*Аюшеев Михаил Анатольевич*

*Педагог дополнительного образования*

*МБОУ ДОД «Центр детского творчества»*

**Тема занятия: «Ошибка Петра Великого»**

**Цели:**
- Сформировать у учащихся представление об опасности воздействия алкоголя на здоровье и жизнь человека.

- Расширение кругозора учащихся.

- Воспитание гармонично развитой личности.

- Нравственное воспитание.

- Профилактика вредных привычек в школе.

- Дать учащимся представление о возможных способах отказа от нежелательного воздействия.

**Ход мероприятия:**

Сегодня мы рассмотрим одну из страшных бед нашего общества. По оформлению класса вы наверное уже догадались, что речь пойдет об алкоголизме, его вреде для человека. разделимся на 3 группы. Я вам сейчас раздам задания и вы, в группе рассмотрите, обсудите, а после мы все вместе порассуждаем.

***Задание для 1группы***

Как становятся алкоголиками? Ведь за один день это не происходит. Проследите последовательность цепи: “культурное” потребление алкоголя – пьянство – алкоголизм – деградация личности – белая горячка – смерть.

( вспомните фильм “Москва слезам не верит” – как стал алкоголиком известный футболист. При необходимости зачитайте сообщение о белой горячке.)

***Задание для 2 группы***

Опишите, как выглядит пьяница, алкоголик, его движения, выражение лица. Проинсценируйте . Не правда ли, такой человек вызывает смех и отвращение? Закройте глаза и представьте, какие запахи сопровождают этих людей? Вам это нравится?

(В давние времена существовала легенда, что тот, кто выпьет рюмку алкоголя, превращается в орла, которого без труда заклюет курица, превратится в барана самого безмозглого и тупого в стаде, а тот, кто выпьет 3 рюмки – станет свиньей и будет валяться в грязи, никогда не видя ни зеленой листвы, ни сияния звезд. Пьяный несчастен сам и приносит несчастье другим.)

***Задание для 3группы***

Говорят, что пьянство – национальная традиция русских. Или это трагедия? Обсудите этот вопрос. Поговорите о культуре потребления спиртных напитков.

 «Славяне никогда ранее не имели пристрастия к спиртному. Хуже того, что они, как и индейцы, вовсе не приспособлены и естественным образом не подготовлены самой природой к курению и употреблению алкоголя. Ибо по Заповедям Богов позволить себе хмельное всего 2 раза в год (по малой толике слабоалкогольной сурицы – на Весеннее и Осеннее Равноденствие) могли только мужи, выполнившие долг перед Родом – 9 детей. А оставившие Потомственный Круг – 16 детей – могли выпить по такой же толике 4 раза в год (на Весеннее и Осеннее Равноденствие, Летнее и Зимнее Солнцестояние). Предки прекрасно знали о пагубном влиянии хмельного питья на генофонд – потому и не рекомендовали. И данный запрет неукоснительно соблюдался многие века.

Страшный удар по славянам нанёс Пётр I, привезя в Россию из Европы эти страшные пороки и насаждая их повсеместно по Руси-матушке открывая всё новые и новые кабаки. Пётр I  начал убивать исконно русские православные традиции, уклады и законы. Наследие предков было переписано многочисленными привезёнными из Европы Петром иностранными академиками в историю.

Водка у древних славян являлась ничем иным, как безалкогольным травяным настоем.. Жили в любви и согласии ибо знали, что любовь, это не то чем занимаются сейчас, а ЛЮБОВЬ – это когда Люди Богов Ведают  - Лю-Бо-Вь!!! А ВЕ-РА – это когда люди Ведают Ра, Свет божественной истины. Куда ни глянь всё изолгали, извратили, переиначили на чужеземный лад и называют – это культурой, не понимая, что культура  – это Культ Ра, культ божественной солнечной истины.

Вот и стоит нам задуматься – на чью мельницу мы льём всевозможные алкогольные напитки, подносимые нам нашими врагами. Какой культурой мы живём? В кого превращаемся? Кем вырастут наши дети? Что от нас останется, и кто будет жить после нас на нашей земле? Пример американских индейцев видимо нам не урок. А то, что сейчас творится в России – это не урок!!!? Интенсивное спаивание началось после Отечественной войны, после смерти Сталина. В 60-е годы мы уже сами наблюдали, какие катастрофические масштабы приобретало пьянство и алкоголизм. После развала Советского Союза эта катастрофа уже приобрела параметры геноцида против своего народа. Его просто начали травить отравленными спиртными напитками, медикаментами и продуктами. Так что сваливать эту проблему на одного Петра, коммунистов или демократов – глупо»  *отрывок из письма* *Каменского А.В. Президенту России*.)

А теперь поработаем вместе. Разделим доску на 2 части: одна – “за”, вторая – “против” употребления алкогольных напитков. Приведите аргументы в пользу или во вред алкоголя. По ходу заполняйте таблицу (или это могут сделать 2 ученика).

|  |  |
| --- | --- |
| **“ЗА”** | **“ПРОТИВ”** |
| 1.Повышает настроение.2. Придает смелость.3. Обеззараживающее средство (при уколах, операциях)4. Согревающее средство (примочки, компрессы)5. Обезболивающее средство (при операциях, например, фильм “Знахарь”)6.7.8. | 1.Загубленное здоровье (цирроз печени, сердечно-сосудистые заболевания, гепатит, туберкулез, диабет и др.)2. Загубленное потомство.3.Проблемы в семье, ссоры, разводы.4. Сокращение жизни, смерть от употребления суррогатов, отравления.5. Аварии, несчастные случаи в быту.6. ДТП (в год погибает до 30 000 человек и 10 млн. травмированны по вине водителей, находившихся в состоянии в алкогольного опьянения)7. Причина пожаров (1/3 всех пожаров – алкоголь + сигарета)8. Преступления, совершенные в состоянии алкогольного опьянения.9. Понижение работоспособности, прогулы на работе, потеря работы, деградация личности.10. Запрет в будущем на профессию, учет в наркодиспансере.11. Рождение больных и ослабленных детей.12. |

(В помощь классным руководителям: на каждое “против” находите подтверждение из реальной жизни.)

Проблема употребления алкоголя очень актуальна в наши дни. Сейчас потребление спиртных напитков в мире характеризуется огромными цифрами.
В современной России ежегодное потребление алкоголя на душу населения – 18 литров, тогда как по расчетам Всемирной организации здравоохранения уже при употреблении боле 8 литров начинается процесс вырождения нации. 30% населения России – бытовые пьяницы. Не менее 10% населения страны больны алкоголизмом. Алкоголизм, как вы знаете, это болезненное пристрастие к алкоголю, развивающееся вследствие привычного его потребления, в результате человек как личность деградирует духовно и физически.
Даже если алкоголь попадает в организм однократно, органы и системы испытывают на себе его негативное воздействие. Но когда действие алкоголя проходит, здоровый организм человека собирает все свои силы и через какое-то время способен восстановиться.
А что произойдет, если алкоголь будет попадать в организм не один раз, а часто и регулярно, как это бывает, когда у человека сформировалась привычка употреблять спиртные напитки?

1. **Демонстрация опыта.**

*Необходимо взять 2 неполных стакана с подкрашенной акварельной краской водой – синей и желтой. Стакан с желтой краской символизирует здоровый организм человека – недаром он такого яркого и светлого цвета, как солнце – источник жизни. Начнем в стакан с желтой жидкостью добавлять синюю. Что будет происходить? Сначала изменение цвета желтой жидкости незаметно, потом, по мере вливания, она будет все больше принимать зеленый оттенок (ведь смешение желтого и синего цветов дает зеленый цвет), и наконец наступит такой момент, когда вся жидкость в стакане окрасится в зеленый цвет. Так происходит с организмом человека: по мере попадания в него алкоголя тот не будет успевать восстановиться и произойдет все большее болезненное перерождение органов и систем.*

Алкоголь поднимает настроение, помогает развеселиться. На самом деле возникающая веселость – не здоровая, т.к. она вызвана расстройством нервной системы. Поэтому пьяные всегда развязны, болтливы, неосторожны, не контролируют свое поведение. В результате – ссоры, драки, не обдуманные поступки.
Алкоголь помогает снять стресс, усталость. Это не правда, т.к. алкоголь сильный депрессант (он притупляет способность ясно мыслить, снижает самоконтроль) и может у человека вызвать еще больший стресс, депрессию, и мысли о самоубийстве.
Алкоголь помогает забыть жизненные проблемы, конфликты с близкими людьми. Но сколько не выпей – проблемы все равно останутся, а из-за пьянства к ним добавятся новые.
Алкоголь полезен, особенно вино.

**Учитель.** Давайте обратимся к доске, где у нас схема “Сравнительный состав одного литра пива и одного литра молока”

|  |  |
| --- | --- |
| 1 литр пива | 1 литр молока |
| Воды – 915 грамм | 870 грамм |
| Углеводов – 43 грамма | 47 грамм |
| Азотистых веществ – 5 грамм | Белков – 34 грамма |
| Алкоголя - 37 грамм | Жиров 38 грамм |
| + кобальт, медь | Витаминов – 7 грамм + микроэлементы |

Из данной схемы видно, что алкоголь вовсе не полезен. Это докажут нам и опыты, которые мы проведем:

**Опыт № 1. Действительно ли алкоголь способствует пищеварению?**

*Возьмем две пробирки, куда поместим – в одну, с водой – хлеб, в другую – хлеб и спирт. Видно, что в пробирке с водой хлеб растворился без остатка, а в пробирке со спиртом хлеб стал черным и не растворился. Вывод: спирт не способствует пищеварению.*

**Опыт № 2. “Как вода и спирт действуют на мозг?”**

*Клеточки головного мозга такие же нежные, как и яичный белок. В пробирку с яичным белком добавим воду. Белок прекрасно смешался с водой, т.е. наш мозг и вода могут существовать и помогать друг другу. А теперь в пробирку с яичным белком добавим спирт. Белок свернулся, клетки белка погибли.* Так алкоголь убивает, разрушает наш мозг, недаром про пьяницу говорят: “Он пропил свой ум”.
То есть алкоголь нарушает работу всех систем организма, часто в результате большой дозы наступает отравление и смерть.

Часто задают вопрос: “Можно ли пить умеренно?” Многие считают, что умеренное потребление спиртных напитков не вредно, но важно, что алкоголь- это тот же наркотик и, принимая его в малых количествах, человек начинает приобретать зависимость. Никто не может дать 100% гарантии, что вы сможете управлять собой и не спиться.

**Примеры последствия действия алкоголя:**

***№1.*** *Из 100 возможных (10 патронов) снайпер до приема алкоголя выбил 96 очков, а после того как выпил всего лишь 50 гр. алкоголя – 26 очков.****№2.*** *В одном из домов инвалидов обследовали детей. Из 137 умственно отсталых детей, только у 9-ти были* психически больные родители, у остальных 128 родители были алкоголиками.

Согласно исследованиям, у подростка, начавшего регулярно употреблять алкоголь в возрасте 13-15 лет, психологическая зависимость развивается за один год, в 15-17 лет в течение двух - трех лет, с 22-25 лет в пять-семь лет. Согласно статистике, подростки начинают пить обычно в 13 лет. В 9-х классах употребляют алкоголь 50% учащихся, в 10-х - 60%, в 11-х – 70-75%. Склонность к алкоголизму зависит и от наследственности. Если в семье родители злоупотребляют алкоголем, то вероятность того, что дети станут алкоголиками возрастет.

Алкоголь пагубно влияет на все органы и системы подростка. При концентрации 0,5-0,6% алкоголя в крови (0,5 литра водки соответственно) у подростка может наступить смерть. Принятый внутрь алкоголь быстро всасывается в желудке и тонком кишечнике и поступает в кровь. Особенно быстро всасывается из напитков, содержащих углекислый газ (пиво, шампанское).

Так как алкогольные напитки наносят вред здоровью человека и его жизни, необходимо уметь отказываться от предложения употребить эти напитки, невзирая на те ложные аргументы, с помощью которых кто-либо пытается заставить нас это сделать.
Однако в жизни у многих людей бывает ситуация, когда им предложили выпить какой-нибудь алкогольный напиток и они не сумели отказаться, несмотря на то, что знали о возможных последствиях. Поэтому становится понятно, что кроме убеждения не употреблять алкоголь, необходимо еще наличие умения отказываться от него. Умение отказываться разными способами от чего-то ненужного и нежелательного крайне важно для человека.

**Ход практического занятия.**

Группа разбивается на тройки (путем расчета на “первый-второй-третий”). В каждой тройке первый номер получает задание уговорить второго отдать ему какую-то личную вещь. Задача второго номера – отказать в этом. Третий номер является наблюдателем и определяет, какие формы отказа использовал второй номер.
Когда работа будет проделана участниками группы, нужно расспросить наблюдателей, что они увидели, и выписать возможные формы отказа на доске. При этом следует отметить, что в зависимости от ситуации выбирается та форма отказа, которая является более или менее категоричной.

Примерно подобный список можно представить следующим образом:
Объяснить причины отказа

Предложить замену (заняться чем-то другим или дать что-то другое)

Сделать вид, что не слышал

Просто сказать “нет” (не споря и не объясняя причины отказа)

Сказать “нет” и уйти

Уйти или убежать, ничего не говоря

Чем опаснее является идущее от кого-то предложение, чем больше исходит от него угрозы благополучию, здоровью и жизни человека, тем более категоричнее должен быть отказ.

**Вывод:** Таким образом, алкоголь ослабляет организм, тормозит формирование и созревание его органов и систем, а в некоторых случаях, например при злоупотреблении, и вовсе останавливает развитие некоторых функций высшей нервной системы. Чем моложе организм, тем губительнее действует на него алкоголь. Кроме того, употребление алкогольных напитков подростками значительно быстрее, чем у взрослых, ведет к формированию у них алкоголизма

.