**Классный час «Личность и алкоголь»**

**Цель:**выработка негативного отношения к употреблению алкоголя.

**Задачи:**

- повысить информационность подростков о вреде алкоголя;

- выделить свойства алкоголя и его влияние на организм, в частности, на организм подростка;

- выявить причины, побуждающие подростка попробовать алкогольные напитки;

- формировать негативное отношение к употреблению алкогольных напитков;

- осознание проблемы через ситуацию.

**План**

1. Вступительное слово.
2. Алкоголь и его история распространения / исторические сведения/
3. Свойства алкоголя и его влияние на различные живые организмы.
4. Влияние алкогольных напитков на организм человека, подростка.
5. Психология употребления алкогольных напитков.
6. Портрет пьяного человека.
7. Проблемная ситуация.
8. Упражнение: «Умей сказать «НЕТ».
9. Анализ теста.
10. Закон и алкоголь.
11. Заключительное слова.
12. Итог.
13. Используемая литература.

Презентация: «Алкогольная трясина»

**Ход классного часа.**

**1. Вступительное слово.**

**Учитель:** Тема сегодняшнего классного часа – алкоголизм. Алкогольные напитки сейчас льются рекой, пьют их даже дети. Что же такое алкоголь?

В справочнике говорится, что алкоголь это винный спирт. По действию на организм он относится к наркотикам.

Алкоголь является наркотическим ядом, и действует, прежде всего, на клетки головного мозга, парализуя их. Алкоголь – яд для любой живой клетки. Доза в 7-8 г чистого спирта на 1 кг веса тела является смертельным для человека. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), алкоголизм ежегодно уносит около 6 млн. человеческих жизней. По официальным данным только в Москве до 30% больных поступают в больницы с тяжелыми травмами, находясь в состоянии опьянения.

Похититель разума – так именуют алкоголь с давних времен.

Об опьяняющих свойствах спиртных напитков люди узнали не менее 8 тыс. лет до н.э. - с появлением керамической посуды и плодовых деревьев.

Давайте заглянем в прошлое и послушаем, когда и где появился алкоголь.

**2.Информационный блок. Исторические сведения.**

**Первый ученик.**

Чистый спирт начали получать арабы в 7-8 вв. и назвали его «аль коголь», что означает «одурманивающий». Первую бутылку водки изготовил араб Рагез в 860 году. С тех пор на протяжении нескольких столетий спиртное стало распространяться с начало в странах Азии, затем в западной Европе и по всему миру. Известный путешественник Н.Н.Миклуха – Маклай наблюдал папуасов Новой Гвинеи, не умевших еще добывать огонь, но уже знавших приемы приготовления хмельных напитков.

**Учитель:**

Существует мнение, что пьянство на Руси – старинная традиция русского народа. Так ли это на самом деле?

**Второй ученик:**

Русский историк и этнограф, знаток обычаев и нравов народа, профессор Н.Н.Костомаров полностью опроверг это мнение. Он доказал, что в Древней Руси пили очень мало. Лишь на избранные праздники варили медовуху, брагу или пиво, крепость которых не превышала 5-10%. Чару пускали по кругу, и из нее каждый отпивал несколько глатков. Пьянство в будни дни считалось грехом и позором. Каждая деревня или село имели свой питейный дом или корчму, а в городках их было несколько. В корчме подавали различного рода напитки, содержащий небольшое количество алкоголя: пиво, брагу, меды, квасы.

**Учитель:**

Когда в летописях стали упоминать о производстве хмельных напитков на Руси?

**Третий ученик:**

Водка стала проникать в страну вначале из-за границы, а потом появилось и собственное винокурение. Начиная с правления Ивана 111, государство стремилось сохранять за собой право изготовления и продажи водки в кабаках. Доходы поступали в государственную казну. При Иване Грозном корчмы уничтожились и насаждались царские кабаки. Население было вынуждено тайно варить мед и пиво. Кабацкие головы выслеживали нарушителей и доносили властям. Провинившихся подвергали штрафу и наказывали: били палками – батоками, часто забивая до смерти. Если население не выпивало на планируемую государственную сумму, недоимки раскладывали на всех.

**Учитель:**

Сейчас никто насильно не заставляет людей пить. Так почему же люди продолжают это делать?

Ответы учащихся:

- выпить, чтобы согреться, - свадьба,

- лечебная доза для аппетита, - проводы,

- против усталости, - новоселье,

- снять стресс, - вещь купили – обмыли,

- настроение поднять, - успех в делах.

- отметить праздник,

**Учитель:**

О причинах употребления спиртных напитков задумывались многое выдающиеся люди. Послушаем их.

**Четвертый ученик:**

Об употреблении спиртного написал английский поэт РОБЕРТ БЕРНС (перевод С.Я.Маршака).

«Для пьянства есть такие 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».

**Пятый ученик:**

Выдающийся психиатр и общественный деятель, борец с алкоголизмом, академик Владимир Михайлович Бехтерев так охарактеризовал психологические причины пьянства: «Все дело в том, что пьянство является вековым злом, оно пустило глубокие корни в нашем быту и породило целую систему диких питейных обычаев. Эти обычаи требуют питья и угощения при всяком случае».

**Шестой ученик:**

Поэт Владимир Котов написал такие строки:

Среди традиций самых разных

Есть нелегкая одна,

Если встреча, если праздник,

Значит пей и пей до дна!

Пей одну, и пей другую,

И седьмую, и восьмую,-

Просят, давят, жмут «друзья»!

Ну, а если не могу я,

Не, а если мне нельзя?

Не, а если есть причина

Завтра утром в форме быть?

Значит, я уж не мужчина

Хоть давись, но должен пить!

**3. Исследовательский блок.**

**Учитель:**

Какой вред организму наносит алкоголь?

Ученые долгое время проводили опыты на растениях, жуках, птицах, животных. Все опыты показали, что алкоголь вреден дл живых организмов.

(В классе несколько экспертов, которые приведут примеры опытов).

**Первый эксперт:**

Если какие-либо семена положить в чистую воду, то вскоре они прорастут. Но, если в стакан воды вылить чайную ложку спирта, то ростки этого же растения будут слабыми, неспособными к жизни. Если же в стакан добавить еще 2 ложки спирта, ростки и вовсе погибнут. Таким образом, спирт ослабляет рост семян растений и убивает в них жизнеспособность.

**Второй эксперт:**

При попадании спиртного раствора в улей, через некоторое время пчелы прекращали рабочие вылеты и начинали вести себя странно: целыми днями оставались в улье и гудели, абсолютно забывая о работе. Ученые установили, что у животных и птиц поведение под действием алкоголя становится похожим на поведение пьяного человека.

**Третий эксперт:**

Писатель А.Серафимович в своем рассказе «Гуси» описывает забавный способ поимки диких гусей: Вечером на берегу на месте кормежки гусей рассыпают горох ,замоченный в спиртовом растворе. Утром гуси едят этот горох и пьянеют. В таком состоянии гусей ловят просто «голыми руками».

Вставка: Картинка с кошкой. Опьяняющее действие алкоголя на кошку.

**Учитель:**

Если человек употребляет алкоголь, то и далее в нем рождается неистребимое желание к такой пище. Это объясняется наркологическим действием алкоголя. При систематическом приеме алкоголя ослабевает сила воли человека, и тяга к пьянству становиться привычкой. Алкоголь разрушает клетки головного мозга, образуются мертвые клетки, так называемые, мертвые зоны головного мозга, снижается интеллект. Все это ведет к деградации личности человека.

**Вставка.** Рисунок головного мозга.

**Четвертый эксперт**:

Физиологи выяснили следующее: алкоголь в организме остается надолго. Более двух недель длится его вредное действие на организм. Даже после одного приема небольшой дозы спиртного алкоголь сохраняется в мозгу, сердце, почках, желудке от 2-х до 15 суток.

Люди, употребляющие спиртное еженедельно, хотя бы раз, никогда не смогут очиститься от алкоголя. В этом случае затормаживается нормальная деятельность головного мозга, человек теряет контроль над собой. Большой вред наносится сердцу. Оно досрочно изнашивается, и жизнь человека сокращается на 8 лет.

**Вставка –** схема. Органы, которые губят алкоголь.

**Пятый эксперт:**

Происходит раннее старение организма, наступает ранняя смерть. 95% увлекающимся спиртными напитками обречены на заболевание гастритом, болезнями желудка, цирроз печени. Смертность среди пьющих в два раза выше, чем среди непьющих.

**Вставка.** Багаж алкоголика.

**Учитель:**

Женщина, злоупотребляющая спиртными напитками – это само по себе бедствие. Недаром в народе говорят: «Муж пьет - пол дома горит, жена пьет - весь дом горит». А древнегреческий писатель Плутарх говорил: «пьяницы рождают пьяниц».

**Вставка –** картинка женщины с бутылкой.

**Шестой эксперт:**

Еще в конце прошлого века французский врач Демме, изучая потомство семей алкоголиков, установил, что почти 50% их детей погибли в раннем детстве, а из оставшихся 10% страдали эпилепсией и водянкой головы, 12? Росли идиотами и только 10% были здоровы.

**Седьмой эксперт:**

Алкоголизм ведет к слабоумию. В нашей стране в коррекционных школах для слабоумных детей обучается около 300 тыс. школьников. Мировая статистика утверждает, что 50% слабоумных детей рождается от пьющих родителей.

**Учитель:**

В древнем мире до 26 лет запрещали употреблять спиртное, так как считали, что до этого возраста человеческий организм является не полностью окрепшим. Сегодня алкоголизм молодеет. Если в 1925 году подростков, употребляющих алкоголизм, было 17%, то сейчас эта цифра достигла 95%.

Что сейчас пьет молодежь? – Пиво.

**Учитель:**

Что вы знаете о пиве?

**Восьмой эксперт:**

Пиво, как и водка, содержит алкоголь, к нему развивается такое же привыкание. Пивной алкоголизм формируется быстрее водочного.

Пиво – калорийный напиток, но набор питательных веществ, содержащихся в нем, не сбалансирован. В народе пиво называют жидким хлебом.

**Вставка –** Вредно ли пиво?

**4. Практический блок.**

**Учитель**: Ребята, давайте составим портрет пьющего человека

(ребята описывают пьющего человека)

**Вставка**- «портрет алкоголика»

- Бледная кожа,

- неприятный запах изо рта, от одежды,

- нездоровые волосы,

- раздражительность,

- невнимательность,

- рассеянность,

- головокружение,

- отсутствие аппетита,

- агрессивность,

- бессонница.

**Учитель: Рассмотрим проблемную ситуацию. Вставка.**

Родители собрали на стол и ушли. Кто-то принес бутылку вина. Вы знаете, что родители ничего не узнают. Двое подростков уже пробовали алкоголь, и им понравилось. Двое еще не употребляли, но один согласился выпить, а другой отказался.

Почему согласился подросток? (Высказывания ребят).

Представьте себя на месте того подростка, который отказался. Что бы вы ответили? (Ответы ребят).

**Учитель:**

Рассмотрим результаты анализа анкет: «Отношение молодежи к алкоголю».

**Вставка**– выписка из анкет вопросы № 1, № 9, № 10, № 7.

**Учитель: Упражнение «Умей сказать «НЕТ».**

Большинство людей начали употреблять алкогольные напитки под влиянием других. Хотя и не хотели пробовать, но все же поддавались на уговоры и принимали алкоголь. Почему они так себя вели? Да потому, что боялись, что их будут считать дураками. На этой слабости и играют те, кто предлагает зелье. Значит, нужно показать им, что ты не боишься, что ты умнее и сильнее их. Нужно просто сказать:

- «Да, я боюсь за свое здоровье»;

- «Да, я, маленький»;

- «Да, я дурак».

Или повторять одну и ту же фразу: «Спасибо, нет».

И это выбьет из рук манипуляторов их оружие. Они поймут, что вас не запугать, и вы действительно, самостоятельный, сильный человек.

Сейчас мы потренируемся в умении сказать «нет». Один ученик (имя) будет играть роль провокатора и предлагать вам выпить. Кто хочет испытать себя и отказать провокатору?

(Дети выходят к доске).

Помните, что нужно говорить? Покажите, что вы не боитесь?

(Провокатор с банкой пива подходит к ребятам, предлагают выпить, ребята отвечают отказом).

**Фразы для провокации.**

**-**Не что, слабо? Боишься выпить?

- Пей! Или ты у нас маменькин сынок?

- Выпей, ты уже не маленький!

- Не будешь пить? Значит, ты просто тормоз!

**Учитель:**

Но самый лучший способ избежать таких провокаций – Не ходить туда, где предлагают выпить.

**5.Правовой блок.**

**Учитель:**

А те ребята, которые все же выбрали алкоголь, рано или поздно столкнуться с законом.

**Девятый эксперт:**

В кодексе об административных нарушениях заложены нормы, предусматривающие ответственность за распитие и появлении несовершеннолетних в нетрезвом виде. Если подростку нет 18 лет, то санкции применяются к его родителям за неисполнение родителями обязанностей по воспитанию детей.

**Десятый эксперт:**

Дела об административных правонарушениях рассматриваются на комиссии по делам несовершеннолетних. А подростка, или его семью ставят на учет в полицию или в комиссию по делам несовершеннолетних.

**Вставка:** Закон и алкоголь. Ст. 20.20. ст. 20.21.

**6. Заключительное слово.**

Сейчас в России много трудностей и проблем. Наша страна богата природными ресурсами, народ наш талантлив и образован, но наркомания, токсикомания, алкоголизм и курение губит молодое поколение. И это сопровождается повальной эпидемией сквернословия. Так, может быть, нужно прислушаться к древней библейской мудрости, которая гласит: «если тебя преследуют неудачи, наведи порядок в своей голове». Порядок в мыслях приведет к порядку в словах, а доброе слово очистит и тело от болезней и вредных привычек. А здоровые люди – это здоровый народ, процветающая страна.

**Вставка:** Высказывание библейской мудрости.

**Вставка:** Мы выбираем здоровый образ жизни.

**Подведение итогов.**

- Что нового вы узнали сегодня?

- Изменилось ли ваше отношение к алкоголю?

- Сможете ли вы устоять, когда будут предлагать выпивку?