**Выступление – представление классного часа «Профилактика зависимостей»**

Слушайте, а прикольно, что нам поручили самим провести классный час!

Ага, тема такая избитая: профилактика вредных привычек!

Маша, она не избитая, она актуальная! Сегодня много об этом говорится. Хотя в целом о том вреде, который приносит курение и потребление спиртного говоря все, мало кому приходит в голову подробно пояснить тот физиологический вред, который приносят эти наркотики, может быть, в этом причина низкой эффективности пропаганды?

А я слышала, употребление пива, вина и водки уносит за год около 700 тысяч наших соотечественников. Только вдумайтесь – это население крупного города!  
Никита, во ты как химик, объясни, почему каждому человеку, который хоть раз в жизни потреблял спиртное, знакомо чувство головокружения, которое наступает после принятия спиртного. Кому-то это кажется забавным и даже приятным.

Спирт является прекрасным растворителем – его используют при очистке поверхностей от жира – и, попадая в кровь через стенки желудка, легко растворяет жировую смазку, которой покрыты эритроциты, переносящие кислород к каждой клетке организма человека. Утренняя головная боль является следствием отмирания клеток мозга, а «сушняк» вызван тем, что организм бросает все избытки жидкости на то, чтобы удалить погибшие клетки, избегая таким образом их загнивания и разложения. Похожим образом работает и никотин…

Да ладно тебе, это скучно, неубедительно!

А давайте спорить! Выпишем все ЗА и ПРОТИВ курения и наркотиков! Посмотрим, чего будет больше!

Тяни спичку! О! Мы –ЗА А мы – ПРОТИВ! Начинайте!

|  |  |
| --- | --- |
| Курение помогает снять напряжение. | Отравляет организм |
| Сближает компанию | Добавляет болезни |
| Закурив, ты становишься старше, взрослее | Ухудшается внешность |
| Курят, чтобы лучше работала голова | Курение отнимает деньги |
| Курят, чтобы казаться современным | Вянет кожа, сипнет голос, желтеют зубы |
| Курение успокаивает нервы | Мешает работе и бизнесу |
| Курят из любопытства | Это причина пожаров |
| Курят по незнанию | Курение в общественных местах запрещено законом |

Ну этот список ни к чему не приведёт! Маша, что у тебя?

1. Курить – это достойная благородная привычка! Мне доставляет удовольствие кашлять и плеваться!
2. Поцеловать меня – все равно, что поцеловать пепельницу!
3. Мои зубы и пальцы приобретают прелестный желтый оттенок, не говоря уже о том, что моя одежда излучает зловонный запах
4. Прежде, чем я умру, мне хочется увидеть, какое количество яда может поглотить мой организм!
5. Это так прикольно – быть безжалостным к своему собственному здоровью!

Вот-вот! Маша, девочка, ты здорова? Ты…..

Нет конечно! Задание было такое – сделать антирекламу!

Тебе это удалось! Теперь я точно знаю, что никогда не закурю!

Правильно, и не стоит!

А есть ли беда пострашнее?

Конечно, смотрите, что я нашла..

Прощальное письмо наркоманки..

Самое страшное, что не удаётся бросить – смертельно боишься физических болей дикой силы.. Ужас и стремление к удовольствию гонят на поиски куда угодно.. Это похоже на жестокую сказку: идет человек по прекрасному саду и видит красивый дом…Заходит, а сзади – хлоп, и нет выхода. И внутри нет никакой красоты – пустота, мрак и холод. Можно выйти, разбив стену. Но это сопряжено с большой болью и ужасом Надеешься на чудо… Но чудес не бывает!. Кричишь: ПОМОГИТЕ! А услышат ли?

Но ведь есть несколько простых правил, которые сберегут нас от этой напасти!

У вас должна быть сформирована твердая установка: «Всегда только „Нет!“ любым наркотикам. Только „Нет!“» — это ваша надежная защита.

Хорошая учеба, спорт, работа на дачном участке, занятия в кружках технического творчества..

«Нет!» безделью. «Нет» праздному времяпровождению, жизнь должна быть заполнена полезными и нужными делами!

При выборе товарищей избегайте общения с наркоманами. Помните, настоящие друзья не будут заставлять вас принимать наркотики, пить спиртное и не будут делать этого сами. Подбирайте компанию, в которой можно общаться интересно и без наркотиков.

Помните, что вы не обязаны никому объяснять причины своего отказа. Жизнь дороже!

По-моему, у нас неплохо получилось!

А вот и наша первая аудитория!

Теперь их точно не коснутся вредные привычки!

А мы закончим на позитиве!