столько интересного и удивительного! Нужно только оглянуться вокруг.

Учащимся и родителям предлагается закончить предложение: «Вокруг столько способов быть счастливым: можно...».

Вывод: каждый человек – хозяин своей судьбы. Всего можно достичь, если поставить себе в жизни цель и твердо идти к этой цели. Хорошим помощником на этом пути станет здоровый образ жизни: гигиена, спорт, распорядок дня, хорошие и верные друзья. И в этой жизни нет места наркотикам.

РЕФЛЕКСИЯ

Наше занятие подошло к концу. Мы выяснили, что люди, ведущие здоровый образ жизни, не употребляющие наркотики, – независимые, самостоятельные, свободные. Самый надежный способ избавиться от наркотической зависимости – это никогда их не употреблять. Желаю вам избрать именно этот способ.

Литература

1. Вачков, И.В. Основы технологии группового тренинга / И.В. Вачков. – М., 2000.
2. Родионов, В.А. Я и другие. Тренинг социальных навыков / В.А. Родионов. – Ярославль, 2001.
3. Баль, Л.В. Формирование здорового образа жизни подростков / Л.В. Баль. – М., 2003.
4. Васильев, В.А. Здоровье и стресс / В.А. Васильев. – М., 2002.
5. Гузиков, Б.М. Что губит нас... О проблеме алкоголизма, наркомании и табакокурения / Б.М. Гузиков. – М., 2000.
6. Лоранский, Д.Н. Азбука здоровья: Книга для молодежи / Д.Н. Лоранский. – М., 2001.
7. Петряевская, Л.Г. Образование родителей и школа / Л.Г. Петряевская. – М., 2002.

Подготовила А. Денисенко,
педагог социальный высшей квалификационной категории
ГУО «Средняя школа № 2 г. Борисова»,
руководитель РМО педагогов социальных Борисовского района