

**Частное учреждение профессиональная образовательная организация
ТЕХНИКУМ «БИЗНЕС И ПРАВО»**

Методическая разработка внеаудиторного мероприятия

тема: "Алкоголизм- не привычка, а болезнь"



Разработал и провел:
Преподаватель спец.дисциплин,
Коневы Ирина Владимировна

Белореченск, 2025г.

Цель: помочь обучающимся осознать пагубность алкоголя и последствия его воздействия.

Задачи:

Образовательные: Научить различать понятия «алкоголь» и «алкоголизм». Ознакомить обучающихся с действием алкоголя на организм.

Осветить основные мотивы распития спиртных напитков и рассказать о последствиях употребления алкоголя.

Рассказать о факторах формирования и фазах алкоголизма.

Осветить основные мифы об алкоголе.

Показать пути решения алкогольной зависимости.

Развивающие: Развивать умения обучающихся взаимодействовать друг с другом.

Получать навыки противостоять предложениям употребления алкогольных напитков .

Воспитательные: Выработать устойчивое негативное отношение к употреблению алкоголя, особенно в среде подростков.

Оформление: Презентация «Алкоголизм- не привычка, а болезнь», рисунки по теме «Здоровый образ жизни»; карточки с таблицей и листы для тестирования.

Ход мероприятия

I. Приветствие, сообщение темы и цели мероприятия.

Приводится цитата русского писателя: Л.Н. Толстого

«Вино губит телесное здоровье людей, губит умственные способности, губит благосостояние семей и, что всего ужаснее, губит души людей и их потомство»

Тема нашего классного часа «Алкоголизм- не привычка, а болезнь». Похититель рассудка — так именуют алкоголь с давних времен.

Откуда же к нам пришла эта пагубная привычка? Обратимся к истории.

История изготовления спиртных напитков уходит в глубь тысячелетий. Об опьяняющих свойствах спиртных напитков люди узнали не менее чем за 8000 лет до н. э.— с появлением керамической посуды, давшей возможность изготовления алкогольных напитков из меда, плодовых соков и дикорастущего винограда.

Возможно, виноделие возникло еще до начала культурного земледелия. Так, известный путешественник Н. Н. Миклухо-Маклай наблюдал папуасов Новой Гвинеи, не умевших еще добывать огонь, но уже знавших приемы приготовления хмельных напитков. В Древней Индии приготавливали напиток «сома», игравший большую роль в религии Ариев. В Греции вино считалось даром богов. Но уже тогда было замечено, что неумеренное употребление любых опьяняющих напитков опасно. Поэтому греки, как правило, пили виноградное вино, разбавленное водой, так оно лучше утоляло жажду, и человек не пьянел.

Чистый спирт начали получать в VI – VII веках арабы и называли его «аль коголь», что означает «одурманивающий». Первую бутылку водки изготовил араб Рабез в 860 году. Перегонка вина для получения спирта резко усугубила пьянство. Не исключено, что именно это и послужило поводом запрета употребления спиртных напитков основоположником ислама Мухаммедом. На протяжении 13 столетий в мусульманских странах алкоголь не употребляли, а отступники Корана жестоко карались.

В средневековье в Западной Европе также научились получать крепкие спиртные напитки путем возгонки вина и других бродящих сахаристых жидкостей.

На Руси простым людям разрешалось варить пиво и мед только по большим праздникам, на свадьбы, крестины. Пьянство в будние дни считалось грехом и позором.

Так что же такое алкоголизм? Чем он опасен?

II. Ознакомление с новым материалом

Алкоголь - это сильнейший яд, убивающий человека медленно, но наверняка.

Каждая, даже самая маленькая, капля алкоголя приближает пьющего человека к болезням, деградации и мучительной смерти. Каждая бутылка пива – это укорочение своей жизни на сутки, каждая бутылка водки приближает смерть на месяц.

Национальный совет по алкоголизму утверждает, что ежегодно от алкоголя погибают 98 тысяч человек – в это число входят заболевания, связанные с алкоголизмом, автомобильные катастрофы, самоубийства, убийства на почве злоупотребления алкоголем и т.п. Ни один другой наркотик не может похвастаться таким массовым уничтожением молодых людей обоего пола, каждый пятый из которых является бытовым пьяницей. Печальная статистика подтверждает взгляды врачей: многие бытовые пьяницы становятся алкоголиками, а большая часть зарегистрированных смертей связана с употреблением спиртного.

Кривая подросткового алкоголизма в последние годы поползла вверх. Некоторые родители облегчённо вздыхают, когда узнают, что их дети «всего лишь» пьют. Иные родители даже поощряют своих детей к выпивке дома «лучше на глазах». Полагая, что «не запретный» плод будет менее сладок. Однако, как правило, всё происходит как раз наоборот. За последние 3 года заболеваемость алкоголизмом среди подростков выросла в 5 раз.

Чем же грозит человеку злоупотребление алкоголем? (выслушать ответы обучающихся).

Алкоголь содержится в пиве, вине, шампанском и водке. Нет ни одного органа, который не подвергался бы разрушительному воздействию алкоголя. Быстро всасываясь в кровь, он разносится по всему организму, больше всего накапливается в мозгу, затем в печени, также страдают лёгкие, сердце и почки.

Наиболее распространенными заболеваниями, вызываемыми употреблением алкоголя, являются травмы в результате несчастных случаев, депрессии, панические состояния, болезни нервной системы и желудочно-кишечного тракта. Со стороны умственных способностей, мышечной силы и ловкости движений наблюдаются негативные изменения, приводящие к ослаблению общей работоспособности. Кроме того, алкоголь повышает кровяное давление и может привести к параличу, возникающему вследствие кровоизлияния в мозг.

Длительное употребление алкоголя повышает риск возникновения неизлечимых заболеваний, например, атрофии мозга, цирроза печени, дегенерации нервной системы, панкреатита, а также рака ротовой полости,

глотки, гортани, пищевода и желудка. Сильное опьянение легко может привести к возникновению сердечной аритмии, опасной для жизни человека. Следовательно, от употребления большого количества алкоголя ума не прибавляется, а, напротив, только одни болезни.

Разобравшись с понятием алкоголь, давайте перейдём к понятию алкоголизм. Алкоголизм – это (ответы детей).

Постоянное употребление алкоголя приводит к тяжелому заболеванию - **алкоголизму или алкогольной зависимости**, в основе которого лежит хроническое отравление организма алкоголем. Это хроническое отравление постепенно формирует психическую и физическую зависимость от спиртного и вызывает патологию внутренних органов, нарушение обмена веществ, центральной и периферической нервной системы, психическую и личностную деградацию.

Ребята, вам приходилось видеть человека, находящегося в сильной степени опьянения? Какие чувства он у Вас вызывал? Как он выглядит? Как себя ведёт? Какова его речь? (ответы детей).

Давайте рассмотрим первые признаки начинающегося алкоголизма:

- Часто возникающее желание выпить и опьянеть.
- Привычка снимать напряжение при возникновении любых проблем с помощью спиртных напитков.
- Изменение поведения при употреблении алкоголя: человек становится агрессивным, скандальным, злым.
- Возникновение проблем на работе и дома из-за употребления алкоголя.
- Прием спиртных напитков независимо от времени суток – утром, на работе, за рулем автомобиля и т.д.

Ребята, а вы знаете, чем отличается подростковый алкоголизм от взрослых форм заболевания? (ответы обучающихся).

Давайте рассмотрим развитие подросткового алкоголизма его особенности.

Алкоголизм как правило, развивается после нескольких лет пьянства. Зависимость от алкоголя формируется тем быстрее, чем моложе человек. У подростков, которые начинают употреблять алкоголь, зависимость развивается в 3-4 раза быстрее, чем у взрослых и может сформироваться в течении нескольких месяцев. Подростковый алкоголизм носит тяжёлый характер, приводит к деградации личности: один зарубежный исследователь поставил жёсткий эксперимент над своими детьми: он давал им ежедневно по 100 г лёгкого виноградного вина. Сразу после приёма пищи дети становились оживлёнными, задорным и, очень бойкими, но довольно скоро их охватывала вялость, а затем сонливость. Занимались они плохо, подчерк у

них испортился, становились неуклюжими. При вычислении они допускали множество ошибок, им было сложно заучивать тексты, ещё сложнее своими словами пересказывать прочитанное.

Привыкание в детском возрасте происходит очень быстро, а последствия катастрофические. Подросток тупеет эмоционально, интеллектуально, нравственно. Такие дети часто находятся на учёте врача психиатра или помещаются в психиатрическую клинику.

По данным Центра социологических исследований Минобразования России:

Употребляют алкоголь 81,8% несовершеннолетних и молодёжи 11-24 лет.

Средний возраст начала употребления алкоголя – 13 лет.

Около 40% детей впервые познакомились с алкоголем в возрасте от 11 до 14 лет, в том числе: - на дискотеках и клубах – 32% - в компаниях – 52,3% - в учебных заведениях – 5,8% - в одиночестве – 4%.

Ребята как вы думаете, почему начинают употреблять алкоголь подростки? (ответы учеников).

По результатам социологического опроса подростки начинают употреблять спиртные напитки по следующим мотивам:

- поднять настроение - 38%;
- преодолеть чувство скованности, стеснения - 37%;
- не отстать от других, чувствовать себя "своим" - 23%;
- так принято, по традиции - 20%;
- забыть о неприятностях - 17%;
- ощущение бессмысленности жизни - 25%;
- острые ощущения - 15%;
- от скуки - 23%.

Но все последствия этой «мнимой» радости мы уже знаем, стоит ли к ней прибегать, за столь сильную расплату, самым дорогим своим здоровьем, а порой и жизнью.

Жизнь показывает, что в состоянии опьянения действительно устраняются сдерживающие факторы: именно пьяными совершается подавляющее большинство особо жестоких и безобразных преступлений. Каждое третье дорожно – транспортное происшествие совершается людьми в состоянии опьянения.

Чем же объясняется повышение риска аварий, у водителей, находящихся в состоянии алкогольного опьянения?

Пьяный человек хуже различает цвета, плохо реагирует на изменения красного и зеленого цвета светофора. Алкоголь влияет и на слух, поэтому за

рулем автомобиля, за пультом управления станком или прибором не может быть места людям, склонным к употреблению вина.

По нашему законодательству, уже сам факт пьянства водителя автотранспорта влечет уголовное наказание. Ведь в руках пьяницы автомобиль становится орудием преступления.

Но разве не источник повышенной опасности пьяный пешеход, неожиданно появляющийся перед быстро идущим транспортом, который уже невозможно остановить, не вызвав катастрофы.

Водитель, как правило, старается спасти лезущего под колеса нарушителя уличного движения. Но водитель зачастую губит других прохожих, заезжая, например, на тротуар или врезаясь в другую машину с людьми. В любом случае пьяный на дороге — помеха движению и источник аварий!

«Хмельное толкает людей на преступление,— писал Джек Лондон.— Мне сотни раз приходилось наблюдать, что люди делают во хмелю то, чего они никогда не сделали бы в трезвом состоянии. Затем преступление влекло за собой обычные последствия, и человек окончательно погибал. Мне иногда случалось посещать товарищей в тюрьме до их отправления на каторгу, и я не раз слышал обычную для них фразу: «Если бы я не был пьян, я бы этого никогда не сделал». А делались под влиянием хмельного подчас такие ужасные вещи, что при всей моей толстокожести даже мне приходилось содрогаться».

Установлено, что пьяными совершается 55% всех краж, 79% грабежей, 69% нападений. Преступления среди несовершеннолетних в большинстве своем также результат пьянства. Более 80% хулиганских действий приходится на подростков в нетрезвом виде.

Человек должен отвечать за свои поступки, даже если он сильно пьян. Конечно, в состоянии опьянения он теряет самоконтроль, но это не снимает с него ответственности за содеянное. Российское законодательство определяет, что лицо, совершившее преступление в состоянии опьянения не освобождается от уголовной ответственности.

«Алкоголь, - писал И. П. Павлов,- гораздо больше горя причиняет, чем радости, всему человечеству, хотя его и употребляют ради радости. Сколько талантливых людей погибло из-за него!»

Систематическое злоупотребление спиртным приводит к снижению умственных функций, ухудшению внимания, утрате способности к творчеству.

Это умственное оскудение очень ярко описал Сергей Есенин в поэме «Черный человек»:

Друг мой, друг мой,
Я очень и очень болен.
Сам не знаю, откуда взялась эта боль.
То ли ветер свистит
Над пустым и безлюдным полем,
То ль, как рошу в сентябрь,
Осыпает мозги алкоголь.

Как любому химическому яду, наркотику, алкоголю свойствен собственный тип отравления, специфическое воздействие на личность. При этом у многих людей, страдающих алкоголизмом, появляются сходные черты, подобно тому, как это бывает при психических заболеваниях, имеющих характерные симптомы.

Для алкоголиков типично ограничение круга, их интересов, концентрация внимания на удовлетворении желания выпить. В этом отношении алкоголики похожи друг на друга, как родные братья и сестры.

Средняя продолжительность жизни алкоголика не превышает обычно 55 лет. Из 100 самоубийц – половина алкоголики.

Алкоголь парализует волю, так необходимую спортсмену в процессе подготовки и проведения соревнований. Известен случай, когда сильнейшая восьмерка гребцов английского клуба намного опередила своих соперников, выйдя в финал. В честь этого спортсмены позволили себе выпить по бокалу шампанского на приеме у мэра. И на следующий день они неожиданно резко сдали свои позиции и едва удержались на третьем месте, хотя по всем показателям могли претендовать на лидерство.

Известный футболист А. Старостин пишет в своих воспоминаниях: «Кружка пива — ведро пота. Так принято говорить среди футболистов. Это значит: чтобы устранить вред от выпитой кружки пива, надо на тренировках пролить ведро пота. Потерять форму можно в один день. Чтобы приобрести форму, нужно затратить месяц».

Давайте проверим: Что вы знаете и что вы не знаете об алкоголе. Проставьте на листе по вертикали числа от 1 до 9. Сейчас я буду зачитывать вслух некоторые суждения. Если ты считаешь утверждение истинным, то рядом с его порядковым номером пиши слово «верно», если ложным — «неверно».

1. Алкоголь является нарковеществом.
2. Большинство алкоголиков - пропащие люди и лентяи.
3. Можно стать алкоголиком, употребляя только одно пиво.
4. Черный кофе и холодный душ очень хорошо отрезвляют человека.

5. На равное количество алкоголя все люди реагируют одинаково.
6. Алкоголики пьют ежедневно.
7. Если родители не пьют, их дети тоже не будут пить.
8. Алкоголь не повышает температуру тела.
9. Алкоголь - это стимулирующее, возбуждающее средство.

А теперь сравните ваши ответы с правильными:

1. верно. Систематическое употребление алкоголя приводит к физической и психической зависимости от него.
2. неверно. Около 95-98% алкоголиков - обычные люди, которые работают, имеют семьи.
3. верно. Не имеет значения, какой тип алкоголя употребляет человек. Предрасположенность к тому, чтобы стать алкоголиком, сопряжена с личностью. Пиво содержит этиловый спирт, но в меньшем количестве по сравнению с вином или водкой. Поэтому люди, пьющие пиво, должны больше его выпить, чтобы опьянеть.
4. неверно. Единственное, что может отрезвить человека, - это время. Избавление организма от 30 г алкоголя занимает у печени примерно один час работы.
5. неверно. Реакция на алкоголь очень индивидуальна. Она зависит от многих факторов, включая общее состояние здоровья, вес тела, возраст, толерантность (переносимость) и др.
6. неверно. Некоторые алкоголики выпивают только по выходным дням, некоторые не пьют (воздерживаются) месяцами. Но нередко бывает так, что как только алкоголик выпил, он уже не может остановиться.
7. неверно. Молодые люди принимают собственные решения, исходя из того, чему они научились в семье, на улице и в школе.
8. верно. Алкоголь понижает температуру тела, он вызывает у пьющих ощущение тепла, поскольку кровь приливает к поверхности кожи. Когда это происходит, температура тела понижается, поскольку тепло поверхности тела легко утрачивается.
9. неверно. Алкоголь - это депрессант. Он отрицательно влияет на рассудительность и самоконтроль.

«Хмельное всегда протягивает нам руку, когда мы терпим неудачу, когда мы слабеем, когда мы утомлены, и указывает чрезвычайно легкий выход из создавшегося положения. Но обещания эти ложны: обманчив душевный подъем, физическая сила, которую оно обещает, призрачна; под влиянием хмельного мы теряем истинное представление о ценности вещей» Джек Лондон.

III. Подведение итогов

- Влияние алкоголя пагубно, разрушительно и приводит к деградации личности.
- Употребление алкоголя подростками приводит к деградации личности, губит здоровье.
- Пути решения проблем есть всегда без алкоголя.
- «Алкоголизм делает больше опустошения, чем три исторических бича, вместе взятые: голод, чума и война» Гладстон У.

Помните: У людей всегда имеются проблемы, и обращение к алкоголю и другим наркотикам их не разрешает, а скорее порождает новые. Не наркотики разрешают проблемы, а люди!