**Скажи наркотикам нет!**

**“Не меняй жизнь на дозу!**

**Люби жизнь!”**

Часть моей работы посвящена классной работе. Мы с радостью проводим время вместе, заряжая друг друга позитивом и хорошим настроением. Я надеюсь, что мои учащиеся станут образованными и нравственными людьми, которые смогут успешно реализовать себя в будущем.

Насколько сильна, крепка и велика наша страна зависит от Вас. В нашей стране ежегодно умирает около 100 тыс. человек, не считая от терактов, онкологии, несчастных случаев. Вы спросите, что за война, которая уносит столько молодых жизней. Имя этой войне наркомания. Каждая война кому-то выгодна, кому-то приносит пользу. И кому же, спросите Вы?

И это выгодно тем, кто завистью смотрит на наши обширные территории, кому хочется овладеть нашими богатыми ресурсами, нашими землями и которые заинтересованы в гибели нашей нации. Они хотят наши земли без нашего народа. Наркомания-это зло и все это знают. Наркомания-это не только проблема одной России, это проблема, которая существует в разных уголках мира. Наркомания –это опасность для будущего поколения, они в первую очередь поражают поколения молодых людей, а зачастую даже детей. Почему же становятся наркоманами?

- Социальная согласованность- типична для подростковой группы- если один попробовал, то ему подражает и вся компания

-Удовольствие- одна из главных причин, почему люди употребляют наркотики- это сопутствующие и приятные ощущения, от хорошего самочувствия до мистической эйфории.

-Любопытство- банально- заставляет некоторых принимать наркотики.45,2%

-Достаток и досуг могут привести к скуке и потере интереса к жизни, и выходом, и стимуляцией в этом случае могут показаться наркотики.

-Уход от физического стресса- чисто в психологическом плане мотивация явно болезненного характера- бегство от проблем и тревог, от стресса. Большинству людей удается справиться со стрессовыми ситуациями в их жизни. А для некоторых наркотики становятся убежищем.

Все мы рождаемся нормальными, хорошими и добрыми людьми. Но потом, особенно в подростковом возрасте, человек начинает задумываться о смысле жизни, думать, как решать те или иные проблемы и замечает в себе недостатки. И в этот период сталкивается с чем-то, что решить сам не может. Тогда подросток начинает искать выход из этой ситуации, из этой проблемы. Выход находит в этот период употребив какое-то вещество, которое временно ввергнет его в состояние эйфории, человек уходит от своих проблем, ему кажется, что он сильный, этих проблем нет. Но это продолжается не долго. Это миф, это иллюзия. Это продолжается пока действуют препараты. Другая причина употребления - любопытство. Огромная волна информации в СМИ, в интернете, видеоролики, фильмы, информация в школе и.т.д. И вот подростку становится интересно, ведь запретный плод сладок. Подросток решает попробовать. Среди знакомых есть наверно тот, кто предложит затянуться или что-то другое. Он думает, что одной затяжки ничего не будет, но они глубоко ошибаются. Все это приводит к зависимости. Сначала к легким наркотикам, а затем от легких к тяжелым наркотикам. Никто не думает к чему это приведет. Кто-то из них озлоблен на мир, кто-то несчастен, а кто-то слаб. Почему же наступает зависимость к наркотикам. Наркотическая зависимость- это самая опасная болезнь современности. В тело попадает наркотик. Тело подчиняется четко законам физики и химии. У курильщиков наркотик попадает в кровь через легкие, а у других через легкие или через вены. Наркотик поступает в кровь. Кровь состоит из 94% воды. Наркотики как химические вещества в воде не растворяются. У нас кроме вены есть небольшие жировые прослойки, которые окружают вены и находятся под кожей. Наркотик растворяется в жирах и вот частично они там откладываются. Человек хочет бросить наркотики и вести ЗОЖ. Наркотик, который находится в жирах при движении и занятии физической нагрузкой поступает в кровь, при этом теряя энергию. Малая часть поступает в вену из жиров и человек вновь чувствует эйфорию. Это и есть зависимость (Американский ученый Рон Харпер)

Лишь совершенный человек может создать здоровую семью, быть здоровым физически и психически. Если ты не стремишься к этому, ты зря тратишь время свое и других членов общества. А самое главное ты не здоров и ничего не делаешь для этого. Вести ЗОЖ не значит просто заниматься спортом, а важно выбросить из себя все ненужное, которое губит тебя. Важно начать делать первые шаги к своей цели, беречь свое время, чтобы достичь большего и развить силу воли. И помнишь, сила есть в каждом из нас, как бы тяжело не было. Это потом станет стилем твоей жизни. Ты здоров, целеустремлен и у тебя светлое будущее. Развивайся и не трать свои силы на ненужное. Мы призываем к ЗОЖ и отказу от наркотиков. Чтобы страна была единая, крепкая в ней должно быть разумно мыслящее поколение. Любите жизнь, мечтайте, радуйтесь солнцу за окном. Вам любви и счастья. Не позволяйте никому стать хозяином Вашей жизни.