**План-конспект**

**воспитательного мероприятия**

**Тема:** «Опасность слабоалкогольных напитков».

**Дата проведения:** 19.10.2019 г.

**Участники:** воспитанники 9 класса.

**Форма проведения:** беседа.

**Цель:** формирование устойчивого негативного отношения к алкоголю, расширение представлений учащихся о последствиях алкоголизма, воспитание здорового образа жизни.

**Задачи**:

- актуализировать знания о вреде алкоголя;

- способствовать расширению представления учащихся о последствиях

 алкоголизма;

- способствовать воспитанию стремления к здоровому образу жизни.

**Использование современных образовательных технологий:**

1. Технология сотрудничества;
2. Информационно-коммуникационные технологии.

**Методическое оснащение:**

1. Презентация.
2. План-конспект.

**Ход мероприятия:**

1. **Вступление.**

Воспитатель. Человек не знал алкоголя долгие сотни тысячи лет. Приобщение к пьянству – сравнительно молодая ошибка человечества. Перейдя на оседлый образ жизни, люди стали заниматься земледелием, овладели гончарным искусством. Они заметили, что достаточно поставить раздавленные ягоды винограда или другие плоды, как через несколько дней можно обнаружить напиток, обладающий, как им казалось, чудодействующими свойствами. У людей появлялись болтливость, хвастливость, агрессивность. Но наши далёкие предки пили в строго определённых ситуациях, связанных с обрядами и обычаями, а не для того, чтобы напиваться.

В России водка появилась в 16 веке, когда алхимиками был выведен способ перегонки алкоголесодержащих жидкостей. Было высказано предположении о целебных свойствах водки, и растворы её продавались сначала в аптеках под названием «огненная вода».

Алкоголь требует к себе в жертву не только взрослых людей, но их будущее. Например, на чердаке сарая, где тайком гнали самогон, лежали 160 куриных яиц для последующей инкубации. Каково же было удивление хозяев, когда из яиц вылупилось только 78 цыплят. 40 из них вскоре погибли, а 25 оказались уродами. Зародыши отравились парами спирта и эфирных масел.

Все это относится и к человеку. В пьющих семьях 38% детей оказываются недоразвитыми и больными. В 2 раза чаще дети рождаются мёртвыми.

Как говорили великие люди:

Хмельное всегда протягивает нам руку, когда мы терпим неудачу, когда мы слабеем. Но обещания его лживы: физическая сила, которую она обещает, призрачна, душевный подъём обманчив (Д. Лондон).

Вино скотинит и зверит человека, ожесточает его и отвлекает от светлых мыслей (Ф.М. Достоевский).

Существуют пословицы:

С хмелем познаться – с честью расстаться.

Пить до дна – не видать добра.

Пьян – храбрится, а проснётся – свиньи боится.

Не тот пьяница, кто пьёт, а тот, кто опохмеляется.

Водка – белая, а красит нос и чернит репутацию.

Воспитатель. Ребята как вы думаете, о чем мы с вами будем сегодня говорить? Об алкогольной зависимости. А точнее о слабоалкогольных напитках.

1. **Основной этап.**

Первое знакомство молодёжи с алкоголем в последнее время относится к подростковому возрасту, и всё чаще подростки оценивают его как «новый стиль жизни», отсюда и «культивирование» состояния опьянения.
 При регулярном употреблении алкоголя устойчивость подростка к действию алкоголя начинает возрастать. Это воспринимается в компании сверстников как признак особой «силы и крепости», отличающий лидера.
 Большой популярностью у молодёжи пользуются пиво и слабоалкогольные напитки, подкреплённые рекламой. Подростковый возраст является наиболее опасным с точки зрения привыкания к алкоголю и алкоголизации, особенно для девочек. Данные последних лет свидетельствуют, что алкоголизм в юношеском возрасте формируется вследствие приёма пива либо слабоалкогольных напитков.
 Следует отметить, что слабоалкогольные напитки намеренно создаются с вкусовыми характеристиками, присущими традиционным безалкогольным прохладительным напиткам, и содержат значительное количество сахара, снижая тем, самым выраженность органолептических признаков алкоголя. Они выпускаются в красочной привлекательной потребительской упаковке, содержащей молодёжную символику, в то время как сведения о наличии алкоголя представлены в плохо читаемой мелкой и неконтрастной форме. Это создаёт ложный имидж продукции как безалкогольной, близкой к обычным прохладительным напиткам.
 Сочетание алкоголя и тонизирующих веществ (например, кофеина) в составе так называемых энергетических напитков, весьма популярных у молодёжи в последнее время, в значительной степени усиливает энергетический обмен в организме, нарушая при этом ассимиляцию других жизненно важных макро - и микронутриентов.
 Следствием этого является ускорение привыкания к алкоголю. Кроме того, тонизирующие компоненты алкогольных напитков, вызывающие стимуляцию энергетического обмена, усиливают многократно риск токсического, мутагенного и проканцерогенного действия алкоголя на человека.
 Особой популярностью у современной молодёжи пользуются алкогольные коктейли. Благодаря различным добавкам эти напитки имеют необычный вкус, они очень нравятся девушкам. Коктейли пить модно, они считаются клубными напитками.
 Приблизительно 54% 8-классников и 90% 11-классников потребляют алкоголь. Эти показатели чрезвычайно высоки.
 Основными потребителями джин-тоников и «отверток» являются молодые люди, зачастую не достигшие совершеннолетия.  Врачи отмечают, что дети, воспитанные на различных газировках, очень легко переходят на родственные по вкусу, но уже алкогольные коктейли. Яркие баночки, обещающие покупателю незабываемое сочетание джина, виски, водки с фруктовыми газированными добавками, можно найти в любом магазине. На самом деле консервированные коктейли так же далеки от своих прототипов, подаваемых в барах, как коньячный напиток от коньяка. Если последний является натуральным и благородным алкоголем, то коньячный напиток - это смесь из банального спирта, воды, дешёвых ароматизаторов и красителей. Если эту «микстуру» ещё больше развести водой и изрядно подсластить, то как раз и получится типичный рецепт коктейля в баночке. Эти псевдококтейли популярны у молодёжи так же, как и пиво. Смесь из сахара, алкоголя и газа весьма неудачна и гремуча. Эти компоненты усиливают всасывание друг друга. В результате организм получает двойной удар: по мозгам бьёт алкоголь, а по поджелудочной железе - сахар (в одной баночке содержится 5-6 кусочков «сладкой смерти»).
 Для человеческого организма это слишком, а для детского - особенно. Помимо алкоголя в них добавлена куча различных синтетических химических соединений, которые наряду с алкоголем усиливают разрушение организма, а некоторые из них являются даже более опасными, чем алкоголь. Чем больше в напитке сопутствующих химических соединений, тем он тяжелее для переработки.

Существует мнение, что пиво не является алкогольным напитком, так как содержит очень маленькие дозы спирта. Это заблуждение. Пиво вызывает сильнейшее привыкание, а пивная зависимость процветает во многих странах мира. Пиво относится к особой категории слабых алкогольных напитков. В нем содержатся вещества, повышающие восприимчивость организма к алкоголю, а также усиливающие его всасывание. Систематическое употребление пива приводит к различным функциональным расстройствам всех органов

Воспитатель. Знаменитый русский физиолог Павлов с полным основанием писал: «Не пейте вина, не огорчайте сердце табачищем, и проживёте столько, сколько жил Тициан». А он прожил более девяноста лет, что по тем временам немало.

В ваших силах противостоять алкогольной зависимости, стать свободным и счастливым!

1. **Заключение. Рефлексия.**

Одна японская мудрость гласит:

«Если у человека есть здоровье - у него есть надежда, если у человека есть надежда - у него есть все».

-У вас на парте лежит скрепка. Вам задание: представьте, что проволока ваше здоровье. Вы пьёте пиво, курите сигареты, злоупотребляете едой ( разворачивайте скрепку, чтобы она стала прямой проволокой). Потом начались проблемы со здоровьем, и вы решаете ограничить себя в излишествах

-Теперь возьмите и сложите скрепку так, чтобы она приняла первоначальное положение. Получилось?

Вот так и с вашим здоровьем. Берегите его.