«Пивной фронт»

Цель- профилактика алкоголизма.

Задача- способствовать формированию ЗОЖ;

- показать обучающимся полезные и вредные качества данного напитка;

Оборудование: Жетоны для голосования, записи на доске.

Предварительная работа: заранее выбираются 3 человека, которые будут выступать в роли косметолога, нарколога и эксперта и соответствующий наряд для них.

Ход классного часа.

I Вступительная часть.

Здравствуйте, ребята! Я приветствую ВАС. Девизом нашего классного часа мы выбрали народную мудрость: «Реки начинаются с ручейка, а пьянство — с кружки пива». У нас в гостях присутствуют Косметолог, Врач-нарколог и Эксперт.

На доске, как вы видите, написаны две фразы, касающиеся нашей темы: «В жизни надо все попробовать» и «Здоровье — прежде всего». Сейчас я выдам каждому из вас два бумажных жетона — красный и зеленый. Если вы согласны с первой фразой, поднимите красный жетон, если со второй фразой — зеленый. (Обучающиеся голосуют.)

Ребята, вы сделали свои выбор. В конце нашего классного часа мы сравним, изменится ваше мнение или нет.

II Основная часть.

Само слово «пиво» в славянских языках созвучно со словом «пить» и обозначает напиток вообще. Именно славяне были посредниками., передававшими привычку использования хмеля далее европейским народам- В берестяных грамотах библиотеки древнего Новгорода упоминались перевары хмельные напитки из меда и пива, отличающиеся большой крепостью. Не подлежит сомнению, что напитки с большой крепостью высоко ценились на Руси. Перевары стали эквивалентами дани, а солод и хмель ВХОДИЛИ в состав оброков крестьян за пользование землей. В «Русской правде» - одном из первых отечественных сводок законов - говорится, что сборщику платежей и штрафов в день полагалось ведра солода, а мастерам, занимавшиеся ремонтом городских укреплений, помимо денег выдавался солод, чтобы они могли варить себе пиво. Основной набор продуктов питания на Руси состоял из пива, луна и хлеба. Пиво и кед были ритуальными напитками, употреблявшимися на совместных пирах. Впрочем, ритуальность употребления крепких напитков сохранилась до наших дней.

Часто перед подростками встает сложный выбор: сохранить дружбу или остаться при своем мнении. Но когда дело касается здоровья, следует хорошо подумать.

Кто-то из вас наверняка сталкивался с такой ситуацией: друзья предлагают вам выпить пива, а вы боитесь им отказать, думая, что вас после этого перестанут уважать. Конечно, вы сами вправе решать, как поступить в данном случае, но учтите, что настоящим друзьям не важно, будете ли вы пить пиво или нет.

А теперь мы рассмотрим положительные и отрицательные стороны пива. Слово предоставляется Косметологу.

Косметолог: Уже давно установлено, что пиво ускоряет обмен веществ в организме и способствует омоложению клеток. А различные маски и кремы, сделанные на основе пива, способствуют разглаживанию морщин. Пиво является лучшим средством для укладки волос, к тому же натуральным. За рубежом уже давно выпускают шампуни на основе пива, которые придают волосам блеск, как шампуни с кондиционерами. Но речь идет только о натуральном пиве, без вредных добавок, которые присутствуют сейчас в любом магазинном пиве.

В массовом сознании бытует мнение, что пиво - слабоалкогольный и совершенно безвредный напиток. Действительно, готовится оно из очень полезного продукта - ячменя, который содержит белки, жиры, углеводы и витамины. Но вот в пивном сусле микробы брожения поедают этот прекрасный продукт, используя его для своего роста и размножения. Обладая мощным мочегонным эффектом, пиво беспощадно вымывает из организма белки, жиры, углеводы и микроэлементы, такие как калий, магний и витамин С, что для растущего человека - катастрофа. При дефиците калия происходят срывы сердечного ритма, возникают сухость кожи, боли в икрах, слабость в ногах. Дефицит магния опасен тем, что меняется фон настроения, человек становится раздражительным, плаксивым, плохо спит. С вымыванием витамина С снижается иммунитет, страдает интеллект, чаще возникают простудные заболевания. В пиве кроме алкоголя есть еще 5-8 процентов веществ, объединенных названием «экстрактивные». Среди них валериановая кислота - известное успокаивающее средство - и другие вещества, действующие так, что пиво помогает расслабиться и отдохнуть. В результате любитель пива постепенно приучается не только к обычному опьяняющему действию алкоголя, но и к «успокаивающему нервы». Постепенно такое приятное расслабление хочется повторять и повторять - пиво становится необходимым элементом отдыха. Дозы приходится увеличивать.

О ядовитых соединениях и вреде пива вообще не принято говорить. Хотя по вредности для организма пиво может сравниться только с самогоном, так как в процессе спиртового брожения и в пиве, и в самогоне в полном объеме сохраняются сопутствующие алкоголю ядовитые соединения (побочные продукты брожения). Уровень концентрации этих соединений гораздо выше, чем в водке, полученной из спирта высшей очистки.

А теперь слово предоставляется Врачу-наркологу.

ВРАЧ-НАРКОЛОГ: Массированная реклама пива привела к тому, что многие к нему стали относиться как к лимонаду, совершенно забывая о том, что это алкогольный напиток и злоупотребление им может привести к развитию тяжелой хронической болезни — алкоголизму.

Это заболевание определяется патологическим влечением к алкоголю, развитием похмельного синдрома при прекращении его употребления, нарушением функций всех органов и систем, а на более поздних стадиях — стойким поражением организма и расстройствами психики, даже деградацией личности. Время развития алкоголизма у всех различно и зависит от пола, возраста, обмена веществ, развития психики, характера и силы воли. Особенно опасно пиво для подростков. У них очень быстро формируется алкогольная зависимость, и болезнь протекает особенно тяжело.

Специалисты утверждают: пивной алкоголизм формируется даже быстрее водочного. В подтверждение этих слов приводят такой исторический факт: в XIX веке Европу охватила настоящая эпидемия алкоголизма. Руководители государств того периода собрались на форум, чтобы обсудить эту проблему. Они решили, что лучше сократить выпуск крепких напитков и наладить производство более слабых. Граждане перешли на пиво, но пивной алкоголизм оказался еще хуже водочного. Итак, слово предоставляется Эксперту.

ЭКСПЕРТ: Помимо этилового спирта пиво содержит еще и другие вещества, приносящие вред организму при их употреблении в большом количестве. Заметим, что имеется в виду любое пиво, от дорогого до дешевого, разливного. Как бы это странно ни звучало, но пиво хуже водки.

Приведем несколько важных фактов. Во-первых, пиво очень калорийное, но набор питательных веществ в нем не сбалансирован, поэтому регулярное его употребление приводит к полноте. Кроме того, лицо становится одутловатым и отечным.

Самым же интересным оказалось то, что пиво увеличивает выработку женских половых гормонов. Поэтому у мужчин, употребляющих пиво, таз становится шире, увеличиваются грудные железы, появляется живот — в общем, фигура преобразуется по женскому типу. Но и для девушек пиво также вредно. От концентрации женских половых гормонов резко увеличивается вероятность заболевания раком. Опасно пить пиво матери, кормящей грудью малыша, — у ребенка могут начаться эпилептические судороги.

Из отсроченных последствий стоит упомянуть поражение сердца. Пиво быстро всасывается в организм, переполняя кровеносную систему. При большом количестве выпитого возникает варикозное расширение вен. Также со временем может проявиться синдром «пивного сердца», или синдром «капронового чулка», когда сердце провисает, становится дряблым, плохо справляется со своей функцией.

ВРАЧ-НАРКОЛОГ: Лица, злоупотребляющие пивом, живут меньше — это доказано. Об этом факте пивовары обычно умалчивают.

Также стоит упомянуть, что при злоупотреблении пивом тяжело протекают некоторые заболевания: цирроз печени, гепатит. Пиво поражает клетки головного мозга, за счет чего у человека ослабевает интеллект.

III Заключительная часть.

-А теперь давайте снова проголосуем.

- Давайте использовать пиво только в косметологический целях.