

Классный час «Алкоголь – похититель рассудка!»

Дата проведения: 15 декабря 2021 года

Класс: 10-11

Воспитатель: Тирская Людмила Михайловна

Место проведения: кабинет 10-11 к

Время проведения: 14.30

Тема: «Алкоголь – похититель рассудка!»

Форма проведения: разброс мнений

Метод: поисковый

Формы: работа в парах, групповая работа, фронтальная работа, индивидуальная работа

Цель: формирование негативного отношения к алкогольным напиткам, алкоголизму.

Задачи:

- Расширить представление учащихся о вредном воздействии алкоголя.
- Дать представление об опасности пивного алкоголизма: побуждать учащихся к активному сопротивлению вредным привычкам, к соблюдению здорового образа жизни.
- Развивать коммуникативные навыки и умения.

Наглядность, оборудование, ИКТ: мультимедийный проектор, презентация, карточки со словами и пословицами, видео-реклама спиртных напитков.

План подготовки

1. Разработка сценария.
2. Поиск информационных материалов по данной теме.
3. Составление презентации.
4. Подбор видеороликов с рекламой спиртных напитков.

Ход классного часа

1. Вступительное слово

Воспитатель

Наше занятие будет посвящено проблеме употребления спиртных напитков, в особенности пива. Мы поговорим о том, почему люди употребляют алкоголь, обсудим последствия воздействия спиртных напитков на организм человека и на его личность.

Для того чтобы наше занятие было продуктивным, необходимо соблюдать правила эффективного общения.

- Можно делать всё, что не мешает никому из присутствующих.

- Можно быть уверенным, что когда ты говоришь, тебя не будут перебивать.
- Можно надеяться, что тебя никто не оскорбит.

Наш разговор мне хочется начать со слов И. Гёте: «Человечество могло бы достигнуть невероятных успехов, если бы оно было более трезвым». Сегодня злоупотребление алкоголем представляет собой чрезвычайно серьёзную проблему. Уровень потребления алкоголя на душу населения в Беларуси превышает среднестатистический в 5 раз и составляет 10 литров в год (для сравнения в странах, где потребление алкоголя составляет 2 литра на душу населения в год, отмечается самая низкая заболеваемость и смертность).

У многих молодых людей непреходящий атрибут повседневной жизни – пиво. Его пьют дома и на работе, в одиночестве и в компании... Пьют из пластиковых и стеклянных бутылок, жестяных банок, огромных кружек. Пьют мужчины и женщины, старые и молодые... Пиво стало своеобразным символом, атрибутом уверенности, успешности. Пиво и слабоалкогольные напитки стали частью молодежной субкультуры, неотъемлемым атрибутом отдыха.

В настоящее время средний возраст начала потребления пива составляет 12 - 13 лет. Несколько лет тому назад – 16 - 18 лет. 90% особо тяжких преступлений, совершаемых подростками, происходит в состоянии алкогольного опьянения.

Давайте обратимся к одному документу, в который были внесены поправки с 23 февраля 2010 г. Это - Кодекс об административных правонарушениях Республики Беларусь. Новый вариант ст. 17.3 гласит, что распитие алкогольных и слабоалкогольных напитков (с объёмной долей этилового спирта от 0,5% до 7%) или пива на улице, стадионе, в сквере, парке, общественном транспорте или других общественных местах запрещено. За нарушение статьи предусмотрен штраф в размере до восьми базовых величин (до 280 тыс. рублей), постановка подростков на учёт в инспекцию по делам несовершеннолетних и наркологический кабинет. Злостные нарушители (кто попадётся не первый раз за год) заплатят от 2 до 15 базовых величин. А если ещё и буяннить начнут, могут и вовсе угодить за решётку на 15 суток.

Как только вступили в силу поправки к кодексу, многие уже на собственном опыте ощутили, что законы необходимо чтить и соблюдать. Всего лишь один пример с газетной полосы. На протяжении 6 месяцев в нашем районе было привлечено к ответственности 37 человек за распитие пива в общественных местах.

Как показывает практика, принятие закона и штрафы останавливают не всех и не всегда. Быть может сегодняшней наш разговор о вредном воздействии алкоголя, об опасности пивного алкоголизма лучше запретов и штрафов поможет в формировании негативного отношения к алкогольным

напиткам, поможет осознать необходимость соблюдения здорового образа жизни.

2. Интерактивная беседа

Воспитатель Ребята, поднимите руку, кто уже знает вкус пива? А есть ли среди вас такие, кто употребляет его постоянно?

Можете ли вы объяснить значение таких слов: «алкоголизм», «трезвость», синдром «капронового чулка»? (*Учащиеся дают свои толкования*).

Алкоголизм – тяжелое хроническое заболевание, вызываемое злоупотреблением спиртными напитками.

Трезвость – нормальная, неотравляемая алкогольными изделиями жизнь отдельного человека, группы людей, общества или народа.

Синдром «капронового чулка» – сердце провисает, становится дряблым и плохо качает кровь.

Может ли кто-нибудь из вас объяснить, какое отношение имеют эти слова к пиву? (Ученики предлагают свои варианты ответов)

3. Информация для размышления

Воспитатель Давайте послушаем, как на этот вопрос отвечают специалисты. Точку зрения медицины озвучат наши учащиеся.

Алкоголизм и пиво. Современные исследователи утверждают, что пиво, как и любой алкоголь, вызывает зависимость. Появилось даже такое понятие, как «пивной алкоголизм». Причем среди пивных алкоголиков уже есть дети 6 – 9 лет! Потому что алкоголь особенно быстро и разрушительно действует на детский организм. (Ничипорович Владислав)

Синдром «капронового чулка». Чрезмерное потребление пива приводит к тому, что рентгенологи называют синдромом "пивного сердца" или синдромом "капронового чулка". Пиво быстро всасывается в организм, переполняя кровеносное русло. При большом количестве выпитого возникает варикозное расширение вен и расширение границ сердца. Особенно опасно пить пиво женщинам, вскармливающим ребенка грудным молоком. У ребенка вероятно возникновение эпилептических судорог, а со временем может возникнуть и эпилепсия. (Боровская Илона)

Пиво и трезвость. Посмотрите на таблицу «Как становятся пивными алкоголиками?» (*Ученик зачитывает таблицу, отображённую на экране.*) Хочешь быть трезвым – откажись от пива. Вот как связаны эти два понятия. (Гришук Елизавета)

№ этапа	Содержание этапа
---------	------------------

1	Бутылка для расслабления
2	Бутылка каждый день
3	Увеличение дозы
4	Пиво по утрам
5	Провалы в памяти
6	Отравление всего организма
7	Пивной алкоголизм

4. Блиц-опрос по теме «Почему люди пьют и почему не пьют?»

Воспитатель Большинство людей знает о вредных последствиях алкоголя. Зачем же они его употребляют? (ответы учащихся)

А теперь немного необычный вопрос. В Беларуси гораздо больше людей непьющих, в том числе абсолютных трезвенников. Почему же они не употребляют алкоголь? (ответы учащихся)

Какими бы ни были причины, но все-таки большинство людей воздерживается от алкоголя. Может быть, после сегодняшнего разговора и вы лучше поймете мотивы этих людей.

5. Информационный блок «Диалоги о пиве»

Воспитатель Послушаем диалоги. Любители пива беседуют со знатоками этого «волшебного» напитка.

Любитель 1. Пиво – это не алкоголь, а пищевой продукт.

Знаток 1. Что такое алкоголь? Это винный (этиловый) спирт. Его формула C_2H_5OH . Водка – это 40% раствор винного спирта, а пиво – просто более слабый раствор алкоголя – от 0 до 10 и более процентов. При употреблении бутылки водки или 8 бутылок пива в организм попадает равное количество алкоголя. Пиво очень пагубно влияет на клетки головного мозга. Постоянное потребление этилового спирта влияет на интеллект человека, снижает его способность к обучению. Во всех развитых странах пиво относится к алкогольным напиткам. (Хилимончик Ангелина, Хацкевич Александр)

Любитель 2. Все равно, от пива алкоголиком не станешь. Оно не вызывает зависимости.

Знаток 2. По действию на организм винный спирт относится к наркотикам. И это признала Всемирная организация здравоохранения в 1975 году. Алкоголь обладает всеми признаками наркотика: оказывает болеутоляющее, снотворное действие, вызывает при малых дозах возбуждение, а при частом употреблении – привыкание и потребность в нем. Но в Беларуси алкоголь пока не признан наркотиком. Хотя для всех очевидно, что он вызывает наркотическую зависимость, приводит к алкоголизму – тяжелой болезни.

(Кувик Алексей, Лишик Павел)

Любитель 3. А по телевизору говорили, что «живое пиво» даже полезно.

Знаток 3. Некоторые любители «клюют» на рекламу и предпочитают покупать «живое пиво», считая, что это очень полезно. Но посмотрите на срок хранения. Скорее всего, вас просто обманывают. «Живое пиво» – это напиток, насыщенный пивными дрожжами. Но у такого ценного напитка срок хранения – максимум трое суток, да еще и при температуре не выше 4 °. Иначе пиво превратится в яд. Если же на бутылке указан срок хранения месяц в прохладном месте, то это пиво уже «неживое», правда, пока без консервантов. А если срок хранения несколько месяцев, да еще и при любой температуре, то это уже просто «мертвое» пиво, в нем с помощью химии убиты все микроорганизмы и ферменты.

(Радион Виктория, Полубинский Артём)

Любитель 4. А может, мне нравится пить именно пиво! У него такой неповторимый вкус!

Знаток 4 Американские исследователи провели тесты, смогут ли люди определить на вкус свою любимую марку пива. Оказалось, что большинство из них не справилось с заданием. Ученые пришли к выводу, что не вкус, а этикетка и цена определяют выбор марки пива. Этот факт умело скрывает реклама пива, обманывая тех потребителей, которые хотят быть обманутыми.

(Калнацкая Лиза, Еремейчик Александр)

Любитель 5. Во всех цивилизованных странах народ пьет много пива, и никто из этого не делает трагедии.

Знаток 5. Сейчас как раз тенденция обратная. Потребление пива в развитых странах неуклонно снижается. Больше стали пить пива только в Греции и Ирландии, двух наименее развитых странах Евросоюза. А в Исландии пиво было запрещено с 1912 года до 1989 года. В течение многих лет пиво считалось в этой стране более опасным, чем водка.

(Дуло Оксана, Белявская Ирина)

Любитель 6. Пиво пьют и спортсмены. Пивные компании выступают спонсорами различных мероприятий и даже спортивных соревнований.

Знаток 6 Даже малые дозы пива снижают спортивные показатели. Поэтому все спортсмены выходят на старт абсолютно трезвыми. На Чемпионате мира по футболу 1998 г. во Франции разгорелся скандал с пивной рекламой, так как французское правительство не согласилось, чтобы одним из спонсоров чемпионата стала знаменитая пивная американская кампания. Пивная реклама носит имиджевый характер, т. е. внушает, каким крутым и современным ты можешь стать, если будешь пить пиво. Такая реклама опасна для общества. С 23 ноября 2007 г. в Беларуси вступил в силу закон о рекламе, запрещающий на территории страны рекламу алкогольных напитков и табачных изделий в аэропортах, портах, вокзалах, на остановочных пунктах общественного транспорта, станциях метрополитена. Она исчезла со всех средств наружной рекламы. Жесткость ограничений заключается в том, что пиво и слабоалкогольные напитки поставили в один

ряд с крепким алкоголем. Закон запрещает производителям пива рекламировать свою продукцию с 7.00 и до 20.00 на радио и по ТВ, а также на остановочных пунктах общественного транспорта и станциях метрополитена.

(Плюснина Любовь, Ярош Максим)

Воспитатель Спасибо любителям и знатокам. Думаю, что все без труда узнали, кто чью роль исполнял. А теперь я предлагаю вам подробнее ознакомиться с мнением врачей о пивном алкоголизме.

Пиво содержит 20 – 40 граммов чистого спирта в одной бутылке. Особенность данной концентрации такова, что процесс всасывания алкоголя начинается ещё в ротовой полости. В желудке всасывание спирта в данной концентрации происходит в несколько раз быстрее, чем всасывание водки, так как не требует дополнительного разведения желудочным соком. Всё это ведёт к тому, что опьянение при употреблении пива развивается практически сразу. И самое опасное в этом то, что человек не замечает привыкания, так как наш субъективный контроль после 200 грамм пива «падает вниз». Доказано, что 100 грамм водки губит 7,5 тыс. активно работающих клеток головного мозга, которых у нас большой запас, однако и он исчерпаем. Даже небольшие дозы спиртного вызывают у подростков тяжёлые симптомы отравления. Нередко острое алкогольное отравление у подростков заканчивается смертельным исходом. Употребление пива отрицательно сказывается на всех органах человека.

Готовится пиво из очень полезного продукта – ячменя, который содержит белки, жиры, углеводы и витамины. Но обладая мощным мочегонным эффектом, пиво беспощадно вымывает из организма "стройматериалы" – белки, а также жиры, углеводы и микроэлементы, особенно калий, магний и витамин С, что для растущего человека – катастрофа. Итог – это формирование алкогольной зависимости. Пивной алкоголизм — тяжёлая хроническая болезнь. Вряд ли многие знают, что пивной алкоголизм формируется более чем в 3 раза быстрее водочного, труднее поддаётся лечению.

6. Игровой блок «Как не попасть на пивной крючок?»

«Взломай» рекламу

Воспитатель Как показывают опросы, молодежь стала пить больше пива под воздействием телевизионной рекламы. По сути, это наживка, которую бросают с экрана опытные ловцы покупателей. И эту наживку готовят профессиональные манипуляторы. Они знают, на какие кнопки нажимать, чтобы сделать свой продукт привлекательным для молодежи. Но это не значит, что вы должны бездумно заглатывать наживку – можно очень легко

попасться на пивной крючок. Как же сопротивляться пивной рекламе? Специалисты дают такие советы.

- Прежде всего, постарайтесь осознать, что вами манипулируют (а в рекламе пива – обязательно манипулируют).
- Затем попытайтесь увидеть другое содержание в рекламном ролике, противоположное тому, которое вам хотят внушить.

Сейчас мы тоже попробуем «взломать» некоторые рекламные ролики. Найти в них противоположный смысл. Каждая группа получает сюжет рекламного ролика (раздаются карточки). В течение 3 минут вам необходимо обсудить ролик и дать ответ, в чём заключается противоположный смысл.

Сюжет № 1 Дед Мороз прибывает в намеченный коллектив вместо Нового года на 8 Марта. На вопрос, где был, отвечает: «Пиво пил!». *(Тем, кто любит пиво, ничего нельзя поручить, это ненадёжные, необязательные люди.)*

Сюжет № 2 Толстяк, увлечшись пивом, настолько забывает о ходе времени, что его машина врастает в асфальт и покрывается мохом. *(Пиво разрушает память – типичное воздействие алкоголя.)*

Воспитатель На человека оказывает давление не только реклама, но и сверстники, друзья. Мы уже не раз говорили о вариантах отказа, если вам предлагают спиртное, сигарету. Но чтобы сопротивляться давлению, нужно ещё развивать в себе способность к критическому мышлению.

Заверши пословицу

Воспитатель Существует много пословиц и поговорок об алкоголизме. Проведём акцию «Антипиво». Вам нужно составить пословицы, которые начинались бы словами: «Кто не курит и не пьёт...». На экране подсказка – рифмы для пословиц, на столах – листы и ручки, чтобы записать результаты вашей работы.

(учащиеся работают в парах, а затем озвучивают составленные пословицы)

Варианты пословиц:

...тот пойдет служить на флот;

...тот здоровье бережет;

...счастье в жизни обретет;

...в жизни далеко пойдет;

...от бандитов удерет;

...тот достигнет всех высот.

...того ждет везде почет.

...радость людям он несет.

...много денег сбережет.

...тому в жизни повезет.

...до больших чинов дойдет;

Правда или вымысел?

Воспитатель А теперь вам предстоит ответить: правда, или вымысел следующие утверждения. Ответы принимаются в виде голосования: поднятая рука – ответ «да», если ваш ответ «нет» либо вы не определились с ответом, то руку поднимать не надо.

Утверждения.

1. Говорят, в жизни все надо попробовать... (*Голосование учащихся.*)

Ответ: Нет. Почему-то под ёмким словом «всё» подразумевается только алкоголь, сигареты и наркотики. Никто почему-то не собирается прыгать с крыши, пить цианистый калий.

2. Алкоголь является возбуждающим средством, он придаёт человеку бодрость. (*Голосование учащихся.*)

Ответ: Нет. Алкоголь – успокоительное средство. Он замораживает деятельность мозга и спинного мозга.

3. Пьют родители – страдают дети.

Ответ: Да. У злоупотребляющих алкоголем родителей дети могут родиться с физическими отклонениями. (*Голосование учащихся.*)

4. Людям веселей проводить время, если они выпьют.

Ответ: Нет. Людям может только казаться, что им веселей. На самом деле они просто хотят убежать от своих проблем, избавиться от комплексов.

5. Муж пьёт – пол дома горит, жена пьёт – весь дом горит. (*Голосование учащихся.*)

Ответ: Да. Женщина – алкоголик теряет все женские черты, в ней погибает даже материнский инстинкт – она перестаёт заботиться о своих детях.

6. Если дети считают, что алкоголь им не повредит и что с ним можно приятно проводить время, есть большая вероятность того, что они будут пить. (*Голосование учащихся.*)

Ответ: Да. Образование – важный аспект профилактики алкоголизма. Чем больше подростки знают, тем легче им принять правильное решение.

7. Заключительное слово

Воспитатель Каждый сам решает: где, когда и сколько выпить пива? А может, лучше отставить бутылку пива в сторону и проявить заботу о себе и своих близких. Сегодняшний наш разговор о пиве – это разговор о самосохранении, о личной безопасности, о выживании. Пиво называют «чумой 21 века». С этим трудно не согласиться, когда видишь, как стремительно заражаются этой чумой мальчишки и девчонки, как падает моральный уровень людей, как вымирает народ. Пиво называют ещё и «оружием массового поражения». И надёжным щитом от него может быть только здоровый образ жизни.

8. Подведение итогов

Воспитатель

Вы извлекли что-то полезное для себя из нашего общения? Изменилось ли ваше отношение к пиву? Лучше ли вы стали понимать людей, которые решили полностью отказаться от алкоголя?