

**Отзыв на единый кураторский час  
«О вреде употребления алкогольной, никоттнотсодержащей  
продукции, наркотических и других психоактивных веществ»**

19.01.2023 года Кадомцева Валерия Васильевна, провела единый кураторский час в группе ЭС-23-1.

Целью мероприятия было: расширить знания студентов о вреде употребления наркотических веществ и алкоголя; показать социальную значимость здорового образа жизни.

В подготовке и проведении мероприятия активное участие принимали студенты 1 курса, группы ЭС-23-1. Содержание имеет большое значение для обогащения интеллектуальной, духовно-нравственной, эмоциональной активности ребят.

При подготовке и проведении Валерия Васильевна умело создавала условия для творческой инициативы и самореализации обучающихся, учитывая индивидуальные особенности каждого студента, обеспечивая педагогическую поддержку участникам мероприятия.

На протяжении всего мероприятия царил атмосфера взаимопонимания и сотрудничества.

Материал имеет четкую структуру, логическое последовательное изложение, ориентирован на формирование компетенций обучающихся, разработан с учетом возрастных особенностей и специфики обучения.

Данный материал соответствует требованиям деятельностного подхода к обучению. Содержание и структура направлены на решение задач, поставленных педагогом, включают образовательный, воспитательный и развивающий компоненты, что обеспечивает опору на субъективный опыт обучающихся, реализацию компетентного подхода, практическую направленность и ценностно-смысловую ориентацию.

Мероприятие получилось познавательным, вызвало повышенный интерес у студентов.

Председатель УМО кураторов

Заместитель директора по УВР



А.Н. Заречная

М.А. Макаренко

# ПАСПОРТ МЕРОПРИЯТИЯ

**Название мероприятия:** Единый кураторский час «О вреде употребления алкогольной, никотиносодержащей продукции, наркотических и других психоактивных веществ».

**Цель:**

- расширить знания обучающихся о вредном влиянии алкоголя, курения и наркомании на здоровье человека.

**Форма проведения:** беседа

**Место проведения:** каб. 5.22

**Дата проведения:** 19.01.2023 г.

**Группа, принявшая участие в мероприятии** 7С-23-1

**Количество присутствующих:** 25

**Ответственные за проведение мероприятия:** куратор

№ п/п	ФИО	Подпись
1.	Абраменко Александр Владимирович	<i>Абраменко</i>
2.	Аджиев Радмир Маратович	<i>Аджиев</i>
3.	Акопов Максим Георгиевич	<i>Акопов</i>
4.	Бабка Денис Романович	<i>Бабка</i>
5.	Бархаев Даниил Линарович	<i>Бархаев</i>
6.	Батура Станислав Алексеевич	<i>Батура</i>
7.	Бокк Александр Юрьевич	<i>Бокк</i>
8.	Дмитренко Максим Павлович	<i>Дмитренко</i>
9.	Иваницкий Данил Андреевич	<i>Иваницкий</i>
10.	Иванов Никита Сергеевич	<i>Иванов</i>
11.	Камаев Вячеслав Владимирович	<i>Камаев</i>
12.	Кравец Евгений Алексеевич	<i>Кравец</i>
13.	Кроточенко Нелли Ивановна	<i>Кроточенко</i>
14.	Лысенков Александр Александрович	<i>Лысенков</i>
15.	Панченко Илья Викторович	<i>Панченко</i>
16.	Паращук Олег Александрович	<i>Паращук</i>
17.	Письмак Руслан Витальевич	<i>Письмак</i>
18.	Прокопенко Даниил Владимирович	<i>Прокопенко</i>
19.	Прусс Юрий Андреевич	<i>Прусс</i>
20.	Ревтов Андрей Денисович	<i>Ревтов</i>
21.	Рогинский Захар Максимович	<i>Рогинский</i>
22.	Соколов Олег Игоревич	<i>Соколов</i>
23.	Соломка Максим Владимирович	<i>Соломка</i>
24.	Сысоев Егор Алексеевич	<i>Сысоев</i>
25.	Троян Виталий Витальевич	<i>Троян</i>

Куратор

*[Handwritten signature]*

*В. В. Курочкин*



## Кураторский час

### «О вреде употребления алкогольной, никотиносодержащей продукции, наркотических и других психоактивных веществ.»

#### Цели классного часа:

1. Донести до учащихся информацию о вреде алкоголя и наркотиков.
2. Разобраться с причинами, приводящими к употреблению алкоголя и наркотических веществ.
3. Призвать учащихся к отказу от употребления алкоголя и наркотических веществ.

#### Предварительная подготовка:

1. Материал для сообщений, который дается двум ученикам.
2. Видеопроектор и рекламные ролики.

#### Введение

Классный руководитель показывает видеоролики с любой рекламой.

■ Как вы думаете, что такое реклама и для чего она предназначена?

После обсуждения подвести к ответу: реклама представляет собой одну из форм передачи покупателю информации о товаре, его качествах, цене, возможностях использования и т. п. Цель рекламы — продать товар.

■ Всегда ли информация о товаре, передаваемая в рекламе, оказывается достоверной? (По возможности привести примеры).

■ Что испытывает человек, обнаружив, что качество товара не соответствует тому, которое было обещано рекламой? (Разочарование).

■ Любая реклама стремится красочно описать товар, показывая его только с лучшей стороны. Как можно узнать, правдива реклама или нет? Подвести к ответу: чтобы узнать, правдива реклама или нет, надо найти достоверную информацию о товаре.

■ Знаете ли вы рекламу, которая представляет товар, который не только разочаровывает, но может причинить непоправимый вред его потребителю? Ответ: реклама пива. После этого показывается рекламный ролик с пивом.

Посмотрите, какая завлекательная реклама. Она не обещает ничего, кроме удовольствия. Но как можно противостоять этому заманчивому предложению? Ответ: узнать достоверную информацию о пиве и основном его составляющем — алкоголе.

Сегодня на классном часе мы будем рассматривать всем хорошо знакомую тему — алкоголь.

#### Основная часть классного часа

1. Что такое алкоголь и каково его влияние на человека.

Алкоголь приносит много бед людям. Многие из вас сталкивались с этой проблемой в жизни. Многие семьи страдают от пьянства одного или нескольких их членов. Видели ли вы пьяных людей? Видели ли вы кого-либо из своих близких или друзей в пьяном состоянии? На самом деле в наше время очень трудно найти молодых людей, которые не попробовали на себе влияние алкоголя. Но знаем ли мы правду об алкоголе и его влиянии на нас? Что вы знаете?

Ответы учеников. После этого следует выступление одного из школьников.

#### *Сообщение 1. Что такое алкоголь, его влияние на человека.*

Употребление алкоголя известно с глубокой древности. Фруктовые соки, мед и даже молоко, постояв на солнце, приобретали свойства, которые люди, выпив такие напитки, не могли не подметить: они вызывали веселость, легкость, возбуждение и т. п. Из литературных источников известно, что пьянство широко процветало в Древнем мире. О нем упоминается также во всех мифах и легендах. Даже боги, по представлениям людей, предавались разгулу под воздействием вина и других алкогольных напитков. Из тех же источников мы узнаем, что пьяному разгулу всегда сопутствовали разврат и преступность, а также болезни.

Так что же представляет собой алкоголь, предлагающий одновременно радость и беду?

Основу любого алкогольного напитка составляет этиловый спирт.

*Физиологическое влияние.* Попадая в желудок и кишечник, алкоголь впитывается в кровь уже в течение 5-10 мин после принятия. По кровеносным сосудам спирт разносится по всему организму человека. Если - рассмотреть под микроскопом клетки, в которые он попадает, то можно увидеть, как они сморщиваются, перестают нормально функционировать. Если алкоголь попадает в клетку неоднократно, вскоре она погибает. Так начинают разрушаться органы: печень, сердце, почки. Перерождается ткань кровеносных сосудов, нарушается функционирование всего организма в целом. Таким образом, опьянение, по сути, представляет собой отравление организма алкоголем.

Клетки мозга страдают от алкоголя в первую очередь. А вред, нанесенный им, является непоправимым. Мощным потоком крови алкоголь доставляется к головному мозгу, его высшим отделам, затрагивая нервные клетки. В результате разрушается связь между различными отделами головного мозга.

Алкоголь, попавший в организм человека, выводится оттуда в течение нескольких дней. Особенно вредным является воздействие алкоголя на юный организм, который в период роста и развития очень восприимчив ко всем наркотическим веществам. Юноши и девушки, употребляющие алкоголь, подвергают опасности разрушения все свои органы, особенно центральную нервную систему. В результате сильно снижается память, возникают психические проблемы, резко ухудшается поведение.

В алкогольных напитках выявлено наличие канцерогенных веществ, которые приводят к возникновению злокачественных опухолей. Особенно велик риск заболевания раком у юношей и девушек, злоупотребляющих спиртным. Так, согласно статистике, риск возникновения рака полости рта у молодых людей возрастает в 10 раз. А если они при этом не только употребляют алкоголь, но и курят, риск возрастает в 15 раз по сравнению с непьющей молодежью.

*Влияние на потомство.* Алкоголь производит разрушительное действие в клетках, в том числе и на генетическом уровне. Это негативно сказывается на потомстве. Дети рождаются неполноценными, с врожденными заболеваниями.

У юношей, злоупотребляющих алкоголем, ослабляется половая потенция. У девушек нарушается процесс выработки половых гормонов и созревания яйцеклетки. Злоупотребляющие алкоголем люди могут остаться бездетными.

*Влияние на поведение.* Кровеносные сосуды расширяются под воздействием алкоголя, что увеличивает поток крови, поступающий в головной мозг. Бурный поток насыщенной алкоголем крови приводит к увеличению возбуждения нервных центров. Это и вызывает легкую эйфорию и веселость. Однако после этого в работе мозга происходят изменения. Высшие отделы ослабляют контроль над низшими отделами. В результате человек в состоянии опьянения перестает контролировать свое поведение, речь. Его действия становятся развязными. Человек начинает говорить то, что ни за что не сказал бы в трезвом состоянии.

Чем больше человек пьянеет, тем больше парализуются его нервные центры, контролирующие работу возбужденных отделов головного мозга. Человек перестает думать о последствиях своих поступков и слов. Тайные страсти и порочные наклонности, которые человек прячет в глубине души, выходят наружу, что приводит к дурным действиям. Воспитанность и скромность отходят в сторону, уступая место легкомыслию и нахальности. Человек становится невнимательным, неосторожным, может рассказать все секреты.

Женщины под влиянием алкоголя становятся развязными в своем поведении, теряют стыд, не следят за нормами поведения. Пьяные женщины теряют свое достоинство, становятся распущенными, склоняются к случайным половым связям. Следствием часто становятся нежелательные беременности и венерические заболевания.

*Влияние на волю.* Под действием алкоголя воля человека ослабевает, и большую свободу получают инстинкты. В результате человек не может себя контролировать и совершает поступки, которые он не хотел бы совершать, следуя разуму. Но человек начинает следовать внутренним побуждениям, не в силах им противиться. Это приводит к чувству сожаления и раскаяния в содеянных проступках и ошибках. Эти чувства мучают человека, но не изменяют его.

*Развитие зависимости.* Алкоголь создает эффект приподнятого настроения. Это чувство радостного возбуждения приятно человеку и побуждает его снова и снова употреблять алкоголь. При постоянном употреблении алкоголя происходит общее отравление организма и перерождение тканей. Клетки начинают черпать энергию не столько из веществ, получаемых с пищей, сколько из алкоголя. Развивается химическая зависимость. Это серьезная трагическая болезнь, от которой почти невозможно вылечиться.

Если воздействию алкоголя подвергаются юноши и девушки, у них развитие зависимости происходит в 4 раза быстрее, чем у взрослых людей. В этом возрасте еще не закончено формирование личности, поэтому она тоже испытывает разрушительное воздействие алкоголя.

Мы почти взрослые. В нашей власти выбирать друзей. Только мы сами принимаем решение, употреблять алкогольные напитки или отказаться от них. Мы не дети и уже достаточно сильны, чтобы найти в себе мужество противостоять всяким попыткам склонить нас к употреблению алкоголя, даже если это наши близкие друзья. Давайте избегать вечеринок, на которые собираются молодые люди, совсем не умеющие веселиться и радоваться жизни без выпивки. Мы — молодежь. В наших руках будущее. Давайте будем иметь трезвый взгляд на жизнь.

#### ***Первый вопрос для обсуждения***

Что происходит с людьми, когда они напиваются?

Возможные ответы: радостная эйфория, головная боль, депрессия, слабость, непристойное поведение, болтливость, неприятный запах, тянет на откровенные разговоры, страх, мания преследования и т. д.

#### ***Второй вопрос для обсуждения***

А каковы, на ваш взгляд, причины, заставляющие молодых людей употреблять алкогольные напитки?

Возможные ответы: чтобы улучшить настроение, «поймать кайф», чтобы угодить друзьям, для храбрости перед каким-нибудь делом (особенно если оно касается девушек), заглушить чувство одиночества, отчаяния, разочарования, вины, снизить чувство отвержения, для борьбы с депрессией и т. д.

#### ***После этого следует выступление ученика, который читает стихотворение.***

Английский поэт Роберт Бёрнс написал такие строки:

Для пьянства есть такие поводы:

Поминки, праздник, встреча, проводы,

Крестины, свадьба и развод,

Мороз, охота, Новый год,

Выздоровленье, новоселье,

Успех, награда, новый чин,

И просто пьянство — без причин.

#### ***Сообщение 2. Причины и следствия злоупотребления алкоголем.***

*Причины.* Они могут быть разными. Вот, например, причины, которые могут побуждать взрослых тянуться к бутылке. Так, например, некоторые пытаются таким способом справиться со стрессовыми ситуациями, возникающими в их жизни. Они думают, что выпивка сделает их проблемы легче, даст силы перенести тяжелые обстоятельства, противостоять давлению, прессу.

Другие прибегают к выпивке по социальным мотивам. Например, если человек вырос в неблагополучной семье. Или жизнь не складывается, не хватает денег на нормальное

существование, сломался. Возможно, на работе каждую неделю попойка, от которой трудно отказаться — окажешься чужаком. Или соседи постоянно выпивают и угощают.

Есть ритуальные причины, когда к выпивке относятся как к обязательному действию: на празднике, вечеринке, встрече, общении с друзьями. Это становится ритуалом, от которого нельзя отказаться, иначе придется уйти, иногда даже порвать отношения.

Молодежь в основном начинает пить из-за конформизма, т. е. за компанию. Многие не могут отказаться от предложения, потому что все в их группе это делают. Боятся прослыть «белой вороной».

Другой распространенной причиной алкоголизма среди молодежи является дурной пример близких родственников. Когда в семье пьют, дети очень рано вовлекаются в эту зависимость. У них есть соблазн и возможность попробовать, чтобы выяснить, действительно ли так приятно употребление алкоголя, что их родители готовы на все ради этого удовольствия. Жизнь в неблагополучной семье сама по себе является трагедией, которую хочется как-нибудь облегчить. Испытав радостное забытие от первых рюмок, юношу начинает тянуть к этому способу решения проблем. Потом он уже не может остановиться. Некоторые молодые парни и девушки начинают пить из любопытства. Им интересно узнать, что представляет собой состояние опьянения, как он или она будут себя вести в этом состоянии.

Некоторые парни прибегают к выпивке, чтобы стать более свободными и смелыми в общении с девушками, впечатлить их, понравиться. Девушки не отказываются от предложенного понравившимся парнем пива или вина, чтобы не оттолкнуть его от себя.

Часто молодые люди прибегают к алкоголю из-за несчастной любви, одиночества, отвержения. Таким образом они борются с негативными душевными чувствами, пытаются искусственно поднять себе настроение.

**Последствия.** Следствием употребления алкоголя являются внутренняя опустошенность, потеря ориентации в жизни, потеря жизненного интереса, отсутствие силы воли, разрушение личности, психические нарушения, отказ от нравственных принципов.

Некоторых употребление спиртного приводит к нарушению закона, совершению преступления. Многие несовершеннолетние преступники становятся таковыми в результате употребления алкоголя. Преступления, совершенные пьяными людьми, являются очень жестокими и строго наказываются по закону. Много убийств, краж и хулиганских нападений совершается в состоянии алкогольного опьянения. Множество аварий на дорогах с трагическими последствиями произошло по вине пьяных водителей.

Употребление алкоголя провоцирует насилие в семьях. Алкоголизм ведет к спуску по социальной лестнице на самое дно — пьяницы часто остаются без жилья, работы, семьи, друзей, становятся бомжами, живут на улице, в подвалах. Они становятся отверженными обществом людьми и не могут уже вернуться к нормальной жизни из-за непоправимых психических изменений.

Если ты решил попробовать облегчить свое душевное состояние с помощью спиртного, то подумай: действительно ли это поможет тебе? На самом ли деле выпивка облегчает давление и решает проблемы или только маскирует их, затушевывает? Поможет ли тебе употребление алкогольных напитков изменить реальность вокруг тебя или, наоборот, уведет тебя от реальности? Так стоит ли тебе окружать себя искусственной Реальностью или стоит подумать и принять жизнь такой, какая она есть?

*Затем классный руководитель читает отрывок из произведения Антуана Сент-Экзюпери «Маленький принц», гл. XII:*

«На следующей планете жил пьяница. Маленький принц пробыл у него совсем недолго, но стало ему после этого очень невесело.

Когда он явился на эту планету, пьяница молча сидел и смотрел на выстроившиеся перед ним полчища бутылок — пустых и полных.

— Что это ты делаешь? — спросил Маленький принц.

— Пью, — мрачно ответил пьяница.

— Зачем?  
— Чтобы забыть.  
— О чем забыть? — спросил Маленький принц; ему стало жаль пьяницу.  
— Хочу забыть, что мне совестно, — признался пьяница и повесил голову.  
— Отчего же тебе совестно? — спросил Маленький принц, ему очень хотелось помочь бедняге.  
— Совестно пить! — объяснил пьяница, и больше от него нельзя было добиться ни слова. И Маленький принц отправился дальше, растерянный и недоумевающий.  
«Да, право же, взрослые очень, очень странный народ», — думал он, продолжая путь».

### ***Что в этом отрывке можно узнать о пьяницах?***

1. В этом отрывке описывается порочный круг, в который попадают зависимые люди и из которого не могут выбраться.
2. Хорошо описана психологическая зависимость: любой пьяница верит, что может бросить, если захочет, вся проблема в том, что он никогда этого не захочет, даже если его мучает совесть — влечение к спиртному сильнее.

### ***Третий вопрос для обсуждения***

■ Действительно ли алкоголь помогает в решении проблем?

В форме дискуссии обсудить с классом вопрос, помогает ли употребление алкоголя справиться со стрессом, расслабиться, решить трудные вопросы или все совсем наоборот.

### ***Четвертый вопрос для обсуждения***

■ Правильно ли я поступаю, употребляя алкоголь?

**Отработка навыков отказа.** Как же я могу уберечь себя от пагубного влияния алкоголя? Как отказать тем, кто предлагает попробовать? А если это мои близкие друзья?

Выходит ученик и читает стихотворение:

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».*

Учитель делит класс 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.** Парень влюбился в девчонку из соседнего двора. Друзья посоветовали подойти и признаться ей в своих чувствах, но перед этим выпить для храбрости.

**Задание для второй группы.** Две подруги гуляют в парке. К ним подходят парни, чтобы познакомиться. Чтобы завязать разговор, они предлагают девушкам угостить их пивом.

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

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

## **Заключение**

Трудно найти молодежную группу, которая не испытала бы на себе влияние алкоголя. Если провести анонимный опрос в школе по вопросу употребления алкогольных напитков, то многие бы ответили, что употребляют их в большем или меньшем количестве. Наверняка, попробовав спиртное впервые, подросток не стал искать информацию о пользе или вреде этого напитка, не стал советоваться со знающими людьми, а стоит ли продолжать этим заниматься, не начал искать статьи в интернете о проблеме пьянства и алкоголизма. Многие подростки даже не задумываются о влиянии и последствиях употребления алкоголя на их здоровье, личность, жизнь. Они просто выпивают. «Бутылка пива — что в этом плохого? Все вокруг так делают!» И не замечают, как увлекаются. Не будь легкомысленным. Помни о последствиях.