

Дискуссия «Алкоголь: мифы и реальность»

Цель:

повысить уровень информированности подростков по проблемам, связанным с алкоголем; выработать и развить навыки, предотвращающие употребление алкоголя.

Задачи:

- выяснить уровень информированности подростков по проблеме;
- дать достоверную информацию о причинах и последствиях употребления алкоголя, возможных стратегиях поведения;
- выработать и развить навыки, предотвращающие употребление ПАВ;
- сформировать негативное отношение к злоупотреблению алкоголем и отвращение к никотину;
- способствовать уменьшению количества людей, у которых может возникнуть алкоголизм и наркомания;
- проверить уровень усвоения информации.

Формы и методы работы:

1. Ролевые игры
2. Дискуссия
3. Упражнения
4. Моделирование ситуации
5. Ролевой тренинг
6. Рефлексия

Введение в тему

Итак, тема нашего сегодняшнего занятия посвящена алкоголю. Как вы понимаете, привычка пить на Руси была, есть и, по всей вероятности, будет. И цель нашего сегодняшнего занятия - узнать, как делать это культурно и не стать алкоголиком. Ведь алкоголизм – заболевание очень хитрое; как и любая другая зависимость, оно подкрадывается к нам незаметно, а избавиться от него очень трудно.

Сегодня на занятии мы вместе обсудим правду и вымысел об алкоголе, распространенность употребления алкоголя среди взрослого населения; поговорим об опасности употребления спиртных напитков, о влиянии алкоголя на здоровье и жизнь человека.

Игра-активатор «Мяч по кругу» (активизация, сплочение)

Ведущий: Прежде чем приступить к обсуждению темы занятия, предлагаю вам поиграть. Ребята, тихо встаньте, выйдите с середину кабинета, сделайте круг, вытяните руки вперед. Наша задача прокатить мяч по кругу. Тихо сядьте на свои места

Тест: В начале занятия хочу проверить ваши знания. Предлагаю вам ответить на 5 вопросов по теме занятия. После каждого вопроса 3 варианта ответов: А - да, Б - нет, В - не знаю. Прочитайте вопросы и выберите один вариант ответа. После выполнения теста, ведущий собирает тесты и карандаши.

Тест «Алкоголь» (изучает информированность учащихся об алкоголе).

В конце вопроса дан правильный ответ.

1. Алкоголизм – неизлечимое заболевание. А.
2. Пиво – не алкоголь. Б.
3. Из 100 человек, пробовавших алкоголь в подростковом возрасте, 10 становятся алкоголиками во взрослой жизни. А.
4. Орган, который задерживает более 30% алкоголя, поступившего в организм, это: А – сердце, Б - почки, В – мозг. В.
5. Алкоголь в России представляет большую проблему для населения, чем наркотики. А.

Работа в парах. Ребята, разделитесь на 1, 2, повернитесь друг к другу, в течение одной минуты обсудите вопрос: сколько процентов взрослых пьют алкоголь. Первый называет свое мнение в процентах, потом второй, складываете две цифры, делите пополам, называете среднее число. На работу в парах дается одна минута.

Ведущий записывает на доске мнение каждой пары, находит среднее значение. Сравниваем со статистическими данными.

Факты. 30% взрослых совсем не пьют

60% взрослых употребляют алкоголь по праздникам, в умеренных дозах.

10 % взрослых являются сильно пьющими.

Можно попросить учащихся спросить, почему люди пьют и почему не пьют.

Разделив лист бумаги на две части, заполняем табличку.

Люди пьют	Люди не пьют
Чтобы снять стресс	Вредно для здоровья
Для интереса	Чтобы показать силу воли
Для новых ощущений	Ради другого
Не нравится на вкус	Чтобы показаться взрослее
Чтобы «забыться»	Из-за страха, например, смерти
Для окружающих	Из страха попасть в зависимость
Чтобы быть «круче»	Не соотносится с жизненными принципами
От «пофигизма»	Из-за религиозных убеждений
Нравится на вкус\для удовольствия	Чтобы не отличаться от других
На зло кому-то\форма протеста	Для имиджа (здоровый образ жизни, спорт и т. д.)
Для имиджа	Для поддержания статуса
Из подражания	
Ради самоутверждения	
Иллюзия свободы	
Чтобы лучше концентрироваться	
Стать более популярным	

Оговорить реальное влияние алкоголя на человека, что алкоголь может и чего не может.

Мини лекция,

Алкоголизм – это неизлечимое заболевание или вредная привычка?

Спросить у подростков о влиянии алкоголя на организм. Дискуссия может быть организована вокруг следующих задаваемых вопросов: Как алкоголь влияет на организм? Может ли употребление алкоголя помочь человеку расслабиться? Влияет ли алкоголь одинаково на разных людей? Почему некоторые люди способны выпить очень много? Помогает ли алкоголь заснуть?

Алкоголь может: помочь расслабиться; снять стресс; снизить боль; помочь уснуть; с его помощью можно манипулировать человеком.

Алкоголь не может: сделать тебя «Круче», сильнее, красивее; помочь решить проблемы; снять стресс до конца; повысить самооценку.

Алкоголь – психоактивное вещество, которое снижает активность организма и действует как аспирин или другое болеутоляющее лекарство. Алкоголь не может сделать человека сильнее, умнее, приятнее, сексуально привлекательнее, могущественнее, богаче и т. д.

Мини-лекция. 4 стадии алкоголизма.

1 стадия. Характеризуется толерантностью, терпимостью к алкоголю.

Человек пьет много и не пьянеет, пьет до «отключки»; на следующий день не помнит, что с ним было.

2 стадия. Характеризуется наличием синдрома похмелья. На 1 стадии человека может вырвать, на 2 стадии – утрата рвотного рефлекса, но потом, на утро, ему надо похмелиться, даже если он этого не делает, но хочет в душе.

3 стадия. Духовный распад. Достаточно выпить 50 грамм водки и человек становится пьяный. На 3 стадии больной алкоголизмом приходит к врачу-наркологу кодироваться. После окончания кодировки, как правило, уходит в запой.

4 стадия. Стадия бомжей.

Почему опасно пить подростку.

Эндокринная система человека полностью формируется к 20 годам. Именно эта система помогает расщеплять алкоголь в организме. У подростка нет фермента, расщепляющего алкоголь, поэтому, выпивающий подросток может стать зависимым в течении 3-6 месяцев(в то время, как взрослый будет выпивать годами и не станет алкоголиком).

Скорость возникновения зависимости:

- из 100 человек, употребляющих алкоголь- 10 становятся алкоголиками
- из 100 человек, употребляющих героин - 90 становятся наркоманами
- из 10 пробовавших курить - 9 становятся курильщиками

Быстрый круг. Как алкоголь влияет на здоровье человека?

Мини-лекция с использованием мультимедиа. Влияние алкоголя на органы человека: мозг, печень, костную систему, сердечно-сосудистую систему.

Вывод. Алкоголь разрушает здоровье человека. Он разрушает все органы человека: мозг, легкие, печень, сердце, желудок, кишечник, а также костную систему и нервную систему. Проведение аналогии с помидором, который поместили в соленый раствор на несколько месяцев; никакие силы в природе не смогут превратить его в свежий плод. Так и человек с хроническим алкоголизмом никогда не станет прежним, здоровым человеком.

Миф. Алкоголь безвреден для организма человека.

Быстрый круг: какие еще возникают проблемы у человека в связи с употреблением алкоголя (проблемы в семье, с законом).

Ознакомление подростков со Статьей 20.п.22

Ознакомление подростков со Статьей 20.п.22 кодекса Российской Федерации Об Административных нарушениях «Появление в состоянии опьянения несовершеннолетних, а равно распитие ими алкогольной продукции...»

«Появление в состоянии опьянения несовершеннолетних в возрасте до 16 лет, а равно распитие ими алкогольной и спиртосодержащей продукции... на улицах, стадионах, в скверах, в транспортном средстве общего пользования, в других общественных местах – влечет наложение административного штрафа на родителей ... в размере от 3 до 5 минимальных размеров оплаты труда.

Скорость возникновения зависимости:

- из 100 человек, употребляющих алкоголь - 10 становятся алкоголиками

- из 100 человек, употребляющих героин - 90 становятся наркоманами

- из 10 пробовавших курить - 9 становятся курильщиками

Россия занимает 1 место в мире по употреблению алкоголя на душу населения. 8 литров водки на душу населения ведет к деградации нации. В 2003 году на душу населения в России приходилось 11 литров водки.

Каждый 3 мужчина в России зависим от алкоголя.

Мы предлагаем вам создать социальную рекламу против алкоголя (антирекламу). Акцию «Против алкоголя всем миром» ещё в 2008г провели подростки Эссойльской школы (посёлок Эссойльск в Республике Карелия), их поддержали дети в других сёлах и городах России. Подобные акции проводятся и сегодня. И мы предлагаем всем стать участниками данной акции.

Для этого мы научим вас, что нужно использовать, чтобы воздействовать на потребителя рекламы (зрителей, слушателей).

Формула рекламы - это слоган плюс картинка, рисунок.

Слоган – это рекламный девиз, который в сжатом виде передаёт сообщение, он должен привлекать внимание целевой аудитории (в данном случае всех детей и взрослых).

Горькая правда о алкоголе.

Например,

1) «Будь здоровым и красивым!

И не верь рекламе пива.

Если хочешь быть счастливым,

Ищи в спорте позитива!»

2) «Спорт – альтернатива пьянству и пиву»

Может быть в виде призыва-обращения к взрослым:

3) «Взрослый! Остановись! Каждая бутылка, проданная вами, калечит наше будущее!!! (подпись: волонтеры МОУ СОШ №36) **Волонтеры** – добровольные помощники на благо широкой общественности без расчёта на денежное вознаграждение.

Внимание на экран: слайды с рекламой и картинками против пива

У вас на столах лежат листы формата А 4 и цветные карандаши. Кроме слогана вы должны разместить рисунок, пропагандирующий отказ от алкоголя, говорящий о том, что алкоголь – это ваш враг, это тот же наркотик, убивающий вашу жизнь.

Деятельность учащихся: дети создают рекламную листовку в защиту здорового образа жизни, против употребления пива детьми и взрослыми.

Затем выходят к одной половине доски развешивают свои листовки.

Подвижная игра «Синдром «Пивной живот»: выходят 4 желающих, встают в 2 команды. Каждому по очереди 2 ведущих привязывают на ремне большую подушку. Игрок с «большим животом» должен добежать до своего ботинка, затем наклониться и одеть его, завязав шнурки. Кто быстрее справится со сложной задачей?

После игры с подушками «Пивной живот».

проводим опрос среди участников по очереди:

- Как вы себя чувствуете? Трудно ли бегать и наклоняться с таким животом?

- Хотели бы вы в будущем иметь такой живот?

- Если вам предложат попробовать пиво, каков будет ваш выбор - за пиво или против?

- Что вы посоветуете своему другу или родному человеку насчёт пива?

Статистика говорит, что пиво – это самый страшный и опасный напиток на сегодняшний день. Это наркотик для молодежи. Еще в начале 2000г Главный санитарный врач РФ Геннадий Онищенко заявлял, что не СПИД, и не туберкулез может погубить нашу страну, а пивной алкоголизм среди молодежи. В России зарегистрировано 6,5 тысяч детей в возрасте до 14 лет, которым уже поставлен врачами диагноз «хронический алкоголизм», и это страшно! А что же будет дальше? **Пиво называют «чумой 21 века». Пиво – это деградация будущих поколений.**

Итог занятия (рефлексия): методический приём «**Всё в твоих руках**».

На партах лежат эскизы ладошек из цветной бумаги, на которой каждый ученик пишет свои впечатления о занятии, оценивая свою работу, работу одноклассников, чем доволен (не доволен), оценивает работу учителя, что понял в ходе урока и т.п. Затем во второй половине доски дети развешивают разноцветные ладошки со своими мыслями, выводами. **(На доске висит**

большое солнце, сделанное из бумаги. На него дети приклеивают бумажные ладошки).