**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**КУРСАВСКИЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ «ИНТЕГРАЛ»**

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА**

информационного часа на тему:

# Алкоголь и жизненный успех не совместимы

с.Курсавка

2017 г.

Методическая разработка предназначена для использования в образовательном процессе воспитателями и классными руководителями.

Организация разработчик: ГБПОУ КРК «Интеграл»

Разработчик: Батнасунов Сергей Шиняевич, преподаватель ГБПОУ КРК «Интеграл»,

Батнасунова Антонина Михайловна, мастер производственного обучения ГБПОУ КРК «Интеграл»

Рассмотрен и рекомендован к применению на заседании методического Совета ГБПОУ КРК «Интеграл»

протокол № 8 от «21» марта 2017 г.

Председатель М.А.Уманская

 357070,

 Ставропольский край,

 Андроповский район,

 с. Курсавка, ул. Титова , 15

 Тел.: 8(86556) 6-39-82, 6-39-79

 Kurs integrall@mail.ru.

**Пояснительная записка**

Пьянство, алкоголизм, наркомания несовместимы с социальным образом жизни, проблема утверждения которого не носит абстрактно - отвлеченного характера. Она связана с повседневной жизнью людей и поэтому вызывает повешенный интерес вполне определенного практического свойства. Особенно такая его категория, как стиль жизни, отражающая или характеризующая поведение людей в целом.

Пьющий человек живет и работает среди людей, и ущерб, наносимый злоупотреблением алкоголя, касается широкого круга медицинских, социальных, нравственных и других проблем как самого пьющего, так и его семьи, производственного коллектива, общества в целом.

Пьянство и алкоголизм порождают множество социальных проблем, хотя взаимосвязь степени алкоголизации с частотой и тяжестью социальных проблем не всегда очевидна и прямолинейна. Такие мероприятия, которые имеют цель: воспитание здорового образа жизни, формирование устойчивого навыка неприятия алкоголя, умения активного противостояния пагубным привычкам, необходимо проводить как можно чаще. И если хоть один человек услышит и поймёт, как плох алкоголь, значить мы работаем не зря.

**План**

# Тема: Алкоголь и жизненный успех не совместимы.

 **Цель: с**формировать у воспитанников чувство неприятия алкоголя и умение активного противостояния пагубным привычкам.

**Задачи:**

- воспитывать правильное отношение к алкоголю
- пропагандировать здоровый образ жизни
- формировать желание вести здоровый образжизни.

**Форма проведения:**

**Техническое и методическое обеспечение**:

1. Мультимедийная установка.

 2. Презентационный материал.

**Ход мероприятия:**

1. Вводная часть.
	1. Приветствие.
	2. Определение наличия студентов.
	3. Объявление темы и цели мероприятия.
2. Основная часть.

# Изложение материала классным руководителем (Приложение 1).

1. Заключительная часть.
	1. Заключительное слово классного руководителя (**П**риложение 2).

 ***Приложение 1***

***Алкоголизм делает больше опустошения, чем три исторических бича, вместе взятые: голод, чума и войны.***

**У. Гладстон**

Тема нашего информационного часа «Алкоголь и жизненный успех не совместимы».

Похититель рассудка - так именуют алкоголь с давних времен.

С убийственным сарказмом перечисляет поводы для пьянства английский поэт Роберт Берне:

Для пьянства есть такие поводы:
Поминки, праздник, встреча, проводы,
Крестины, свадьбы и развод,
Мороз, охота, Новый год,
Выздоровленье, новоселье,
Печаль, раскаянье, веселье
Успех, награда, новый чин,
И просто пьянство – без причин.

На Руси основным сырьём для производства алкоголя был мед и поэтому традиционные хмельные напитки были слабоградусные: медовуха, пиво, брага, а с Х в. и виноградное вино, а их приём сопровождался, как правило, обильной трапезой, что в совокупности сводило к минимуму ущерб здоровью от употребления алкоголя.

Петром Великим в 1714 году была введена медаль за пьянство, цель которой была борьба против пьянства. Сделана она была из чугуна, вес составлял 6,8 кг (17 фунтов), не считая цепей. Считается самой тяжёлой медалью в истории. Вешалась на шею в полицейском участке в наказание за чрезмерное употребление алкогольных напитков и крепилась цепью так, чтобы нельзя было снять. По некоторым данным, медаль должна была носиться неделю.

 В глубокой древности познакомился человек с необычным веселящим действием некоторых напитков. Самое обычное молоко, мед, соки плодов, постояв на солнце, меняли не только свой внешний вид, вкус, но приобретали способность возбуждать, вселять ощущение легкости, беззаботности, благополучия. Не сразу люди заметили, что на следующий день человек расплачивался головной болью, разбитостью, дурным настроением. Разумеется, наши далекие предки и догадываться не могли какого страшного врага они приобрели. К сожалению, печальные последствия употребления спиртного привлекали к себе меньше внимания, чем улучшения настроения, сопутствующее употреблению алкоголя.

 В мифах, легендах и сказках древнего мира - всюду фигурирует вино, опьянение, разгул. Пьянство процветало, а за ним следовали его неизменные спутники - разврат, преступления, тяжелые болезни.

Основным действующим началом опьянения любого напитка являлся алкоголь - этиловый, или винный, спирт.

Принятый внутрь он через 5 - 10 минут всасывается в кровь и разноситься по всему организму. Алкоголь - яд для любой живой клетки. Проникнув в организм алкоголь, очень скоро расстраивает работу тканей и органов. Быстро сгорая, он отнимает у них кислород и воду. Клетки сморщиваются деятельность их затрудняется. При значительном и частом попадании алкоголя в организм клетки разных органов в конце концов, погибают.

Под действием алкоголя нарушается чуть ли не все физиологические процессы в организме, а это может привести к тяжелым заболеваниям. Перерождается ткань печени, почек, сердца, сосудов и др.

Быстрее и губительнее всего алкоголь действует на клетки головного мозга, при этом, в первую очередь, страдают высшие отделы мозга, быстро доставленный потоком крови к головному мозгу, алкоголь проникает в нервные клетки, при этом разрушается, в результате чего связь между различными отделами мозга расстраивается.

Алкоголь влияет также на кровеносные сосуды, несущие кровь к мозгу. С начало они расширяются, и насыщенная алкоголем кровь бурно приливает к мозгу, вызывая резкое возбуждение нервных центров. Вот откуда чрезмерно веселое настроение и развязность пьянеющего человека.

Ученые выяснили, что под влиянием спиртных напитков в коре больших полушарий головного мозга в след за усиливающемся возбуждением наступает резкое ослабление процессов торможения. Кора перестает контролировать работу низших, так называемых подкорковых отделов мозга. Вот почему опьяневший человек как бы теряет контроль над собой и критическое отношение к своему поведению, утрачивая сдержанность и скромность, он говорит и делает то, чего не сказал и не сделал бы в трезвом состоянии. Каждая новая порция спиртного все больше парализует высшие нервные центры, словно связывая их и не позволяя вмешиваться в хаотическую деятельность резко возбужденных отделов мозга.

Известный русский психиатр С. С. Корсаков так описывает это состояние: «опьяненный не думает о последствии своих слов и действий и относиться к ним крайне легкомысленно. Страсти и дурные побуждения выступают без всякого прикрытия и побуждают к более или менее диким поступкам». А ведь в нормальном состоянии тот же человек может быть и хорошо воспитанным и скромным даже застенчивым. Все в его личности, что сдерживается воспитанием, навыкам приличия, как будто вылезает наружу. В состоянии опьянения человек может выболтать любую тайну; он теряет бдительность, перестает быть осторожным. Недаром говориться: "Что у трезвого на уме, то у пьяного на языке".

То, что мы в быту благодушно называем опьянением в сущности есть не что иное, как острое отравление алкоголем, со всеми вытекающими отсюда последствиями. Хорошо, если через определенное время организм, освободившийся от яда, постепенно возвращается к нормальному состоянию. А если пьянство продолжается, и новые порции алкоголя систематически поступают в организм? Что тогда?

Ученые выяснили, что алкоголь, введенный в организм, не сразу выводиться от туда, и какое - то количество этого вещества продолжает свое вредное действие на органы в течении 1 - 2 дней, а в некоторых случаях и больше.

Алкоголь вызывает приятное, приподнятое настроение, а это побуждает к повторному употреблению спиртного напитка. В первое время при желании и твердости характера еще можно отказаться от вина. В противном случае под влиянием алкогольной интоксикации (да и уговоров друзей) воля ослабевает, и человек уже не может противостоять влечению к алкоголю. Под влиянием алкоголя получают простор инстинкты, ослабляется воля и самоконтроль, и нередко люди совершают проступки и ошибки, в которых раскаиваются всю жизнь.

Очень опасен алкоголь для юных, особенно для девушек, поскольку их организм в период роста легче подвергается воздействию наркотиков. С незапамятных времен наши предки считали единственно пригодными напитками для детей воду и молоко. В древней Греции и Риме юношам до определенного возраста вообще запрещалось пить вино.

Алкоголь оказывает отрицательное влияние на потомство. Об этом знали еще в глубокой древности. В Греческой мифологии богиня Юнона родила от опьяневшего Юпитера хромого Вылкана. Правитель Спарты Ликург запрещал в день свадьбы употребление спиртных напитков под угрозой тяжелого наказания. Гиппократ указывал, что причиной идиотизма, эпилепсии и других нервно психических заболеваний является пьянство родителей, которые пили вино в день зачатия.

Пьющие (особенно женщины) под влиянием алкоголя делаются развязными, болтливыми, несдержанными, не достаточно критичными к своему поведению. В пьяном виде женщины теряет стыд, женское достоинство, она склонна к легкомысленному поведению, половой распущенности. Последствие случайных половых связей наступивших в результате опьянения, бывают трагичными.

Венерические заболевания, рождение не полноценных детей - это ведь не только слова, за ними искалеченная, без радостная жизнь.

Если пьянство - результат неправильного воспитания, слабоволие, распущенности, подражание дурным привычкам, то алкоголизм - серьезная болезнь, требующая специального лечения. Нужны большие усилия, что бы перевоспитать человека, злоупотребляющего алкоголем. Не редко эти условия оказываются напрасными. Нет ни чего ужаснее мужа - пьяницы, заставляющего страдать жену и детей.

Вы уже не маленькие дети и должны уметь выбирать друзей. В вашем окружении не должно быть людей, не представляющих себе удовольствие без рюмки. Надо найти в себе мужество противостоять тем, кто пытается склонить Вас к употреблению спиртного. Все эти застолья с обязательным «пить до дна», «штрафными» для опоздавших - удел обывателей. К сожалению велика сила инерции, втягивающая в сферу обязательных выпивок. Избегай вечеринок, собирающихся с целью выпить, и людей, не представляющих себе веселье без выпивки.

Исследования ученых доказали, что у юношей и девушек алкоголизм как тяжелая, трудно излечимая болезнь возникает и развивается в ЧЕТЫРЕ раза быстрее, чем у взрослых. Разрушение личности также происходит гораздо быстрее.

Не для кого не секрет, что множество преступлений совершается в нетрезвом виде. Ведь преступления, совершенные в состояние опьянения, носят отягощенный характер и особо строго наказывается.

Некоторые обучающиеся приобщаются к рюмке старшими по возрасту ребятами, подругами: не удобно, мол, не поддержать компанию.

 ***Приложение 2.***

Думаю, что вывод вам сделать не трудно: никогда и не при каких обстоятельствах не пригубливайте алкоголь, даже если это предложат тебе близкие люди - товарищи и родные.

Нелишне повторить, что при употреблении алкоголя у девушек и юношей поражаются все органы, но особенно ранимы центральная нервная система, резко падает память, нарушается психика, снижается контроль за своими действиями.

Надеюсь, что после сегодняшней нашей встречи каждый из вас задумается о своем будущем. Удачи вам!

**Список литературы.**

1. Минко А. И. Алкогольная болезнь: Новейший справочник. - М.: Эксмо, 2013.

2. Тхостова А. Ш., Елшанского С. П. Психологические аспекты зависимостей. - М.: Науч. мир, 2012.

3. Фридман Л. С. Наркология. - М., 2012.