**Внеклассное мероприятие "Алкоголь и алкогольная зависимость"**

Цель: воспитание здорового образа жизни, формирование устойчивого навыка неприятия алкоголя, умения активного противостояния пагубным привычкам; способствовать развитию творческих способностей учащихся.

Задачи:

**-**Развивать в себе привычку к здоровому и творческому образу жизни;

- Объяснить плохое воздействие алкоголизма на организм; познакомить с распространенными мотивами и последствиями употребления алкоголя;

- Выработать умение правильно делать обоснованные выводы.

Методы: просмотр презентации и видеоролика, обсуждение, декламация стихотворений.

Продолжительность: 45 минут

Оснащение:мультимедиа, ноутбук, цифровой фотоаппарат.

Презентация «Алкоголь и алкогольная зависимость», видеоролик «Так мрут русские», фрагмент телепередачи «Здорово жить»

Тема нашей беседы "Алкоголь и алкогольная зависимость». (слайд №1)

Похититель рассудка — так именуют алкоголь с давних времен. (слайд№2)

С убийственным сарказмом перечисляет поводы для пьянства английский поэт Роберт Берне. Его слова сохраняют актуальность в наше время:

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.

(Перевод С. Я. Маршака)

Алкоголь в наше время ( слайд № 3)

В 1992 году после распада союза, во время когда в странах творился беспорядок алкоголизм стал возвращаться, по статистике каждая 10 бутылка водки была фальсификатом. А уже через год - каждая четвертая! На сегодняшний день алкоголь в мире это огромная проблема, ведь он добрался к нашей молодежи. Качество алкогольных напитков постоянно падает, появляется все больше и больше фальсификатаАлкоголь – причина смерти (слайд №4)

Средняя продолжительность жизни человека пьющего на 10-20 лет ( по разным статистическим данным) короче жизни трезвенника. Алкоголь нередко называют третьей причиной смертности у мужчин (после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний); 65% смертных случаев от травм и всевозможных происшествий связаны с потреблением алкоголя.

Я предлагаю вашему вниманию видео ролик «Так мрут русские».

Сейчас я проведу опрос :

-Когда первый раз попробовал алкоголь?.

- Ваше отношение к алкоголю?

Результаты являются пугающими, особенно настораживает возраст первых проб алкоголя.

У алкоголя есть только отрицательные последствия, положительных не совсем!  Итак, что же можно сказать о влияние алкоголя на системы органов.

Системы организма, на которые влияет алкоголь (слайд №5)

-Сердечно-сосудистая-Эндокринная-Нервная-Половая-ПищеварительнаяИгра «Пчелка»

Далее для выявления причин и следствий употребления алкоголя классный руководитель предлагает ребятам сыграть в игру.

Для игры выбирают четырех юношей. Они по очереди держат в руке веник или швабру, поставленную в направлении подбородка. При этом участники должны смотреть в потолок. В таком положении им надо сделать тридцать оборотов вокруг веника или швабры в качестве оси кружения. На выполнение задания дается время — 45 с.

Тот, кто справился с этим заданием, должен положить веник или швабру на пол перед собой и попытаться переступить через него туда и обратно. Если кто-то справится и со вторым заданием, получает большой приз (шоколадку, бутылку лимонада и т. п.). Обычно большинство участников не может справиться даже с первым заданием.

Учитель: итак, мы продолжим наш разговор. Игра хоть и принесла радость, но оказала заметное влияние на физические способности. Из-за воздействия на мозг нарушилась координация движений. То же происходит и во время употребления алкоголя. Он разрушительно действует на мозг и его функции. Но почему же люди, зная о пагубном влиянии на организм, все равно не находят в себе сил отказаться от предлагаемого алкоголем удовольствия?

Просмотр фрагмента телепередачи О самом главном»

После просмотра фрагмента ( слайд№6)

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

(слайд №7)

Скажите: человек, который кладет сыр в мышеловку, любит мышей? Для чего он тратит на них сыр? Положил бы сыр рядом с норкой, да и оставил бы мышей в покое! Но он кладет сыр именно внутрь мышеловки. Мышка начинает им лакомиться уже внутри, когда мышеловка захлопывается. А что делают с попавшимися мышками, хорошо известно.

(слайд №8)

Запомните: Кукловоды - манипуляторы одурачивают и втягивают в алкогольные и наркотические сети того, кто боится выглядеть дураком.

Как же вести себя, когда тебя пытаются «взять на «слабо»? Очень просто — отвечать: «Да, мне это слабо!». Тебя начнут высмеивать: «Ты видно еще маменькин сынок!» Ответ: «Да, я еще маменькин и папенькин сынок». И так далее. И вскоре будет заметно, как пыл «кукловода» остывает: он понимает, что от тебя он ничего выгодного для себя не добьется. Иногда могут сказать: «Ты что - дурак, если отказываешься от такого выгодного дела?» В этот момент надо подумать: «А что это он так заботится о моей выгоде?»

И ответить: «Да, я такой дурак, что твое предложение не принимаю». И опять станет заметно, как остывает пыл «кукловода». Возникает вопрос: что хуже — выглядеть дураком, но поступать умно, или поступать, как дурак, но выглядеть умным?

(слайд №9)

Не бойся выглядеть недостаточно умным!

Не бойся выглядеть недостаточно смелым!

Не бойся выглядеть недостаточно взрослым!

Не бойся выглядеть недостаточно самостоятельным!

Пьянство породило целую систему диких питейных обычаев. Вот как сказано об этом в стихотворении Владимира Котова ( слайд№10)

Средь традиций самых разных

Есть нелегкая одна

Если встреча, если праздник,

Значит, пей и пей до дна!

Пей одну и пей другую,

и седьмую, и восьмую

Просят, давят, жмут «друзья»!

Ну, а если не могу я,

Ну а если мне нельзя?

Ну, а если есть причина

Завтра утром в форме быть,

Подскажите, как мне быть?

Пить спиртное иль не пить?

Как бы вы ответили на этот вопрос? Что делать юноше в подобной ситуации? Отказаться? Но как? Сейчас мы посмотрим, как вы умеете говорить «нет».

( слайд №11)

Делим на группы. Каждой группе раздает листки, на которых описаны ситуации, в которых молодому человеку предлагают употребить алкогольный напиток. Ученики должны обсудить ситуацию, а затем обыграть ее по ролям, при этом показать, как можно отказаться от предложения.

Задание для первой группы. На дискотеку кто-то из ребят принес бутылку водки и предлагает своей компании выпить для поднятия настроения.

Задание для второй группы. Девушке нравится молодой парень. Он приглашает ее на свидание и ведет в кафе. Здесь он предлагает ей заказать алкогольный напиток.

(слайд12)

Давайте проверим :Что вы знаете и что вы не знаете об алкоголе.

1. Алкоголь является нарковеществом.

2.Большинство алкоголиков - пропащие люди и лентяи.

3.Можно стать алкоголиком, употребляя только одно пиво.

4. Черный кофе и холодный душ очень хорошо отрезвляют человека.

5. На равное количество алкоголя все люди реагируют одинаково.

6. Алкоголики пьют ежедневно.

7. Если родители не пьют, их дети тоже не будут пить.

8. Алкоголь не повышает температуру тела.

9. Алкоголь - это стимулирующее, возбуждающее средство.

А теперь сравните ваши ответы с правильными:

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

  Каждый из нас выбирает свой жизненный путь сам. Каким он будет зависит в первую очередь, от вас. Надеюсь, что информация, представленная сегодня, поможет многим из вас не допустить ненужных ошибок.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ!