

## «Аксиомы алкоголя»

*С первым бокалом человек пьет вино, со вторым - вино пьет вино,  
с третьим - вино пьет человека (Японская пословица).  
Деды пропивают печень внуков (Французская пословица).*

Россия вплотную подошла к вырождению: смертность населения превышает рождаемость. И одной из главных причин этого врачи называют пьянство. Отсюда и беспризорные дети, и увеличение психических заболеваний, и рождение умственно-неполноценных детей. При этом реклама неустанно твердит о пользе и приятности алкоголя, о культурном потреблении алкоголя. В результате чего к алкоголю через пиво и энергетические напитки приобщается все больше и больше подростков. К возрасту 16-18 лет подростки уже многое узнали о вреде алкоголя на занятиях по биологии, химии, на внеклассных мероприятиях. Поэтому предлагаемый классный час призван в какой-то мере обобщить полученные знания.

### **Цели:**

- расширить представление студентов о вреде алкоголя;
- формировать негативное отношение к потреблению алкогольных напитков, умение критически оценивать алкогольную рекламу;
- побуждать детей к здоровому образу жизни, к поиску положительных путей для самореализации.

**Форма проведения:** час общения.

**Подготовительная работа:** распределить тексты информационного блока между ведущими (10 учеников).

**Оформление:** написать на доске тему классного часа, эпиграф, аксиомы академика Ф.Г. Углова:

- Всякая пропаганда полезности спиртного основана на лжи.
- Всякая польза от алкоголя во много раз меньше вреда, наносимого алкоголем.
- Все положительные качества в человеке алкоголь разрушает, а все отрицательные - усиливает.
- Чем больше алкоголя на душу населения, тем больше смертей от алкогольных отравлений.
- Культурно потреблять алкоголь невозможно, так же как и любой наркотик.

### **План классного часа**

- I. Мозговой штурм «Очевидное и вероятное».
- II. Интерактивная беседа по теме «Аксиомы академика Углова».
- III. Информационный блок.
  1. Алкогольная статистика.
  2. Пропившие свой талант.
  3. Долой потомков!
  4. Механизм самоуничтожения.
  5. Полезного пива не бывает.
- IV. Дискуссия.
- V. Заключительное слово.
- VI. Подведение итогов (рефлексия).

Ход классного часа

### **I. Мозговой штурм «Очевидное и вероятное»**

Сегодня мы будем говорить об алкоголизме. Многие из вас уже знают об алкоголе достаточно. Можно даже сказать, что в сознании каждого уже сложились какие-то аксиомы об алкоголе. Напомню, что аксиома - это мысль, которая не требует доказательства в силу своей очевидности. Какие факты и представления об алкоголе являются для вас аксиомами? Примерные ответы:

- Алкоголь - это яд, он разрушает печень, действует на сердце, мозг, почки.
- Алкоголь - это наркотик, он вызывает зависимость.
- Алкоголь - это причина многих преступлений.
- Алкоголь разрушает семьи.
- Алкоголь - это причина травматизма. И т. п.

## **II. Интерактивная беседа по теме «Аксиомы академика Углова»**

А теперь предлагаю послушать и обсудить еще 5 аксиом об алкоголе. Эти аксиомы вывел выдающийся русский хирург академик Федор Григорьевич Углов\*.

Первая и главная аксиома академика Углова гласит: «Всякая пропаганда полезности спиртного основана на лжи». Кому и зачем нужно лгать о полезности алкоголя? (Производителям, продавцам.)

Вторая аксиома: «Всякая польза от алкоголя во много раз меньше вреда, наносимого алкоголем».

Какая же может быть польза от алкоголя? (Он оказывает расслабляющее действие, пьют, чтобы снять стресс.)

Третья аксиома: «Все положительные качества в человеке алкоголь разрушает, а все отрицательные - усиливает». Какие положительные качества алкоголь разрушает? Какие отрицательные усиливает? (Чувство долга, честность, верность, трудолюбие, обязательность. Лживость, лень, грубость, развязность и т. п.)

Четвертая аксиома: «Чем больше потребляется алкоголя на душу населения, тем больше людей гибнет от алкогольных отравлений». Как можно объяснить такую зависимость? (Пьют самогон, некачественную водку, попадают в зависимость, становятся алкоголиками, погибают)

Пятая аксиома: «Культурно потреблять алкоголь невозможно так же, как и любой наркотик». Можете ли вы объяснить, почему? (Потому что алкоголь и наркотики разрушают кору головного мозга, а именно там сосредоточены центры, управляющие нравственностью и культурой.)

Академик Углов родился в 1904 г. В 2004 г. он отметил свое 100-летие. Он попал в Книгу рекордов Гиннеса как «Самый пожилой оперирующий хирург мира». Причина его здоровья, бодрости и долголетия была в полном отказе от алкоголя. Скончался Федор Григорьевич совсем недавно, в июне 2008 г., в возрасте 103 лет.

## **III. Информационный блок**

Чтобы обобщить и пополнить знания о вреде алкоголя, предлагаем вам небольшое досье, подготовленное нашей творческой группой. Авторы досье вывели свои аксиомы об алкоголе.

### **1. Алкогольная статистика**

Ведущий 1. Ни один человек, глядя на алкоголика, не хочет повторить его путь, не хочет стать таким. Он думает, что с ним такого не случится. Но страшная статистика говорит об обратном. Начиная с 1992 г. количество алкоголиков в России выросло вдвое. И сейчас, по оценке Всемирной организации здравоохранения число алкоголиков составляет почти треть населения! Социальный ущерб от алкоголизма огромен: распадаются семьи, растет преступность, сокращается продолжительность жизни, снижается интеллектуальный уровень общества. Если в советское время были распространены такие

семьи, где муж пьянствует, а жена везет на себе все хозяйство, то теперь нормой становятся семьи, где оба супруга алкоголики, а дети предоставлены самим себе. В последнее время наркологи все чаще говорят о новой разновидности - подростковом алкоголизме.

Ведущий 2. По международной шкале, употребление 8 л спирта в год на душу населения обозначает физическую деградацию. А в России это количество уже превышено в 2 раза.

- Число больных алкоголизмом составляет несколько миллионов человек.
- За последние 30 лет доля женского алкоголизма возросла вдвое.
- Подростки стали приобщаться к алкоголю уже с 14 лет.
- Каждая 3-я смерть у нас в стране так или иначе связана с алкоголем\*.
- Каждое 5-е преступление совершается на почве пьянства.
- Алкоголь усугубляет проблему социального сиротства. Ежегодно более 600 тыс. детей остаются без одного из родителей, 60 тыс. детей уходят из дома и бродяжничают.
- 90% воспитанников детских домов - это дети пьющих родителей\*\*.

На основании приведенных фактов можно вывести еще одну аксиому: алкоголь ведет Россию к вырождению.

## **2. Пропившие свой талант**

Ведущий 3. Одним из распространенных мифов об алкоголе является миф о том, что алкоголь способствует творчеству, повышает творческую активность человека. Мы утверждаем обратное. «Пропившие свой талант» - так мы назвали подборку фактов, которые показывают убийственное действие алкоголя на творческие способности человека. Великий философ и врач Авиценна (Ибн Сина), тысячу лет назад утверждал, что «немного вина - лекарство, много - смертельный яд». И все свои сочинения, и трактаты он писал, выпивая большой кувшин вина. Именно от вина он и погиб в 58 лет. Врачи поставили диагноз: «Алкоголь прожег толстый кишечник».

Ведущий 4. Многие великие умы, яркие таланты были алкоголиками: Юлий Цезарь, Петр Первый, Сократ, Декарт, Сенека, Гегель, Рабле, Джек Лондон, Эрнест Хемингуэй, Тарас Шевченко, Сергей Есенин, Владимир Высоцкий, Бетховен, Рембрандт, Гендель, Мусоргский. А сколько было алкоголиков в спорте! Все начинали пить понемногу, но потом уже не могли остановиться. Аксиома: знаменитые и великие люди очень часто становились алкоголиками, ни один из алкоголиков не стал еще знаменитым и великим.

## **3. Долой потомков.**

Ведущий 5. Наша подборка называется «Долой потомков?». Мы приведем факты пагубного воздействия алкоголя на наследственность. Пагубное влияние алкоголя на потомство было замечено еще в Древней Греции: всем известен миф о богине Юноне, которая родила от пьяного Юпитера хромого сына. Стремясь защитить свой народ от вырождения, мудрый правитель Спарты Ликург запрещал в день свадьбы употребление спиртных напитков под угрозой тяжкого наказания. А великий врач Гиппократ указывал, что причиной идиотизма, эпилепсии и других нервно психических заболеваний являются родители, которые пили вино в день зачатия.

Ведущий 6. В Древнем Риме было время, когда девушкам и женщинам запрещено было принимать алкогольные напитки. А в Древней Индии всегда категорически запрещалось пить вино всем женщинам. Нарушительницам грозило страшное наказание - раскаленным металлом им выжигали на лбу преступную бутылку.

Ведущий 5. О том, что пьянство ведет к вырождению рода, говорил и известный итальянский психиатр и криминалист XIX в. Чезаре Ломброзо. В одной из своих книг он

приводит такие факты\*: «От одного родоначальника пьяницы Макса Юке произошли в течение 75 лет 200 человек воров и убийц, 280 несчастных, страдавших слепотой, идиотизмом, чахоткой, 90 проституток и 300 детей, преждевременно умерших, так что вся эта семья стоила государству, считая убытки и расходы, более миллиона долларов».

Ведущий 6. Еще факт из той же книги. Ломброзо пишет об одном пьянице, у которого было 7 детей. Один из них сошел с ума в возрасте 22 лет, другой был идиот, двое умерли в детстве, пятый был чудак и мизантроп, шестая - истеричная, седьмой - хороший работник, но страдал расстройством нервов. Из 16 детей другого пьяницы 15 умерли в детстве, а последний, оставшийся в живых, был эпилептик.

Ведущий 5. И наши предки заметили, что употребление вина может приводить к рождению неполноценных детей. Не случайно на Руси запрещалось жениху и невесте на свадьбе пить спиртное. Родители старались не выдавать замуж дочь за молодого человека, отец которого пьет. Считалось, что сын станет алкоголиком по примеру своего родителя. Но современные, образованные жених и невеста пьют на свадьбе, пьют в период вероятного зачатия. Некоторые женщины во время беременности употребляют вино или пиво, не заботясь о здоровье ребенка.

Ведущий 6. У большинства людей, больных алкоголизмом, более трети родственников по отцу тоже были пьяницами. И еще: специалисты доказали, если первое поколение алкоголиков спивается за 10-25 лет, то второе и третье - примерно за 3-5. Причем дети алкоголиков в 7 раз чаще склонны к алкоголизму, чем дети не-алкоголиков. Нам кажется, что это аксиома: алкоголь ведет к вырождению.

#### **4. Механизм самоуничтожения**

Ведущий 7. Наукой установлено, что алкоголь является клеточным ядом нервно-паралитического и нервно-токсического действия. Он поражает клетки различных органов. Но когда поражены клетки печени, сердца, это может быть и не заметно окружающим, а вот действие алкоголя на клетки мозга и на половые клетки скрыть невозможно. Мы расскажем о том, как проявляется этот механизм самоуничтожения.

Ведущий 8. Ученые экспериментально доказали, что алкоголь вызывает необратимые изменения в коре головного мозга. Признаками этого становятся рассеянность, забывчивость, раздражительность, внезапные приступы гнева. Постоянное употребление пива, вина, водки, шампанского, других алкогольных напитков даже самого большого интеллектуала превращают в примитивное существо, способное выполнять лишь самые простые функции. Механизм его действия заключается в том, что алкоголь перекрывает кислород для клеток мозга, и они отмирают. Человек начинает терять контроль над своим поведением: нарушается память, координация движений, нравственный центр. После каждой попойки в мозгу остаются рубцы и шрамы. А у алкоголиков мозг вообще похож на выеденный молью войлок. Так что можно добавить новую аксиому: любая доза алкоголя приводит к поражению клеток мозга.

Ведущий 7. А теперь о влиянии алкоголя на половые клетки. Алкоголь поражает зародышевые клетки, из которых развивается плод. Опасным может быть даже однократный прием небольшой дозы алкоголя. А разрушительное воздействие спиртного на зародышевые клетки длится около 2 недель с момента его употребления родителями!

Ведущий 8. Причем пить нельзя ни матери, ни отцу! Потому что на здоровье ребенка влияют клетки обоих родителей. И спиртное становится причиной многих отклонений и пороков развития.

Неполноценность ребенка - это настоящая трагедия для родителей. О том, что эта трагедия уже пришла во многие семьи, говорит рост количества интернатов для умственно-отсталых детей.

Ведущий 7. Медицинская наука доказала: дети, зачатые пьяными родителями, страдают неотвратимо! А вот степень повреждения и формы его проявления могут быть разными: от очень грубых физических недостатков, явной дебильности до тонких нарушений психики, интеллекта или, скажем, обмена веществ.

Ведущий 8. За этими словами искалеченная, безрадостная жизнь. Отсюда вытекает еще одна аксиома: преступно будущим родителям употреблять спиртное!

#### **5. Полезного пива не бывает**

Ведущий 9. Реклама внушает, что пиво - это нечто очень вкусное, душевное, престижное, эдакая стильная штучка, без которой нельзя существовать в современном мире. И безвредная. Выпьешь - станешь сильным, смелым, крутым парнем (или клевай девчонкой). Подростки начинают регулярно пить пиво в возрасте 12-13 лет, а к 14 годам многие становятся хроническими алкоголиками. Ученые выяснили, что нет существенных отличий в протекании пивного и водочного опьянения, а также в похмельном синдроме. И алкоголизм развивается в любом случае.

Ведущий 10. Когда начинать бить тревогу?

- Если человек выпивает больше 1 л пива в день.
- Часто собирается с друзьями, чтобы расслабиться в компании янтарного напитка.
- Раздражается и злится, если не выпьет.
- Жалуется на здоровье.
- Становится обладателем «пивного животика».
- Не может расслабиться, уснуть без допинга - пива.
- Пьет пиво утром, чтобы опохмелиться.

Ведущий 9. Если вы видите эти признаки у кого-то из своих друзей, попробуйте ему помочь. Вот несколько простых советов.

- Не молчи! Расскажи ему о вреде пива. Постарайся узнать причину, по которой пиво стало его лучшим другом. Если у него какие-то проблемы, предложи свою помощь.

- Отвлекай! Постарайся занять друга чем-нибудь интересным, чтобы ему некогда было думать о выпивке.

- Хитри! Постарайся увести своего друга из компании друзей, с которыми он привык употреблять этот янтарный напиток.

- Рискни! Попробуй поставить ультиматум - либо ты, либо она (бутылка).

- Уговори! Самый надежный, но и самый сложный способ - это убедить, что нужно обратиться к специалисту - наркологу или психологу\*.

Наша аксиома: пиво вызывает такую же алкогольную зависимость, как и водка.

#### **IV. Дискуссия**

Вы познакомились с фактами, мнениями об алкоголизме, которые в силу их очевидности, назвали аксиомами. Предлагаю обсудить эти факты. Начинаем нашу дискуссию.

(Куратор задает вопросы, студенты отвечают.)

Об алкоголиках часто говорят, что они совесть пропили. Согласны ли вы с этим?

На доске записана японская пословица об алкоголе (читает). Как перевести эту восточную мудрость на русский язык?

А теперь еще одна пословица (читает). Эта пословица не случайно родилась во Франции, которая славится своим виноделием. Как могла появиться такая пословица? И как объяснить такую странную метафору? Прямо из фильма ужасов.

Как вы относитесь к предложениям типа: «Пить до дна», «"штрафную" для опоздавших», «За твоё здоровье!», «Ты меня уважаешь»?

(Студенты высказываются.)

С древних времен люди поняли, какую опасность несет алкоголь. Боролись с этим злом по-разному.

- В Древнем Китае людей, схваченных во время попойки, приговаривали к смертной казни.

- А в Древней Индии представителей знати, уличенных в пьянстве, заставляли пить из раскаленного металлического сосуда горячее вино, кипятки, коровью мочу или кипящее молоко до наступления смерти.

- Каждый римлянин имел право убить свою жену, если заставал ее пьяной.

- В Афинах при Солоне за пьянство первый раз штрафовали, потом казнили. В Ливерпуле уже в XIX в. пробовали публиковать в газетах имена и адреса алкоголиков.

Какой способ борьбы с пьянством кажется вам наиболее справедливым?

(Ответы студентов.)

В наше время предлагаются более гуманные методы борьбы с пьянством. Пропагандировать культуру застолья или насаждать абсолютную трезвость - какой путь кажется вам наиболее эффективным?

Некоторые защитники трезвости предлагают даже ввести «сухой закон» - запрет на производство и продажу алкоголя. Как вы относитесь к этому предложению?

(Студенты высказываются.)

Наше обсуждение подошло к концу. Мы услышали самые разные мнения о том, как противостоять пьянству. Единственное, что было для всех очевидно - то, что алкоголь - это большая проблема для России, и проблему эту нужно решать. Это и будет последней аксиомой алкоголя, которую мы узнали сегодня.

#### **V. Заключительное слово**

Вредное влияние алкоголя - это аксиома. Но, тем не менее, многие предпочитают испытывать крепость своего здоровья. Каждый делает свой выбор. Разумное и бережное отношение к своему организму может продлить активную полноценную жизнь на 15-20 лет. Наплевательское и халатное - укорачивает ее на 15-20 лет. Как было бы хорошо, если бы и эту истину люди усвоили как аксиому.

#### **VI. Подведение итогов (рефлексия)**

Классный руководитель. Мы говорили сегодня об очевидных истинах, касающихся алкоголя. Так ли очевидны были для вас эти истины? Или осталось желание экспериментировать с алкоголем?