**«Употребление школьниками слабоалкогольных напитков»**

***Цели:***

1) расширить знания родителей о причинах и вредном воздействии употребления алкоголя на детей и подростков

2) побудить родителей к размышлению об особенностях антиалкогольного воспитания в их семье

3) сформировать убеждение о том, то дети не должны знать вкуса спиртных напитков

***Ход проведения:***

Здравствуйте! Уважаемые родители! Сегодня у нас очередное родительское собрание. Оно занимает особое место в ряду собраний в связи с важностью и актуальностью обсуждаемой темы.

Ваше отношение к употреблению спиртных напитков вашими детьми?

А) Категорически против.

В) Немного можно.

С) Лучше дома в семье, чем за углом.

Информация к размышлению!

У некоторых людей бытует неправильное мнение о том, что употребление спиртных напитков в умеренных дозах не только не вредно, но и полезно. Многие искренне, убеждены, что алкоголь повышает работоспособность, помогает в творческой деятельности, улучшает аппетит, предохраняет от язвенной болезни желудка, простудных и других заболеваний и т. д. Такое представление является глубоким заблуждением. Систематическое употребление алкоголя наносит вред всем органам и системам, приводит к тяжёлому нервно-психическому заболеванию – хроническому алкоголизму. А начинается всё с бытового пьянства, когда люди выпивают по самым разным поводам, следуя установившимся «традициям» - отметить праздник, «обмыть» покупку, выпить по случаю встречи с друзьям и т.д.У Р.Бернса есть такие строчки: «Для пьянства есть любые поводы: поминки, праздник, встреча, проводы, крестины, свадьба, и развод, мороз, охота, Новый год, выздоровленье, новоселье, печаль, раскаянье, веселье, успех, награда, новый чин и просто пьянство без причин».

По данным ВОЗ, потребление в год более 8 л алкоголя на душу населения, включая стариков и младенцев, уже опасно для физического и психического здоровья. Сейчас у нас на каждого жителя России приходится около18 л чистого алкоголя в год. В пересчёте на взрослое население это составляет около200 бутылок водки в год. Как угрожающую нормальному существованию нации оценивают эту ситуацию в России участники международной конференции Всемирной Организации Здравоохранения, проходившей в Москве. Алкогольная эпидемия подрывает основы личности, общества и государства, заявили участники конференции в своём обращении. Отметив, что антиалкогольная компания, начатая в 1985 году, хоть и проводилась с перегибами сберегла, по подсчётам демографов, жизни более чем миллиона наших сограждан. Хорошо иллюстрирует эту ситуацию на слайде «Русский крест» - рост смертности и падание рождаемости после отмены «сухого закона».Алкоголь стал главным убийцей россиян. Около 40 тысяч россиян каждый год умирают от алкогольных отравлений. В среднем пьющий в 2 раза чаще, чем непьющий погибает от разнообразных болезней. А его шанс погибнуть от несчастного случая выше в 10 раз. Сейчас из-за алкогольной эпидемии на 1-е место по смертности вышли мужчины 30-50 лет - опора, движущая сила популяции. Это не только те, кто попал в трудные жизненные ситуации с потерей работы, квартиры, хотя процесс перехода в маргиналы, а проще в бомжи, тесно связан с алкоголизацией, но и достаточно обеспеченные граждане. Вообще кривая связи алкоголизма с доходами имеет форму латинской буквы V. То есть, крайне много пьют как совершенно обедневшие люди, так и граждане, имеющие бешеные деньги. Находясь в состоянии опьянения, человек утрачивает способность контролировать свои действия и нередко совершает антисоциальные поступки.

Как мы видим, проблема очень актуальна. Говоря о проблеме, хочется заглянуть в историю. Слово «алкоголь» арабского происхождения, где впервые был получен в 930 г чистый спирт. Оно произошло от названия сильно размельчённого порошка, который употребляли женщины Востока для улучшения цвета лица и блеска глаз. Новое химическое вещество, придающее блеск глазам, по аналогии со сходно звучащим названием порошка было названо алкоголем от «ал-кохол» - опьяняющий. Палеонтологи утверждают, что воздействие алкоголя было известно еще более 100 миллионов лет назад. В Китае вино было известно за 3000 лет до нашей эры. О вредном действии алкогольных напитков было известно уже в глубокой древности. В Спарте Ликург издал закон, запрещающий молодожёнам в день свадьбы пить вино. Да и на Руси существовал такой запрет. В древнем Риме не разрешалось употреблять алкоголь до 30 лет, и это не случайно - это возраст создания семьи и рождения детей. В Риме думали о будущем поколении государства. Ведьалкоголь отрицательно влияет на все железы внутренней секреции, а на половые особенно, т.к. закладка и формирование половых клеток происходит в подростковом возрасте. Нарушения, вызванные употребление спиртных напитков могут привести к рождению неполноценных детей. (Слайд Дибилизация населения).

Ещё раз хочется обратить ваше внимание на особый вред алкоголя для детей и подростков. Особую опасность представляет алкоголь для детей и подростков. Их организм более чувствителен к действию спиртного, Ведь дети в 20 раз чувствительнее к действию ядов, чем взрослые, т.к. их органы и системы постоянно растут, изменяются, а системы обезвреживания ядовитых веществ ещё недоразвиты. На молодой растущий организм губительное действие оказывают даже малые дозы спиртных напитков. Учёба в школе предъявляет высокие требования к молодому человеку. Между тем мозг, отравленный, алкоголем не может по-настоящему воспринимать информацию. Доказано, что алкоголь-яд, угнетающий процессы жизнедеятельности всех клеток, попадая в организм, действует на клеточную структуру организма разрушая и изменяя её, а также на все органы печень, сердце, желудок и прежде всего Центральную Нервную Систему. Установлено что алкоголь действует значительно сильнее на молодые клетки и клетки богатые водой, т.е.нервные клетки и клетки головного мозга, так как его нежная ткань легко всасывает алкоголь. В медицинской литературе можно найти множество примеров того, как ничтожные дозы алкоголя вызывали у детей тяжёлые отравления и даже смерть.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Группа г алкоголя на 1кг веса** | **Вес (кг)** | **Вес алкоголя (г)** | **Объём алкоголя** |
| 1 | Взрослые | 70 | 450-500г | 0,5-1л |
| 2 | Дети (6-10лет)  3г\1кг | 15 | 45г | 100мл |
| 3 | Подростки (11-14лет) 4-5г\1кг | 40-45 | 100-200 г | 0,25-0,5л |

Л.Н.Толстой писал: « Вино губит телесное здоровье, губит умственные способности, губит благосостояние семьи и, что всего опаснее, губит души людей и их потомство». И это действительно так. Раннее привыкание к алкоголю нарушает нормальное развитие личности, калечит ее. Дети и подростки становятся раздражительными, часто жалуются на головные боли, беспокойно спят, быстро утомляются. У них нарушается обмен веществ, может развиться малокровие, наблюдается задержка роста и физического развития. Даже самые незначительные дозы алкоголя снижают умственные способности, ослабляют память, нарушают логическое мышление. И, наконец, у подростков изменяются интересы, формируется новый круг знакомых, с которыми он распивают спиртное. Но самое страшное свойство алкоголя – способность его вызывать привыкание и болезненное пристрастие, т.е. алкоголизм. На слайде « Развитие алкоголизма» мы видим что, чем раньше подростки начинают употреблять спиртные напитки, тем быстрее у них развивается алкоголизм. Так, если систематическое употребление алкоголя началось с23-25 лет, алкоголизм развивается в течение 5-10 лет, если с 15-17 лет может развиться за 2-3 года, а у подростков, начавших регулярно употреблять спиртные напитки в возрасте 13-15 лет, как указывает проф. И.В. Стрельчук, меньше чем за год возникает непреодолимая тяга к алкоголю. Юноша, пристрастившийся к спиртным напиткам,- это человек без будущего. Его удел – аморальные, антиобщественные поступки, преступления, отсутствие семьи, нищенское существование, болезни, смерть.

Каковы же причины употребления спиртных напитков?

Чем естественнее кажется ребёнку употребление алкоголя, тем легче он скатится на путь систематического пьянства. Будучи подростком, он приобретает привычку, которая может его погубить. «Реки начинаются с ручейка, а пьянство с рюмочки» гласит народная мудрость. Особенно прискорбно если эту рюмочку в детстве налили отец и мать. Чем дольше мы сумеем сохранить в ребёнке чувство безразличия или неприязни к алкогольным напиткам, тем лучше для его здоровья и для его будущего.

Роль семьи в формировании отрицательного отношения детей к употреблению алкогольных напитков

Давно установлено, что формируются вредные привычки, как правило, в детстве. Поэтому задача родителей – воспитать у детей с самого раннего возраста отрицательное отношение к употреблению алкогольных напитков. Важным фактором, определяющим раннее отношение ребёнка к употреблению алкогольных напитков, является алкогольные традиции семьи.

Именно в семье закладываются основы поведения ребёнка, его отношение к разным сторонам жизни. Воспитание, полученное ребёнком в семье, в значительной степени определяет его поведение в дальнейшем. Если у человека еще в детстве выработано отрицательное отношение к алкоголю. То и взрослым он, даже оказавшись в критической ситуации, не будет злоупотреблять им.

Советский педагог А.С.Макаренко, обращаясь к родителям, писал: «Ваше собственное поведение – самая главная вещь. Не думайте, что вы воспитываете ребёнка только тогда, когда с ним разговариваете, поучаете его или приказываете ему. Вы воспитываете его каждый момент его жизни, даже тогда, когда вас нет дома. Как вы одеваетесь, как разговариваете с другими людьми и о других людях, как радуетесь или печалитесь, как вы общаетесь с друзьями или врагами, как вы смеётесь или читаете газету - всё это имеет для ребёнка большое значение. А если дома вы грубы или хвастливы или вы пьянствуете, а ещё хуже, если вы оскорбляете мать, вы уже причиняете огромный вред вашим детям, вы воспитываете их плохо, и ваше недостойное поведение будет иметь печальные последствия».

В семье подросток должен получить первые знания о токсическом действии алкоголя на организм, а также о пагубных результатах его частого употребления. Имеют значения не только беседы об опасном влиянии алкоголя на здоровье, но и отдельные замечания, просто разъяснения причин собственного отрицательного отношения к распитию спиртного, к пьяницам в тех случаях, когда жизнь сталкивает ребенка с фактами пьянства. Антиалкогольное воспитание должно быть частью общего воспитания. Оно проводится постоянно. Надо развенчивать все факты употребления спиртных напитков. Антиалкогольное воспитание в школе обернутся пустой фразой, если дети в семье, наблюдая употребление спиртных напитков родителями, будут невольно проходить "курс алкогольного воспитания". Поэтому необходимо в семьях знать - будущее ваших детей в ваших руках. Не забывайте, что дети всё время смотрят на вас, берут с вас пример. Стремятся подражать. Поэтому, прежде всего, откажитесь от употребления алкоголя. «Пьяный быт» разлагающе действует на ребенка. Конечно, сила личного положительного примера имеет большое значение, но это далеко не все. Не менее важно постоянное внимание к школьным успехам ребёнка, его внешкольной жизни, умение организовать его свободное время – заинтересовать спортом, помочь выбрать занятие по интересам в кружках и секциях и т.д. Правильная организация свободного времени, интересный и содержательный отдых не оставляют места праздности, безделью, скуке–той почве, которая способствует формированию вредных привычек.

Подошло время сформулировать выводы в решении собрания.

***Решение родительского собрания:***

- Для детей, подростков, юношей должен действовать «сухой закон», полный запрет спиртных напитков.

- Содействовать формированию у детей отрицательного отношения к употреблению алкогольных напитков.

- Больше внимания уделять общению с детьми, найти совместные увлечения.

- Следить за выполнением режима дня и организацией свободного времени.

- Выяснить круг общения и его влияние на ребёнка.

- Быть внимательным к проблемам и эмоциональному состоянию ребёнка.

- Помочь выбрать кружок, секцию по интересам.

**Литература**

1) Куценко Г. И., Новиков Ю. В., Книга о здоровом образе жизни.- М.:ПРОФИЗДАТ, 1987.

2) Популярная медицинская энциклопедия, М.:, Советская энциклопедия, 1979.

3) Большая советская энциклопедия.- М.: Советская энциклопедия, 1971.

4) Васильева З. А., Любинская С. М., Резервы здоровья.- М.:, 1984.

5) Антиалкогольное воспитание школьников. - Псков,1986.

6) Калейдоскоп родительских собраний: методические разработки. Выпуск 2/Под ред. Н.А.Алексеевой. - М.:ТЦ Сфера,2001.-144с.