**Методические рекомендации
структурного подразделения
«Социально- психологическая деятельность»**

**«Классные часы по профилактике наркомании
с учетом возрастных особенностей обучающихся, типа и вида
образовательного учреждения».**

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ (ПАВ) В ШКОЛЕ.

В настоящее время проблема распространения и употребления наркотических средств, психотропных и иных одурманивающих веществ по-прежнему является чрезвычайно актуальной. Наркомания быстрыми темпами распространяется в детской, подростковой и молодежной среде. По данным общероссийского мониторинга, численность детей и молодежи в возрасте 11-24 лет, с различной частотой потребляющих наркотические средства, достигает 4 миллионов, а численность среди них наркозависимых составляет от 900 тысяч до 1 миллиона 100 тысяч человек. Среди всего населения России эти показатели составляют соответственно примерно 6,5 миллионов и 1 миллион 800 тысяч человек.

В настоящее время первичная профилактика употребления психоактивных веществ является ключевым социальным заказом для Министерства образования Российской Федерации и это наша исходная базовая позиция для выстраивания всей антинаркотической профилактической деятельности.

Очевидно, что знания о наркотиках и даже негативное отношение к ним должны быть подкреплены опытом отказа от наркотического пути решения актуальных для человека проблем. В этом и состоит смысл современного этапа развития борьбы с распространением наркотиков.

Современные условия жизни оказывают на нервную систему ребенка более интенсивное воздействие, чем полвека назад. Поток информации стал обильнее, впечатления разнообразнее, богаче, темп жизни ускорился. Ускорилось и психическое развитие, при этом у подростков сохраняются детские интересы, эмоциональная неустойчивость, незрелость гражданских представлений. При употреблении ПАВ у подростков более выражены раздражительность, агрессивность, замкнутость, отчужденность. При неустойчивой нервной системе, еще не сформировавшихся жизненных взглядах и убеждениях подросток под влиянием алкоголя становится восприимчивым к воздействию негативного поведения

Возможно, поэтому большую часть ответственности за спасение юных душ от «белой смерти» берет на себя школа, которая еще со времен Аристотеля призвана обучать и воспитывать, а значит, и предостерегать ребенка от тех возможных проблем, с которыми ему предстоит столкнуться во взрослой, самостоятельной жизни.

Иными словами, на хрупкие плечи учителя государство возложило еще одну, на первый взгляд непосильную ношу – профилактику ПАВ.

Таким образом, учитывая актуальность выделенной проблемы, возникает необходимость реализации целостной профилактической системы, *целью* которой является создание условий для формирования у школьников устойчивых установок на неприятие ПАВ.

Исходным в работе является предположение, что выделенная система профилактики будет более эффективной по сравнению с массовым опытом, если:

- 1) подросткам и взрослым будет предоставлена объективная информация об ПАВ, их воздействии на человека и последствиях применения;
- 2) поток информации, ее источники будут строиться с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
- 3) осознание сущности зависимости будет идти параллельно с формированием устойчиво-негативного личностного отношения к наркотическим веществам, умения правильно организовывать свое время и жизнь, справляться с конфликтами, управлять эмоциями и чувствами;
- 4) в борьбе за здоровый образ жизни школьники, родители, педагоги, медики и другие специалисты будут едины.

Для достижения поставленной цели и доказательства выдвигаемой гипотезы необходимо решить следующие **задачи**:

- 1) определить специфику зависимости как особого социально-психологического феномена;
- 2) выявить социально-психологические причины распространения ПАВ в детской и подростковой среде;
- 3) разработать систему педагогических средств, направленную на предупреждение зависимости в рамках работы классного руководителя;
- 4) определить круг специалистов, работа которых повысит эффективность разработанной системы.

Принципы работы:

Комплексность или согласованное взаимодействие

- органов и учреждений, отвечающих за различные аспекты государственной системы профилактики ПАВ;
- специалистов различных профессий, так или иначе имеющих отношение к работе с детьми (воспитатели, педагоги, дошкольные, школьные, медицинские психологи, врачи, наркологи, социальные педагоги, работники комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав, инспектора подразделений по делам несовершеннолетних и др.);

Дифференцированность: дифференциация целей, задач, методов и форм работы с учетом:

- возраста детей;
- степени вовлеченности в алкоголизм.

Аксиологичность: формирование у детей и подростков представления о здоровье как о важнейшей общечеловеческой ценности, ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Многоаспектность: сочетание различных направлений профилактической работы:

- социальный аспект (формирование моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни, отрицательного отношения к употреблению ПАВ);
- психологический аспект (формирование адекватной самооценки, освоение навыков «быть успешным», самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность, прежде всего, перед самим собой);
- образовательный аспект (формирование системы представления о негативных последствиях употребления ПАВ).

Легитимность: профилактическая работа должна осуществляться в рамках правовой базы (с учетом нормативных актов о правах и обязанностях лиц, которые в пределах своей компетенции и статуса обязаны заниматься профилактикой, а также прав и обязанностей детей и молодежи).

Преимственность. Этот принцип включает в себя два взаимосвязанных аспекта:

- согласованность профилактических мероприятий, проводимых различными учреждениями;
- анализ, обобщение и использование уже существующих технологий профилактики ПАВ (знакомство с опытом зарубежных и отечественных педагогов, практикой работы общественных организаций и других образовательных учреждений).

Непрерывность: профилактическая работа не должна ограничиваться только временем пребывания ребенка в школе, что обеспечивается благодаря привлечению к работе системы дополнительного образования

Систематичность. Работа по профилактике должна вестись систематически, а для этого все принимаемые меры должны быть сведены в систему, где каждая отдельная мера согласуется с другой, не противоречит ей, вытекает одна из другой.

В соответствии с вышесказанным, можно выделить три основных **направления работы** школы по профилактике ПАВ:

- 1) Работа с детьми:

- общая воспитательная педагогическая работа с детьми;
  - работа с детьми «группы риска»;
  - работа с детьми, употребляющими ПАВ;
- 2) Работа с педагогическим составом:
- подготовка учителей к ведению профилактической работы;
  - организационно-методическая профилактическая работа.
- 3) Работа с родителями:
- информирование и консультирование родителей по проблеме профилактики ПАВ;
  - работа с конфликтными семьями (семьями «группы риска»);
  - психолого-педагогическая поддержка семей, в которых ребенок начал употреблять ПАВ;
- 4) Работа с различными организациями, ответственными за осуществление профилактики (на федеральном, региональном и муниципальном уровнях).

ЭТАПЫ РАБОТЫ

Первый этап: диагностирующий.

Время проведения: сентябрь (начало месяца).

Цель: изучение существующих в детской и подростковой среде тенденций употребления ПАВ.

Задачи:

- 1) определить степень информированности детей и подростков по проблеме;
- 2) выделить факторы, влияющие на формирование позитивного отношения к употреблению ПАВ;
- 3) сделать выводы о степени вовлеченности подростков в проблему и выделить основные целевые группы для дальнейшей работы.

Методы:

- 1) изучение материалов общероссийских, областных и районных социологических исследований с целью получения информации о состоянии проблемы наркомании и алкоголизма в целом;
- 2) опрос и анкетирование (анонимное) с целью изучения состояния проблемы в конкретном образовательном учреждении при работе с определенной группой детей.

Примечание. Анкетирование – метод социально-психологического исследования с помощью анкет. Анкета – набор вопросов (утверждений), каждый из которых логически связан с центральной задачей исследования, что должно обеспечить получение достоверной и значимой информации по теме. Пример анкеты, которая может быть использована для изучения характера отношения подростков к наркомании, представлена в приложении.

Значение этапа: анализ результатов анкетирования (на основании предлагаемой анкеты) позволяет сделать выводы о степени вовлеченности учащихся в проблему и выделить три целевые группы:

- подростки, имеющие опыт употребления ПАВ;
- подростки, для которых характерно позитивное отношение к употреблению ПАВ;
- подростки, имеющие четко сформированное негативное отношение к употреблению ПАВ.

Второй этап: организационно-практический.

Время проведения: сентябрь – май.

Цель: реализация профилактической работы в образовательном учреждении.

Задачи:

- 1) предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию об ПАВ;
- 2) способствовать увеличению знаний учащихся путем обсуждения проблем, связанных с ПАВ;
- 3) учить детей лучше понимать собственные проблемы и критически относиться к поведению в обществе; способствовать стремлению детей понимать окружающих и анализировать свои отношения с ними;

- 4) создать условия для формирования у детей культуры выбора, научить их принимать ответственные решения;
- 5) обеспечить взаимодействие школы с семьей и внешкольными организациями.

Методы работы:

- 1) информационный;
- 2) метод поведенческих навыков (анализ и проигрывание конкретных жизненных ситуаций);
- 3) конструктивно-позитивный метод (организация тренингов, направленных на повышение психологической устойчивости).

Формы работы:

- 1) лекция;
- 2) беседа;
- 3) семинар;
- 4) конференция;
- 5) мини-спектакль;
- 6) психотерапевтические занятия;
- 7) тренинг;
- 8) ролевая и деловая игра;
- 9) мозговой штурм;
- 10) круглый стол;
- 11) дискуссия;
- 12) конкурс творческих работ (конкурс рисунков, стенгазет, книжная выставка);
- 13) социологический опрос;
- 14) показ видеоматериалов с антиалкогольным содержанием.

Для учеников начальных классов: поход «Моя тропа здоровья», на тропе – конкурсы, задания, соревнования «Расти здоровым!»; веселые старты, праздник скакалки;

Возможная тематика мероприятий:

1. Ток-шоу «Алкоголизм – эпидемия века».
2. Соревнования по массовым видам спорта:
  - «Спорт против алкоголизма»
  - «Будущее за нами»
  - «Я выбираю жизнь без алкоголя»
3. Классные часы:
  - «Умей сказать нет алкоголю»
  - «Пивной алкоголизм»
  - «Волшебная страна здоровья»
  - «Мир без алкоголя»
  - «Мир в наших руках»
4. Беседы со школьниками:
  - «Алкоголь и здоровье»
  - «В чем вред алкоголя?»
  - «Опасность алкоголизма»
  - «Здоровый образ жизни – школа выживания»
  - «Профилактика вредных привычек»
  - «Войдем в мир здоровья»
  - «Алкоголю скажем «НЕТ!»
  - «От чего мы зависим»

5. Общешкольные мероприятия:

- «День без вредных привычек»
- «Молодежь против алкоголизма»
- «Благодеяние».

6. Научно-исследовательские работы:

- «Психология общения»,
- «Конфликт. Пути выхода из конфликта»
- «Стресс и способы борьбы с ним»

7. Подготовка буклетов:

- «Исправь свое настроение сам»
- «Как стать сильным и привлекательным»
- «Как стать красивой и привлекательной»

8. Тематическая дискотека «Я взрослый!».

Для плакатов

«Алкоголизм является таким социальным злом, которое трудно вообще переоценить». В.М. Бехтерев

«От вина гибнет красота, вином сокращается молодость». Гораций

«Пьянство – это добровольное сумасшествие». Сенека

«Вино губит телесное здоровье людей, губит умственные способности, губит благосостояние семьи и, что всего ужаснее, губит души людей и их потомство». Л.Н. Толстой

«Нужно поддерживать крепость тела, чтобы сохранить крепость духа». В. Гюго

«Никакие напасти и преступления не уничтожают столько народа и народного богатства, как пьянство». Ф. Бэкон

«Никакое тело не может быть столь крепким, чтобы вино не могло повредить его». Плутарх

«Не золото надо завещать детям, а высокую совесть». Платон

Значение этапа:

- 1) развитие у молодежи таких жизненных навыков, как, например, принятия решения, общения, ответственного поведения, противостояния стрессам, сопротивления негативным социальным влияниям;
- 2) формирование потребности в здоровом образе жизни, осознание ценности собственного здоровья и ответственности за него;
- 3) повышение уровня психосоциальной адаптации детей;
- 4) выработка активной жизненной позиции, исключающей использование ПАВ в качестве средства ухода от жизненных проблем.

Третий этап: заключительный.

Время проведения: май (конец месяца).

Цель: определение эффективности разработанной системы профилактики ПАВ.

Задачи:

- 1) выделить основные недостатки и достижения в проделанной работе;
- 2) определить изменения личностной позиции учащихся в отношении проблемы ПАВ;
- 3) определить дальнейшее направление работы по предупреждению ПАВ.

Методы:

- 1) анализ отчетной документации;
- 2) опрос, беседа;
- 3) анонимное анкетирование.

Примечание. Сравнение результатов первичного и повторного анкетирования дает возможность:

- 1) изучить характер изменений в отношении учащихся к употреблению ПАВ;
- 2) выявить наиболее устойчивые факторы, способствующие приобщению детей и подростков к ПАВ;
- 3) определить динамику целевых групп.

Значение этапа:

- 1) позволяет обобщить и систематизировать информацию, накопленную в процессе проведения профилактической работы;
- 2) сделать выводы об эффективности предлагаемой системы профилактики;
- 3) на основании выделенных тенденций и закономерностей осуществить планирование дальнейшей работы по профилактике ПАВ.

Значение системы работы школы по профилактике алкоголизма:

- 1) воспитание подрастающего поколения в духе неприятия ПАВ;
- 2) включение подростков в организованную борьбу против ПАВ;
- 3) развитие у детей глубокого понимания опасности и вреда, алкоголя, других дурманных средств для физического состояния организма и психики, духовного мира и личностных качеств человека, а также для общества в целом;
- 4) формирование у школьников убеждения в том, что ПАВ наносит ущерб здоровью, приводит к преждевременному старению организма и психическому распаду, утрате трудоспособности, радости человеческого общения, полноценных духовных и половых отношений между женщиной и мужчиной;
- 5) развитие у школьников полезных привычек использования свободного времени, стремления к творчеству и богатому духовному общению с интересными людьми.

Начальная школа

Результата опроса, проведенного среди детей, учащихся с 3 по 8 класс (10-15 лет), показали, что употребление алкоголя и табакокурение прогрессивно увеличивается, следовательно, рекомендуется осуществление программ профилактики в этих возрастных группах. Ниже приведены некоторые результаты опроса относительно начальных проб спиртных напитков и табакокурения:

10-14 лет   15 лет

Возраст

Пробовавшие курить	20 %	37 %
Пробовавшие алкоголь	28 %	44 %

Эти данные говорят о том, что 14-15 лет является критическим возрастным периодом для приобщения детей к психоактивным веществам, поэтому объектом работы для целевой группы в начальной школе могут стать дети до 10 лет, где можно поставить следующие задачи:

1. Сформировать понятие о здоровом образе жизни и его преимуществах, помочь приобрести следующие навыки, необходимые для жизни без психоактивных веществ:
  - Уметь занимать правильную позицию при мелких неудачах и при разрешении конфликтов,
  - Уметь выражать свои чувства и устанавливать межличностные контакты.

- Уметь сказать "НЕТ".

Обучающие приемы для группы 11-13-летних детей отличаются от приемов для младших детей. В детских садах и в начальных школах указанные выше задачи не выходят за рамки физического и общего воспитания; их следует рассматривать на фоне противопоставления "здоровье – зависимость - болезнь".

В раннем возрасте для детей важно научиться, как вести себя в жизни в периоды уныния, скуки, разочарования, агрессии и как с этим справляться, развивая в себе хорошее самочувствие и самоуважение.

2. Для целевой подгруппы, ответственной за учащихся начальной школы, более большое значение имеет подготовка преподавателей в плане формирования навыков, чем собственно профилактика химической зависимости.

Преподаватели, занимающиеся этой проблемой, должны пройти подготовку по ведению групповой дискуссии и использованию упражнений, нацеленных на личностное развитие.

Среди тем занятий главными являются элементы самопознания, принципы безопасности в различных экстремальных ситуациях, отравления лекарственными препаратами.

Информация, содержащаяся в учебнике, рассчитана на учителей начальных школ. В таких уроках могут быть использованы игры, песни, рисунки, книги, мультфильмы, содержание которых ассоциируются с проблемами поведения в разных ситуациях позитивными и негативными образцами их разрешения.

Средняя школа

Несмотря на всеобщее признание остроты проблемы с употреблением психоактивных веществ и сознание необходимости профилактической работы в образовательных учреждениях формирование мотивации целевых подгрупп является самостоятельной проблемой.

Распространение информации является лишь одним из аспектов формирования здорового образа жизни. На таких уроках помимо темы здоровья необходимо, демонстрировать учащимся способы разрешения конфликтов, связанных с их возрастными особенностями, вовлекать их в интерактивную работу, с тем, чтобы психоактивные вещества не стали основным способом разрешения проблем.

Первичная профилактика наркомании преследует, прежде всего воспитательные задачи. Это помощь в сохранении здоровья, а не в доказательствах вредных последствий употребления психоактивных веществ.

Главной конечной целью является развитие позитивных отношений с окружающими, адаптироваться к отрицательным эффектам рекламы, выражать свои чувства, разрешать конфликты, сопротивляться давлению, которое угрожает здоровью и жизни.

Эта концепция требует специального обучения, где члены целевых подгрупп не только делятся своими знаниями, но и готовы понять позицию учеников. Для этого необходимы навыки проведения групповых дискуссий. Кроме того, необходимо четко

осознавать свои собственные позиции по отношению к алкоголю и табаку и другим психоактивным веществам (они не обязательно должны совпадать с социальными стандартами). Это условие необходимо для создания атмосферы доверия и уважения.

При проведении работы необходимо знать реальность не только в школе, но и за ее пределами. В этих целях целесообразно провести опрос ребят для выяснения позиции и мотивировок по отношению к злоупотреблению психоактивными веществами, находящимися в свободной продаже и запрещенными. Сложившееся представление ребят может являть собой серьезный фактор риска, однако эта картина подвержена постоянным изменениям.

Семья

Первые представления о наркотиках у детей формируются в раннем детстве на основе наблюдения поведения родителей (употребление табака, алкоголя и некоторых лекарств). Совершенно очевидно, что мощным фактором первичной профилактики является семья

Задачей обучения родителей как целевой подгруппы является умение вести диалог со своими детьми о психоактивных веществах. Не менее важной задачей является также преодоление защитной позиции родителей - отрицания возможности приобщения своих детей к табаку, алкоголю и наркотикам.

Регулярная информация о распространенности употребления психоактивных веществ в данном регионе или данном учреждении должна сочетаться с анализом отдельных случаев и разбором возможных альтернатив поведения родителей и их последствий.

Традиционный уход от ответственности путем передачи ее другим, поиски виновных, непонимание собственных ресурсов часто препятствуют профилактике в семье. Понимание проблемы запаздывает по сравнению с ее формированием и развитием.

Чтобы ознакомиться с отношением родителей к проблеме, первым шагом может стать анонимное консультирование об ожиданиях родителей в отношении употребления психоактивных веществ их детьми. Вторым шагом может стать оказание консультативной помощи тем родителям, которые имеют проблемы и наконец третьим шагом может стать попытка объединить таких родителей, сделать их целевой подгруппой для работы с другими семьями.

После соответствующего обучения родители могут демонстрировать различные методы профилактики и подходы для других родителей. Те или иные темы могут обсуждаться во время родительских конференций, и специальных тематических собраний.

Информация о наркотиках, которой обучаются родителями, должна представлять собой специфику в зависимости от возраста их детей. Так например, если в старшем дошкольном и младшем школьном возрасте с детьми можно говорить о табакокурении, алкоголе и некоторых лекарствах, то родители подростков точно должны знать комплекс признаков злоупотребления психоактивными веществами, их разновидности.

Цели обучения. Родители должны, прежде всего, понять, что их дети имеют собственные мнения, часто отражающие социальные стереотипы (терпимое отношение к алкоголю, табаку). Родители должны быть очень внимательны к тем явлениям окружающей среды, которые содержат факторы риска приобщения к употреблению

алкоголя, табака и некоторых лекарств. Это расположение торговых точек рядом с учебным заведением, работа правоохранительных органов, охрана учебных заведений, соблюдение правил продаж лекарств в аптеках и аптечных пунктах.

Для родителей необходимо осознание своего отношения и опыта употребления психоактивных веществ. Динамика этого отношения на протяжении жизни.

Не менее важны навыки для родителей аналитического подхода к рекламным объявлениям, песням и поговоркам, связанным с данной тематикой, средствам массовой информации.

В общении с родителями дети должны получить возможность учиться отстаивать свое мнение, отказываться от некоторых вещей, понимать свои потребности.

Среди родителей и детей можно провести опрос с просьбой указать способности, которые они считают жизненно важными для их детей, чтобы избежать опасности приобретения наркотической зависимости. Далее можно провести обсуждение по поводу указанных способностей которые вызвали наибольшее разногласие.

Ниже дан пример списка, необходимых свойств, относящихся к упражнению "способности", помогающие избежать употребления наркотиков.

Способности	Ребенок	Родитель
принимать (безропотно) отказы		говорить "нет"
выражать свои чувства		обходиться без чего-либо
разрешать конфликты		устанавливать контакт
выдерживать напряжения		радоваться жизни

Следует отдавать себе отчет в том, что родителей нелегко мотивировать на подобную деятельность, однако идеи совместного проведения времени с детьми могут служить дополнительным побуждением.

Педагогическая концепция

Углубленная обработка информации является одним из руководящих принципов первичной профилактики. В результате проведения опросов можно получить ценную информацию об употреблении наркотиков и об отношении различных групп к наркотикам. Следует различать отношение к легальным наркотикам и не легальным.

Три основные цели педагогической концепции

Цель 1

- Начальная склонность к употреблению наркотиков может развиваться на основе отношений данного лица к проблеме:
- "Я буду курить, поскольку мои друзья курят тоже"
- "Вы должны напиваться, чтобы знать, о чем говорить"
- "Наркотики обеспечивают отличное самочувствие"

Следовательно, первичную профилактику надо начинать как можно раньше,

предпочтительно в то время, когда мнения обычно уже сформировались.

- Когда индивиды нуждаются в помощи, важно знать факторы, приведшие к таким точкам зрения.

Цель 2

Так как люди нередко ведут себя в группе иначе, чем в одиночку, будет недостаточно предоставить им возможность сопоставления их собственных чувств с чувствами других. Следует дать им шанс жить в гармонии со своими чувствами. Это требует приобретения определенных навыков и умения обходиться без некоторых вещей, держаться особняком в толпе, разрешать конфликты, уметь испытывать разочарования и выражать свои чувства.

Эта вторая цель должна давать как подросткам, так и взрослым возможность приобретать необходимые навыки и умения для того, чтобы вести жизнь, свободную от наркотиков.

Цель 3

Влияние среды, проживания, семьи и ситуации в школе на употребление (или неупотребление) наркотиков неоспоримы.

Следовательно, первичная профилактика должна распространяться на эти среды на долговременной основе с целью получения атмосферы, благоприятной для реализации фундаментальных человеческих ценностей.

Приходится признать, что некоторые призывы улучшить жизнь путем употребления наркотиков нередко содержатся в песнях, в местных традициях, рекламе. Их анализ ведет к пониманию, что профилактику следует начинать с взрослых.

Средства достижения этих целей

Первая задача состоит в поддержке подростков, равно как и взрослых в приобретении ими осведомленности об их собственных ощущениях и в знании, что эти ощущения могут рассматриваться как "здоровые или нездоровые" для них самих. Решения этой задачи можно добиваться, делая упор на нескольких факторах, обуславливающих собой формирование мнения, а именно:

- личный опыт: "что я наблюдаю вокруг себя и что испытываю при этом",
- личные устремления: быть принятым в члены той или иной группы, быть "кем-то", быть важной персоной,
- некоторые ценности, считающиеся в обществе важными,
- факты и информация, влияющие на формы поведения.

При осведомленности об этих факторах и в результате оценки их становится возможной осведомленность о собственных впечатлениях и понимании вещей.

Существуют пять подходов для анализа своего отношения к наркотикам:

Как формируется мнение

Первый подход - Воспоминания о своих пробах

Иногда бывает полезно вспомнить о собственных первых пробах употребления того или иного вещества, например, сколь плох был вкус первой сигареты. Стоит произвести повторную оценку результатов этих проб.

Второй - анализ личных проблем, которые привели к пробам психоактивных веществ

Не является ли злоупотребление наркотиками весомым ответом на эти "личные потребности"?

Третий – влияние ценностей общества. Эти ценности часто отражаются в традициях, песнях, поговорках, содержании кинофильмов, радио- и телевизионных программ и т.д.

Когда дело касается таких ценностей, зачастую возникают некоторые вопросы, относящиеся к темам здоровья и жизни как таковой и т.д. Что такое здоровье и сколь ценно оно для меня? Существует ли какой-либо смысл моей жизни и стоит ли жить вообще?

Четвертый - анализ современной доступной информации

Когда этот процесс завершен, должен иметь место следующий подход:

Пятый - освоение всей новой информации

Для достижения этой цели используется ролевая игра в качестве педагогического средства.

Пятый подход особенно важен для тех людей, которые хотят изменить свои отношения к наркотикам и обрести новые формы поведения.

- 1 *воспоминания о своих пробах*
- 2 *приобретение осведомленности о собственных потребностях*
- 3 *приобретение осведомленности об определенных ценностях в окружении*
- 4 *коррекция и увеличение объема доступной информации и передача ее другим*
- 5 *реализация новых альтернатив поведения*

Методы достижения второй цели:

Цель, которая должна быть достигнута, состоит в оказании помощи, как подросткам, так и взрослым, дабы они могли жить в соответствии с ценностями, которые считаются здоровыми, и принятия определенной точки зрения. Это непростой процесс, поскольку нередко существует большое несоответствие отношений действиям.

Учась противостоять давлению среды и соблазнам рекламы, идеализирующей и придающей привлекательность употреблению психоактивных веществ, мы должны приобретать следующие способности: устанавливать контакт с другими во избежание

ощущения изолированности; разрешать конфликты, не прибегая к наркотикам и не доводя дело до разочарований в результатах. Однако, этого недостаточно для того, чтобы укрепляться в мнениях. Для достижения этой начальной цели необходимо приобретать навыки и умения, необходимые для ведения жизни, свободной от наркотиков.

Значение второй цели может легко уточняться в ходе лечения наркоманов. Эти наблюдения свидетельствуют, что дефицит соответствующих навыков и умений был одной из причин, приведшей к наркомании.

Средства достижения третьей цели

Третья цель подчеркивает влияние среды. Однако основной приоритет должен быть отдан личности, а не таким категориям как успеваемость, дисциплина и т. д. Достижение этой цели является особенно трудной задачей, поскольку необходимо отставить в сторону, как мелочи, так и грандиозные декларации о намерениях.

Обучение взрослых, профессионально связанных с детьми и подростками сводится к умению вести дискуссии "с личностной направленностью" и является долговременным, полезным "инструментом" создания атмосферы здоровья в школах.

Три цели первичной профилактики:

- Укрепление отрицательного отношения к наркотикам
- Приобретение навыков и умений
- Создание обстановки доверия и доброжелательности.

Эффективность профилактики

Показателями эффективности деятельности можно считать остановку или сокращение роста распространенности злоупотребления психоактивными веществами среди детей и подростков, сокращение численности правонарушений, связанных с распространением и употреблением наркотиков, возросшую компетентность населения в отношении проблемы наркоманий и ее последствий. Следует различать кратковременные, отставленные и долговременные показатели эффективности. К первым относятся результаты, полученные сразу после проведения акций, уроков или курсов. К отставленным показателям эффективности можно отнести результаты, полученные спустя 1- 3 и более лет после начала вмешательства. И наконец, долговременным эффектом профилактической работы является изменение отношения к наркотикам на границе смены поколений.

Не располагая точными показателями экономической эффективности, можно с уверенностью утверждать, что стоимость лечения и реабилитации лиц с химической зависимостью по своим затратам на несколько порядков превышает затраты на профилактическую деятельность. И если мы ставим реалистичные задачи в противостоянии распространению злоупотребления психоактивными веществами, уменьшению спроса на них, то эффективность при их выполнении неотделима от содержания работы.

Приложение

Для учащихся 14-15 лет

Брейн-ринг «ЗОНА РИСКА»

Цель: изучение причины и последствий возникновения и распространения алкоголизма.

Задачи:

1. Создать условия для формирования стойкого негативного отношения к употреблению алкоголя.
2. Способствовать развитию критического отношения к людям, наносящим ущерб своему здоровью и здоровью окружающих.
3. Привить учащимся навыки самостоятельного мышления.
4. Развить умение анализа ситуаций, а также умения делать выводы на основе изложенного материала.

Оформление кабинета: книжная выставка, плакаты, детские рисунки.

План игры

1. Приветственное слово ведущего.
2. Представление команд.
3. Представление жюри.
4. Знакомство с условиями игры.

Условия игры: ведущий задает вопрос. Команды в течение 2 минут обдумывают ответ. Когда у команды готов ответ, капитан встает. Первой отвечает та команда, чей капитан встал первым. Если ответ неверный, право ответа передается следующей команде, и т. д.

Ход игры

Ведущий. Вы вступили в эпоху нового тысячелетия, и каким ему быть, зависит только от вас.

Пятнадцать – возраст откровенный,
Пора влюбленности и грез,
Пора волнений и сомнений,
И нежных встреч, и тайных слез.

Такая волнующая жизнь у вас сейчас. Я сказала – жизнь, а что это такое? Послушайте известную притчу. Некий молодой человек шел по грязной дороге и вдруг увидел в грязи золотую монету. Он нагнулся и подобрал ее. Пошел дальше в поиске других монет. И действительно, они иногда попадались ему под ногами. Так прошла его жизнь. Когда он умирал, его, глубокого старика, спросили, что такое жизнь. Он ответил: «Жизнь – это грязная дорога, на которой иногда попадаются золотые монеты». Вот так грустно сказал человек о жизни.

Попробуем и мы с вами ответить на этот в о п р о с .

В о п р о с 1. Что такое жизнь? Каждая команда должна ответить на этот вопрос. Напоминаю, думаем и обсуждаем не более трех минут.

В о п р о с 2. Какие пороки и вредные привычки мешают человеку жить долго, счастливо и красиво? (*Табак, алкоголь, наркотики.*)

Музыкальная пауза.

Русская водка, что ты натворила?
Русская водка, ты народ сгубила...

Наверное, нет человека, который, так или иначе, не сталкивался с пьяными. И не всех эта беда обходит стороной...

В о п р о с 3. Что такое алкоголизм? *(Это болезнь – пристрастие к спиртному.)*

В о п р о с 4. С чего начинается пьянство? Каждой команде назвать как можно больше причин. *(Праздник, семейное торжество, гости, неудобно было отстать от ребят, друзья уговорили, за компанию, для храбрости и т. д.)*

В о п р о с 5. Какой спирт служит основой водки? Напишите его химическую формулу. *(Этиловый спирт, C₂H₅OH.)*

Музыкальная пауза.

В тебе прокиснет кровь твоих отцов и дедов.
Стать сильным, как они, тебе не суждено.
На жизнь, ее скорбей и счастья не изведав,
Ты будешь, как больной, смотреть через окно.
И кожа сохнет, и мышцы ослабеют,
И скука въестся в плоть, желания губя,
И в черепе твоём мечты окостенеют,
И ужас из зеркал посмотрит на тебя.

В о п р о с 6. Что такое абстиненция? *(Похмелье, ломка, в результате прекращения приема веществ, вызвавших физическую зависимость, она сопровождается страшной физической болью.)*

В о п р о с 7. Какие причины побуждают подростков принимать алкоголь *(Любознательство, уговорили другие ребята, дали взрослые, заставили, видели это в кино и др.)*

В о п р о с 8. Что я рассказал бы другу, чтобы предостеречь его от алкоголя?

Каждая команда пишет, озвучивает и сдает в жюри.

(Конфликт с родителями; нет взаимности в любви; в чем-то обвинен; голод; хочет быть крутым; не хочет выглядеть «белой вороной»; заставили насильно; сказали, что ему (ей) «слабо» и т. д.)

Подведение итогов мероприятия.

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-9 КЛАССОВ

ХОЗЯИН СУДЬБЫ

Урок-игра

Цель: рассмотрение различных сторон проблемы пьянства.

Задачи:

1. Ознакомить учащихся с влиянием вредных привычек на организм человека.
2. Выяснить, актуальна ли тема алкоголизма для подростков, и оценить уровень их информированности по проблеме.
3. Способствовать развитию умения принимать решение и нести за него ответственность.
4. Продолжить формирование четких позиций, оценочных суждений в отношении тех или иных аспектов алкоголизма.

Подготовка игры.

Данная игра является аналогом известной телеигры «Кто хочет стать миллионером». В мероприятии участвуют три класса. От каждого класса играет команда из 6 человек,

таким образом, в предварительном туре участвуют 18 человек (9 пар). Остальные ученики – зрители, болельщики.

Рекомендации.

Для того чтобы усилить эффект игры, а также облегчить восприятие вопросов, можно заранее подготовить компьютерные слайды. Каждый слайд содержит один вопрос и варианты ответа. Показ слайдов осуществляется во время игры на большом экране.

Правила игры:

1. Все игроки команд участвуют в предварительном туре, победителем которого является тот, кто быстрее и правильнее выполнит полученное задание.

2. Далее пары победителей принимают участие в основной части игры. Участникам задается вопрос и дается 4 варианта ответов. У пары есть возможность посоветоваться несколько минут и дать ответ.

3. Если участники сомневаются или не знают ответа, то они могут воспользоваться 2 подсказками: помощь зала и 50 на 50. Помощь зала – паре помогает ответить именно их класс. 50 на 50 – ведущий убирает два неверных ответа.

4. Вопросы задаются в порядке усложнения, если команда дает неверный ответ, то она выбывает из игры, а ее место занимает новая пара игроков, которые являются победителями очередного отборочного тура.

5. За каждый верный ответ пара участников получает 1 балл. Максимум за игру они могут заработать 5 баллов, ответив на все 5 вопросов верно. Игроки получают призы и становятся зрителями.

6. В процессе игры ведущий задает ряд вопросов зрителям. За каждый правильный ответ зритель получает 1 балл. Зрители, набравшие за игру от 3 до 5 баллов, получают различные призы (в зависимости от числа набранных баллов). Зрители, набравшие за игру более 5 баллов, получают приз и возможность участвовать в специальном туре основной игры.

7. Всего в основной игре 4 тура. Затем проводится дополнительный тур со зрителями.

1. Один из легальных, общедоступных наркотиков:

героин; кокаин; *алкоголь*; конопля.

Перечень вопросов основной части игры:

1. По мнению врачей, алкоголизм – это болезнь, но без одной стадии:

успокоения; *выздоровления*; заражения; лечения.

2. В длинном списке последствий пьянства и алкоголизма на первом месте стоит:

– *колоссальные людские потери*;

– финансовые потери;

– потеря здоровья населением;

– потеря человеческого облика.

4. После 5–6 лет пьянства отца умственная отсталость отмечается:

у 20 % детей; *у всех детей*; у 50 % детей; у 80 % детей.

5. Закон, запрещающий производство и продажу спиртных напитков называется:

темный; *сухой*; мокрый; вредный.

6. «Сухой закон» в США был принят в 1919 году, а отменен:

1933; 1941; 1937; 1654.

7. Страна, в которой вот уже сто лет алкоголь считается «врагом № 1» на уровне государственной политики. Поэтому здесь самые высокие в Европе цены на алкоголь и самые строгие ограничения.

Финляндия; *Норвегия*; Франция; Германия.

8. С незапамятных времен на Руси на любых торжествах или во время ритуалов из числа пьющих всегда исключались:

жрецы; князья; *молодые отцы семейства*; старики.

9. Правитель, при котором на Руси впервые появилось публичное питейное заведение – кабак:

Петр I; *Иван Грозный*; Николай II; Владимир Мономах.

Комментарии.

Первый кабак по приказу Ивана Грозного был создан в 1555 году. Как видите, история о том, что «русский человек пил всегда» не совсем соответствует действительности. В то время царским властям приходилось загонять крестьян в кабаки буквально силой, склоняя к пьянству методом повальной порки и разорения.

Вопрос зрителям:

– Какую цель преследовали при этом царские власти? Для чего было необходимо такое принуждение?

О т в е т: Продажа спиртных напитков должна была принести огромные доходы в казну.

10. Это явление, по мнению Гладстона, делает бед больше, чем голод, чума и война, вместевзятые:

курение табака; *алкоголизм*; СПИД; туберкулез.

11. Его можно сравнить с айсбергом: он вызывает интерес «блеском» своей видимой небольшой части, а другой – скрытой от глаз, уничтожает от глаз неосмотрительного мореплавателя. О каком веществе идет речь?

кофеин; глицерин; *алкоголь*; сахар.

12. Вещество, аналог питьевого спирта, которое при попадании в организм вызывает тяжелейшее отравление, слепоту, остановку сердца:

этанол; *метанол*; барбитурат; фреон.

13. Бисмарк считал, что от этого напитка человек «делается ленивым, глупым, бессильным»:

пиво; коньяк; чай; кофе.

Комментарии.

Пиво содержит большое количество углеводов. Кроме того, при употреблении большого количества пива, да еще с рыбкой, нарушается водно-солевой обмен. Результат: «пивной животик», тучность.

14. В начале XX века говорили, что «сухой закон в Америке потонул в...». О каком напитке идет речь?

в неудаче *в пиве* в контрабанде в слезах

Комментарии.

После неудачного опыта с введением «сухого закона» в США был введен закон, который запрещал употребление любых спиртных напитков, кроме пива. В результате за короткое время только за счет пива были достигнуты еще большие показатели употребления спиртного.

15. Попробовать заменить водку пивом, это то же, что заменить беса:

ангелом; *дьяволом*; самогоном; песнями.

16. Водой горя называли:

спирт; *водку*; вино; слезы.

17. Процесс, с помощью которого получают спирт:

очищение; *брожение*; торможение; перегонка.

18. Компонент спиртных напитков:

изоамиловый спирт; метиловый спирт;
древесный спирт; *этиловый спирт*.

19. Орган, который задерживает более 30 % алкоголя, который поступает в организм:
сердце; легкие; *мозг*; почки.

Вопрос зрителям:

– Какие факты можно объяснить исходя из этого?

О т в е т: Алкоголь является причиной нарушения нервной системы, расстройства памяти, внимания. Этим объясняется и то, что человек в состоянии опьянения теряет контроль над собой и своими эмоциями.

20. Из полезных веществ в спиртных напитках содержатся:

минеральные соли; витамины;
углеводы; *таких веществ нет*.

21. Иоганн Гёте был уверен в том, что «человечество могло бы достигнуть невероятных успехов, если бы оно было более:

целеустремленным; гуманным;
Трезвым; сплоченным.

22. Страна, в которой водитель в нетрезвом состоянии стал причиной аварии с человеческими жертвами, приговаривается к смертной казни:

Америка; *Япония*; Израиль; Франция.

Вопрос зрителям:

– Как Вы считаете, могут ли такие меры быть эффективными? Обоснованы ли они?

О т в е т: По статистике в Японии самое низкое число аварий.

Подведение итогов игры.

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 7-11 КЛАССОВ

В ПЛЕНУ ИЛЛЮЗИЙ

Урок вопросов и ответов

Не пейте вина, не огорчайте своего сердца
табачищем, и вы проживете столько, сколько прожил
Тициан.

И. П. Павлов

Примечание. Итальянский живописец Тициан жил около 1476/77–1576 гг., то есть ровно сто лет.

Цель: формирование четких позиций, оценочных суждений в отношении тех или иных аспектов алкоголизма.

Задачи:

1. Выяснить, насколько значима проблема алкоголизма с точки зрения самих подростков.
2. Оценить степень информированности учащихся по проблеме.
3. Создать условия, при которых каждый ребенок получает возможность высказывать свое мнение.

Предварительная подготовка.

Для конкурса плакатов необходимо подготовить лист ватмана и фломастеры (цветные карандаши), листовки «Помоги себе сам».

Ход урока

Ведущий. Пьянство существует не одно тысячелетие. Впрочем, в былые времена оно отнюдь не носило столь массовый характер. В Древней Греции, например, употребляли только сильно разбавленное вино (в порции три части воды и одна часть вина). Тех, кто пил чистое вино, считали пьяницей и подвергали изгнанию. Но это случалось редко. В Древнем Риме вино не имел право пить мужчина моложе 30 лет. В Индии и Египте до сих пор зафиксировано полное воздержание от алкоголя. В России крепкий спиртной напиток – водка – впервые появился в 1428 году. Ее привезли из Генуи. Правда, как только в России познакомились с ее действием, ввоз напитка был тут же запрещен. Лишь спустя 150 лет она вновь начала распространяться на Руси, благодаря созданию кабаков Иваном Грозным. Правда, грозный царь тоже быстро спохватился и строго запретил пить водку всем, за исключением своих опричников. Только при Петре I водка стала, открыто поступать в продажу, а при Екатерине II спаивание народа вообще стало повсеместным. Как вы думаете, почему такие, казалось бы, прогрессивные правители не приняли никаких мер по ограничению пьянства?

О т в е т: Пьянство превратилось в выгодную статью дохода. Во время правления Екатерины II прибыль от питейных домов составляла, чуть ли не треть бюджета страны. Кроме того, именно Екатерине принадлежат слова: «Пьяным народом легче управлять...».

Ведущий. Вам предлагается в качестве примера рассмотреть несколько поводов, которые могут оправдать желание выпить. Определите, в каких случаях действие алкоголя обманчиво, ложно.

Повод первый. «Пришел усталый, расстроенный. На работе одни неприятности. Выпил немного – стало легче, расслабился».

О т в е т: Алкоголь не снимает напряжения, а только создает иллюзию. Напряжение не только сохраняется в головном мозге и нервной системе, но, вследствие воздействия алкоголя, еще и возрастает. Отсюда видимость «приподнятого настроения». Но чем больше очаг возбуждения, тем быстрее наступает утомление нервной системы, человек впадает в уныние, депрессию.

Повод второй. «Пришли гости. Сколько лет, сколько зим! Естественное желание усадить за стол и распить бутылочку».

О т в е т: Настоящего веселья не получится. Веселье – это отдых нервной системы. Веселье под действием алкоголя – это первая стадия наркотического возбуждения, вслед за которым приходит головная боль, общая разбитость и слабость организма.

Повод третий. «Во всем теле ломота: то ли простуда, то ли грипп...Сто граммов – лучшее лекарство».

О т в е т: Под действием алкоголя больной организм ослабевает. Кроме бактерий и вирусов ему приходится бороться и с алкоголем, который даже в незначительных количествах является ядовитым веществом.

Ведущий. Вам предлагается ряд высказываний (предварительно записаны на доске) в каждом из которых пропущено ключевое слово. Попробуйте его угадать. Вариант ответа запишите на листе бумаги.

1. Алкоголь – лучшее средство лишить человека... самого ценного, что дано ему природой.

О т в е т: Разума.

2. «И что удивительнее всего, – пишет Лев Николаевич Толстой, – это то, что люди гибнут и губят других, сами не зная, зачем они это делают. В самом деле, если каждый спросит себя, для чего люди ... он никак не найдет никакого ответа».

О т в е т: Пьют.

3. Долгожители, прожившие «на игле» ... лет, большая редкость, которая только подтверждает правило. Но при ближайшем рассмотрении живыми их можно назвать весьма относительно.

О т в е т: 9–10 лет.

ВОПРОСЫ И ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОМАНД

Ведущий. От каждой команды приглашается по одному игроку. На доске нарисован треугольник, который разделен на четыре ступеньки (*вариант:* треугольник вырезан из ватмана). Каждый игрок получает четыре карточки, на которых написано следующее:

1. Хронические алкоголики.
2. Пьяницы.
3. Часто пьющие.
4. «Культурно» пьющие.

Ведущий. Люди употребляют спиртные напитки в разных количествах. Перед вами пирамида. Расположите те или иные категории людей в зависимости от их многочисленности. Игрок, который быстрее справится с заданием, приносит своей команде 1 балл. Учтите, что предложенный вариант нужно прокомментировать. За четкий и обоснованный ответ жюри может присвоить вам еще 1 балл.

После конкурса ведущий прикрепляет карточки к соответствующим ступеням пирамиды.

Ведущий. Интересно, но если перевернуть пирамиду, то получится воронка – своеобразный вход на кладбище, куда *попадают* алкоголики.

Пиво – один из популярных слабоалкогольных напитков. Бытует мнение, что пиво само по себе безвредно, так как содержит лишь незначительный процент алкоголя. Но безопасных доз алкоголя не существует! Одна-две бутылочки в день, и очень скоро ты уже не сможешь отказать себе в удовольствии попить пивка. Причем не обязательно в жару, чтобы охладиться, не обязательно с друзьями, за компанию, а просто так. Просто ты не хочешь признать, что уже зависим от этого напитка. Кроме того, для того чтобы добиться большего опьянения, любителям пива приходится порой выпивать очень много. Обилие жидкости приводит к отечности, нарушает работу почек. Обилие углеводов ведет к ожирению.

Ведущий задает команде вопрос: Кто идет за «Клинским?». Игроки должны назвать какой-либо эпитет. Например: конечно, самый умный (самый красивый, самый богатый и т. д.). Другая команда должна опровергнуть ответ. Например, если он идет ни раз и не два, то умным быть перестает, так как алкоголь разрушает клетки головного мозга.

Ведущий. К сожалению, на путь приобщения к алкоголю иногда толкают и близкие люди. Если ребенок с малых лет видит, что веселье за праздничным столом приходит только после того, как выпито изрядное количество спиртного, он, невольно приобщается к этой традиции и «безобидной» привычке. Но бывает и хуже.

Тамара выросла в богемной семье. Отец – театральный художник, мама – костюмер. Чуть ли не каждый день в доме были гости. Тамара привыкла делать уроки, читать, засыпать под говор, звон бокалов, смех и непристойное пение. Подростком она нередко сживала с гостями, упоенно слушая бесконечные театральные истории. Тамаре было лет пятнадцать, когда отец решил приучить дочку к вину. На слабые возражения жены он

заявил: «Тамара должна научиться пить под родительским крылом. Пусть выпьет бокал-другой дома, чем напьется по неумению где-нибудь на улице».

Ведущий. Как вы относитесь к позиции отца? Может ли это спасти от проблем с алкоголем, или, напротив, усилит их? Как поступить, если за столом друзья ваших родителей предлагают поднять с ними бокал? Как вы думаете, отразилось ли умение «правильно» пить на дальнейшей жизни Тамары?

Ведущий. Вскоре Тамара стала королевой вечеринок, где она пила и веселилась до утра. Через несколько лет веселой жизни она почувствовала, что ни дня не может прожить без спиртного. Все чаще впадала в депрессию, становилась раздражительной. Первым не выдержал муж. После развода в доме почти каждый вечер начиналось застолье. Вставать на работу становилось все трудней. Число поклонников неумолимо уменьшалось. В стадии привлекательной женщины, учитывая ее пристрастие к спиртному, Тамара продержалась героически долго (*назовите возраст*) – до 35 лет.

Ведущий. Это не единственная история, о которой можно было бы рассказать. Существуют и сотни других, один в один похожих друг на друга.

Родители держали Наташу в ежовых рукавицах. Ее жизнь была строго регламентирована. Не мудрено, что, поступив в институт и поселившись в общежитии, она почувствовала себя узником, отпущенным на свободу. Свобода ощущалась как нечто приятное, но непривычное. Перво-наперво, Наташа сшила себе экстравагантные наряды, за которые ее всегда ругали дома. Новая одежда с природной привлекательностью придавала уверенность, но в кругу друзей она все равно чувствовала себя скованно и неуютно. Как-то на одной вечеринке подруга посочувствовала: «Что же ты жмешься? Выпей водки, и тебе сразу полегчает». Наташа поднесла к губам рюмку...

Как бы вы поступили на месте Наташи? Есть ли другой путь избавиться от ненужных комплексов?

Ведущий. К сожалению, многовековая борьба с алкоголизмом пока так и не увенчалась успехом. Мы по-прежнему поднимаем бокал «За здоровье!», хотя с каждым новым бокалом здоровья становится все меньше и меньше. Каждый имеет право на выбор. Сделай свой: живи и будь здоров!

Для учащихся 10-11 классов.

Ток-шоу по проблеме алкоголизма «ДАВАЙТЕ ЗАДУМАЕМСЯ!»

Участники: учащиеся 10–11 классов, социальный педагог, школьный врач, психолог.

Цели: предоставление информации для формирования у учащихся навыков здорового образа жизни, негативного отношения к алкоголю; развитие познавательной активности; выработка собственной позиции по отношению к данной проблеме.

Оформление: плакат «Пьянство есть упражнение в безумии» (*Пифагор*); рисунки детей по означенной теме.

Подготовка к ток-шоу.

1. Заранее составляется круг вопросов для обсуждения, ответы на которые учащиеся ищут самостоятельно.
2. Опрос учащихся и их родителей «Причины употребления алкоголя».
3. Подборка высказываний, материалов для ток-шоу, подготовка плакатов с высказываниями о вреде алкоголя, слайдов для сопровождения.

Ход мероприятия

Ведущий. У известного сатирика Аркадия Аверченко есть один фантастический рассказ, написанный в начале XX века. Сюжет его предельно прост: уносясь на несколько десятилетий вперед, автор пытается представить беседу внука с дедом о том, зачем же люди пили. Внук никак не может понять, почему же пьющие травили себя, ведь водка и противная, и невкусная, и самочувствие после нее ухудшается. И дед, сам, в молодости любивший выпить, затрудняется дать какое-либо объяснение этому. Беседа между ними проходит якобы в эпоху сплошной трезвости. Аверченко предполагал, что наступит она уже к 1954 году. К сожалению, он ошибся: зло оказалось куда более живучим. Почему?

Психолог (на экране высвечиваются ответы). Вот причины, которые назвали при анонимном анкетировании опрошенные взрослые и подростки.

Ответы детей:

- для повышения настроения – 50 %;
- для того чтобы вести себя раскрепощенно – 40 %;
- «за компанию» – 10 %;
- для согревания организма;
- для предупреждения и лечения болезней;
- для повышения аппетита;
- как энергетически ценный продукт;
- для того чтобы заглушить голос совести.

Как показало проводимое нами исследование, из 100 опрошенных подростков 15–17 лет хотя бы один раз попробовали алкогольные напитки 85 человек. 50 из них употребляли легкие спиртные напитки (пиво, джин-тоник, «отвертка») неоднократно. 24 подростка пьют пиво систематически.

Ведущий. С убийственным сарказмом перечисляет поводы для пьянства английский поэт Роберт Бернс. Его слова остаются актуальными и в наши дни.

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!

Перевод С. Я. Маршака

– Когда впервые люди узнали об опьяняющих свойствах спиртных напитков?

Ученик. Об опьяняющих свойствах спиртных напитков люди узнали не позже чем за 8 тысяч лет до нашей эры – с появлением керамической посуды, давшей возможность изготовления алкогольных напитков из меда и различных плодов, в первую очередь 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.

Ведущий. Каков механизм получения алкоголя?

Ученик. Если оставить на какое-то время в теплом месте виноградный, фруктовый, ягодный сок, то он скоро забродит. Это происходит потому, что находящиеся в соке дрожжевые грибки начинают усиленно размножаться. В процессе своей

жизнедеятельности они превращают сахар, а также крахмал, содержащийся: в картофеле, свекле, зерне, в винный, или этиловый, спирт.

Всякий, кто изучал химию, знает, что молекула сахара (глюкоза) состоит из 6 атомов углерода, 12 атомов водорода и 6 атомов кислорода. Ферменты дрожжей как бы рубят эту сложную молекулу на отдельные куски, соединяя затем их в новые молекулы. Обычно из одной молекулы глюкозы образуется 2 молекулы углекислого газа (это его пузырьки мы видим в бродящей жидкости), а оставшиеся атомы соединяются в 2 молекулы спирта. С истощением запаса сахара прекращается и брожение. Таков упрощенный механизм превращения сахаров и крахмала в алкоголь.

Ведущий. Что люди пьют?

Ученик. *Водку.* При ее изготовлении используется этиловый спирт. А исходным продуктом для получения этилового спирта служат злаки, картофель, свекла, а также сульфитный щелок – отброс бумажного производства, и древесина, осаждаемая химическим путем – действием кислот при высокой температуре и давлении. Сырой этиловый спирт (сырец) содержит много примесей, в том числе и ядовитых сивушных масел. В последующем спирт очищают путем перегонки в особых аппаратах. Но и в полученном таким путем спирте-ректификате все же сохраняется часть вредных для организма веществ.

Пиво составляет особую категорию слабых алкогольных напитков. Бытует мнение, что это – ценный продукт. Этот напиток иногда называют даже «жидким хлебом». Но немногие знают, что в пиве присутствуют различные вещества, повышающие чувствительность организма к алкоголю, усиливающие его всасывание. Поэтому смешение пива и водки, как правило, приводит к быстрому и сильному опьянению.

Суррогаты алкоголя. Их употребляют, или ошибочно принимая за этиловый спирт, или намеренно пренебрегая опасностями, как это иногда делают заядлые пьяницы. Подобно обычному спирту, эти жидкости способны вызвать опьянение, но через 10–12 часов после их употребления появляются признаки тяжкого отравления: головная боль, тошнота, рвота, шаткая походка, слабость, затмение или даже потеря сознания. Смерть наступает от мозговых расстройств (через 1–2 суток) или поражения почек (через 1–2 недели).

Информация к размышлению...

Что надо, чтобы из крысы-трезвенника сделать крысу-алкоголика?

Способ спаивания животных очень прост: в воду для питья ежедневно добавляют все возрастающие дозы спирта. Через месяц-другой в клетку рядом с поилкой, откуда исходит запах спирта, ставят поилку со свежей водой.

И что же вы думаете? Крыса пробует воду и презрительно крутит мордочкой, зато хмельную воду пьет с удовольствием. При отсутствии алкогольного напитка животные ведут себя подобно настоящим алкоголикам: мечутся по клетке, злобно кусают друг друга, жадно выглядывают в ячейки сетки, поводя ноздрями в предвкушении спиртного запаха. Некоторые крысы после периода возбуждения безвольно растягиваются на полу клетки – точь-в-точь как пьяница в состоянии похмелья.

Ведущий. Еще до первого знакомства со вкусом алкоголя у многих подростков образуется определенное представление об этом продукте, о его приятном возбуждающем действии. Но первое знакомство с алкоголем неожиданно оказывается совершенно не таким, каким представлялось: горький вкус, жжение во рту, головокружение, тошнота, в ряде случаев рвота. После такого неприятного знакомства большинство подростков некоторое время избегают алкоголя.

– С чего начинается пьянство?

Психолог. В 13–16 лет в связи с какими-либо событиями соблазн выпить вино возобновляется, причем постепенно он начинает приобретать новое содержание: от простого любопытства – к тем мотивам, которые формируют пьянство как тип поведения. В число этих мотивов входит стремление избавиться от скуки. В психологии скукой называют особое психическое состояние личности, связанное с эмоциональным голодом. У подростков этой категории утрачен или ослаблен интерес к познавательной деятельности. Подростки, потребляющие спиртное, почти не занимаются какой-либо полезной деятельностью. Существенные изменения наблюдаются у них и в сфере досуга: они ничем не увлекаются, не читают, не ходят в театры, не интересуются музыкой, живописью, поэтому алкоголь для них становится своеобразным средством самоутверждения в уличной группе товарищей. Беда в том, что такая форма самоутверждения ведет к пагубным последствиям.

Информация к размышлению...

Курьезная трагедия. Молодой парень, напившись с товарищами, решил отправиться купаться. Но дойти до реки он не смог по той причине, что на пути к ней оказалась большая лужа. Приняв ее за берег реки, пьяный разделся и с разбегу бросился в воду. Естественно, получил основательные травмы, в том числе сотрясение мозга. Утром его обнаружили односельчане. На спине потерявшего сознание сидели лягушки и громко квакали. Вот уж воистину: «Пьяному море по колено, а лужа по уши».

Ведущий. Каковы последствия употребления алкоголя?

История знает печальные случаи, когда великолепные художники, писатели или ученые становились алкоголиками. Систематическое злоупотребление спиртными напитками приводит к снижению умственных функций, ухудшению внимания, утрате способности к творчеству. Сильно заблуждаются те, кто считает, что алкоголь способствует творческой деятельности.

Ученик. Вот письмо в редакцию одной из газет: «Я думаю, что конец моей карьере видного специалиста, конец моей человеческой карьере наступил тогда, когда я, не имея уже денег на водку, отнес в букинистический магазин первую книгу из своей библиотеки. Постепенно я продал все книги, в связи с чем отпала нужда в книжных полках, которые я тоже продал за бесценок, лишь бы купить спиртное. Противиться обуревающей меня страсти не было сил. Я оживлялся лишь при виде бутылки, жил как в полусне. Мною овладела глубокая апатия. Все больше сужался круг интересов, пока не дошел до размеров бутылочного горлышка. Бывали вспышки, какие-то проблески, но все реже и реже. Я опустил, стал завсегдатаем «забегаловок». Позади остались профессиональный рост, прекрасная семья, заманчивые перспективы. Когда-то невероятно брезгливый, теперь я мог пить из замызганного стакана, пристроиться спать в подворотне, у мусорной свалки, а то и в уличном туалете. Падать всегда легче, чем подниматься. И я падал».

Ведущий. Что такое алкоголизм и каковы его основные последствия?

– Чем отличается пьянство от алкоголизма?

Врач-нарколог. Различие между ними состоит только в степени заболевания: пьянство – начальная стадия алкоголизма.

Алкоголизм – тяжелая хроническая болезнь, в большинстве своем трудноизлечимая. Она развивается на основе регулярного и длительного употребления алкоголя и характеризуется особым патологическим состоянием организма: неудержимым влечением к спиртному, изменением степени его переносимости и деградацией личности.

Для алкоголизма опьянение представляется лучшим психическим состоянием.

СХЕМА РАЗВИТИЯ АЛКОГОЛИЗМА

1. Начальная фаза.

Опьянение с выпадением памяти, «затмение». Человек постоянно думает о спиртном, ему кажется, что выпил недостаточно, он пьет «впрок», у него развивается жадность к алкоголю. Однако он сохраняет сознание своей вины, избегает разговоров о своей тяге к спиртному.

2. Критическая фаза.

Утрата контроля над собой после первого же глотка спиртного. Стремление найти оправдание своему пьянству, сопротивление всем попыткам предотвратить его желание выпить. У человека развивается высокомерие, агрессивность. Он обвиняет окружающих в своих бедах. У него начинаются запои, его друзьями становятся случайные собутыльники. Он вынужден уйти с постоянной работы. Утрачивает интерес ко всему, что не имеет отношения к спиртному.

3. Хроническая фаза.

Ежедневное похмелье. Распад личности. Помутнение рассудка. Сбивчивость мысли. Человек пьет суррогаты алкоголя, технические жидкости, одеколон. У него развиваются бессознательные страхи, белая горячка, другие алкогольные психозы.

Ведущий. Передается ли алкоголизм по наследству?

Психолог. Статистически доказано, что сам алкоголизм не передается генетически, передается только склонность к нему, вытекающая из особенностей характера, полученного от родителей. А быть человеку алкоголиком или нет – этот вопрос решается конкретной жизненной ситуацией, то есть условиями внешней среды. В развитии пьянства у детей алкоголиков решающую роль играют дурной пример родителей, обстановка пьянства в доме, в семье.

Ведущий. Джек Лондон писал: «Хмельное толкает людей на преступление. Мне сотни раз приходилось наблюдать, что люди делают во хмелю то, чего они никогда бы не сделали 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 никогда бы этого не сделал». А делались под влиянием хмельного подчас такие ужасные вещи, что при всей моей толстокожести даже мне приходилось содрогаться».

– Взаимосвязаны ли пьянство и преступность?

Ученик. Жизнь показывает, что в состоянии опьянения действительно устраняются сдерживающие факторы: именно пьяными совершается подавляющее большинство особо жестоких и безобразных преступлений.

Инспектор ПДН РОВД. 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, пребывавших в нетрезвом виде.

Ведущий. Что вы знаете о борьбе с пьянством?

Ученик. Уже в древности люди осознали вред злоупотребления вином. Так, в Древней Греции пить не разведенное водой вино (крепость его не превышала 10 градусов) считалось недостойным свободного гражданина. Правитель Спарты легендарный Ликург запретил пить вино высшей знати, но поощрял спаивание рабов, чтобы держать их в повиновении.

В Афинах правитель Солон ввел закон, согласно которому архоиты (должностные лица) наказывались за пьянство: первый раз крупным штрафом, а при повторении – смертью.

Древнеримский историк Плиний Старший писал о том, что персы и мидяне были побеждены греками под предводительством Александра Македонского потому, что у них было развито пьянство и другие, связанные с ним пороки. Учитывая влияние вина на боеспособность войск, римский император Домициан с целью сокращения производства вина даже приказал вырубить половину насаждений виноградной лозы и запретил ее дальнейшие посадки.

В Древней Индии употребление спиртных напитков представителями высшей касты было категорически запрещено. Служителей культа – браминов, избалованных в пьянстве, заставляли пить кипящее вино до тех пор, пока не наступала смерть. Если же в пьянстве уличали женщину высшей касты, то ей на лбу выжигали клеймо в виде сосуда для вина, изгоняли из дома и никто не имел права приютить ее.

В некоторых, прежде всего мусульманских, странах были введены и религиозные запреты на употребление алкоголя.

Одно время и в России пьянство преследовалось государством. При Петре I пьяницам, попавшим в тюрьму, вешали на шею тяжелую чугунную медаль с надписью «За пьянство». Когда же пьянство начало угрожать производству, правящие классы стали применять другие, более решительные меры.

В 20-х годах XX века в США был введен «сухой закон», запрещающий производство и употребление спиртных напитков. Но полный запрет был заранее обречен на провал. Уже через несколько лет «черный рынок» США наводнился богатым набором спиртных напитков. Нелегальное производство алкоголя стало самым прибыльным занятием, и в 1933 году «сухой закон» был отменен.

Ведущий. Сейчас в ряде стран метод убеждения сочетается с более или менее энергичными административными мерами. Выглядят справедливыми суровые наказания, имеющие место в некоторых странах для лиц, систематически пьянствующих и имеющих малолетних детей.

Давайте задумаемся! Почему люди идут в театры, на стадионы, в кино, на дискотеки? Чтобы отдохнуть, получить удовольствие, ответите вы. А что такое удовольствие? Все, что нравится, что вызывает положительные эмоции. Однако ради удовольствия выпить вина некоторые люди готовы пожертвовать здоровьем, учебой, работой, дружбой, семьей, своим счастьем. Подумайте, стоит ли это «удовольствие» вашего счастья, а порой и всей жизни?

В трудные минуты жизни вспомните слова Джека Лондона:

«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 всегда ложны: обманчив душевный подъем, физическая сила, которую оно обещает, призрачна. Под влиянием хмельного мы теряем истинные представления о ценности вещей.

Помните, что здоровье, радость жизни и счастье в ваших руках.

Для учащихся 5-7 классов

Классный час

Тема: АЛКОГОЛЬ

Эта тема может быть продолжением предыдущей.

Предварительная работа.

1) Дайте ученикам заполнить анкету «Что вам известно об употреблении алкоголя». Обсудите ее.

Вопросы для обсуждения:

– Считаете ли вы, что использование алкоголя связано с отрицательным давлением среды? Почему да? Почему нет?

– Как вы думаете, почему многие люди начинают употреблять алкоголь?

– Как вы думаете, почему подростки пьют?

2) Всем классом перейдите к теме «Опасность употребления алкоголя». Попросите учеников развить эту тему дальше. Составьте список других опасностей употребления алкоголя.

3) Обсудите всем классом ситуацию: «Искушение любопытством - алкоголь».

– Как вы думаете, атмосфера вечеринок («тусовок») влияет на увлечение вредными привычками?

– Как вы думаете, существуют ли реальные способы уйти от давления среды?

Игра, направленная на формирование навыков ответственного поведения

«Обсуждение историй»

Цель: определить, какими стратегиями выхода из сложных ситуаций владеют участники группы; найти наиболее эффективные.

Материалы: листы бумаги, ручки на каждого участника.

Предложите участникам написать мини-сочинение (примерно из 5–7 предложений) на одну из тем:

«Что будет, если меня попросят принести алкоголь»;

«Что будет, если мне будет очень плохо»;

«Что будет, если я буду очень одинок»;

«Что будет, если я серьезно заболею»;

«Что будет, если класс отвернется от меня»;

«Что будет, если я не смогу отказаться от алкоголя».

Вся группа пишет сочинение на одну тему. Это даст возможность более подробно обсудить каждое сочинение.

Обсуждение.

Чем заканчивались истории? Какие выходы были предложены? Сколько было позитивных, сколько негативных окончаний историй (в %)? Есть ли наиболее эффективный выход из ситуации? Какой? Какие возможные стратегии могут быть наиболее эффективными?

АНКЕТА

Прочтите, пожалуйста, эти утверждения и укажите, согласны вы с ними или нет.

Алкоголь

1. Здоровый человек может выпить три кружки пива за один час без последующей потери самоконтроля или замедления реакции. *(Нет.)*
2. Употребление алкоголя в смеси с определенными наркотиками может привести к смертельному исходу. *(Да.)*
3. Крепкие напитки (виски, ром, джин, водка и т. д.) являются более вредными для организма, чем другие алкогольные напитки (вино, пиво и т. д.). *(Нет.)*
4. Алкоголь – это яд. *(Да.)*
5. По меньшей мере половина дорожных происшествий являются результатом вождения в нетрезвом виде. *(Да.)*
6. Алкоголь препятствует быстрой реакции. *(Да.)*
7. Алкоголь отравляет печень и может вызвать омертвление тканей (после чего они не восстанавливаются). *(Да.)*
8. Беременные женщины не должны пить, поскольку исследования показали, что алкоголь способен повредить еще не родившемуся ребенку и иногда даже может вызвать у него умственную отсталость. *(Да.)*
9. Большинство алкоголиков – деградировавшие люди с низким уровнем образования. *(Нет.)*
10. Алкоголь искажает ощущения и иногда приводит к тому, что выпившему человеку становится жарко при опасно холодной погоде. *(Нет.)*
11. Подросток может стать алкоголиком от пива. *(Да.)*
12. Многие алкоголики начинают пить до 20-летнего возраста. *(Да.)*

Для учащихся 8-11 классов

Игра «ЛЕКАРСТВО ДЛЯ СЛАБЫХ»

Цель: изучение проблемы злоупотребления спиртными напитками, пьянства и алкоголизма.

Задачи:

1. Расширить представления детей о путях и методах борьбы с алкоголизмом.
2. Информировать учащихся о последствиях употребления нелегальных спиртных напитков.
3. Стимулировать навыки самостоятельного мышления.
4. Создать условия для закрепления навыков работы в малых группах.
5. Продолжить формирование мотивации сохранения собственного здоровья.

Предварительная подготовка.

Необходимо подготовить символические эмблемки-«ордена», которые в ходе игры будут вручаться наиболее активным зрителям.

Конкурс 1.

Ведущий. В 1919 году в США, Финляндии и некоторых других странах, в том числе, в России, был принят «сухой закон». Он запрещал производство и продажу спиртных напитков. Из предложенного списка выберите номера тех последствий, к которым, на ваш взгляд, привело принятие этого закона.

1. Увеличение числа подпольных организаций, осуществляющих контрабанду спиртных напитков в неслыханных ранее масштабах.
2. Положение с пьянством и алкоголизмом несколько не изменилось.
3. Положение с пьянством и алкоголизмом ухудшилось.
4. Казна лишилась миллиардов долларов.
5. Резко увеличилась смертность в результате употребления спиртных напитков.
6. Уменьшилось число прогулов, больничных, улучшилась производительность труда.
7. Более редкими стали случаи рождения детей с различными заболеваниями. Например, уменьшилось число новорожденных с диагнозом: болезнь Дауна.

Время на обсуждение – 5 мин. Затем представитель каждой команды оглашает выбранные номера. За каждый правильный ответ (выделены курсивом), команда получает 1 балл. Во время подсчетов баллов, ведущий проводит конкурс со зрителями. За правильный ответ игрок получает 1 «орден». Участники команд могут также принять участие в игре со зрителями, но при этом они зарабатывают отдельные «ордена», которые не влияют на общее количество баллов у команды.

Вопросы для зрителей:

1) Почему, на Ваш взгляд, после введения «сухого закона» резко увеличилась смертность в результате употребления спиртных напитков?

О т в е т: При подпольном производстве алкогольных напитков часто не соблюдаются элементарные санитарные нормы, такие, как, например, мытье посуды. О том, что добавляют в «левую» водку, вообще, остается только догадываться. Основа спиртного напитка – этанол (*рекомендация*: ведущий может написать на доске формулу этанола – C_2H_5OH , так как, с одной стороны, учащиеся всегда живо интересуются подобной информацией, а с другой – сама информация расширяет кругозор, но при этом не способствует выработке позитивных установок в отношении алкогольной продукции). В «левую» водку могут добавить технический этанол. То есть спирт, загрязненный различными примесями, многие из которых могут вызывать тяжелейшее отравление. При подпольном производстве этанол может быть заменен метанолом (CH_3OH). Это тоже спирт. Но, в отличие от этанола, уже в маленьких дозах – сильнейший яд. Действует на нервную и сердечно-сосудистую систему. Вызывает слепоту. Прием метанола на доньшке рюмки может привести к остановке сердца и мгновенной смерти. Еще один заменитель – изоамиловый спирт ($CH_3-CH-CH_2-CH_3$).

Можем провести нехитрый опыт.

Опыт: Приглашаются несколько добровольцев. Каждому на кожу руки с помощью ватного тампона наносится изоамиловый спирт (очень слабой концентрации). Внимание: после опыта необходимо тщательно вымыть руки.

При попадании на кожу изоамиловый спирт вызывает жжение, при значительных концентрациях – ожог, трудно заживающие язвочки. Теперь, представьте, насколько сильно водка на основе изоамилового спирта может повредить слизистую желудка и кишечника.

Конечно, это далеко не полный перечень возможных добавок, но и этого примера достаточно, чтобы сделать выводы о вреде замены легальной, заводской водки на «левую».

Рекомендация: здесь и далее, ответы на вопросы могут быть озвучены не только ведущим, но и одним из учащихся (в том числе из старшего класса), который заранее подготовил короткое сообщение по теме.

2) Почему после введения «сухого закона» казна потеряла миллиарды долларов?

Ответ: Деньги, которые государство могло получить в случае легализации спиртных напитков, перекочевали в карманы нелегальных торговцев спиртным.

3) Какой выход нашло государство, для того чтобы восполнить свои финансовые потери?

Ответ: В 1925 в России и в 1933 году в США «сухой закон» был отменен. Его сменило введение государственной монополии на продажу водки и ликеро-водочных изделий.

Ведущий. Теперь внимательно посмотрите на составленный вами список последствий принятия «сухого закона». В нем есть одна интересная особенность.

Вопрос: В чем она заключается?

Ответ: Все последствия принятия «сухого закона» носят негативный характер.

За правильный ответ команда получает 1 балл.

Конкурс 2.

Ведущий. В отношении «сухого закона» получилось так же, как в известной всем поговорке: «Хотели как лучше, а получилось, как всегда». Впрочем, неудачный опыт – тоже опыт. Человечество на практике убедилось, что просто запретить алкоголь нельзя. Тогда, возникает вопрос: каким образом можно свести опасность распространения пьянства до минимума? Для того чтобы на него ответить, вам предстоит составить свой список мер, направленных на предупреждение алкоголизма.

Время на обсуждение – 10 мин. Сначала представитель первой команды называет одну из предложенных мер, затем слово переходит к представителю второй команды и т. д. по кругу. Команда, которая завершает игру, то есть, команда, придумавшая наибольшее число мероприятий, получает 2 балла.

Рекомендация: по своему усмотрению, жюри может присудить дополнительные баллы за наиболее интересные и аргументированные предложения.

Вопросы для зрителей:

1) Человечеству известен и еще один не вполне удачный опыт борьбы с алкоголизмом: полная принудительная изоляция алкоголиков в специальных учреждениях до полного излечения от запоя. Как вы считаете, в чем положительная сторона такого подхода?

Ответ: Человек в состоянии алкогольного опьянения теряет контроль над собой: автомобильные аварии, разбой, изнасилования. Как показывает печальный опыт, подавляющая часть всех преступлений, независимо от их характера, совершается людьми именно в состоянии алкогольного опьянения. Алкоголик испытывает физические мучения в отсутствии «дозы» и пойдет на все, чтобы ее получить – будь то попрошайничество или кража. Поэтому, в определенной степени, изоляция помогает обезопасить других людей от излишней агрессии со стороны человека, находящегося в состоянии алкогольного опьянения.

2) Может ли, на Ваш взгляд, принудительное лечение помочь человеку избавиться от алкогольной зависимости?

Ответ: Нет. С помощью медицины можно снять симптомы отравления или подлечить цирроз. Но заставить человека бросить пить не может никто, так же как ни один человек не в силах заставить другого начать пить. Каждый сам делает свой выбор, сам решает свою судьбу.

3. Почему сегодня в развитых странах мира не допускается практика принудительного лечения от алкоголизма?

О т в е т: Свобода выбора, как и свобода вероисповедания – то, что дано человеку от рождения. Принудительное лечение – это прямое нарушение прав человека.

4. Можно ли ограничить потребление спиртных напитков, если ужесточить меры в отношении людей, которые занимаются их подпольным производством и продажей?

О т в е т: В определенной степени, да. Так, например, в Китае самогонщик, продукция которого привела к отравлению или смерти человека, приговаривается к смертной казни.

5. Может ли, на ваш взгляд, повышение цен на спиртные напитки привести к снижению числа любителей «выпить»?

О т в е т: В Норвегии лозунг «Пьянство – дорогостоящая привычка» стал основой государственной политики. Во всей Норвегии только 100 магазинов, где можно купить алкоголь! (при этом население страны составляет 4 миллиона человек). Цены на спиртные напитки самые высокие в Европе. В результате: каждый житель Норвегии старше 15 лет ежегодно употребляет в среднем не более 4 литров вина в год.

6. Тогда возникает следующий вопрос: к каким побочным явлениям может привести повышение цен на спиртное?

О т в е т: Последствия могут быть аналогичны введению «сухого закона».

Конкурс 3.

Ведущий. В таком случае, непонятно, почему одни и те же меры в разных странах вызывают столь различную реакцию. Почему одни народы сильнее, другие слабее, а третьим алкоголь вообще не нужен? Вам предлагается список причин, которые могут объяснить это явление. Попробуйте выбрать ту, которая, на ваш взгляд, является главной, ведущей. Ответ аргументируйте.

1. Одни народы биологически больше предрасположены к алкоголизму, а другие нет.

Аргумент «против»: Если так, почему близкородственные народности относятся к алкоголю совершенно по-разному. А те, которые живут в разных концах света и никогда не контактируют друг с другом – абсолютно одинаково.

2. Все зависит от социально-экономического уровня развития страны. Где дикость, там и пьют, как дики.

Аргумент «против»: Совершенно неверно. Развитые страны, такие как Франция, Германия, США, гораздо больше страдают от алкоголизма, чем, например, Бразилия или Бирма. А наиболее отсталые страны Африки и Латинской Америки вообще почти не знают подобной беды.

3. Плохие условия жизни, война, экономический кризис – наиболее веские причины распространения пьянства.

Аргумент «против»: В России «сухой закон» был введен в самом начале первой мировой войны – в 1914 году. Но значительный рост потребления спиртного произошел только в начале 1923 года. Истории известно немало примеров, когда условия жизни были гораздо хуже, чем сегодня, но масштабы распространения пьянства были гораздо меньше.

4. «Питейные» традиции, которые регулируют потребление спиртного.

Игроки выбирают причину, номер которой записывают на листе бумаги. Этот лист сдается жюри, для того чтобы избежать споров в ходе обсуждения. Далее представители каждой команды по очереди озвучивают тот или иной вариант, обосновывая при этом свой выбор. Игроки других команд имеют право его оспорить. Если несколько команд выбрали один и тот же вариант, каждая из них должна предложить свою аргументацию.

Иначе ответ не будет засчитан. После окончания обсуждения в дискуссию могут вступить зрители. Жюри в зависимости от обоснованности ответа может присудить команде от 1 до 3 баллов. Зрители получают «орден». Ведущий может в случае необходимости сам озвучить контраргументы.

Конкурс 4 (финал).

Ведущий. Основной причиной, от которой зависит отношение общества к спиртным напиткам, являются традиции. Именно они в определенной степени ограничивают или способствуют распространению пьянства среди определенной группы населения. Например, в странах Азии употребление спиртного вообще запрещено, в некоторых регионах употреблять алкоголь можно только во время определенных ритуалов. Традиции любых народов запрещают употреблять спиртное детям, женщинам и мужчинам до 30 лет. Все это мощный тормоз, помогающий остановить эпидемию пьянства. Но традиции создают сами люди. Приведите примеры своих «питейных» традиций, которые стимулируют, или, наоборот, ограничивают распространение спиртного. Например: в моей семье на Новый год мы всегда покупаем бутылку шампанского и бутылку вина. Это традиция.

Время обсуждения – 5–7 минут. После обсуждения игроки каждой команды по очереди называют традиции, оговаривая при этом, насколько она ограничивает употребление спиртного. За каждый правильный ответ команда получает 1 балл. Подведение итогов, объявление победителей и вручение призов игрокам и зрителям, которые набрали определенное количество «орденов» за игру.

Для учащихся 7-9 классов

Ролевая игра «БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!»

Цель: получение новых о влиянии алкоголя на организм человека; изучение причин и последствий употребления алкоголя.

Задачи:

1. Расширить представления учащихся о путях выхода из конфликтных ситуаций.
2. Способствовать развитию навыков уверенного отказа.
3. Сформировать у учащихся устойчивую установку на отказа от вредных привычек.
4. Приобщить учащихся к чтению научно-популярной литературы по проблеме алкоголизма.
5. Продолжить формирование комплексных представлений о здоровье и здоровом образе жизни.

Предварительная подготовка.

Игра проводится в виде телешоу. Все участники получают предварительное задание в соответствии с выбранной ролью.

Список возможных ролей:

1. Историки.
2. Представители службы статистики.
3. Информационная и рекламная служба.
4. Медики.
5. Химики.
6. Наркологи.
7. Представитель табачной компании.
8. Заядлый курильщик.
9. Биолог.

Основная задача учащихся – подготовить сообщения по определенной тематике, которые должны сопровождаться наглядной демонстрацией: фотографии, стенгазета, графики и т. д. В обязанности представителей информационной и рекламной службы входит подготовка информационных минуток и рекламных роликов, которые включены в «телетрансляцию».

Материалы игры:

1. Бланки анонимной анкеты.

АНКЕТА

Считаете ли вы опасным для здоровья и жизни человека употребление:

- а) табака;
- б) алкоголя;
- в) наркотических веществ?

Если да, то в чем заключается эта опасность? Какие органы и системы организма подвергаются их вредному воздействию? Какие последствия они за собой влекут?

Ход игры

Ведущий. Здравствуйтесь, дорогие телезрители! Мы рады снова приветствовать вас в нашей студии. Сегодня мы поговорим о том, чего всем нам так часто не хватает: о здоровье. Согласитесь, здоровье человека – великий дар, но как оно хрупко и ранимо, особенно, если речь идет о пристрастиях к вредным привычкам. Я думаю, вы безошибочно назовете трех основных «врагов» здоровья, которым человек подвергает свой организм сознательно. (*Алкоголь, никотин, наркотики.*)

– Но знаете ли вы, в чем именно заключается их вред? Ответьте, пожалуйста, на вопросы анкеты, которая лежит перед вами.

На заполнение анкеты дается 5–7 минут.

Ведущий. Теперь давайте попробуем поговорить об этом более подробно. Возможно, после окончания передачи ваша точка зрения немного изменится. Итак, я представляю вам гостей нашей студии (идет перечисление команд).

Ведущий. Организм человека – очень тонкая и сложная структура. Здоровье зависит от множества факторов, и, прежде всего, оттого, что заведомо отравляет организм, а именно – курения, алкоголя и наркотиков. Прежде чем сознательно идти на риск, каждый должен для себя решить: стоит ли? А для этого необходимо знать, какому риску он себя подвергает.

Сообщение химиков.

Алкоголь – этиловый или виниловый спирт – это наркотический яд. Принятый внутрь, он через 5–10 минут всасывается в кровь и вызывает расширение сосудов, несущих кровь к голове. В результате насыщения кислородом кровь бурно приливает к мозгу, вызывая резкое возбуждение нервных центров, часто приводящее к необдуманным поступкам с тяжелыми последствиями.

Сообщение медиков.

Установлено, что 100–200 г водки вызывает у человека нарушение высшей нервной деятельности, длящееся несколько дней. При содержании в крови человека 0,02 % алкоголя наступает выраженное опьянение, при концентрации его до 0,4 % развивается тяжелое опьянение с потерей сознания и ослаблением деятельности сердца. Концентрация алкоголя в крови 0,7–0,8 % обычно вызывает смертельное отравление.

Алкоголь, проникая в клетки крови, нарушает их работу, приводит к их перерождению. Быстро сгорая, алкоголь отнимает у клеток воду и кислород, в результате чего клетки сморщиваются, жизнедеятельность их затрудняется. При длительном отравлении алкоголем перерождаются ткани печени, почек, сосуды сердца, коры

головного мозга, превращаясь в жировую ткань, не способную выполнять жизненно важные функции в организме.

Сообщение наркологов.

Самое опасное последствие пьянства – алкоголизм. Эта болезненная зависимость от наркотического действия алкоголя, очень тяжело поддающаяся лечению. Особенно опасен алкоголь для подростков, так как алкоголизм у них возникает и развивается в 4 раза быстрее, чем у взрослых, а его действие на неокрепший организм приводит к замедлению процессов роста, развития половых функций, мышечной недостаточности. Употребление спиртных напитков очень плохо влияет на кожу головы, вызывает перхоть, лица – появляются угри.

Ведущий. Многовековая традиция, доставшаяся нам от предков – встречать праздники с выпивкой, рано или поздно коснется каждого, но пусть это произойдет как можно позже, и с полным осознанием того, насколько это вредно. А сейчас – слово информационной службе.

Сообщение информационной службы.

Пристрастие к «зеленому змию» распространено даже в мире животных. Известно, что почти в каждом растении содержится определенный процент сахара и в благоприятных условиях может произойти брожение. Некоторые виды животных знают об этом и не упускают случая полакомиться. Например, совы, живущие в Индии, – большие любители перебродившей жидкости, которая вытекает из пальмы. А малиновка, поклевав перезрелых яблок, быстро хмелеет и погружается в сон. Что же касается улиток – извечных врагов садоводов, то ученые давно заметили их пристрастие к пиву. Эта вредная привычка улиток даже используется для борьбы с ними. Садоводы ставят между цветками небольшие сосуды, наполненные пивом. Туда немедленно заползает несметное число улиток, которые, напившись до отвала, тонут в своем любимом напитке.

Ведущий. Чудеса, да и только. Послушаем, что теперь скажет биолог.

Биолог. В последнее время в науке обозначилось направление, изучающее поведение живого существа в условиях пристрастия к алкоголю. А. Б. Кампов-Полевой установил, что активные животные с выраженными исследовательскими тенденциями в новой обстановке, неизменно добивающиеся лидирующего положения («шустрики»), избегают поилок с алкоголем. Напротив, пассивные и нелюбознательные животные, постоянно терпящие поражение в борьбе за «место под солнцем», склонные к подчинению («мямлики»), довольно быстро привыкают к алкоголю. В ряде случаев они только под его воздействием обретают храбрость и активность. Человек – такое же живое существо и вряд ли причины, вызывающие у него потребность в алкоголе другие.

Ведущий. Рекламная пауза.

Демонстрируются «ролики», направленные против употребления алкогольных напитков.

Ведущий. В народе говорят: «Хочешь быть счастлив один день – сходи в гости, хочешь быть счастлив неделю – женись, хочешь быть счастлив месяц – купи себе машину, хочешь быть счастлив всю жизнь – будь здоров!».

Демонстрируется «ролик» о здоровом образе жизни.

Ведущий. Так будьте здоровы, до свидания.

КЛАССНЫЙ ЧАС – РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ «ЗЕЛЕНый ЗМИЙ – МИФ И РЕАЛЬНОСТЬ»

Ведущий: Все мы были детьми. Все мы станем родителями, а потом дедушками и

бабушками. Каждый хочет видеть счастливыми своих детей.

Как научиться быть счастливым? У подлинного счастья две стороны. *Первая* – счастье человеческого общения, счастье взаимопонимания. *Вторая сторона* – это счастье творческого труда, в котором самоутверждается личность. И тому, и другому можно и нужно учиться. К сожалению, не умея творчески выразить себя, но, желая самоутвердиться любым способом, многие

подростки (да и взрослые) прибегают к «помощи» алкоголя. Эта проблема и будет темой сегодняшней беседы. Представляю участников встречи (*представление родителей, участвующих в разговоре*)...

Вопросы родителям:

Считаете ли вы действительно серьезной проблему употребления алкоголя?

Ваше отношение к употреблению алкоголя?

А теперь немного статистики:

70 % подростков-правонарушителей воспитывается в семьях пьяниц и алкоголиков; от 60 до 80 % разводов происходит по причине пьянства одного или обоих супругов; 80 % хулиганских актов, 70 % убийств и других тяжких преступлений совершается в состоянии опьянения;

среди лиц, судимых за воровство, пьяницы составляют 60 %; 88,7 % погибших от несчастных случаев на транспорте находились в состоянии алкогольного опьянения, причем 58 % из них были в состоянии легкого опьянения.

Дети рассказывают

«Правдивую историю про злого оборотня по имени Ал Коголь и горожан, которые его победили»

1-й ученик: Было это на Востоке давным-давно. Однажды поздним вечером в город въехала крытая повозка. Лошадьми правил редкогобородый мужчина с маленькими глазками и фиолетовым носом. Одет он был так же, как одевались все люди в этой стране, и городская стража пропустила его. Звали его Ал Коголь.

2-й ученик: Приезжий остановился в гостинице, снял лавку на одной из городских улиц, разложил в ней свой товар и стал торговать. Вначале никто из горожан не обратил внимания на приезжего торговца. Вел он себя тихо и никому не мешал. Но вскоре после его появления в городе стали происходить странные, невиданные до той поры вещи.

3-й ученик: Отправилась женщина к сапожнику забрать туфли. Туфли были починены. Но как? Вместо набоек на каблуках – пряжки, вместо пряжек – набойки. Очень удивилась женщина, смотрит на сапожника, а тот, как видно, и стыд потерял. Мало того, что сидит как ни в чем не бывало, да еще и ухмыляется.

4-й ученик: Был в том городе прекрасный зубной лекарь, свое дело он знал отлично. Но с приездом торговца по имени Ал Коголь люди стали бояться ходить лечить зубы к лекарю. Одному пациенту он вырвал здоровый зуб, другому – вместо зубов стал лечить уши, третьему – вместо лекарства насыпал перца в рот.

5-й ученик: Но хуже всего было то, что некоторые жители города, которые раньше были бодрыми и трудолюбивыми, вдруг изменились до неузнаваемости. Плотник подрался со своим соседом-парикмахером. Каменщик ругался на улице и задевал прохожих. Портной, дворник и продавец восточных сладостей стали обижать своих жен и детей, которых раньше очень любили, и женщины и дети плакали по вечерам.

6-й ученик: Все эти люди очень сильно изменились и внешне. Как вы уже догадались, глаза у них стали маленькими и бесцветными или, наоборот, налились кровью, носы стали красными или даже фиолетовыми, руки тряслись, ходили они, шатаясь и производили впечатление больных. Горожане заметили, что некоторые люди часто стали заходить в лавку приезжего торговца по имени Ал Коголь и покупали там высокие бутылки.

7-й ученик: Когда люди пили жидкость из этих бутылок, они сначала морщились, а потом, их внешность, походка, движения резко менялись, они начинали говорить грубым голосом, часто ругались и даже дрались. Казалось, что какой-то злой джин переселился из бутылок в людей, и тогда они, прежде добрые и умные, становились злыми и вели себя глупо и некрасиво. Горе и слезы, беда пришли в дома людей.

8-й ученик: В то время жили в городе мудрые старцы – люди, много повидавшие, бескорыстные и добросердечные. Горожане обратились к ним за помощью. И вот что ответили мудрецы: «В мире, где живут люди, всегда идет борьба между добром и злом, правдой и ложью, справедливостью и

насилием. Люди честные и добрые противостоят людям лживым и злым. Борьба эта не замирает ни на минуту. Добрые люди опираются в этой борьбе на совесть и честь, злые – на обман и невежество, корыстолюбие и зависть. Не всегда, к сожалению, побеждает добро. Особенно трудно бывает бороться со злом, когда на помощь ему приходит злой оборотень Ал Коголь».

9-й ученик: «Ал Коголь! – воскликнули горожане. – Да ведь так зовут приезжего торговца». «Да, – ответили мудрецы, – наверное, это и есть злой оборотень».

10-й ученик: «Ал Коголь» на одном из древних восточных языков значит «дурманящий». Именно злым дурманом были наполнены бутылки Ал Коголя. Жидкость эту называют вином или водкой, или другим словом, но действует она всегда одинаково – дурманит головы людей, которые ее пьют.

11-й ученик: Люди добрые становятся злыми, умные – начинают делать глупости, честные – совершают бесчестные поступки и лгут. Люди перестают быть самими собой. Они оказываются во власти злой и жестокой силы, заставляющей вести себя грубо, глупо, обидно для окружающих и, в конце концов, обидно для самих себя.

12-й ученик: Алкоголь разрушает сначала души, а потом тела людей, но делает это медленно, незаметно, и в этом его большая опасность.

«В давние времена, – продолжали свой рассказ мудрецы, – существовала легенда, что тот, кто выпьет рюмку алкогольного зелья, превратится в орла, но орла этого без труда закроет курица; тот, кто выпьет две рюмки, превратится в барана, самого безмозглого в стаде; а тот, кто выпьет три рюмки, станет свиньей и будет валяться в грязи, никогда не видя ни зеленой листвы на весенних деревьях, ни сияния звезд в бездне ночного неба».

13-й ученик: Пьяный несчастен сам и приносит горе другому. Если мы хотим жить счастливо и достойно, если мы не хотим впустить в наши дома горе и слезы, то давайте объединимся и вышвырнем эту нечисть из нашего города.

Люди вняли совету мудрецов. Они изгнали, злого оборотня Ал Коголя, и скоро сапожник, портной и другие выздоровели и опять стали добрыми, честными и умными людьми. И никто из горожан никогда не напоминал им о болезни.

Обсуждение родителями:

Семейные традиции, связанные с употреблением алкоголя.

Ситуации, связанные с употреблением алкоголя.

Ведущий: Сейчас ребята нам расскажут, что же происходит в организме в результате приема алкогольных напитков.

1-й ученик: Принято думать, что алкоголь лечит простуду.

2-й ученик: Алкоголь не оказывает прямого обезвреживающего действия на микробы, а наоборот, он тормозит, препятствует защитным силам организма нейтрализовать или уничтожить эти микробы: лейкоциты или лимфоциты, присутствующие в крови, окружают болезнетворные микробы и растворяют

их. Если же в крови имеется алкоголь, процесс идет очень медленно или же вовсе не происходит. Таким образом, существующее мнение о том, что алкогольные напитки помогают лечить простуду, не более чем заблуждение.

1-й ученик: Принято думать, что алкогольные напитки улучшают аппетит.

3-й ученик: Подобное «улучшение» ведет к извращению нормальной деятельности желудка и кишечника. Дело в том, что состав выделяемого под действием алкоголя желудочного сока существенно изменяется. В нем становится много хлористоводородной кислоты и мало пепсина, который необходим для пищеварения. Выделяемая кислота обжигает и действует на слизистую оболочку желудка, развивается заболевание – гастрит. А регулярное употребление алкогольных напитков с целью повышения аппетита приводит к атрофии желудка и вследствие этого – к ухудшению усвояемости пищи, в особенности витаминов.

Таким образом, употребление алкогольных напитков с целью повышения аппетита дает прямо противоположные результаты.

1-й ученик: Принято думать, что алкоголь снимает усталость, повышает настроение.

4-й ученик: Это не более чем иллюзия. Данная веселость, «эйфория» – нездоровая, ибо она вызвана расстройством в центральной нервной системе. Алкоголь вызывает токсическое торможение центральной нервной системы, и в первую очередь – коры головного мозга, приводя к временному возбуждению более низкие, подкорковые центры. Следовательно алкоголь и отдых несовместимы. Под действием алкоголя мозг не только не отдыхает, наоборот, работа его

затрудняется. Даже после небольшой дозы спиртного на 8–20 дней теряется способность к сообразительности, творчеству, интеллектуальному труду. Академик Сепп в ответ на вопрос, почему он никогда в жизни не употреблял алкоголь, отвечал: «Потому что с величайшим уважением отношусь к высочайшему творению природы – мозгу и не хочу нарушать его деятельность».

Ведущий: Чаще всего подростки в первый раз пробуют алкоголь «за компанию», на домашнем торжестве или в кругу друзей, где им кажется невозможным или неудобным отказаться. Сейчас мы попробуем рассмотреть насколько ситуаций и придумать, как можно отказаться от употребления спиртного. Ваши ответы должны удовлетворять двум позициям. Во-первых, они должны отвергать употребление алкоголя и, во-вторых, позволять сохранить приятельские отношения с друзьями.

Ситуация 1

Максим пришел на день рождения к однокласснице. Там уже собрались другие мальчики и девочки. Отец именинницы достал шампанское и стал понемногу наливать мальчикам. Максим отставил свой бокал и сказал: ...

Варианты ответов детей.

Ситуация 2

Ребята всем классом пошли в поход. Дошли до места, разбили лагерь, девочки стали готовить обед. К Никите подошли двое друзей. «Пошли с нами», – сказал один из них и показал завернутую в куртку бутылку с вином. «Нет», – сказал Никита – ...

Варианты ответов детей.

*Обсуждение ответов ребят, советы родителей,
как правильно поступить в том или ином случае.*

Ведущий: Нашими школьниками был создан такой коллаж (в заданном квадрате – надписи, о чем мечтают дети, кем они хотят стать) – вы его видите на доске. Он называется «Моя мечта». У каждого ребенка есть мечта. Они мечтают стать артистами, учеными, спортсменами. Каждый из них мечтает покорить свою вершину. Давайте поможем им в этом.