

ВОСПИТАНИЕ

Научно-методический журнал Министерства просвещения СССР

ШКОЛЬНИКОВ

5
1984



ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ

СОДЕРЖАНИЕ

Решения апрельского (1984 г.) Пленума ЦК КПСС — в жизнь
В помощь учителям — пропагандистам и слушателям школ научного коммунизма
Учить жить, работать и бороться по-ленински
К 40-летию Великой Победы
К 80-летию Н. А. Островского
Теория и практика коммунистического воспитания

Для тех, кто работает с комсомольцами

Для тех, кто работает с пионерами

Для бесед с подростками

Страница из жизни учителя
В Министерстве просвещения СССР

Отвечаем на вопросы читателей

В часы досуга
За рубежом

Критика и библиография

- 2 О повышении заработной платы учителей и других работников народного образования.
- 4 Реформа общеобразовательной и профессиональной школы — составная часть совершенствования развитого социализма.
- 8 Макаев В. Воспитывать юную смену на ленинском примере.
- 11 Овчинникова Л. Школа в катакомбах.
- 13 Беляев В. Жизнь, отданная делу революции.
- 15 Фролов А. Что такое параллельное педагогическое действие.
- 18 Постол М. Трудовое воспитание сельских школьников.
- 19 «Я голосую за мир!»
- 20 Жуков А. Правовые знания — каждому школьнику.
- 21 Александров Л. «Поход дружбы» в сельскую школу.
- 22 Блинов А., Григорова В. Антиалкогольное воспитание школьников.
- 27 Урицкий Н. Школьные кинотеатры.
- 32 Коган Л. Библиотеки — школьникам.
- 34 Хозе С. Слагаемые авторитета школьной комсомольской организации.
- 38 Белозеров Г., Черненко Ю. Интернациональное воспитание пионеров.
- 41 Буданова Г., Лебедев Д. Пионерский штаб.
- 43 Перевозная Е. Достоинство и честь.
- 46 Кочетов А. Самовоспитание.
- 50 Жуховицкий Л. Ищи, в чем виноват сам.
- 51 Красов Н. На уроке. Трудный вопрос. Выбор. Мгновение.
- 53 Об изучении в старших классах общеобразовательной школы курса «Этика и психология семейной жизни».
- 54 Совершенствовать работу с юными пожарными.
- 58 Черный Г. Партия — наш рулевой.
- 61 Легкова К. Берегите хлеб.
- 65 Минский Е. Игры на перемене.
- 68 Кирьянова О. Пасынки «свободной» Америки.
- 72 Совещание главных редакторов педагогических журналов социалистических стран.
- 77 Ручинская Е. Художественная публицистика для детей.
- 77 Сергеева Л. Ориентировать школьников на рабочие профессии.
- 79 Оглоблина Г. Семья и школа — единомышленники.

Главный редактор Л. В. Кузнецова

Редакторы отделов:

Художественный редактор
Е. Ю. Косачева

Редакционная коллегия:

Л. В. Ботякова
О. И. Грекова
Отв. секретарь
В. А. Гречишников
И. Ю. Губанов
А. А. Деркач
А. Ф. Иванов
В. М. Коротов
Б. Т. Лихачев

И. С. Марьенко
З. Г. Новожилова
М. М. Плоткин

Зам. главного редактора
И. В. Соколова
Л. Б. Софронова
Л. И. Филатова
Б. Е. Ширвиндт

Х. Н. Ахтамзян
В. И. Карпенко
Н. И. Фролова

Зав. редакцией
М. А. Воробьева

Технический редактор
Л. В. Розанова

Корректор
Л. Ф. Чичулина

А. Блинов, В. Григорова,
преподаватели Благовещенского педагогического института

Антиалкогольное воспитание, направленное на формирование физически и психически здоровой личности, неразрывно связано с нравственным. Установлено, что появление психологических алкогольных установок (как негативных, так и позитивных) происходит у детей в 9—10 лет. С этого времени и необходимо начинать антиалкогольное просвещение и воспитание школьников. Успех его в значительной мере зависит от совместных усилий семьи и школы.

Недостаточно ограничиваться информированием школьников о вреде алкоголя: сообщение этих знаний должно сочетаться с развитием у учащихся интереса к жизни, к разнообразным видам общественно полезной деятельности.

Чаще всего питьевые традиции подросток усваивает в семье. Поэтому антиалкогольную работу целесообразно начинать с родителями учащихся с первых месяцев пребывания ребенка в школе. Одно из родительских собраний учитель посвятит теме: «Антиалкогольное воспитание детей в семье». Цель собрания — предостеречь родителей от пагубных последствий раннего приобщения детей к алкоголю. До собрания учитель знакомится с условиями жизни учеников в семьях, нравственным климатом в них, выявит родителей, злоупотребляющих алкогольными напитками.

В III классе в конце учебного года учитель проведет беседу на тему «Алкоголь и дети» непосредственно с учениками. Из учебника «Природоведение» к этому времени они уже узнают об основных органах человеческого тела. Учитель покажет, как пагубно влияет этиловый спирт на эти органы, особенно в детском возрасте. Вначале можно обсудить значение слова «алкоголь». Затем основное внимание уделить воздействию спиртных напитков на мозг, сердце, печень, другие органы, объяснить, почему человек, злоупотребляющий этими напитками, постепенно заболевает, становится алкоголиком. В конце беседы предложить вниманию учащихся несколько народных пословиц о вреде алкоголя, которые хорошо запоминаются: «В море водки и богатыри тонут», «Меньше пить — дольше жить», «Не жаль вина, а жаль ума» и др. Продолжительность беседы — 40—45 мин, проводится она во внеурочное время.

С учащимися IV—VII классов такие беседы рекомендуется проводить в форме занятий по решению и обсуждению поведенческих задач-ситуаций с нравственным содержанием.

Так, в IV классе в беседе освещается тема «Пьянство — всегда зло». Выяснив значение понятий «пьянство», «пьяница», учитель просит ребят рассказать, какой ущерб наносит пьянство обществу, почему пьяница не может достойно нести высокое звание гражданина СССР, быть добросовестным тружеником, уважать права и интересы других, заботиться о родителях и детях и т. д. В беседе полезно использовать отрывки из художественной литературы, периодической печати, плакаты, разоблачающие пьянство. Подводя итоги обсуждения, учитель подчеркивает, что быть пьяным стыдно, недостойно человека.

В V классе школьники изучают историю древнего мира. Полезно рассказать им о способах борьбы с

пьянством в тот период: например, о том, что древние греки пили виноградное вино только разбавленным, в Древнем Риме запрещалось пить вино мужчинам до 30 лет, а женщинам всю жизнь.

С учащимися VI—VII классов можно более глубоко анализировать явления, связанные с пьянством. С подростками следует провести цикл бесед на тему «Пьянство — путь к правонарушениям». В беседе «Истоки хулиганства» надо сообщить, что 80—90% хулиганских поступков совершаются людьми в нетрезвом состоянии.

О влиянии пьянства на здоровье, о социальных последствиях пьянства, о правилах поведения в обществе следует беседовать с учащимися восьмых классов.

В IX классе в беседе «Влияние алкоголя на потомство» необходимо вскрыть все последствия «пьяного зачатия». Изучая в VIII классе анатомию, физиологию и гигиену человека, ребята уже получили определенное представление о половых клетках, оплодотворении, развитии зародыша. Нужно раскрыть школьникам, какое зло может причинить алкоголь будущим детям.

В статье «Расплата» З. Балаян описывает историю человека, который, став отцом четверых умственно отсталых детей, покончил с собой. Встретившись с его детьми, автор пишет: «Смотрел на них, так похожих и так не похожих на нормальных детей. Смотрел и сердце обливалось кровью. У всех четверых безразличный, пустой взгляд. Кажется, глаза их ничего не видят вокруг. В них нет света. Я смотрел на них и то и дело ловил себя на мысли, что с каждым мгновением у меня пропадает жалость к их отцу. И вместо нее появляется презрение... что не могу и не хочу простить даже мертвому то чудовищное преступление, за которое расплачиваются дети»¹.

По данным профессора Ф. Углова, изучавшего в клинике развитие 64 детей, родившихся от отцов, злоупотреблявших алкоголем в течение 4—5 лет до рождения малышей, у всех детей была установлена умственная неполноценность даже при удовлетворительном общем физическом развитии. При этом выявлено: чем больше алкогольный «стаж» отца, тем резче проявляется умственная отсталость ребенка.

Но не только систематическое пьянство приводит к таким результатам. Опьянение одного из родителей в период зачатия вполне достаточно для рождения неполноценного ребенка. Не должны употреблять спиртные напитки женщины в период беременности и кормления грудью. Женщине необходимо активно бороться с пьянством в семье и после рождения ребенка. Установлено, например, что школьники, растущие в семьях, где пьянствуют один или оба родителя, учатся значительно хуже детей, которые живут в нормальных семьях. Нередко такие дети начинают подражать родителям.

В X классе беседы по антиалкогольной тематике можно посвятить проблеме несовместимости пьянства и семьи. В курсе «Обществоведения» есть тема «Семья и брак». Кроме того, курс «Этика и психология семейной жизни»² для учащихся IX—X классов поможет вос-

¹ Литературная газета, 1979, 30 окт.

² См.: Воспитание школьников, 1982, № 1.

питать у старшеклассников ответственность за судьбу будущей семьи, детей.

Устанавливая причины распада молодых семей, состоящих в браке от одного до четырех лет, исследователи на первое место поставили пьянство одного из супругов (чаще мужа). У большинства разводящихся пар уже были дети, которые в результате развода родителей лишились многих необходимых условий жизни и воспитания.

Антиалкогольной тематике посвящаются также диспуты, читательские конференции, вечера вопросов и ответов. В школе выпускаются специальные бюллетени, демонстрируются научно-популярные фильмы, разоблачающие пьянство. С подростками, чье поведение начинает вызывать тревогу, ведется индивидуальная работа.

Антиалкогольное воспитание, неразрывно связанное с нравственным, следует вести систематически, целеструеменно, всячески избегая эпизодичности, формализма.

Целесообразно приглашать на обсуждение отдельных проблем медиков, работников милиции, суда и т. д. Медики, например, могут рассказать учащимся, что по своему действию на организм алкоголь является наркотическим веществом, поражающим в первую очередь центральную нервную систему. Через слизистые оболочки желудка и тонкого кишечника он быстро всасывается в кровь. Если алкоголь принят на пустой желудок, максимальная концентрация его в крови устанавливается через 20—30 мин, а при обильной закуске, особенно мясной или жирной, — через 1—1,5 ч.

Алкоголь неравномерно распределяется в тканях тела. Особенно много поглощает его головной мозг, так как в нервных клетках мозга содержится значительное количество жироподобных веществ — липидов, в которых алкоголь растворяется лучше, чем в жидких средах (крови). Поэтому в головном мозге человека содержание алкоголя на 60—70% выше, чем в крови. Более высокая, чем в крови, концентрация алкоголя в печени, меньше в мышцах.

Опьянение протекает тем тяжелее, чем моложе человек, так как молодой организм обладает значительно меньшей устойчивостью и сопротивляемостью к алкоголю, чем организм взрослого человека. Клетки мозга в период созревания тем более чувствительны к нему, чем меньше лет подростку.

Для детей смертельная доза чистого алкоголя — около 3 г на 1 кг веса, для подростков — 4—5 г на 1 кг веса, т. е. ребенок весом 15 кг может погибнуть от 45 г алкоголя (около 100 г водки), а подросток весом 40—45 кг — от 100—200 г алкоголя (0,25—0,5 л водки)³.

Во время алкогольного опьянения в первую очередь страдает тормозной процесс, т. е. исчезает охрана коры головного мозга и клетки быстро истощаются. Алкоголь действует и на процесс раздражения, в результате резко угнетает всю высшую нервную деятельность.

Отсюда понятно, почему незначительный повод, на который трезвый не обратил бы внимания, вызывает у пьяного бурную реакцию (ослабление тормозного процесса). То, что трезвый никогда не позволит себе, легко делает пьяный. При больших дозах алкоголь значительно расстраивает согласованную деятельность коры и нислежащих центров (подкорку), иногда парализуя передачу возбуждения с одной нервной клетки на другую. В этом и заключается физиологический механизм поведения пьяного человека.

Алкоголь, действуя на различные участки мозга, лишает их кислорода, необходимого для нормального функционирования клеток. У пьяного человека в мозгу возникает большое число мелких кровоизлияний,

значительное количество сосудов закупоривается. Поскольку только в коре больших полушарий мозга содержится около 14 млрд. клеток, разрушение даже нескольких тысяч из них не приводит к внешне заметным изменениям. Но если человек пьет годами, он теряет миллионы клеток мозга. Установлено, что при тяжелой форме опьянения гибнет 20 тыс. клеток мозга. Постепенное увеличение этих потерь проявляется в замедленной реакции человека и снижении его интеллектуальных способностей. Когда пьющий человек умирает, вскрытие показывает громадное число атрофированных участков мозга. То есть, когда человек выпивает, пусть нерегулярно, время от времени, в его мозгу происходят необратимые изменения. Разница между алкоголиком и «умеренно» пьющим — лишь в степени разрушения клеток мозга.

Алкоголь сгорает и выводится из организма очень медленно. За час сгорает 6—10 г алкоголя, а продукты его метаболизма (химических реакций в живых клетках) выделяются из организма в течение 15 дней. Отсюда легко можно представить степень наркотического действия на организм у систематически пьющего человека.

Под влиянием алкоголя происходят секундные расстройства сознания. Такие расстройства особенно опасны для водителя транспорта, летчика, рабочего, обслуживающего сложные станки или агрегаты, или оператора, работающего с электронной техникой.

Интеллектуальные и воспринимающе-приказывающие функции мозга ослабевают даже после малых доз спиртного. Причем человек не замечает этого. Наоборот, ему кажется, что работа идет быстрее и лучше. Дело в том, что употребление алкоголя вызывает переоценку своих сил и возможностей.

Чаще всего прибегают к алкоголю и другим наркотическим веществам люди, для которых характерна неразвитость потребностей, отсутствие устойчивых интересов. Они легко подчиняются постороннему влиянию, живут сегодняшним днем, безответственны, склонны к примитивным удовольствиям, немедленному удовлетворению своих желаний, нетерпеливы в их удовлетворении, несдержанны. Лень, скука порождают ощущение, что чего-то в жизни не хватает. Чаще всего такая неудовлетворенность погашается с помощью алкоголя.

Алкоголь отрицательно действует не только на центральную нервную систему, но и на другие системы и органы.

Наукой доказана прямая связь между злоупотреблением алкоголем и тяжелыми заболеваниями сердца и сосудов. Уже в молодом возрасте пьяницы испытывают неприятные ощущения: сжимающие боли в области сердца, одышку при физическом напряжении или приступы стенокардии (грудной жабы) из-за спазма сосудов сердца. У принявших большую дозу алкоголя они чаще всего наступают на второй день после выпивки.

В дальнейшем развивается алкогольное поражение сердца, известное под названием алкогольной кардиопатии, а затем прогрессирующая сердечная слабость. Сердце увеличивается в размерах и покрывается слоем жира. Ожиревшее сердце находится как бы в мешке, который давит, теснит его, мешает работать, оно становится дряблым и слабым.

Возраст человека определяется не количеством прожитых лет, а состоянием его кровеносных сосудов. Какие же факторы способствуют сужению сосудов и сокращению сроков жизни? Одним из них является употребление алкоголя, особенно крепких спиртных напитков.

Алкоголь способствует развитию атеросклероза, сужению артерий, по которым кровь идет от сердца к различным органам. Причем у молодых людей, злоупотребляющих алкоголем, атеросклероз развивается столь же часто, как и в пожилом возрасте. При ате-

³ Энтин Г. И. Когда человек себе враг. — М., 1979, с. 11—12.

росклерозе сосуды твердеют, на их стенках изнутри и снаружи откладываются жиры, находящиеся в крови. Они сужают внутренний диаметр артерии и препятствуют кровообращению. Атеросклероз поражает наиболее важные в жизненном отношении сосудистые области сердца и мозга.

Алкоголь может вызвать стойкие нарушения кровоснабжения конечностей с последующим омертвением пальцев, стопы.

Алкоголь раздражающе действует на слизистую оболочку пищеварительного тракта: полости рта, глотки, пищевода и желудка. Систематическое употребление спиртных напитков вызывает гастрит, сопровождающийся изжогой, отрыжкой, тошнотой, иногда болями в животе. Установлено, что злоупотребление алкоголем и курением предрасполагает к заболеванию раком. Алкоголь в сочетании с табачным дымом усиливает вредное воздействие на верхние дыхательные пути и пищеварительный тракт. Употребление очень горячей пищи и крепких спиртных напитков ведет к ожогам слизистой оболочки пищевода и желудка и как следствие — к раку этих органов⁴.

В беседе со школьниками медики подчеркнут, что особый вред спиртные напитки наносят печени. Из желудочно-кишечного тракта алкоголь всасывается в кровь, проходя главную биохимическую лабораторию — печень. Здесь происходит изменение углеводов, поступающих с пищей. Печень участвует в обмене белков и витаминов. Она играет важную роль в минеральном обмене и в обмене железа. Но одна из основных функций печени — образование желчи. По специальным протокам желчь попадает в кишечник и участвует в переваривании пищи. Люди, злоупотребляющие алкоголем, практически не следят за своим питанием. А длительное неполноценное питание при наличии алкогольной интоксикации предрасполагает к развитию хронических заболеваний печени. В конце концов наступает тяжелое заболевание — цирроз печени. Каждая выпивка — это удар по клеткам печени, выполняющим сложные и многообразные функции. Ученым удавалось обнаружить алкоголь в печени почти через две недели даже после однократной выпивки.

Почки способствуют частичному выведению алкоголя и продуктов его распада. Длительное и частое употребление алкогольных напитков вызывает раздражение тканей почек и их заболевание.

Алкоголь отрицательно влияет на органы дыхания, поджелудочную железу, способствует быстрому развитию туберкулеза.

Опьянение усиливает половое влечение, притупляет чувство стыда, осторожность, брезгливость, толкает молодежь на легкомысленные поступки, случайные половые связи.

У детей и подростков очень быстро возникает привыкание к алкоголю. Зарегистрированы случаи острых алкогольных психозов у детей в возрасте 8—10 лет. Употребление спиртных напитков подростками затрудняет выравнивание у них физиологических диспропорций развития сердечно-сосудистой системы. Особенно пагубно действует алкоголь на организм подростков-девочек. Это связано с тем, что они развиваются быстрее и формирование физиологических систем у них может быть дисгармоничнее еще в большей степени, чем у мальчиков. Кроме того, женский организм чувствительнее к различным воздействиям. Не допускать формирования вредной привычки (склонности к употреблению алкоголя) — значит не только сохранить здоровье девочки, но и обеспечить здоровье будущих поколений.

Поводом для употребления спиртных напитков может явиться стремление подростка показать себя «взрослым», чтобы не отстать от компании, поддержать зна-

комство. «Комсомольская правда» писала, что в некоторых школах появилась новая «традиция»: «обмывать» каждый сданный экзамен. Вначале это делали только юноши, затем к ним стали присоединяться и девушки.

Наиболее опасно стремление молодых людей показывать себя умеющими пить водку, коньяк, другие крепкие напитки. Установлено, что у юношей, начавших выпивать в 15—17 лет, алкоголизм может развиться за 2—3 года, а у подростков 13—15 лет уже меньше чем за год возникает непреодолимая тяга к алкоголю.

Алкоголь ведет к деформации личности. Никто и никогда не подсчитал, сколько трудов, тревог, затрат требуется от семьи, общества для того, чтобы вырастить полноценного здорового человека. Наверное, это и невозможно сделать. Как оценить бессонные ночи матери, ее постоянную тревогу за жизнь и здоровье сына или дочери, усилия учителей открыть детям огромный мир знаний. Труды землепаша, горняка, металлурга, портного, чтобы накормить и одеть человека, как оценить построенные для него в стужу и ветер дома и мосты, написанные стихи и поэмы, отданные в боях за Отечество миллионы жизней, чтобы человек мог спокойно и гордо ходить по земле своих предков, сохраняя и приумножая все созданное ими? Что же делает пьяница? Он не только не оправдывает надежд, которые возлагали на него близкие, общество, он предаст их, позорит, обкрадывает. Презращаясь постепенно из человека в животное, пьяница калечит и убивает других людей: садясь в пьяном виде за руль автомобиля, он может убить ни в чем неповинного человека только потому, что тот встретился ему на пути; он может пойти на воровство, обман, лишь бы было на что купить бутылку водки. Трудно придумать преступление, на которое не был бы способен пьяница.

Поэтому пьяница не может не вызывать нашего презрения. Он это должен чувствовать на каждом шагу. Воспитание презрения к пьянству — одна из важнейших задач антиалкогольного воспитания.

А. Г. Хрипкова и Д. В. Колесов пишут: «...пьяница заявляет подростку, юноше: «Пью и не пьянею, а тебя рвет, значит, ты еще слаб». Разъясните подростку, юноше, что нормальный здоровый человек и должен реагировать на алкоголь отрицательно. Рвота на спиртное — не признак слабости организма, а защитная его реакция на яд, признак здоровья. Напротив, отсутствие такой реакции — признак болезненных сдвигов в организме, вызванных регулярным приемом спиртного.

Пьяница хвастается: «Могу выпить много и пьянею медленно». Объясните подростку, юноше, что этот человек уже глубоко болен и его болезнь достигла стадии, когда переносимость алкоголя возросла. И чем резче возрастает переносимость алкоголя сейчас, тем резче она упадет впоследствии, когда наш «герой» будет падать под стол от одной рюмки⁵.

К злоупотреблению алкоголем ведут не только нездоровые традиции, дефекты воспитания, благодушное отношение к пьянству. Пьянство появляется и там, где господствует низкая культура организации досуга молодежи. В этих условиях досуг теряет свою социальную ценность и превращается в силу, калечащую личность, деформирующую сознание и поведение. Необходимо повышать общественный престиж тех занятий в свободное время, которые наиболее полно способствуют развитию личности, укреплению ее нравственного и физического здоровья.

Люди, имеющие здоровые увлечения, редко скатываются к пьянству, а ярко выраженный интерес к чему-либо служит хорошим психологическим барьером против него. В связи с этим в любом школьном коллективе важно подумать о создании материальных и организационных условий, обеспечивающих нормальное об-

⁴ Воропай А. В. Расплата за безволие (о вреде пьянства). — М., 1979, с. 52.

⁵ Хрипкова А. Г., Колесов Д. В. Мальчик — подросток — юноша. Пособие для учителей. — М., 1982, с. 176.

щение учащихся на основе их объединения в различные клубы по интересам.

Неразумно игнорировать роль развлечений в жизни молодежи. Развлечения — одно из необходимых и широкодоступных средств снятия психологической усталости, напряженности, они способствуют расширению сферы общения.

Требуют развития формы отдыха без алкоголя. Каждая из них — благо, так как предоставляет возможность интересно проводить свободное время, не прибегая к неизменной бутылке, не становиться человеком, для которого «заменили водочные спайки все другие способы общения людей» (В. Маяковский). Слишком дорого обходятся такие «спайки».

В ответ на вопрос, что побудило к выпивке, подростки отвечают: «Пил за компанию», «Чтобы веселее было», «Хотелось хорошо провести время». А заканчивается это плачевно. Подростки 13—16 лет и юноши 17—18 лет, находящиеся в воспитательно-трудовой колонии, назвали такие причины правонарушений: «Был пьян» (52,8%); «Хотел раздобыть денег на вино» (13,8%); «Хотел выпить, а денег не было» (10,4%); «Дружки пьяные подтолкнули» (8,6%).

О том, как формируется контингент кандидатов в такие колонии, убедительно повествуется в письме одного школьника: «Мне 16 лет, учусь в X классе. По-моему, каждый знает, что вино и водка приносят только зло. Почему же пьют? Особенно подростки, молодежь. У меня много друзей и знакомых, таких же, как я. Уже так заведено, по праздникам, по субботам и воскресеньям, чтобы веселее было на танцах, или когда собираемся по 4—6 человек... Уже не представляю себе, что не буду пить, если грустно или просто плохое настроение. А выпьешь — и начинаются «похождения». Когда нет танцев, вся «толпа» собирается в «хазах» или «каморках», группами по 12—15 человек. Выпьем и идем шататься по микрорайону. Задираем встречаемых, не щадим и девушек, часто доходит до драк, с незнакомыми парнями, конечно. Такое бывает часто, но вот вопрос: как повернуть все в другую сторону?»⁶. Из этого письма видно, что у школьника в 16 лет сформировалась тяга к алкоголю, что он не представляет себе жизнь без выпивок, наконец, у него нет чувства элементарной нравственной ответственности за свои поступки.

В пьяном виде совершается большинство изнасилований при особо отягчающих обстоятельствах. Чаще всего жертвами насильников становятся девочки-подростки и девушки, которые соглашаются на выпивки в компании малознакомых людей в их квартирах или других уединенных местах.

Успешно осуществлять воспитательные функции школа сможет, лишь поддерживая тесные контакты с комиссиями по борьбе с пьянством и алкоголизмом, опорными пунктами охраны общественного порядка. Следует шире привлекать к работе с неблагополучными подростками и учащихся старших классов. Но особенно большую помощь педагогическим коллективам призваны оказывать родители учащихся.

Полезно привлекать детей и подростков к просмотру телепередач «Здоровье», чтению популярной литературы о вреде пьянства, статей и судебных очерков в периодической печати. Это поможет подросткам и юношам глубже осознать, что пристрастие к алкоголю не только пагубно влияет на самого пьющего, но и является социальным злом, ведет к прогулам и браку на производстве, к хулиганству и правонарушениям, к рождению неполноценного потомства, конфликтам в семьях и, наконец, к их распаду. Правда, одних знаний недостаточно, нужно, чтобы все, о чем дети узнают, вызывало у них чувство сожаления, отвращения,

непритязания, негодования. Только в этом случае знания будут носить действенный характер, влиять на поведение подростка.

Нужно как можно раньше приучать детей делать утреннюю зарядку. Выдающийся советский врач-педиатр акад. Г. Н. Сперанский говорил, когда ему было 94 года: «Девяносто лет назад я сделал свою первую утреннюю гимнастику. И с тех пор каждое утро начинается для меня с гимнастики и обтирания... Почти сто лет я прожил на свете и ни разу не болел».

Еще Аристотель утверждал: «Ничто так не истощает и не разрушает человека, как продолжительное физическое бездействие». Японские врачи считают, что для нормальной жизнедеятельности человек должен делать 10 тыс. шагов в день со скоростью два шага в секунду. Такой точки зрения придерживаются и наши врачи. А как мало родителей сами занимаются физкультурой! Разве их слово будет авторитетным для собственных детей?

Глубоко ошибаются те, кто видит в физкультуре и спорте лишь сумму физических упражнений. Нет, занимаясь ими, люди развиваются не только физически, но и духовно. Физические занятия несовместимы с курением и тем более с алкоголем, они требуют волевых усилий, настойчивости в достижении поставленной цели, умения с достоинством переносить неудачи, радоваться своим успехам и успехам товарищей. Заботясь об антиалкогольном воспитании детей, родители должны как можно больше внимания уделять их физическому развитию.

Нужно заботиться в семье и о проведении досуга. Если он хорошо организован, то в нем с интересом участвуют и дети: коллекционируют значки и марки, пословицы и поговорки, собирают домашнюю библиотеку, разводят в аквариуме рыбок, занимаются техническим творчеством, создают альбомы фотографий по истории своего города, края, посещают спектакли в театрах и обсуждают их.

Так, в одной семье существует традиция проводить каждый выходной день всей семьей на природе; другая семья проводит очередной отпуск в путешествии на велосипедах по родному краю; третья участвует в художественной самодеятельности; в четвертой свободное время отдают занятиям спортом и т. д. Каждая из этих семей стремится к тому, чтобы свободное время было источником духовного и нравственного совершенствования всех ее членов.

У ребят с возрастом растет потребность в общении не только с родителями, но и со своими сверстниками. Общению с товарищами детей нужно обучать с самого раннего возраста. «Если не научить школьников отдыхать, развлекаться интересно, красиво в компании сверстников, то они либо будут в будущем повторять «праздники желудка», либо утверждать современные суррогаты вечеринки — поужинали, выпили, потоптались «в ритме», и вроде больше делать нечего»⁷.

В свободное от учебных занятий время дети должны не только развлекаться и отдыхать, а и принимать активное участие во всех трудовых делах семьи и школы. Великий русский педагог К. Д. Ушинский писал: «Тело, сердце и ум человека требуют труда, и это требование так настоятельно, что если, почему бы то ни было, у человека не окажется своего личного труда в жизни, тогда он теряет настоящую дорогу и перед ним открываются две другие, обе одинаково губительные: дорога неутолимого недовольства жизнью, мрачной апатии и бездонной скуки, или дорога добровольного, незаметного самоуничтожения, по которой человек быстро спускается до детских прихотей или скотских наслаждений»⁸. Эти слова не потеряли значения и в наши дни.

⁶ Соколова В. Н., Юзефович Г. Я. Где кончается пьянство. — Хабаров. кн. изд-во, 1980, с. 547.

⁷ Шамаков С. А. ...Потехе час. — М., 1975, с. 69.

⁸ Ушинский К. Д. Соч., т. 1. — М., 1953, с. 308.