

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МОСГОРИСПОЛКОМА
МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ИНСТИТУТ УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ УЧИТЕЛЕЙ

УТВЕРЖДЕНО
начальником Главного управления
народного образования Мосгорисполкома
12.05.86 г.

АНТИАЛКОГОЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ
В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ОСНОВ НАУК

/Методические рекомендации/

Москва - 1986

Звездие

В постановлении ЦК КПСС "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма" от 7 мая 1985 года отмечается, что в современных условиях, когда все полнее раскрываются созидательные силы социалистического строя, преимущества советского образа жизни, особое значение приобретают строгое соблюдение принципов коммунистической морали, преодоление вредных привычек и пережитков, прежде всего такого уродливого явления как пьянство, злоупотребление спиртными напитками. В трезвости — естественный, природный источник жизненной силы человека, его желаний и способностей.

В беседе с Кларой Цеткин В.И. Ленин подчеркивал: "Коммунизм должен нести с собой не аскетизм, а жизнерадостность и бодрость... Молодежи особенно нужны жизнерадостность и бодрость. Здоровый спорт... разносторонность духовных интересов... Революция требует от масс, от личности сосредоточения, напряжения сил. Она не терпит оргиастических состояний, вроде тех, которые обычны для декадентских героев и героинь... Пролетариат — восходящий класс. Он не нуждается в опьянении, которое оглушало бы его или возбуждало... Он черпает сильнейшие побуждения к борьбе за положение своего класса, в коммунистическом идеале. Ему нужны ясность, ясность и еще раз — ясность. Поэтому, повторяю, не должно быть никакой слабости, никакого расточения и уничтожения сил". (В.И. Ленин о коммунистической нравственности, 2-е изд. доп. М., 1975 г., с. 264). В этих словах великого вождя дана концепция, в которой и историческая закономерность трезвости (ненужность алкоголя восходящему классу), и указание на долг молодежи перед революцией, и требование ориентироваться на коммунистический идеал, и необходимость ценить жизнерадостность, бодрость, жизненные силы.

столь необходимые для общества и для полноты жизни каждой личности. Владимир Ильич Ленин отмечал несовместимость пьянства со строительством нового общества. Выступая на X партийной конференции (май 1921 г.), он подчеркнул, что водка и прочие дурманы "поведут нас к капитализму, а не вперед к коммунизму". (Ленин. Полн. собр. соч., т. 43, с. 326).

И в партийных документах 70-80-х гг. пьянство отнесено к числу враждебных социализму, уродливых пережитков прошлого. Партия и правительство постоянно привлекали и привлекают внимание общественности, всех советских людей к активному участию в борьбе с пьянством. В постановлениях ЦК КПСС, в документах, принятых им совместно с Советом Министров СССР, содержатся указания усилить борьбу с пьянством, употреблением алкоголя и с другими вредными привычками. Решение этой проблемы партия связывает с реализацией комплекса крупных социально-политических, экономических, административных, медицинских и других мер, широким развертыванием антиалкогольной пропаганды, усилением идейно-политического воспитания трудящихся, совершенствованием социалистического образа жизни и формированием разумных потребностей людей. Много уже сделано. "Но и дальше нужна большая, настойчивая, разнообразная работа, чтобы обеспечить окончательный перелом в сложившихся привычках", — указано в политическом докладе ЦК КПСС XXVI съезду.

Школа должна стать важным звеном общегосударственной борьбы с пьянством и алкоголизмом как пережитками прошлого в сознании людей, активно включиться в решение задач, определенных постановлением ЦК КПСС "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма", которое призывает воспитывать людей в духе трезвости,

нетерпимого отношения к пьянству, ярко и убедительно раскрыть вред алкоголя даже в малых дозах для здоровья людей, а также его отрицательное воздействие на все стороны общественной жизни — экономику, быт, моральный облик и сознание людей". (Трезвость — закон нашей жизни. М., Политиздат, 1985, с. 6).

Педагогическими коллективами г. Москвы, районными органами народного образования накоплен значительный опыт антиалкогольного воспитания на уроках и в процессе внеклассной деятельности. Эта работа способствует решению таких задач как:

I. Формирование позитивного идеала всего антиалкогольного движения — трезвого образа жизни, за который нужно бороться уже сейчас;

II. Воспитание чувства нетерпимости к пьянству, к любым нарушениям дисциплины и порядка;

III. Выработка оценки социальной сущности и природы пьянства как чуждого нашему обществу, как явления пережиточного, аморального, как социального зла, оказывающего отрицательное воздействие на все стороны общественной жизни;

IV. Вовлечение старшеклассников в активную наступательную деятельность по пропаганде идей антиалкогольного движения;

V. Осведомление учащихся о вреде употребления спиртных напитков и курения для здоровья нынешних и особенно будущих поколений, для семьи, общества.

Однако, как подчеркивается в инструктивном письме Министерства просвещения РСФСР от 26 июля 1985 года "Об антиалкогольном воспитании школьников", в ряде школ в этой работе имеются существенные недостатки:

— отсутствует система антиалкогольного воспитания учащихся

в учебном процессе и во внеурочное время;

- не учитываются возрастные особенности школьников;

- ослаблено внимание к индивидуальной работе с детьми и их родителями по формированию негативного отношения к алкоголю;

- не ведется целенаправленная работа по изучению, обобщению и распространению опыта педагогических коллективов по воспитанию молодежи в духе трезвости, созданию условий, обеспечивающих разумное использование свободного времени школьников.

В связи с этим необходима организация специальной воспитательной, разъяснительной работы на уроках, прежде всего уроках обществоведения, истории, литературы, основ Советского государства и права, этики и психологии семейной жизни, биологии, химии уроках в начальных классах, а также в ходе внеурочной и внеклассной работы в различных формах: беседы и лекции на классных часах, классные собрания, диспуты, читательские конференции с привлечением квалифицированных специалистов - врачей, психологов, социологов, юристов, работников милиции.

Профилактику пьянства, курения табака следует вести комплексно, "всемирно", силами учителей и родителей, общественных организаций, всеми доступными средствами и во всех целесообразных формах. Вопросы антиалкогольной и антитабачной тематики необходимо включать в учебный материал тактично, без всякой надуманности, аффектации.

При проведении уроков целесообразно остановиться на следующих основных идеях и положениях постановления ЦК КПСС "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма", на основных вопросах антиалкогольной пропаганды и воспитания учащихся:

Предмет	Основные идеи и положения антиалкогольной пропаганды и воспитания в школе.
1. Биология	<p>Трезвость как естественное состояние здорового человека.</p> <p>Биохимия и физиология алкоголизации человека.</p> <p>Развитие (механизм) алкоголизации.</p> <p>Воздействие алкоголесодержащих жидкостей на психику человека.</p> <p>Бытовые признаки алкоголизма.</p> <p>Здоровье как общественная ценность.</p> <p>Отказ от потребления спиртных напитков - надежный заслон на пути алкоголизма.</p> <p>Материнство и употребление алкоголя.</p> <p>Неполноценное потомство.</p>
2. Обществоведение	<p>Пьянство и политическая сознательность.</p> <p>Пьянство как тормоз прогресса.</p> <p>Трезвость и ее гражданская ценность.</p> <p>Объективная историческая необходимость трезвости.</p> <p>Влияние употребления алкоголя на труд и производство.</p> <p>Алкоголизм и рецидивы мелкоторговой (мелкобуржуазной) психологии.</p> <p>Причины и последствия употребления алкоголя.</p>
3. Основы Советского государства и права.	<p>Усиление ответственности за правонарушения, совершаемые в нетрезвом виде.</p>

	Алкоголизм и деградация личности.
4. Этика и психология семейной жизни.	<p>Трезвость и совершенствование личности.</p> <p>Употребление алкоголя и общение между людьми</p> <p>Любовь, дружба и употребление алкоголя.</p> <p>Питейные обычаи, привычки, обряды. Их вред.</p> <p>Влияние пьянства и алкоголизма на психологический и нравственный климат семьи.</p> <p>Пьянство, курение и бюджет семьи.</p> <p>Начало детского, подросткового употребления алкоголя.</p> <p>Родительские обязанности и пьянство.</p> <p>Влияние пьянства и алкоголизма родителей на здоровье, формирование личности и интеллект детей.</p>
5. История	<p>Употребление алкоголя как исторический анатронизм.</p> <p>Борьба с пьянством в истории человечества, история антимадкогольного движения.</p> <p>Оправдание пьянства, опьянения, выпивки в истории человечества, его классовые, социальные корни.</p>
6. Литература	<p>Социальные корни пьянства.</p> <p>Алкоголизация человека и нравственность.</p>
7. Химия	<p>Производство и применение этанола в различных областях народного хозяйства.</p> <p>Разрушительное действие этанола на организм человека</p>

Осуществляя школьную реформу, органы народного образования, педагогические коллективы школ придают большое значение созданию системы антиалкогольной и антитабачной пропаганды и воспитания. Начать эту работу необходимо с изучения нормативных документов на методических объединениях учителей — предметников и классных руководителей, проанализировать состояние проблемы в школе и микрорайоне, используя анкетирование учащихся и родителей, определить конкретные меры по выполнению указаний, изложенных в нормативных документах, определить методы и формы работы с учащимися и родителями.

Главное в комплексе внеурочных мероприятий школы — создание условий, обеспечивающих разумное использование свободного времени, воспитание детей и подростков в духе здорового образа жизни, культуры поведения, как этого требуют нормы коммунистической нравственности. Особое внимание надо уделить индивидуальной работе с детьми и их родителями по формированию негативного отношения к курению, пьянству и алкоголизму. При этом надо помнить, что внеклассная работа по антиалкогольному воспитанию требует особого такта, чуткости, учета возрастных особенностей детей.

Предлагаемый сборник содержит методические рекомендации по антиалкогольному и антитабачному воспитанию учащихся в процессе изучения биологии, обществоведения, основ Советского государства и права, этики и психологии семейной жизни, истории, литературы, химии. А также во внеклассной воспитательной работе с учащимися и их родителями.

Методические рекомендации по ведению антиалкогольной работы в процессе изучения биологии в средней школе.

Одной из задач советской школы является воспитание нравственно и физически развитых и здоровых детей, непримиримых к антиобщественному поведению и социально вредным и опасным привычкам, в частности к употреблению алкоголя.

Антиалкогольное воспитание неотделимо от общего образованья и культурного развития, нравственного и гигиенического воспитания подрастающего поколения. Велика роль в этой работе преподавателя биологии.

Установлено, что 80-82% пьющих взрослых людей познакомились с первой рюмкой с помощью сверстников, родителей, взрослых "доброхотов" еще в школьные годы, когда привычки и стереотипы поведения легко закладываются и закрепляются. Но именно поэтому детей легче убедить на конкретных, доступных их пониманию примерах в пагубном влиянии на организм человека выпивки и выработать у них своего рода иммунитет к этим вредным привычкам. Причем начинать эту работу следует возможно раньше. Уже в VI классе учитель может объяснить учащимся, что слово "аль-коголь" в переводе с арабского означает одурманивающий, что он содержится в начавших бродить фруктах, пиве, винах, водке и т.д. Действующим началом всех алкогольных напитков является этиловый спирт, или этанол. В организме он расщепляется с помощью особых ферментов в крови и печени до диоксида углерода, или углекислого газа и воды через ряд очень ядовитых промежуточных соединений (уксусный альдегид, уксусно-этиловый эфир и др.). Расщепление этанола в организме происходит крайне медленно и затягивается иногда до 15 дней, так как большие дозы его скапливаются в жид-

ненно важных органах и долго выводятся затем из них.

Этанол и особенно промежуточные соединения отравляют и выводят из строя клетки организма человека, вызывая заболевания многих органов и приводя к смерти пьющих людей в среднем на 20 лет раньше, чем непьющих. Особенно опасны в этом отношении алкогольные напитки типа браги, самогона, чачи, содержащие крайне токсичные сивушные масла.

Большие возможности для выработки отрицательного отношения к спиртным обычаям и традициям имеются в распоряжении преподавателя биологии, особенно при изучении курса IX класса "Человек и его здоровье". Почти во всех темах этого курса есть уроки, посвященные профилактике заболеваний различных систем органов, выявлению положительных и отрицательных воздействий на их функционирование. Здесь можно показать разрушительное воздействие алкоголя на различные органы и на организм человека в целом.

Чтобы успешно проводить антиалкогольное воспитание школьников, учитель биологии не должен упускать из виду ряд основополагающих целей.

Цели антиалкогольной работы преподавателя биологии средней школы I/.

- Сообщить учащимся научные знания о вредном влиянии употребления алкоголя на организм человека с точки зрения биологической (действие спиртных напитков на все структурные уровни организма), генетической (влияние алкоголя на половые железы, наследственность и детей), медицинской (ухудшение здоровья,

I/ При написании данной рекомендации использованы материалы книги "Вред алкоголя и никотина" Левитский П.М. и Язловецкий В.С. Киев, Радянська школа, 1983.

уменьшение продолжительности жизни), социальной (моральная деградация, преступность, неполноценное воспитание детей, распад семей алкоголиков, снижение производительности труда, рост травматизма).

- Выработать у школьников критическое отношение к вредной спиртной традиции, неприятие дурного примера старших и отрицательное отношение к употреблению алкоголя.

- Выявить употребляющих алкогольные напитки учащихся и родителей с целью активной борьбы по преодолению этой вредной привычки и избавлению неискующих в этом учащихся от их дурного примера.

- Разъяснить цели и задачи партийно-правительственных документов о борьбе с пьянством и алкоголизмом и правовые нормы этой работы.

Проводя такую работу в школе, следует изучать и устранять причины, порождающие формирование этой вредной привычки, вести как массовую, так и индивидуальную работу со школьниками по выработке отрицательного отношения к употреблению алкоголя.

Необходимо, чтобы школьники научились сопоставлять поведение, свое и других людей, с нравственно-правовыми нормами социалистического общества и неукоснительно их выполняли.

Антиалкогольная ориентация школьников должна включать соответствующие воспитание и пропаганду. Первое призвано формировать у детей отрицательное отношение к употреблению алкоголя, второе - поддерживать негативное отношение учащихся к этой вредной привычке на основе выработанных в процессе воспитания взглядов.

Антиалкогольное воспитание младших школьников должно со-

стоять в нейтрализации вредного влияния в становлении этих привычек со стороны взрослых, особенно родителей, и в формировании отрицательного к ним отношения. Поэтому следует широко привлекать к данной работе родителей.

У учащихся среднего школьного возраста вырабатывается свое отношение к выпивке. В этот период должна вестись комплексная многоплановая антиалкогольная пропаганда и выработка отрицательного отношения к питейным традициям на основе сообщения в соответствующих темах учебных предметов научных данных о пагубном влиянии употребления алкоголя.

В старших классах следует закреплять и поддерживать негативное отношение учащихся к этой вредной традиции или стремиться выработать таковое.

Вопросы антиалкогольной тематики необходимо включать в учебный материал без всякой надуманности, аффектации и как можно раньше.

Для достижения воспитательных целей нужно вооружить учащихся минимумом знаний о вредном влиянии спиртных напитков на организм человека, его физиологические и психические процессы. Особо следует подчеркнуть огромный вред выпивок для молодого растущего организма с незрелыми и неполностью сложившимися биологическими структурами.

Антиалкогольная ориентация школьников на уроках биологии.

VI класс

При изучении тем "Побег", "Цветок и плод", "Семя" можно показать вредное воздействие этанола на рост, развитие побега, цветение растений, прорастание семян и рост проростков. Сделать это можно с помощью простых и наглядных опытов, которые помогут

сформировать у учащихся прочные антиалкогольные установки. Впечатление о вредном влиянии алкоголя на растения усиливается тем фактом, что даже разбавленный в четыре раза 96% спирт или вдвое разбавленная водка оказывают пагубное воздействие на растения.

Побег

Опыт по выяснению влияния этанола на рост и развитие побега следует проводить ближе к весне, когда закончится период покоя и веточки древесно-кустарниковых растений начнут распускаться. Для опыта берутся 6 веточек одинакового размера с одного и того же растения. 3 ветки ставятся в сосуд с водой, 3 в 24% раствор этилового спирта и размещаются в теплом и светлом месте. Для предотвращения испарения спирта побеги следует поставить в колбочки и горлышки закрыть ваткой.

Школьники отмечают, на каких из них быстрее распускаются почки, опадут чешуйки, как быстро отрастут молодые побеги; появятся какие-либо нарушения в их развитии. Наглядные результаты можно получить в течение 2-3 недель. Побеги, стоящие в спирте, отстанут в распускании почек, опадании чешуек, травянистые побеги на них будут деформированы.

Цветок и плод

Под воздействием спиртов прекращается и развитие генеративных органов растения. Причем для наглядности и большей убедительности можно взять не спирт, а широко используемое в быту пиво, где концентрация алкоголя не превышает 5%. Если им в течение 10 дней поливать одно набравшее бутоны растение, а другое обычной водой, то на первом из них цветки не распустятся и не осемятся, тогда как второе будет нормально цвести и плодоносить .

Семя

Для выявления влияния спирта на прорастание семян и развитие проростков нужно взять две баночки из-под майонеза, проложить по стенкам изнутри промокательную бумагу, между которой и стенкой поместить семена. На дно в одну баночку нужно налить воды, а в другую 24% раствор спирта и обе закрыть стеклом. При фиксации результатов опыта сравнивают сроки прорастания опытной и контрольной партии, количество непроросших семян, правильность развития корешков и ростков.

Из всех этих опытов учащиеся самостоятельно или с помощью учителя делают выводы:

1. Алкоголь губительно действует на рост и развитие всех органов, а также на размножение растений, являющихся, как и человек, живым организмом, состоящим из клеток.

2. Чем скоро алкоголь столь пагубно влияет на организмы растений, то, очевидно, он также опасен и для организма человека.

3. Никогда ни в каких видах не следует употреблять алкоголь самому. Нужно указывать другим людям на его вредное влияние на организм человека.

Уч класс

"Одноклеточные животные - простейшие".

На уроке, посвященном инфузории-туфельке, при рассмотрении живого объекта под микроскопом учащимся дается задание выявить ее реакцию на различные воздействия (темнота, соль, спирт, температура, свет и др.). Для опыта берется 10% раствор этилового спирта, в котором туфельки будут почти неподвижны, свернутся в шар, а их жизненные процессы замедлятся. Обусловлено это тем, что спирт легко проникает через мембрану клетки в

цитоплазму, угнетает работу всех органоидов и способствует диффузии воды из клетки, вызывая ее усыхание.

На основе результатов данного опыта достаточно подвести школьников к выводу о том, что:

1. Спирт угнетает деятельность клетки тела инфузории-туфельки.

2. Организм человека также состоит из клеток и, следовательно, алкоголь столь же пагубно влияет на работу клеток нашего тела.

3. Употребление алкогольных напитков вредно для человека, и от их употребления следует отказаться, чтобы сохранить здоровье, работоспособность и прожить до глубокой старости.

УШ класс.

Убийственное влияние алкоголя даже низкой концентрации на животные организмы можно показать как на беспозвоночных (личинка стрекозы, жук плавунец), так и на позвоночных (рыбы, лягушки).

Для опыта берется 10% раствор этанола, как в слабых натуральных винах. В него запускают вышеназванных животных. Они начинают метаться, на любой раздражитель отвечают более сильной, чем обычно, двигательной реакцией. Однако перевозбуждение приводит к быстрому расходу энергетических ресурсов и переутомлению. Животные становятся все более вялыми, теряют равновесие на раздражения реагируют все слабее. Затем у них полностью исчезают дыхательные движения и они могут погибнуть, если им не оказать экстренной помощи. Их помещают в проточную воду, чтобы быстрее удалить из организма алкоголь.

Учитель предлагает школьникам сделать частные и общие выводы из наблюдений, памятуя о том, что человек произошел от жи

отных организмов и имеет сходное с ними строение и общие жизненные процессы.

1. Алкоголь отравляет организм животного, вызывая сперва размерную двигательную активность, а затем паралич и смерть.

2. Употребление алкоголя человеком столь же опасно и может привести к его гибели. Следует полностью отказаться от употребления алкогольных напитков, чтобы сохранить здоровье.

IX класс

Обзор организма человека

При изучении строения и функций клеток организма животных, учитель может сказать, что алкоголь — клеточный яд.

Этанол вызывает диффузию воды из клетки и ее усыхание, уменьшает проводимость клеточных мембран, приводит к свертыванию алков, растворению липидов, входящих в состав клеточных структур, и ослабление всех жизненных процессов. Длительное воздействие спирта ведет к гибели клеток. Особенно опасен алкоголь для нервных клеток, так как он легко проникает и накапливается в них, растворяет липидную электроизолирующую оболочку отростков нейронов, предотвращающую перескок нервных импульсов. Это приводит к воспалению нейронов и нарушению нервной регуляции.

Опорно-двигательный аппарат

На последнем уроке темы "Опорно-двигательный аппарат", посвященном, в частности, положительным и отрицательным воздействиям на его работу и развитие, пути увеличения мышечной силы, можно затронуть вопрос о пагубном влиянии на него алкогольных напитков.

Одному ученику предлагается сделать сообщение о влиянии этанола на двигательный аппарат и производительность труда, друго-

му — на успехи в спорте. Для этого можно использовать такие данные.

Отмечено, что даже у слегка захмелевшего человека, обычно не употребляющего алкоголя, вследствие общего возбуждения нервной системы и снижения контроля за утомлением, создается иллюзорное ощущение бодрости и полноты сил. Однако даже малые (до 60 г) дозы алкоголя снижают силу, точность, быстроту движений и работоспособность.

В опытах с ручной динамометрией установлено, что после приема 80 г спирта непьющими людьми мышечная сила и объем выполненной работы снижаются на 16–17%. Немецкий ученый Ашаффенбург (ФРГ) установил, что 100 г водки, выпитые с утра, приводят к увеличению времени, необходимого для выполнения дневной восьмичасовой работы, на 1 час.

У алкоголиков постепенно исчезают сухожильные рефлексы, возникают параличи рук и, особенно, ног. Мышцы становятся вялыми, дряблыми, уменьшаются в объеме. Человек утрачивает способность к какому-либо труду.

Вследствие пьянства производительность труда падает в среднем на 9,6%, в дни после получек и авансов на 26–30%.

Пьянство наносит большой материальный урон государству и обществу. Так, в США ущерб от прогулов, дорожных аварий, травм и расходов на медицинское обслуживание в связи с алкоголизацией составил в 1971 г 25 млрд долларов.

В СССР на почве пьянства совершается 90% прогулов. Ежегодные убытки от них и снижение производительности труда в США в 1983 г. составили 90 миллиардов долларов. Ещё десятки миллиардов долларов были потеряны от поломок и аварий машин, лечения пьяниц

Все это позволяет сделать вывод о том, что алкоголизм и

социализм несовместимы.

Любитель алкогольных напитков не может добиться и высоких показателей в спорте. Американские исследователи установили, что в ходьбе на 100 км из числа пьющих к финишу пришло 46% участвовавших в забеге, тогда как непьющих - 92 %.

Скорость конькобежцев и пловцов после приема 1 л пива уменьшилась в среднем на 20%.

100 г водки, выпитые байдарочниками перед стартом, уменьшили скорость их движения на 20-30%.

На основе этих данных делается вывод о том, что пьющие люди, особенно молодые, препятствуют развитию своего двигательного аппарата и никогда не смогут достичь высоких физических показателей. Дорога в спорт им закрыта.

Кровь

В теме "Внутренняя среда организма", на уроке "Клетки крови и лимфы", учитель сообщает, что в 40-45% случаев алкоголь - причина анемии, заболевания, связанного с падением количества гемоглобина в крови. Здесь же представляется возможность из опыта показать, что под действием алкоголя разрушаются эритроциты крови. Учитель сам или силами школьников проводит эксперимент.

В две пробирки из пальца берется по 2 капли крови. В первую приливается 1 мл 0,85% раствора поваренной соли (физиологический раствор), во вторую 1 мл вдвое разбавленной водки или 25% раствор спирта. В первой пробирке раствор мутный, непрозрачный, так как эритроциты живые, они находятся во взвешенном состоянии и плохо пропускают свет, отражающийся от них. Во второй пробирке после взбалтывания эритроциты разрушаются, падают на

дно, и гемоглобин оказывается в постепенно приобретающем прозрачность для световых лучей растворе. Под микроскопом клеток в нем обнаружить не удается.

По результатам опыта делается вывод, что спирт разрушает эритроциты. Затем учитель добавляет, что под влиянием алкоголя гибнут и лейкоциты. Они сначала уплотняются, утрачивают способность к фагоцитозу и образованию антител, погибают.

После этого учащимся задается вопрос: как вы думаете, каковы последствия для организма наблюдаемых явлений?

Школьники отвечают, что если гибнут эритроциты, то ухудшается газообмен, что приводит к общему ослаблению организма. Коль скоро разрушаются или не могут фагоцитировать или образовывать антитела лейкоциты, ослабевает иммунитет и, как следствие, такой организм чаще болеет и становится нетрудоспособным.

Заболеваемость алкоголиков в 2,7 раза превышает среднюю по г. Москве. Алкоголизм и связанные с ним заболевания, по данным Всемирной организации здравоохранения, занимают в настоящее время 3-е место среди причин смерти, уступая только сердечно-сосудистым и раковым болезням.

На уроке "Свертывание и переливание крови" учитель может рассказать о том, что под влиянием этанола изменяется химический состав крови, увеличивается ее свертываемость и отложение холестерина. Это способствует образованию тромбов, закупорке сосудов и омертвлению тканей, особенно опасных в сердце и головном мозге, так как это вызывает инфаркт или инсульт, приводящие к смерти.

Сердечно-сосудистая система

На уроке по гигиене сердечно-сосудистой системы учитель сам в ходе беседы может коснуться пагубного влияния на нее

алкогольных напитков.

Без излишней патетики следует рассказать о том, что заболевания сердечно-сосудистой системы у алкоголиков встречаются 20 раз чаще, чем у непьющих. У 31% алкоголиков отмечены болезни сосудистой системы. Это связано с тем, что под влиянием спиртного на стенках сосудов откладываются липиды и соли кальция, замедляющие или полностью прекращающие кровоток, особенно капиллярах. Стенки сосудов становятся хрупкими, ломкими, уменьшается их проницаемость. Это приводит к замедлению обмена веществ, дистрофии окружающих тканей, а при повышении давления рови или ударе сосуды легко разрушаются. Особенно часто это происходит в сердце, вызывая инфаркт миокарда (омертвление части его мышцы); в мозге, приводя к инсультам (кровоизлияниям и параличам); в печени, нарушая ее барьерную роль и вызывая отравление организма. Кроме того у алкоголиков часто развиваются эндоартериит и тромбофлебит.

При эндоартериите воспаляется внутренняя стенка артерий, особенно ног, иногда полностью перекрывая их просвет. При этом возникает ощущение жара или холода, онемения ног или ползания по ним мурашек. Развивается перемежающаяся хромота, когда пальцы ног теряют чувствительность, болят икроножные мышцы, так, что нельзя ступить. Если вовремя не прекратить пьянство и не начать лечения, то это может закончиться гангреной и ампутацией конечностей.

При тромбофлебите расширяются и воспаляются изнутри стенки вен, что вызывает образование тромба, с последующим формированием долго не заживающих язв.

Хроническая алкогольная интоксикация приводит к жировому

перерождению мышцы сердца, к сердечной недостаточности, общей слабости, а также к нарушению работы сердечнососудистого центра продолговатого мозга и гипертонии. Для 20% больных хроническим алкоголизмом характерно стойкое повышение давления крови, причем у женщин на 40% чаще, нежели у мужчин.

По данным Института кардиологии АМН СССР, у 15-19-летних юношей - алкоголиков гипертония бывает в 4, а у женщин в 2 раза чаще, чем у непьющих, а заболевание протекает более злокачественно и часто ведет к смерти, так как давление от 120/80 может подняться до 220/130 мм рт. ст. и вызвать инфаркт или инсульт.

У любителей Бахуса атеросклероз сердца и мозга наблюдается уже в 25-35 лет и особенно часто у 40-50-летних.

Беседу можно сопровождать показом отдельных фрагментов диафильма "Пьянство - враг здоровья". М., Диафильм, 1977, касающихся влияния алкоголя на сердечно-сосудистую систему.

Дыхательная система

При знакомстве с дыхательной системой на уроке по гигиене последней рекомендуется поручить одному школьнику сделать небольшое сообщение.

В сообщении нужно указать, что через органы дыхания выводится из организма от 4 до 6% спирта и поэтому они очень страдают от паров алкоголя, сивушных масел, если употреблялись самогон и чачи, а также продуктов неполного расщепления - уксусного альдегида и уксусно-этилового эфира. Они раздражают эпителиальные выстилки дыхательных путей, что приводит к стойким бронхитам и трахеобронхитам, сопровождающимся выделением мокроты, удушающим кашлем, особенно по утрам, одышкой.

Легкие утрачивают эластичность, дыхательные движения оз-

рудняются, дыхание становится мучительным. Эти явления имеют место при эмфиземе легких.

Часто возникают воспалительные процессы в легких, особенно в осенне-зимний период, когда сильно расширенные под влиянием алкоголя сосуды легких отдадут много тепла и при этом переохлаждаются вдыхаемым воздухом. У больных алкоголизмом болезни органов дыхания и особенно туберкулез встречаются в 3 - 4 раза чаще, чем у непьющих.

Наиболее тяжело протекает у алкоголиков туберкулез, так как спирты снимают положительный эффект от действия лечебных средств. Во многом именно по этой причине в СССР до сих пор не удается полностью ликвидировать эту болезнь.

Пищеварительная система

На первом уроке темы, посвященном питанию и пищевым веществам, приводятся слова академика АМН СССР Ф.Г.Углова: "Во все века распространение алкоголя основано на лжи", - в частности ложкой, что алкоголь является пищевым продуктом. Однако в пиве, которое некоторые называют "жидким хлебом", содержится 915 г воды, 43 г углеводов, 3,7 г спирта, 5 г азотистых веществ на литр. На основе этих данных делается вывод, что пищевым продуктом ни пиво, ни тем более вино и спирт, быть не могут.

На втором уроке темы, посвященном строению и работе желудка, по программе проводится лабораторная работа "Действие желудочного сока на белки". После того, как опыт будет заложен пробирочными пробирками, учитель или один из учащихся ставят эксперимент о влиянии спиртов на переваривание белков в желудке.

Для работы берется белок куриного яйца, 10 мл желудочного сока, 8 мл 80-90% этилового спирта, 8 мл 10% едкого натра, 1%

раствора медного купороса.

Учащиеся наблюдают за происходящими с белками изменениями при взаимодействии с желудочным соком и спиртами и окрашивании полученных продуктов в процессе биуретовой реакции. Полученные данные сводятся в таблицу на доске. Переносить таблицу в тетради учащимся не следует.

Перед началом работы учитель сообщает, что сложные и простые белки и составляющие их аминокислоты можно обнаружить реакцией Биурета, проводимой в щелочной среде. Взаимодействие приливаемого по каплям раствора медного купороса со сложными белками дает фиолетовую, с простыми – лиловую, а с аминокислотами – розовую окраску.

Ход работы

В две пробирки наливают по 1 мл яичного белка. В пробирку 1 приливают 8 мл воды и 5 мл желудочного сока. В пробирку 2 добавляют 8 мл спирта и обращают внимание на выпадение белого осадка, затем взбалтывают и ставят в водяную баню с температурой $+37+38^{\circ}\text{C}$ на 30–40 минут.

По истечении этого времени проводится реакция Биурета: в пробирки 1 и 2 приливается по 4 мл едкого натра и по каплям, до изменения окраски последнего, медный купорос. Результаты работы сводятся в таблицу

Влияние этанола на переваривание белков в желудке

Номер пробы	Взаимодействующие вещества	Результаты взаимодействия	Биуретовая реакция (окраска)
1	Белки+вода+желудочный сок	Прозрачный раствор	Лилово-розовая
2	Белки+спирт+желудочный сок	Белый осадок	Синяя

Учитель в более подготовленном классе предлагает учащимся самостоятельно, на основе анализе полученных данных, сделать и записать в тетради выводы о том, что спирты вызывают свертывание белков, затрудняют их переваривание в желудке и усвоение содержащихся в них питательных веществ, благодаря чему организм ослабляется.

В менее подготовленном классе учащиеся письменно отвечают на вопросы:

1. Как изменяются белки под влиянием спирта?
2. Как сказывается на пищеварении употребление алкогольных напитков?
3. Каковы для организма последствия нарушения пищеварения под действием этанола?

На последнем уроке темы "Гигиена пищеварительной системы" можно предложить двум ученикам сделать сообщения о влиянии алкоголя на пищеварительную систему, так как предлагаемый ниже материал для них понятен и прост. Одному учитель в ходе сообщения делает соответствующие пояснения.

Один рассказывает о вредном воздействии спирта на пищеварительную трубку, другой - на железы, ее производные - печень и поджелудочную. Свои выступления они могут сопровождать рисунками из книги "Вред алкоголя и никотина", цветные вкладки I и 2, и отдельными кадрами диафильма "Пьянство - враг здоровья" или диапозитивами "Алкоголь и труд", касающимися пищеварительной системы.

Первый говорит о том, что алкоголь нарушает секреторную, ферментную и моторную функции органов пищеварения, раздражает эпителиальные клетки и рецепторы пищеварительного тракта, вы-

зывая у начинающих употреблять спиртное обильное отделение пищеварительных секретов, жажду и аппетит. Однако образуемые в этом случае пищеварительные соки содержат небольшие количества и менее активных белков-ферментов.

Под влиянием алкоголя клетки пищеварительной трубки выделяют большие количества слизи, защищающей их от этанола, обезвоживаются и воспаляются. Однако слизь затрудняет секрецию пищеварительных соков, расщепление пищи и усвоение ее питательных веществ. В результате развиваются катары. Катар желудка врачи называют гастритом, 12-ти перстной кишки - дуоденитом и т.п.

Особенно страдает от воздействия алкоголя желудок, извлекающий 89% этанола из его водного раствора. В результате концентрация последнего и его разрушающее воздействие сильно возрастают. Образно говорят, что "желудок пьянствует, но не напиивается". Чрезвычайно быстро алкоголь всасывается на голодный желудок, так как в нем нет веществ, с которыми он мог бы реагировать и нейтрализовываться.

На первой стадии пьянства развивается гиперкислотный гастрит, сопровождающийся обильным отделением соляной кислоты, перееданием, отрыжками, рвотами. Затем хронический бескислотный гастрит, так как разрушаются железы желудка, продуцирующие соляную кислоту. Начинаются боли в желудке после еды, рвоты, поносы или запоры. Возникают язвы, создаются благоприятные условия для развития рака желудка, хронического геморроя, пропадает аппетит.

Такие же явления наблюдаются и в 12-ти перстной кишке, так как обильное кислое желудочное сокоотделение и переедание ускоряют переход в нее недостаточно подготовленной, пропитанной алкоголем пищи.

Под действием спирта рвотный центр продолговатого мозга привыкает к алкогольному отравлению. Постепенно исчезают защитные рефлексы рвоты, тошноты, слюноотделения. Организм утрачивает способность к защите от пагубного воздействия этилового спирта.

Из 500 обследованных в СССР молодых любителей выпить у 32,4% обнаружены язвы желудка и 12-типерстной кишки.

Второй ученик рассказывает о влиянии спирта на поджелудочную железу и печень и последствиях этого воздействия для организма.

Протоки поджелудочной железы часто забиваются образующей пробки слизью. Это приводит к тяжелому воспалению поджелудочной железы - панкреатиту, сопровождающемуся нарушением расщепления углеводов, белков и липидов. Снижается и секреция инсулина, что способствует развитию сахарного диабета.

Всосавшийся в кровь алкоголь через воротную вену попадает в печень, где окисляется основная его масса до диоксида углерода и воды с образованием ряда ядовитых промежуточных продуктов, отравляющих клетки печени. Под влиянием алкоголя и этих веществ замедляются образование мочевины, нейтрализация ядов, попавших с пищей, фагоцитоз. Нарушается углеводный обмен, уменьшается количество запасного гликогена, накапливаются в клетках печени липиды, развивается ее воспаление - гепатит. Возникают боли в печени, отечность лица, желтушность склер, вздутие кишечника. Если пьянство не прекратить, начинается хроническое воспаление печени, переходящее в цирроз. Клетки печени гибнут, замещаются соединительной тканью, печень сморщивается, уменьшается в объеме, нарушаются все ее функции. Болезнь эта неизлечима и приводит

к смерти спустя 2 - 3 года. (Из 500 обследованных молодых любителей винно-водочных изделий у 33,3% были заболевания печени). 95% алкоголиков страдают заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

Особенно быстро те или иные вышеназванные болезни развиваются у пьющих подростков, эпителиальные выстилки пищеварительного тракта которых еще нежные и легко ранимые. У них скорее развиваются болезненные явления, белково-витаминная недостаточность.

Все вышеуказанные явления ведут к потере веса, истощению, отравлению организма, задержке роста, физического и умственного развития.

Из всех приведенных фактов следует сделать соответствующие выводы и возможно раньше. Жить или пить, вот в чем вопрос!

Обмен веществ и энергии

На уроке "Витамины" учитель кратко информирует учащихся о том, что слизь, обильно выделяемая клетками органов пищеварения под действием алкоголя, затрудняет всасывание аминокислот, микроэлементов и витаминов, особенно B_{12} . Развивается белково-витаминная недостаточность. Нехватка витаминов снижает активность ферментов и способствует накоплению в крови азотистых "шлаков", продуктов неполного превращения веществ. Это, в свою очередь, снижает аппетит и количество потребляемой пищи. Отсутствие витамина B_{12} и солей магния ослабляет и нарушает обмен углеводов, так как они входят в состав ферментов, осуществляющих энергетические превращения последних.

В результате этих явлений снижается интенсивность метаболизма, ослабевают защитные механизмы, падает жизнеспособность организма.

Покровная система (кожа).

Кажется, какое влияние может оказать употребление этилового спирта на покровную систему? Однако алкоголика сразу можно отличить от непьющего человека по отечному одутловатому лицу, припухшим губам и носу, красновато-синюшному лицу и кистям рук. Кожа у пьющих быстро покрывается морщинами, грубеет и стареет.

Такие симптомы связаны с выделением части алкоголя через кожу, с расширением сосудов кожи, усилением притока сюда крови, увеличением потообразования и теплоотдачи, снижением болевой и температурной чувствительности.

Приведя эти данные на уроке "Роль кожи в теплоотдаче", учитель ставит перед школьниками познавательную задачу:

— Как вы думаете, к каким последствиям для человека, в условиях низких температур, это может привести? Почему?

Получив ответ на вопрос, преподаватель приводит некоторые цифровые данные и наблюдения. Например, что температура тела алкоголика на морозе на $1-2^{\circ}\text{C}$ ниже, чем у непьющего, что в 74% случаев смерть от замерзания связана с алкогольной интоксикацией, в 22% случаев с потерей из-за нее двигательной активности и температурной чувствительности. Пьяный может замерзнуть даже при температуре $10-12^{\circ}\text{C}$.

Ощущение, что алкоголь согревает, — обманчиво. Еще в 1917 г. французский врач Ларрей указал на пагубную роль опьянения в замерзании наполеоновских солдат при бегстве из России в 1812 г.

Об этом же говорит и опыт полярных морских экспедиций, показавший, что пьющие матросы хуже переносят холод, чаще простужаются и заболевают воспалением легких.

Далее учитель объясняет, каким образом можно предотвратить замерзание и как оказать первую помощь замерзшему или обморожен-

ному. Для этого необходимо сделать горячую ванну или компрессы, чтобы согреть кровь в сосудах кожи, с тем, чтобы она, оттекая от них, не привела к дальнейшему охлаждению внутренних органов и ослаблению теплопродукции.

Нервная и половая системы

Самый большой объем материала по антиалкогольной пропаганде, который целесообразно использовать на уроках биологии в IX классе, приходится на нервную и половую системы человека. Именно материал антиалкогольной ориентации, связанный с этими темами, может оказать наибольшее эмоциональное воздействие на учащихся и помочь в воспитании негативного отношения к употреблению винно-водочных изделий.

Однако на заключительном уроке по теме "Нервная система" необходимо проконтролировать усвоение, обобщить и систематизировать учебный материал 15 уроков. Поэтому посвящать его влиянию алкоголя на нервную систему и психику человека вряд ли целесообразно. Полезнее, объединив сведения о воздействии этанола на нервную и половую системы и потомство, провести на обобщающем уроке по курсу биологии IX классе "Условия сохранения и укрепления здоровья" учебную конференцию "За здоровый и трезвый быт". Причем провести ее для всех IX классов, и не на последнем обобщающем уроке, а на первом.

План учебной конференции.

I. Механизм алкоголизации.

1. Причины приобщения подростков к выпивкам (I).

2. Развитие алкогольной зависимости организма (стадии, симптомы, физиология). (2)

II. Последствия пьянства и алкоголизма.

I. Для организма человека

- 1) Заболевания нервной системы (3)
- 2) Психические нарушения (4)
- 3) Перечень болезней, связанных с алкоголизацией организма (соматические, нервные, психические) (5).

2. Для деятельности человека

- 1) Успехи в труде (6)
- 2) Достижения в физкультуре и спорте (7).

3. Для воспроизведения человека.

- 1) Алкоголь и детородные функции (8)
- 2) Алкоголь и потомство (9)
- 3) Алкоголь и подросток (10)

4. Для общества

I) Моральный урон

- а) Алкоголь и деградация личности (11)
- б) Алкоголь - причина разрушения семьи и правонарушений (12)

2) Алкоголь и материальные потери государства (13)

III. За здоровый и трезвый быт.

I. Социалистическое государство в борьбе за трезвый и здоровый образ жизни (14)

2. Алкоголь - личный враг каждого из нас (15).

Для участия в конференции можно пригласить работников Дома санитарного просвещения, врача (алкоголь и потомство, распад личности), сотрудников милиции, суда, прокуратуры (алкоголь и несчастные случаи и правонарушения), преподавателя физкультуры (здоровый и трезвый быт), библиотекаря школы (обзор книг и пуб-

ликации антиалкогольной тематики).

Школьникам предлагается в ходе подготовки к конференции провести конкурс рефератов антиалкогольной тематики и сделать выставку лучших рефератов, книг и публикаций по данной теме, карты русских художников, разоблачающих пьянство и пропагандирующих трезвое застолье, плакатов с высказываниями великих людей об этой пагубной привычке, ^{изготовить} цветную таблицу "Распределение алкоголя в организме человека" или аппликацию на выпускаемой промышленностью таблице "Внутренние органы человека" с указанием количества задерживаемого в разных органах этанола (головной мозг - 26%, спинной мозг и печень по 22%, кровь - 15%, желудок - 3%, кишечник - 12%), таблицу "Заболевания, связанные с употреблением алкоголя" (См. сообщение "Алкоголь и болезни человека"), вывесить список литературы по данному вопросу.

Тематика рефератов антиалкогольной направленности

1. Высмеивание пьяниц и пьянства в русском народном творчестве (8 кл.).
2. Разоблачение Н.А.Некрасовым в своих произведениях пьянства, насаждаемого самодержавием (8-10 кл.).
3. Нетерпимое отношение В.В.Маяковского к алкогольным пережиткам (10 кл.)
4. Проблемы борьбы с нравственными пороками в современной советской литературе (10 кл.).

Высказывания великих людей о пьянстве и его последствиях:

- Пьянство есть упражнение в безумстве
- Опьянение - добровольное сумасшествие

Пифагор

Аристотель

- вино мстит пьянице.

Леонардо да Винчи

- Люди впускают в свои уста врага, который пожирает их мозг.

В.Шекспир

- Пьянство унижает человека, отнимает у него разум, по
этой мере на время, и в конце концов превращает его в жи-
вное.

Ж.-Ж.Руссо

- Алкоголизм, это порождение варварства, мертвой хваткой
ржёт человечество во времена дикой и седой старины и собирает
него чудовищную дань, пожирая молодость, подрывая силы, по-
вляя энергию, губя лучший цвет человечества.

Джек Лондон

- Вино губит телесное здоровье, умственные способности и
рагосостояние семьи и, что ужаснее всего, губит душу людей.

Л.Н.Толстой

- Употребление спиртных напитков скотинит и зверит чело-
века.

Ф.М.Достоевский

- Можно сказать, что сколько мужья выпили водки, столько
жены и дети пролили слез.

Н.А.Семанко,

И нарком здравоохранения РСФСР

Перечень картин, осуждающих пьянство и пропагандирующих
резвое застолье.

В.Г.Перов - "Сельский крестный ход", "Монастырская трапеза".

П.А.Федотов - "Крестины", "Пирушка".

В.Е.Маковский "Вечеринка" (За самоваром, без бодрящих
напитков).

Список литературы

1. Маркс К., Энгельс Ф., Ленин В.И. О морали и нравственном воспитании. М. Политиздат, 1985
2. Борисов Е.В., Василевская Л.П. Алкоголь и дети. М., Медицина, 1983.
3. Гордея Ф.Ф. Подростку о вреде алкоголя. Минск, Беларусь, 1981.
4. Канторович Н.В. О предрассудках, связанных с алкогольными напитками. М., Знание, 1959.
5. Каратаев Н.Б., Муратова И.Д., Сидоров П.И. Организация и содержание противозаключительной работы со школьниками. М., ЦНИИСП, 1979.
6. Колесов В.В. Предупреждение вредных привычек у школьников. М., Педагогика, 1984.
7. Левитский П.М., Язловецкий В.С. Вред алкоголя и никотина. Киев, Радянська школа, 1983.
8. Молодецкая В.А. Алкоголь и подросток. М., Знание, 1983.
9. Орловский Л.В. Наступать на пьянство единым фронтом. М., Знание, 1975.
10. Стрельчук И.В. Алкоголь и здоровье. М., Знание, 1980.
11. Стрельчук И.В., Паденко С.З. Алкоголь и потомство. М., Знание, 1976.
12. Толстой Л.Н. Для чего люди одурманиваются? Пора опомниться! М.-Л., Собрание сочинений, 1933, т. 27.
Богу или маммоне? Полн. собр. соч., т. 39, 1956.
Согласие против пьянства. М., 1958, т. 90.
13. Углов Ф.Г. В плену иллюзий. М., Молодая гвардия, 1985.
14. Федотов Д.Д. Алкоголь и нервно-психические заболевания. М., 1967.

15. Хришкова А.Г., Колесов Д.В. Мальчик, подросток, юноша.
Просвещение, 1982.
16. Мезердин С.Н. У опасной черты. М., Педагогика, 1985.
17. Мумилин Б.Т. Пьянство и правонарушения. М., Знание, 1980.
18. Зитин Г.М. Когда человек себе враг. М., Знание, 1978.

В заключение конференции рекомендуется просмотреть один из кинофильмов: "Дорога к беде", "Случайная встреча", "А мама меня не любит".

В подготовке и проведении конференции могут принять участие около 20 человек, что обеспечит достаточно высокий уровень привлечения учащихся и активность школьников.

Начинается конференция вступительным словом ведущего.

Ведущий: Что же такое алкоголизм? Вредная привычка, приносящая столько зла, или болезнь, которую необходимо лечить?

Алкоголизм — болезнь и болезнь коварная, начинающаяся с пьянства. Пьянство — это привычка прикладываться к спиртному, когда человек еще может контролировать себя и заставить отказаться от этой вредной привычки. Если же он этого не сделает, то он будет все больше втягиваться в пьянство, все увеличивая количество выпитого, находя все новые поводы для выпивок. Затем алкогольные напитки начинают приниматься регулярно, появляется влечение к алкоголю. Человек уже не может без него обходиться, становится рабом этой пагубной привычки. С этого и начинается алкоголизм!

Познакомимся с механизмом алкоголизации.

Сообщение I. Причины приобщения подростков к выпивкам.

Основными причинами антисоциальных привычек является групповой рефлекс, стадность; подражание, обезьянничание, попугай-

иченье; реакция отрицательной имитации, желание сделать как угодно, только не так, как другие, не как принято и освящено; стремление к самостоятельности, ложной взрослости; отставание психического, нравственного, социального развития от физического; раннее половое влечение вследствие иждивенчества, безделья, отсутствия физической нагрузки, что приводит к физической акселерации.

Подражая старшим товарищам, родителям, под влиянием насмешек и угроз подростки начинают копировать отрицательные и вредные для них и общества привычки, которые они затем, как вечный кид тяжкий крест, несут всю жизнь, так как отказаться от них очень трудно. Тяга к сверстникам, компания, стремление не отличаться от них, быть не хуже других, создают рабскую зависимость от группировки, преодолеть которую могут лишь по-настоящему сильные личности, способные показать глупость этих стадных по-лугайных эффектов и поступить по-своему, наперекор предвзятым мнениям, исходя из добытых наукой и предыдущими поколениями знаний, человек трезво мыслящий и не боящийся поступить вопреки общепринятым в его коллективе взглядам.

Часто причиной формирования вредных привычек является стремление к освобождению из-под опеки родителей и учителей и непонимание путей достижения этой цели. Они лежат в сфере достижения материальной независимости и, следовательно, в скорейшем выборе профессии и подготовке к овладению ею, к поступлению в соответствующее учебное заведение, попытках научиться выполнению отдельных трудовых операций и найти самовыражение своего я через них, заняться спортом и попытаться достичь успехов в своих занятиях.

Дисгармония в физическом и психическом развитии, связанная с акселерацией и беззаботным и праздным образом жизни, уход в себя, свои чувства и переживания приводят к раннему половому влечению еще не созревшего для этих функций организма, стремление хоть чем то "показаться" перед девушкой, выделиться среди остальных, привлечь, как павлин своим хвостом самку, сверстницу демонстрацией любой экстравагантности, в том числе перенятой дурной привычкой дружбы с бутылкой. Ни он, ни она подчас не задумываются над тем, что это может привести к нравственному падению, разложению еще не оформившейся личности, разрушению здоровья, невозможности создать семью и ранней смерти.

Как говорят, "умные учатся на ошибках других, а дураки на своих собственных", испытывая их на своей шкуре, благодаря неумеренному любопытству, бравате, стремлению все познать, все попробовать, даже если хорошо известно, что это может плохо кончиться.

Ведущий. Какие различают стадии алкоголизации организма человека? Каковы их физиология и проявления (симптомы)?

Сообщение 2. Развитие алкогольной зависимости организма.

Алкоголизм – сложное заболевание, проходящее ряд стадий, отражающих как степень зависимости организма от спиртного, так и степень нарастания антисоциальности человека.

При систематическом употреблении этанола нарушается обмен веществ, формируется сперва психологическая, а затем и физиологическая зависимость организма от него. С этого и начинается алкоголизм. С кровью алкоголь попадает в клетки органов и концентрируется прежде всего в головном мозге, где много воды.

(Таблица "Распределения алкоголя в организме человека"), воздей-

ствуя на различные его центры.

При первом употреблении этанола наблюдаются острые признаки отравления: головокружение, тошнота, рвота, слабость, речевые и двигательные расстройства, то есть естественная реакция организма на попадание в него ядовитых веществ. При последующих приемах организм привыкает к отравлению, парализуется рвотный центр и исчезают соответствующие защитные реакции.

Постепенно алкоголь начинает вызывать искусственный подъем настроения, болезненную веселость, эйфорию или подавленное настроение. Заканчивается все это различными психическими проявлениями: эмоциональной возбудимостью или апатией, повышенной агрессивностью, иногда галлюцинациями.

Это первая, начальная стадия алкоголизации, характеризующаяся психической зависимостью, когда организм начинает вырабатывать ферменты, включающие алкоголь в обмен веществ. Присутствие алкоголя в организме, его потребление становятся необходимыми.

Возрастает устойчивость к принимаемым дозам, свидетельствующая не о здоровье и выносливости организма, а о первых симптомах алкоголизма. На этой стадии человек еще не осознает себя больным.

На второй стадии алкогольной зависимости эйфория (блаженное состояние) наступает все позже, под влиянием все более обильных спиртных возлияний. Развивается извращенная ответная реакция организма, когда головные боли, слабость, дрожание конечностей, острая тошнота, подозрительность, кошмарные сновидения возникают уже при отсутствии алкоголя в организме. Нарушается деятельность внутренних органов. Постепенно утрачивается контроль над количеством выпитого, появляется тяжелое болезненное состояние похмелья, нарушается сон. Развивается так изв-

зываемая физическая алкогольная зависимость организма.

На третьей стадии алкоголизации снижается устойчивость к алкоголю, развивается запойное пьянство, тяжелые заболевания внутренних органов, нервной системы, психики, алкогольные психозы (белая горячка). Клетки и ткани, связанные с обменом алкоголя, разрушаются, наступает алкогольная дистрофия, истощение организма. Человек уже не может потреблять алкоголь и в то же время не в силах обходиться без него. Без вмешательства врача это может привести к смерти.

Ведущий. Давайте разберемся, к каким последствиям для организма человека, его деятельности и воспроизведения приводит употребление вино-водочных изделий.

Сообщение 3. Алкоголь и заболевания нервной системы.

Алкоголь — специфический наркотик нервного действия, разрушающий прежде всего нервную систему. Уже через 10 с. после попадания в организм этиловый спирт всасывается в кровь и 48% его скапливается в головном и спинном мозге. Алкоголь легко проникает в клетки, и поэтому его выведение затягивается на 10–15 дней. Если выпивка происходит хотя бы раз в неделю, организм оказывается в состоянии постоянного алкогольного опьянения.

Этанол легко растворяет липиды, входящие в состав электроизолирующих веществ отростков нейронов, которыми образовано белое вещество — проводящие пути спинного и головного мозга, нарушает синтез синаптических медиаторов, передатчиков возбуждения от нейрона к нейрону, транспорт ионов натрия и калия.

Одним из характерных расстройств при алкоголизме является алкогольный полиневрит — множественное воспаление нервов, осо-

бенно ног. Появляется неприятное покалывание, зуд, теряется чувствительность, главным образом стоп. При движении боли значительно усиливаются. Постепенно слабость в ногах приводит к обездвиживанию больного. Мышцы становятся вялыми, дряблыми, стопы свисают вниз.

Постоянное употребление этанола приводит к алкогольной энцефало-и миелопатии (слабости головного и спинного мозга) вследствие гибели под его влиянием огромного числа нейронов в центральном отделе нервной системы. Энцефалопатия сопровождается головной болью, головокружением, снижением умственной и физической активности, расстройствами деятельности внутренних органов, сна, памяти. Миелопатия — расстройствами чувствительности нижних конечностей, слабостью и болями в ногах, снижением работоспособности.

Другое заболевание — поясничные боли, вызываемые воспалением корешков спинномозговых нервов поясничной области из-за разрушающего действия алкоголя.

Нередко у алкоголиков среднего возраста и геморрагический полиэнцефалит, при котором нарушаются функции двигательных областей головного мозга. У больного появляются нарушения речи, развращенность походки, повышение температуры, затем провалы в памяти, галлюцинации и бессознательное состояние. Больной оказывается прикованным к постели. Вскоре обнаруживаются пролежни на спине, ягодицах и человек умирает.

Этиловый спирт хорошо соединяется с так называемыми макроэргами, веществами, в которых запасается энергия, выделявшаяся при расщеплении части органических веществ при энергетическом обмене. Из них клетки при надобности могут легко и быстро чер-

пать энергию для всех жизненных процессов. Поэтому уровень обмена веществ снижается.

Вследствие нехватки магния, входящего в состав ферментов клеточных мембран, наблюдается чрезмерная нервно-мышечная возбудимость и, как следствие, раздражительность, бессонница, головокружение, мышечные подергивания.

Но больше всего страдает от алкоголя головной мозг, нарушаются происходящие в нем процессы. Больше всего алкоголя скапливается в среднем мозге – центре эмоций и регуляторе деятельности внутренних органов, мозжечке – координаторе движений, коре переднего мозга, особенно в зрительной зоне, отвечающей за высшие условные рефлексy и сетевидной формации, стимулирующей деятельность головного мозга.

Нежелательные явления в организме нарастают по мере увеличения дозы выпитого алкоголя. Они в целом типичны и характеризуются следующими явлениями по мере увеличения количества выпитой 40° водки:

50 мл – усиливается сердцебиение, расширяются сосуды, повышается давление, растет аппетит.

100 мл – искусственное повышение настроения, болтливость, излишнее оживление, ослабление внимания, утрата контроля над поступками, нарушение деятельности центров коры, управляющих поведением.

200 мл – изменение эмоционального восприятия, работы подкорковых центров влечений.

300 мл – нарушается работа подкорковых двигательных центров и контроль над мышцами.

500 мл – подвизляются центры поддержания тонуса мозговой

деятельности, утрачиваются ориентация, сознание.

1000 мл - нарушается функционирование центров продолговатого мозга, контролирующего дыхание, питание, сердечно-сосудистую деятельность. Развиваются параличи, ведущие к смерти.

У алкоголиков утолщаются мозговые оболочки. Они давят на мозг, вызывая микрокровоизлияния, много сосудов закупоривается - отсюда упадок сил, головная боль в состоянии похмелья. Число погибших клеток мозга может достигнуть сотен миллионов, размеры головного мозга постепенно уменьшаются. Это вызывает глубокие нарушения умственной деятельности, приводящие к слабоумию.

Сообщение 4. Алкоголь и психические нарушения.

Еще И.П.Павлов экспериментально доказал, что даже небольшие (до 60 г) дозы алкоголя расстраивают деятельность коры головного мозга и психические функции, ослабляют тормозной процесс, на котором базируется высшая нервная деятельность человека. Это приводит любителя выпить к самоуверенности, нескритичности и необдуманности своих поступков, так называемой "раскованности", неправильной оценке себя и своих действий. Человек становится бесцеремонным, бестактным, хвастливым, раздражительным, драчливым, ругается, отпускает плоские шутки, неумеренно льстит или оскорбляет, считая себя остроумным, изящным и привлекательным собеседником, чувствует себя сильным и ловким, хотя неуклюж и смешон. Недаром говорят: "Пьяному гуляке - недалеко до драки".

Постоянное употребление этанола приводит к алкогольной энцефалопатии (мозговой слабости) вследствие гибели под его влиянием огромного числа нейронов головного мозга. Постепенно возникают слуховые и зрительные галлюцинации, алкогольные пси-

хозы, расстройства сознания, происходит деградация личности.

Алкоголик плохо спит, ему снятся сны с нападениями, угрозами, покушениями, погонями, убийствами.

На последней стадии алкоголизма развивается алкогольный делирий, или белая горячка, когда больной становится опасен для себя и окружающих. У него исчезает сон, начинаются бесконечные кошмарные зрительные и слуховые галлюцинации, бред, комары. Защищаясь от воображаемых нападающих, он часто сам наносит себе повреждения или пытается покончить с жизнью и погибает. Таких больных госпитализируют.

В.Шекспир писал по этому поводу: "Люди впускают в свои уста врага, который похищает их мозг".

Недаром во Франции 20-30% психических больных - алкоголики.

Сообщение 5. Алкоголь и болезни человека.

Со многими заболеваниями, вызываемыми постоянными спиртными возлияниями, мы уже познакомились при изучении различных систем органов. Однако только сведение их воедино может дать целостное представление об их числе, многообразии и непоправимости вреда, оказываемого алкоголем на организм человека.

Заболевания, связанные с употреблением алкоголя

<u>Системы органов, процессы</u>	<u>Заболевания и нарушения деятельности</u>
Сердечно-сосудистая система	Атеросклероз, эндоартерит, тромбоз, флебит, гипертония, инфаркт миокарда
Дыхательная система	Бронхит, трахеобронхит, эмфизема легких
Пищеварительная система	Гастрит, дуоденит, панкреатит, гепа-

тит, цирроз, язва, рак желудка, геморрой.

Метаболизм Гипо- и поливитаминоз, белковая недостаточность.

Половая система Атрофия половых желез, алкогольная эмприопатия, идиотия и уродства детей.

Нервная система Алкогольные невриты и полиневриты, вегетоневрозы, энцефалопатия, миелопатия, психозы, геморрагический полиэнцефалит, делирий (белая горячка), инсульт.

Итого около тридцати заболеваний вызывает этот невзрачный "друг" некоторых людей. Вряд ли, зная это, захочешь водить с ним дружбу.

Сообщение 6. Алкоголь и успехи в труде.

После выпивки человек горячо берется за дело, так как сосуды головного мозга у него расширены и мозг хорошо снабжается кислородом. Но затем наступает спазм сосудов, обеспечение мозга кислородом уменьшается, а с нею падают сосредоточенность внимания, острота зрения, слуха, стремление к работе и работоспособность, воля. Резко снижается производительность труда, иссякает желание работать, дело часто не доводится до конца.

Затем можно использовать данные, приведенные в теме "Опорно-двигательный аппарат" со слов: В опытах с ручной динамометрией..." и до "Пьянство наносит..."

После этого целесообразно сообщить следующие факты.

Э.Крепелин (ФРГ) доказал, что малые дозы алкоголя снижают умственную работоспособность на 12-14, а иногда и на 25%.

Творческая деятельность для алкоголика становится невозможной, а многие профессии (дегустатор, диспетчер, летчик, машинист, шофер и др.) недоступными.

Психиатр Ашаффенбург (ФРГ), установил, что 36 г. спирта или 1 л пива снижают производительность труда наборщиков на 15-20%, а число ошибок при этом возрастает до 30%.

Резко снижается у пьющих обучаемость, производственная квалификация. В СССР 12% алкоголиков переведено на менее квалифицированную работу. Недаром в народе бытует крылатое выражение: "Было ремесло, да хмелем поросло".

По данным болгарских врачей, лишь 2% людей, начавших знакомство с хмельным с 10-20 лет, получили высшее образование. Все они имеют низкую квалификацию, а 26% из них тунеядствуют.

Сообщение 7. Алкоголь и достижения в спорте

Занятия спортом несовместимы с увлечением алкоголем, а высшие достижения требуют полного воздержания от питья. Употребление даже некрепких алкогольных напитков снижает силу и выносливость, повышает утомляемость. Это доказано в экспериментах. Так, у автогонщика Т.Бетенхаузена (США) после приема 60 г виски скорость реакции спустя 25 мин. снизилась на 25% (0,406 с и 0,498 с).

Перед соревнованиями спортсменам давали 100 г водки, 200 г вина или кружку пива. У всех испытуемых снижалась мышечная сила, скорость и координация движений, острота зрения и слуха.

Далее можно дать материалы из темы "Опорно-двигательный аппарат" со слов: "Любитель алкогольных напитков..." и до "На основе этих данных...".

Известный спортсмен и тренер В.Куд писал в связи с этим:

"Я не выношу запаха вина и водки... Каждые выпитые 100 г выводят спортсмена из спортивной формы на 2 недели".

Недаром среди спортсменов в связи с этим популярна поговорка: "Стопка водки – ведро пота", которое надо пролить после ее употребления для достижения прежней спортивной формы.

Хоккейный тренер А.В.Тарасов писал: "Борьба с алкоголем и никотином – большая и важная проблема".

Именно пристрастие к алкоголю довело до преступления и сгубило дарование всесоюзного и мирового чемпиона по штанге Т.Ломкина.

Понимая пагубность этого пристрастия, лучший советский футболист 1983 г. Ф.Черенков стал "фанатиком режима", а шахматист, чемпион мира Г.Каспаров отказался и от употребления пива.

"Если ты спортсмен – в ресторане тебе делать нечего, – писала Комсомольская правда. За одно такое "расслабление" можешь потерять все, что накоплено месяцами... Как разнятся лед и пламень, так не сочетаются алкоголь и спорт".

Сообщение 8. Алкоголь и детородные функции родителей.

Эксперименты на животных и обследования алкоголиков показали, что у 60% из них атрофируются половые железы, развивается сексуальная патология, особенно резко у мужчин, исчезает половое влечение.

Расстройства половых функций объясняются как непосредственным угнетающим воздействием этанола на половые железы, так и опосредованно – через нервную и эндокринную системы. Железы начинают вырабатывать дефектные половые клетки или прекращают их образование.

У женщин яйцеклетки болезненно изменяются, снижается спо-

способность к их оплодотворению, к деторождению, рано наступает климакс.

От 65 до 85% мужчин, злоупотребляющих спиртным, страдают той или иной степенью импотенции. Врач В.Кулаев даже сравнивает результаты пьянства для мужчин с "добровольным оскотлением".

В конце концов возникает "повышенная похотливость при пониженной потенции", - пишет психиатр Э.Крепелин.

Один из героев В.Шекспира замечает, что выпивка, повышая склонность к волокитству, уменьшает способность воспользоваться ее плодами.

Обследования показали, что для 90% опрошенных "радости любви" сопровождаются сильным опьянением. О каком же здоровом поведении можно вести речь в этих условиях? Установлено, что 93,5% детей алкоголиков, больных эмбриопатией (дебилы, имбецилы, идиоты), зачаты в состоянии опьянения.

Недаром во многих странах в день свадьбы и зачатия запрещалось употребление спиртных напитков, чтобы опьянение хотя бы одного родителя не отразилось на здоровье и развитии ребенка. Кроме того, по свидетельству Г.М.Энтина, злоупотребление спиртным ведет к "маскулинизации" женщины, утрате ее специфических женских признаков: тело теряет округлость, кожа становится шершавой, морщинистой, дряблой, голос хриплым, поведение мужеподобным. Такая "эмансипированная" женщина утрачивает привлекательность для мужчин и может вызвать лишь похотливость у пьяниц.

Любой мужчине задает себе вопрос: Кому нужна женщина, не способная к деторождению или рождению полноценного потомства?

Необходимо провести в жизнь призыв академика Ф.Г.Углова: "Сломать традицию подносить молодоженам ... бокалы с шампан-

ским". С сообщением по этому вопросу лучше, чтобы выступил врач. Если это будет делать учащийся, то он может использовать нижеприведенные сведения.

Сообщение 9. Алкоголь и потомство.

Почему так важно сломать эти алкогольные традиции?

Еще древнегреческий врач Гиппократ, основоположник медицины, указал, что причиной идиотии и эпилепсии у детей является употребление вина в день зачатия ребенка.

Физиолог Густав Бунге сказал: "Отравление алкоголем зародышевой клетки является истинным преступлением против зарождающейся жизни" и, можно добавить, — для будущего нации.

"Каждой рюмкой выпитого вина мы служим тому страшному делу от которого гибнут лучшие силы человеческие", — утверждал Л.Н.Толстой.

В чем же опасность употребления алкоголя беременной женщиной? Опасность состоит в том, что алкоголь вызывает токсическое поражение (отравление) половых желез, половых клеток, плода и организма матери и грудного ребенка через материнское молоко.

Установлено, что алкоголизм матери сказывается на детях в 2 раза чаще, чем алкоголизм отца. Этанол с кровью матери проникает в зародыш, и плод систематически отравляется им. У него развивается абстинентный синдром — похмельное состояние, сопровождающееся головной болью, сердцебиением, дрожанием рук и т.д. Снять эти явления можно только приемом алкоголя. Только родившись, такие дети плохо спят, капризничают, медленно физически и психические развиваются, позже начинают ходить и говорить, плохо учатся, становятся невропатами. 33% детей алкоголиков — идиоты. 40% детей с пороком сердца было зачато при опьянении родителей (США)

Двое из каждых трех олигофренов (слабоумных) – дети пьяниц родителей. Еще древнегреческий философ Аристотель говорил, что пьяницы матери рожают пьяниц детей.

Мержеевский установил, что из 1000 олигофренов у 500 алкоголики отцы, 70 – матери, еще 70 – оба родителя.

По данным АМН СССР на 1983 г., каждый шестой ребенок рождался от алкоголиков и был ненормальным.

Г.Росси наблюдал за 13 беременными женщинами, употреблявшими алкоголь в период беременности. У одной был выкидыш, остальные дети родились с физическими недостатками или функциональными расстройствами. В результате употребления алкоголя беременной матерью осложнения беременности наблюдаются в 28% случаев. Аномалии развития у 23%. Рождаются недоношенными дети в 34% и мертвые дети – 25% случаев. Смертность детей до 2-х лет у пьящих отца и матери составляет 56%.

Установлено, что при хроническом алкоголизме отца преждевременные роды бывают у 17% дочерей, а матери – у 31%. Недоразвитие детей в 37% случаев вызвано алкоголизмом отцов и в 66% – матерей. 83% детей матерей алкоголичек имеют пониженный вес, тогда как у непьющих лишь в 3% случаев.

Как говорится, факты кричат сами за себя. Делайте выводы, будущие родители!

Сообщение 10. Алкоголь и подросток.

Особенно губительно действует этиловый спирт на организм подростка. Установлено, что если алкоголизм у взрослого человека развивается в течение 5–10 лет, то для подростка достаточно 1–5 лет злоупотребления им, а иногда и месяца. Протекает алкоголизм у подростков также тяжелее и труднее поддается лечению.

Алкоголики, начавшие пить в 10-15 лет, зачастую умирают в 30-летнем возрасте и редко доживают до 50 лет.

Как писал Л.Н.Толстой: "Вино не приносит ни здоровья, ни сил, ни тепла, ни веселья, а приносит людям только большой вред".

В чем же заключается он для организма подростка? Почему детский и юношеский организм быстрее привыкает к алкоголю? Почему быстрее развивается у него хронический алкоголизм, протекающий в более злокачественной форме, с большим трудом излечиваемый и скорее приводящий к смерти без соответствующего лечения?

Связано это с относительно большими массой крови, скоростью кровотока, насыщенностью тканей водой и незрелостью клеток и тканей у растущего организма. Все это ведет к ускорению и усилению повреждающего действия алкоголя на все структуры организма подростка и может привести ко всем ранее перечисленным заболеваниям, но значительно скорее.

Ниболее уязвимым органом является головной мозг. В результате его повреждения может развиться эпилепсия, алкогольные психозы по психопатоподобному или шизофреническому типу.

У начавших злоупотреблять алкоголем подростков повышается раздражительность, вспыльчивость, утомляемость, нарушается сон, часты головные боли. У школьников утрачивается интерес к занятиям, снижается успеваемость, нарастают недисциплинированность, дерзость, повышенная самооценка. Успеваемость у таких ребят значительно ниже, чем у не употребляющих этанола. В арифметических действиях они допускают грубые ошибки и даже не задумываются о необходимости проверить подсчеты, затрудняются в звучивании текста наизусть и не могут своими словами изложить прочитанного. Даже после прекращения употребления спиртного 13-15-летние

ребята долго были не в силах упорными упражнениями восстановить смытые алкоголем навыки учебного труда, технологии изготовления какого-либо изделия. Поэтому совершенно необходимо прекратить баловство с алкоголем. Каждый должен помнить, если хочет сохранить свое здоровье и работоспособность, нужно исключить спиртное из своей жизни.

Сообщение II. Алкоголь и деградация личности.

Общезвестно, что алкоголизм приводит к соматическим и нервно-психическим заболеваниям и к моральному разложению личности человека. У пьющих постепенно ослабевают воля, стремление к какой-либо деятельности, способность к творческой квалифицированной работе, морально-нравственные устои, оскудевает и огрубляется эмоциональная сфера личности, способность видеть и понимать красоту природы, произведений искусства, глубоко воспринимать радости и беды членов семьи, других людей. Такой человек часто не понимает юмора, а сам шутит плоско и грубо. Сердечный и отзывчивый до начала увлечения хмельным, он становится равнодушным, допускает аморальное поведение, половую распущенность.

У таких людей постепенно развивается цинизм, эгоизм, жестокость, угасают родственные чувства, любовь к жене, детям, родителям. Они часто бросают работу и тунеядствуют, заботясь только о поисках хмельного, ради которого они готовы вынести на продажу из дома последнее, даже вещи детей. Уделом этих людей становятся только хулиганство, драка, бесцельное времяпрепровождение.

Ф.М.Достоевский в свое время отметил: "Употребление спиртных напитков скотинит и зверит человека, такой человек стано-

вится неспособным к труду, семейной и общественной жизни.

Сообщение 12. Алкоголь – причина разрушения семьи и правонарушений.

Для выступления по данной теме целесообразно пригласить работников милиции, суда, прокуратуры. Если же этого не удастся сделать, то в своем выступлении школьник может воспользоваться нижеприведенными данными.

Моральное оскудение и распад личности алкоголика ведут к разрушению семьи, правонарушениям и преступлениям. Например, из 2086 бракоразводных дел, возбужденных женами, в 47% случаев причиной был алкоголизм мужей. В таких семьях нет искренности во взаимоотношениях, дружелюбия между членами семьи, ответственности пьющих родителей за правильное воспитание и будущее своих детей. Так появляются "трудные" дети, безнадзорные, причиняющие массу неприятностей учителям и родителям. Это также служит одной из причин семейных неурядиц и разлада в семье.

Плохой пример родителей приводит к тому, что в семьях алкоголиков число пьющих детей достигает 94%, тогда как в непьющих не превышает 12%. Объясняется это во многом тем, что в таких семьях примитивен духовный мир, убоги жизненные запросы. Родители не развивают у детей способность ощущать интеллектуальные удовольствия, интерес к хорошей книге, театру, стремление стать лучше, достичь достойной цели жизни.

Пьянство прямым путем ведет к правонарушениям и преступлениям.

Советские криминалисты и социологи установили, что 93–96% всех правонарушений совершается в нетрезвом состоянии.

С пьянством связано 45,8% случаев гибели людей в дорожно-транспортных происшествиях, 60% утоплений и 90% замерзаний.

За 1971 г. в РСФСР алкоголь явился причиной 55,8% краж, 79,9% грабежей, 69,3% разбойных нападений.

По данным ВОЗ, под влиянием выпивки во всем мире совершается около 50% изнасилований, 72% вооруженных нападений, 86% убийств.

Из-за алкоголизации в СССР ежегодно гибнет 1,5 млн человек.

Пора прекратить эту пьяную оргию разгула, правонарушений и безвременной гибели советских людей.

Сообщение 13. Алкоголь и материальные потери государства.

В СССР в 1927-28 годах доход от продажи спиртной продукции достиг 728 миллионов рублей, а убытки от алкоголизации населения и связанных с этим явлений составили 1 миллиард 270 миллионов рублей. На производство этих алкогольных изделий было затрачено 2 миллиона тонн зерна, которого достаточно, чтобы прокормить в течение года 10 миллионов человек.

В 1982 г. в СССР ущерб, связанный с употреблением алкоголя, достиг примерно шестой части от общего объема товарооборота, равного 304,3 миллиардов рублей, что составляет примерно 50,7 миллиардов рублей.

По подсчетам ВОЗ, на лечение алкоголиков, их больных детей, людей, попавших в катастрофы из-за опьянения, затрачивается 40% расходуемых на здравоохранение средств, что для СССР составляет 4-5 млрд рублей. По США имеется более полные статистические данные. Потери от пьянства в промышленности США составили в 1971 г. 6-8 млрд долларов, травматизм принес предприятиям убытков еще на 20 млн долларов, а лечение пострадавших обходится обществу

еще в I млрд долларов в год. Ущерб от прогулов, дорожных аварий и расходов на медицинское обслуживание составляет 25 млрд долларов.

Пеллер (Франция) полагает, что 45% несчастных случаев на производстве связано с алкоголизмом.

Академик С.Г.Струмилин подсчитал, что "полное отрезвление народа даст 10% прирост производительности труда".

Все это наносит неисчислимый и трудно поправимый вред нашей стране. "Еще 2 - 3 десятилетия, - пишет академик Ф.Г.Углов, - и при таком росте пьянства мы обнаружим не здоровый цветущий народ, а общество, состоящее почти полностью из алкоголиков и пьяниц, с деградированным и дегенеративным потомством. Мы можем оказаться в положении приехавших к пожару, когда спасти будет некого, а тушить нечего".

В 1910 г. русский врач Пleshков писал: "... в трети всех случаев скоропостижной смерти у взрослых чрезмерное опьянение служило главной и способствующей причиной смерти".

В США от алкоголизма и связанных с ним причин ежегодно умирает 100 тыс. человек. В Швейцарии в 1958 г. от него умерло больше людей, чем от всех инфекционных болезней вместе взятых.

По данным ВОЗ, самоубийства среди алкоголиков происходят в 80 раз чаще, чем среди непьющих.

Б.Урландис подсчитал, что в 1975 г. алкоголь на земном шаре унёс в могилу 3,5 миллиона человек.

Ведущий. Трезвый и здоровый быт должен быть нормой жизни социалистического общества. В.И.Ленин писал: Здоровье - это имущество государственное и расхищать его недопустимо никому". Благополучие и процветание всего общества зиждется на здоровье

и благополучии каждого его члена. Чем выше продолжительность жизни, производительность труда каждого человека, тем богаче страна, тем выше ее экономический и военный потенциал, уровень жизни населения, ^{Ведущий:} духовный мир. Вопросы о роли социалистического государства в борьбе за трезвый и здоровый образ жизни посвящено следующее сообщение.

Сообщение I4. Социалистическое государство в борьбе за трезвый и здоровый образ жизни.

Трезвость является реальной потребностью людей, хотя и не осознается, подчас, многими. Ныне существует противоречие между объективными потребностями в трезвости и широко распространенными "питейными" обычаями и традициями, мнением, что "выпить можно, напиться нельзя". Однако суждение о том, что умеренные дозы алкоголя не только безвредны, но и полезны как источник энергии, бодрости, жизнерадостности не только безграмотны, но и вредны. Ведь соляр, керосин, бензин — тоже источники энергии, но это не значит, что они годны для пищевого потребления. Источники энергии для организма человека — это, прежде всего, углеводы, а также другие органические вещества.

Еще в 1915 г. совещание Пироговского общества русских врачей по алкоголизму приняло резолюцию, в которой сказано: "... нет в организме человека таких органов и тканей, которые не подвергались бы повреждению при ... употреблении алкоголя".

Высказывая современное представление врачей о влиянии алкоголя на организм человека и "обоснования" его потребления, академик АМН СССР Ф.Г. Углов пишет: "Алкоголь — наркотик и говорить об "умеренном, культурном" его употреблении так же бессмысленно, как уговаривать умеренно употреблять гашиш, марихуану, морфий и

другие наркотики, пустив их в свободную продажу, да еще по (низкой) цене".

Пьянство и алкоголизм – проблемы сложные, социальные и потому профилактика и борьба с ними должны иметь законодательный, административный, медико-гигиенический аспекты и строиться на комплексной, межведомственной основе.

Уже в первые годы советской власти началась борьба с пьянством и алкоголизмом под лозунгом: "Алкоголизм и социализм – несовместимы". Молодое социалистическое государство проводило планомерную систематическую работу по борьбе с этим позорным пережитком. Третьим декретом советской власти, изданным 8 ноября 1917 г., был декрет о сухом законе, а его первым воплощением в жизнь было решение Петроградского Совета Рабочих и Солдатских депутатов об уничтожении запасов винно-водочных изделий на всех винных складах города.

Президиум Верховного Совета РСФСР издает указы от 8 апреля 1967 г. "О принудительном лечении и трудовом перевоспитании злостных пьяниц (алкоголиков)" и от 19 июня 1972 г. "О мерах по усилению борьбы против пьянства и алкоголизма".

16 мая 1972 г. ЦК КПСС и Совет Министров СССР приняли постановление "О мерах по усилению борьбы против пьянства и алкоголизма".

Но особенно остро встала эта проблема в наши дни, когда народное хозяйство переводится на интенсивный путь развития, чтобы обеспечить возросшие потребности страны и населения. В этих условиях от каждого члена общества требуется максимальный вклад в решение проблем государства, чего пьяница и алкоголик внести не может.

В этих условиях вновь была начата борьба на всех уровнях с

пьянством и алкоголизмом. 17 мая 1985 г. были опубликованы постановления Пленума ЦК КПСС "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма", Совета Министров СССР "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма, искоренению самогонарения", указы Президиума Верховного Совета СССР "Об усилении борьбы с пьянством", Президиума Верховного Совета РСФСР "О мерах по усилению борьбы против пьянства и алкоголизма, искоренению самогонарения".

В СССР административно запрещены реклама и продажа вино-водочных изделий людям, не достигшим возраста 21 года, торговля ими разрешена только с 14 часов в особых торговых точках, отделенных от магазинов, удаленных от детских и молодежных учреждений, предприятий.

Спаивание детей карается тюремным заключением.

Для того, чтобы отвлечь население и в первую очередь молодежь от бездумного и вредного времяпрепровождения и дурных привычек, в СССР создана самая широкая в мире сеть бесплатных спортивно-оздоровительных сооружений. На 1982 г. в СССР насчитывалось 395 тыс. волейбольных, баскетбольных и теннисных площадок, 110 тыс. футбольных полей, 73 тыс. спортзалов, 3,51 тыс. стадионов, 1,65 тыс. плавательных бассейнов. В настоящее время их сеть значительно расширена и все они открыты для населения.

Но и всего этого недостаточно для развенчивания питейных традиций и представлений. Первый нарком здравоохранения Н.С.Семашко говорил о том, что "нужно морально расстрелять" идейную платформу пьяных обычаев. В настоящее время на всех крупных предприятиях по всей стране создаются клубы трезвости, клубы Антибахус, Антивакх. В антиалкогольную пропаганду под девизом "Всемирно против пьянства" включаются общественные организа-

ции, трудовые коллективы, отдельные граждане. Освободить сознание от неверных представлений и привычек, связанных с алкогольными изделиями, помогают радио, телевидение, печать, ведущие систематическую дискредитацию питейных обычаев и традиций.

В СССР создана сеть наркологических пунктов, где пьяницам и алкоголикам оказывается медицинская помощь; стационаров, где их лечат и привлекают к труду.

И эти соединенные усилия государства и общественности уже дают первые положительные результаты. Произошел сдвиг в общественном сознании, антиалкогольные настроения набирают силу.

Ведущий. Не борьбу с бытующими алкогольными представлениями и традициями надо начинать с себя, полностью исключив даже мысль о возможном употреблении алкоголя, со своего режима дня, питания, труда, отдыха. Этому посвящено наше последнее сообщение.

Сообщение 15. Алкоголь – личный враг каждого из нас.

Доктор медицинских наук, профессор Ю.Ф.Зменовский предложил такую "формулу здоровья": здоровье прямо пропорционально эмоциональной устойчивости, движению, закаливанию, умеренности в еде и находится в обратной зависимости с ленью, пристрастием к спиртному и курению.

Каждый человек должен выработать в себе стойкий психологический настрой на безалкогольную трезвую жизнь, установку на одкрепление его соответствующими каждодневными делами.

Родители, братья и сестры по достижении ребенком двухлетнего возраста, когда у него появляется чувство стыдливости, должны внушить ему отвращение к "не вяжущему лыка" пьянице, к апазу и виду спиртного. Надо выработать у него умение смот-

реть на свои поступки со стороны, учить его предвидеть их последствия для него и других людей.

По выражению древнегреческого философа Аристотеля, "Ничто так не истощает и не разрушает человека, как продолжительное физическое бездействие". Отсутствие физической нагрузки развивает лень, безделье, стремление убить время и вызывает желание познакомиться с вином — этим допингом безвольных.

Врачи считают, что для поддержания нормальной жизнедеятельности и работы всех органов тела человек должен проходить в день не менее 10 тыс. шагов со скоростью не менее 2-х шагов в секунду, что для поддержания бодрости и энергии в течение дня, без всяких "алкогольных допингов", необходимо делать утреннюю зарядку, регулярно заниматься физкультурой и спортом. В ходе спортивных занятий человек развивается не только физически, но и духовно, вырабатывая волю, настойчивость в достижении цели, умение с достоинством переносить неудачи и не тянуться к рюмке вследствие поражений, радоваться успехам, своим и товарищей, вырабатывать такие ценные личностные качества, как общительность, дружелюбие, доброжелательность.

Нужно учиться развлекаться и отдыхать красиво, интересно, не устраивая "праздника желудка" и топтанье "в ритме". Свободное время следует насытить книгой, театром, коллекционированием, изготовлением самоделок, любительских фильмов, музыкой, пением, туристическими походами, экскурсиями, спортивными мероприятиями.

Известный 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". (Соч. т. I, М., 1953, с. 308).

С детства необходимо вести здоровый образ жизни, то есть правильно питаться, заниматься физическим трудом, физкультурой и спортом, закаливаться, учиться отдыхать активно.

Академик АМН СССР Н.М.Амосов считает, что необходимо распространить "моду" на здоровье, спорт, труд.

Французский врач XVIII века Тиссо писал: "Движение как таковое может по своему действию заменить любое лекарство, но все средства мира не в состоянии заменить действие движения", — являющегося и мощным фактором предотвращения развития и отвыкания от вредных привычек.

Установлено, что в процессе физического труда, занятий физкультурой и спортом вырабатываются биологически активные вещества, увеличивающие сопротивляемость организма алкоголю, растет масса мышц, сокращается количество жировой соединительной ткани и, как следствие, относительно уменьшается количество выпитого алкоголя в крови и его пагубное воздействие на головной мозг. Однако организм спортсмена более чувствителен к алкоголю и быстрее начинает давать сбой под его воздействием. Это заставляет человека скорее отказаться от его употребления. Хорошо помогает в борьбе с вредными привычками систематическое закаливание водными, воздушными и солнечными процедурами, увеличивающее защитные силы организма.

Важен и регулярный крепкий сон продолжительностью не менее

7 - 8 часов. Для повышения его эффективности перед сном рекомендуется краткая, на 25-30 минут, прогулка на свежем воздухе и теплая, на 10-15 минут ванна для ног. Ложиться спать следует в одно и то же время, не позднее 23 часов.

Немаловажное значение для предотвращения тяги к алкоголю имеет правильное питание на всех этапах развития человеческого организма. Питание матери при беременности и кормлении младенца влияет на становление характера ребенка и тягу к острой и пряной пище, алкоголю, табак. Отмечено, что молочно-растительное питание приводит к рождению и развитию здорового, спокойного, уравновешенного ребенка, а острая, пряная и мясная пища к формированию беспокойных, раздражительных, агрессивных и нервных детей, легко становящихся затем заядлыми курильщиками и выпивохами.

Ученый из ГДР Е. Вилах утверждает, что человек, получивший в детстве достаточное количество сырых овощей и фруктов, и в будущем, став взрослым, не будет стремиться к таким возбуждающим средствам, как кофе, табак и алкоголь. Заряд энергии, полученный за счет полноценного питания в детстве, не потребует в зрелом возрасте искусственных возбудителей.

Но в любом возрасте необходимо обогащать пищу витаминами, особенно группы В, С, РР, К, Е - верными защитниками организма от вредных обменных процессов. С возрастом надо увеличивать в пище долю растительных масел, меда, пищевых дрожжей.

В заключение конференции можно рассказать о приказе Гитлера снабжать жителей захваченных территорий водкой и табаком. Бесноватый ефрейтор хорошо знал, что они — союзники в борьбе против ненавистных ему славян.

Продолжает эту человеконенавистническую политику и ЦРУ США, которое признало: "Их можно убить только изнутри, с помощью табака, водки и разврата". За 30 лет, начиная с 1953 г. оно истратило на проведение в жизнь этой задачи десятки миллионов долларов. За 20 лет, начиная с 1960 г., СССР потерял от алкоголизма сотни тысяч людей, которые могли бы ещё жить и активно трудиться на благо советского общества.

Академик АМН СССР Ф.Г.Углов пишет: "Наливая в стакан вино или водку — вспомни, что выполняешь план Гитлера или ЦРУ".

Товарищ, остановись, через I поколение при употреблении алкоголя прежними темпами этот план может осуществиться без войны, атомных бомб, крематориев и газовых камер!!

Не дадим свершиться этим чудовищным планам, сохраним себя, обеспечим счастливое будущее для последующих поколений.

Примем клятву трезвости.

Клятва трезвости.

Учитывая опасность любых доз наркотического яда — алкоголя для человека. Сознывая всю угрозу для будущих поколений нашего народа. Имея твердую убежденность, что личный пример сильно влияет на окружающих, считаю необходимым полностью исключить употребление алкоголя на всю жизнь. Сделать все, чтобы убедить других в необходимости отказа от потребления этого яда.

XI класс

Основы цитологии.

Необратимые изменения пространственной конфигурации моле-

куд растворимых белков и перевод их в нерастворимое состояние, приводящее к нарушению функций, можно показать на простом опыте. Его можно провести как демонстрацию или лабораторную работу "Влияние спирта на белки". Для эксперимента берется 2 предметных стекла, 2 стаканчика с 50 мл кипяченой воды, 3 пипетки, мензурка с миллиметровыми делениями, 80-90% раствор спирта, 8 мл 10% раствора едкого натра, 1% раствор медного купороса, белок куриного яйца.

Ход работы

1. На 2 предметных стекла нанести пипеткой по 1 капле белка и на одно из стекол на белок 2-3 капли спирта.

2. Исследуйте происходящие с белками под влиянием спирта изменения.

3. Опустите оба предметных стекла каждое в свой стаканчик с водой и выясните, растворимы ли белки на обоих стеклах.

4. Проведите биуретовую реакцию на белки, приняв в каждый стаканчик по 4 мл едкого натра и по каплям раствор медного купороса, до изменения его окраски.

Помните! Окраска купороса в ходе биуретовой реакции под действием растворимых, активных белков изменяется на фиолетовую, а нерастворимые, неактивные белки не вызывают изменения окраски купороса.

5. Сделайте выводы на основе полученных результатов и запишите их в тетрадь.

Содержание выводов может быть примерно таким.

- Этанол вызывает свертывание, денатурацию белков, перевод их в нерастворимое, неактивное состояние.

- Под влиянием спиртов белки клеток утрачивают нативную структуру и функции.

- В результате жизнедеятельность клеток и всего организма ослабляется и нарушается.

- Спирты - яд для организма, снижающий его жизнеспособность, и их употребление недопустимо.

5-2116

Антиалкогольная пропаганда в курсе "Обществоведения".

В курсе обществоведения вопросы антиалкогольной пропаганды, антиалкогольного воспитания учащихся последовательное отражение могут найти при изучении раздела II "Социализм и коммунизм - две фазы коммунистической формации. Развитое социалистическое общество, постепенно перерастающее в коммунистическое".

Тема "Экономический строй развитого социализма" позволяет обсудить со старшеклассниками экономические и некоторые социальные последствия пьянства. Так, разговор о повышении эффективности общественного производства (урок "Социалистическое расширенное воспроизводство"), укреплении трудовой дисциплины (урок "Характер труда при социализме") предполагает рассмотрение вопроса о экономическом ущербе, причиной которого является пьянство, необходимости его преодоления как важного условия повышения производительности труда.

На уроке "Характер труда при социализме" целесообразно зачитать ст. 3-5 Указа Президиума Верховного Совета РСФСР "О мерах по усилению борьбы против пьянства и алкоголизма, искоренению сивогоноварения" от 16 мая 1985 г. (см. "Трезвость - закон нашей жизни". М., стр. 18, далее цит. по этому изданию).

Учащимся могут быть предложены следующие вопросы и задания раскрыть экономическое значение постановлений ЦК КПСС и Совета Министров СССР о мерах по преодолению пьянства и алкоголизма

(вариант: каковы экономические последствия пьянства, какие меры предприняты в последнее время с целью преодоления этого явления), проследить результативность предпринятых мер на базовом предприятии. Чем объясняется ужесточение мер пресечения по отношению к пьяницам на производстве; достаточно ли только их применения? Поскольку на уроке возможен вариант работы со статьей В.И.Ленина "Как организовать соревнование?", стоит подчеркнуть, что, подходя комплексно к решению задачи повышения дисциплины труда, В.И.Ленин не останавливался и перед такой мерой наказания, как расстрел за туеядство, воровство и т.п. Полн. собр. соч., т.35, стр. 204.

При изучении основного экономического закона социализма важно отметить необходимость органического сочетания материальных, социальных и духовных потребностей личности, подчеркнуть, что злоупотребление спиртными напитками деформирует потребности личности, вызывает ее деградацию.

При анализе причин наличия данной проблемы в советском обществе учителю не следует забывать о том, что при всей активности общественного сознания, его самостоятельности, в конечном счете именно общественное бытие определяет общественное сознание. Существование проблемы не может рассматриваться и только с позиции сохранения "родимых пятен" капитализма; как отмечалось в газете "Правда" (11 ноября 1985 г., стр. 3), "на нынешнем уровне развития общества "зона действия" собственно пережитков прошлого сокращается, и поэтому самое пристальное внимание надо обратить на борьбу с ... "нажитками". Среди причин - и тяжелые условия труда (около 42 млн. человек заняты в народном хозяйстве тяжелым неквалифицированным трудом), и

имеющие место нарушения социальной справедливости, социалистической законности, и, конечно, несформированность у некоторых советских людей чувства хозяина страны, гражданской ответственности, правильной жизненной ориентации и др.

На уроке "Государственное планирование экономического и социального развития" целесообразно отметить, что в планах экономического и социального развития СССР предусматривается начиная с 1986 года ежегодное сокращение объемов производства водки и ликеро-водочных изделий, а к 1988 году полностью прекратить выпуск плодово-ягодных вин; на уроке "Товарно-денежные отношения" - рассказать о мерах, предпринятых в области продажи спиртных напитков (см. "Трезвость - закон нашей жизни", ст. 7, 30). После рассмотрения этих мер целесообразно поставить вопрос: "А не понесет ли торговля, а вместе с ней госбюджет и все народное хозяйство убытка от планируемого сокращения?" "Какое ваше отношение к предлагаемым мерам? Считаете ли вы их эффективными?"

Можно зачитать письмо ленинградской школьницы в газету "Правда" (1 ноября 1983 г., стр. 6):

"Дорогая газета, прошу мне помочь. Я смотрела передачу, где лечат тетенок и дяденек, чтоб не пили водку. Вот и мою маму полечили бы, ведь водка горькая, я пробовала. Маме говорю: "Зачем ты пьешь?" А она: "Если б ее, проклятую, не продавали, может быть, и не пила". Я лучше люблю фрукты, а мама никогда не покупает: "Нет денег - говорит, - на виноград да яблоки". А сама третит на водку. У нас в школе много ребят, у которых пьют мама, папа и даже сестры старшие. Моя сестра, наверное, тоже пьет... Пусть не продвют больше водки никому и никогда."

Когда все будут здоровы и лечить не надо. Ира, 4-й класс".

Вопросы к учащимся: какие чувства и мысли вызывает это письмо? Какие меры по искоренению пьянства и алкоголизма можете предложить вы сами? Согласны ли вы с Ирой, что достаточно прекратить продажу водки и вопрос будет решен?

При изучении национального дохода и госбюджета целесообразно использовать статью журналиста Бадаяна "Безалкогольный бюджет" ("Литературная газета", 15 января 1986 г., с. 10), в частности, следующие ее фрагменты.

"О бюджете я слышал не только в очередях. Иные говорили с таким знанием дела, словно работали в Министерстве финансов: мол, наш бюджет во все времена держался на водке. И теперь, в связи с борьбой против пьянства и алкоголизма, очень пострадает...

Бюджет и в самом деле страдает, но совсем по иной причине, нежели та, которую с упоением "пережевывают" в очередях. Он страдает, например, оттого, что, прекрасно сознавая, какой ценой достается нам хлеб, мы все же превращаем его в заведомую отраву...

Хлеб! Переводить хлеб - преступление. И жизнь за него наказывает. Достаточно сказать, что каждая третья смерть сейчас - следствие пьянства. Даже при пандемиях чумы такого не наблюдалось. Не верится? Читайте Большую медицинскую энциклопедию. Основная жертва - молодежь. Творческий и трудовой потенциал общества. Люди, творящее все, в том числе и ... бюджет.

Алкоголь вкупе с табаком побил все рекорды по части причин смертности. Вместе они оставили далеко позади сердечно-сосудистые заболевания и рак, которые сами по себе, кроме всего

прочего, нередко вымываются алкоголем.

Как видим, чистая прибыль от продажи водки не так уж чиста. И оиджет страдает не столько от уменьшения продажи "ОВ" (отравляющих веществ), сколько от злоупотребления ими. Страна сильна трезвым бюджетом, пора понять это всем, в том числе и стоящим в очереди за тем, чего и без очередей - то не стоило бы приобретать."

Тема "Социально-политический строй развитого социалистического общества", урок "Роль советского права в коммунистическом строительстве". На этом уроке целесообразно рассмотреть некоторые итоги проведенных мероприятий по борьбе против пьянства и алкоголизма, в качестве домашнего задания предложить подготовить сообщение "Борьба за трезвость: успехи и трудности" (по материалам постановлений ЦК КПСС и Совета Министров СССР, указов Президиума Верховного Совета СССР и Президиума Верховного Совета РСФСР, указ. соч., стр. 8-16, 25-31 по материалам печати). При этом может быть использована статья Генерального прокурора СССР, тов. Рекунова "Сверяясь с нормами права" (г. Правда", 18 января 1986 г. с. 3). В ней, в частности, отмечается: "Курс на укрепление социалистической законности, дисциплины, организованности, настойчиво проводимый Коммунистической партией в последнее время, вызывает единодушную поддержку советских людей. Наведение порядка на производстве и в быту, искоренение расхлябности и безответственности благоприятно сказываются на результатах хозяйственной деятельности многих предприятий..."

Взять такую крупную социальную проблему, как борьбе с пьянством. Прошло сравнительно немного времени с введения в действие нового законодательства, однако положительное влияние

принятых установлений проявляется уже сейчас. Больше стало порядка на улицах, в общественных местах, заметно сократились опасные преступления, значительно меньше людей попадает в автоаварии по вине нетрезвых водителей, редко где отваживаются появляться в нетрезвом виде на рабочих местах, что, безусловно, положительно сказалось на организации трудового процесса.

Известно, что раньше предпринимались попытки искоренить пьянство. Однако при этом ограничивались в основном юридическими запретами. Не подкрепленная экономически и организационно, эта работа не давала желаемых результатов. Сейчас созданы предпосылки для реального сокращения потребления спиртного. Борьба с пьянством и его социальными последствиями получила прочную материальную основу. Важно, чтобы определенная ЦК КПСС линия осуществлялась на местах последовательно и неуклонно, чтобы ни у кого не было иллюзии, будто это временная кампания. Органы прокуратуры, на которые возложен надзор за соблюдением антIALкогольного законодательства, нацелены на постоянную и непримиримую борьбу с этим злом".

При изучении темы "Социалистический образ жизни" важно рассмотреть вопрос о трезвости как необходимой черте советского образа жизни, основе культуры семейных отношений. На уроке может быть заслушано краткое сообщение "Трезвость - норма нашей жизни", при подготовке которого целесообразно использовать, в частности, книгу С.Н.Шевурдина "У опасной черты", М., 1985.

Преподавание темы о воспитании человека коммунистического общества предполагает показ морального ущерба, который наносит обществу пьянство и алкоголизм, нравственной несостоятельности людей, злоупотребляющих спиртными напитками. Если в преддущих

темах упор делался на экономические факторы, то теперь акцент смещается на личность старшекласника. В свободной дискуссии на уроках темы можно обсудить такие вопросы:

"В чем вы видите моральный ущерб, который наносят обществу пьянство и алкоголизм? Почему и после принятия целой системы мер против пьянства это зло сохраняется? Почему мы считаем, что трезвость - необходимая черта социалистического образа жизни? Как к этим вопросам относишься ты сам, твоя семья? знакомые? Что могут сделать реально комсомольцы школы, класса для реализации намеченных мер?". Эти вопросы можно обсудить и в ходе изучения темы "Социалистический образ жизни".

Учитывая особую "деликатность" вопроса, видимо, в качестве основной формы работы следует избрать беседу, а содержание основных документов партии и правительства давать в изложении, с широким привлечением материалов периодической печати, личного опыта старшекласников. Однако, чтобы вся антиалкогольная пропаганда не выглядела очередным учительским занудством по поводу запретного плода, целесообразно оживить ее. Для этого, в частности, может быть использована запись песни В.Высоцкого "Диалог у телевизора". Средство очень эффективное, особенно хорошо действует на уроках по двум последним темам, но может использоваться и в ходе всей работы. Песня, несмотря на свою простоту, очень трагична - она о духовной гибели людей. А между тем многие прослушивающие ее не осознают этого, у них она вызывает только смех. Перед нами и убожество этих людей: "Ой, Вань, гляди-кось, попугайчики", и досут помимо телевизора. "А чем болтать, взяла бы, Зин, сгоняла лучше в магазин". "А ты придешь домой, Иван, поешь - и сразу на диван, или орешь, когда не пьян,

ты что, Иван?". Высоцкий не просто отразил "явление", он показал и причины (конечно, своими средствами): "Тут за день так накувыркаешься, придешь домой - там ты сидишь, ну и меня, конечно, Зин, сейчас же тянет в магазин, а там друзья, ведь я же, Зин, не пью один". Пришел человек с нелюбимой работы, к нелюбимой жене, уровень культурности - ниже среднего (а зачем выше?), зато он коллективист и ... приняли по "170 граммов на брата". Нет, не весело.

Но мы - оптимисты, поэтому после песни обращаемся к повести В.Крупина "Живая вода". Можно пригласить учителя литературы (они люди обычно эмоциональные) - пусть он поведает детям историю Александра Ивановича Кирпикова, а в конце предложит учащимся вопрос: "Как же сумел Сашка Кирпиков превратиться опять в человека?", который позволит обсудить диалектику взаимосвязи обстоятельств и позиции самого человека, подчеркнуть роль и значение личного фактора.

Предметом обсуждения с выпускниками могут явиться и существующие ныне противоречия между объективной общественной потребностью в трезвости и широко распространенным мнением, что "выпить можно - напиваться нельзя", и высказывание В.И.Ленина о том, что водка и прочие дурманы "поведут нас назад к капитализму, а не вперед к коммунизму". Выпускникам предлагается раскрыть актуальность этого высказывания, объяснить, почему усиление борьбы с пьянством, употреблением алкоголя, другими вредными привычками и пережитками партии связывает с реализацией комплекса крупных социально-политических, экономических, медицинских, административных, воспитательных и других мер; определить свое место в общенародной борьбе за трезвый образ жизни.

Антиалкогольная пропаганда на уроках "Основ Советского государства и права".

Большие возможности для антиалкогольного воспитания учащихся раскрывают уроки по курсу основ Советского государства и права, на которых уделяется особое внимание правовому и нравственному аспектам борьбы с пьянством и алкоголизмом. Обращение к основным положениям постановления ЦК КПСС "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма" возможно при проведении следующих уроков школьного курса.

1. Коммунистическая мораль и советское право.
 2. Нравственно-правовое развитие личности.
 3. Экономическая система советского общества.
 4. Защита социалистического отечества.
 5. Трудовой договор. Трудовая дисциплина.
 6. Брак и семья в советском обществе.
 7. Административное право. Административное правонарушение и ответственность за его совершение.
 8. Преступление — наиболее опасное правонарушение.
 9. Наказание и его цели.
 10. Уголовная ответственность за некоторые виды преступлений.
-
- II. Правоохранительные органы государства.

Ниже будут приведены методические рекомендации по антиалкогольному воспитанию учащихся на некоторых из перечисленных уроков.

На уроке "Нравственно-правовое развитие личности" необходимо отметить, что пьянство и алкоголизм ведут к деградации

личности. У алкоголизированных лиц идет увеличение их склонности к паразитическому существованию и в то же время растет корыстная мотивация их поведения. У пьяниц утрачивается желание заниматься общественным трудом. У них понижена трудоспособность, их тяготит производственная дисциплина. Система оплаты труда на производстве не позволяет им получать ежедневно средства на выживание. Они тянутся к нетрудовым доходам. Случайные приработки, спекуляция, кражи, обман, вымогательство, попрошайничество, незаконные промыслы и т.д. обеспечивают возможность быстро получать какую-то сумму денег, которую можно сразу пропить. Пьяницы оказывают отрицательное влияние на окружающих, особенно на молодежь. Недостаточно сознательные подростки, видя нередко безкасаемость поведения взрослых пьяниц, сами начинают вести себя вызывающе в нетрезвом виде в общественных местах. От такого нарушения ими нравственных норм до преступления — один шаг. Многолетнее пьянство, сопровождаемое запоями, приводит к вырождению физическому и психическому. Лживость, грубость, бахвальство, бесцеремонность, эгоистичность, ограниченность интересов доходят до крайних пределов. Злоупотребление спиртными напитками вызывает понижение умственных и духовных способностей, утрату способности к творчеству. Это умственное оскудение ярко отражено С.Есениным в поэме "Черный человек":

Друг мой, друг мой,
 Я очень и очень болен.
 Сам не знаю, откуда взялась эта боль.
 То ли ветер свистит
 Над пустым и безлюдным полем,
 То ль, как рою в сентябрь,
 Осыпает мозги алкоголь.

Учитель может рассказать учащимся, что против злоупотребления спиртными напитками, губительным образом действующими на продуктивность и качество творческой работы, гневно выступал Л.Н.Толстой. В статье "Для чего люди одурманиваются?" он писал: "Мы не знаем той степени высоты, до которой достигли бы люди пьющие и курящие, если бы они не пили и не курили".

Некоторые исследователи показывают, что среди алкоголиков 14-15% - это личности, деградировавшие в профессиональном отношении, утратившие квалификацию и трудовые навыки, 25-27% - люди, опустившиеся, порвавшие с семьями и устранившиеся от воспитания детей.

На уроке "Экономическая система советского общества" целесообразно показать учащимся связь между низкой дисциплиной труда, пьянством, алкоголизмом и производительностью труда работника, качеством продукции.

Обслуживать современную технику люди, часто употребляющие спиртное, не могут.

Сказывается на производительности труда и пьянство в дни отдыха. Подсчитано, например, что у тех, кто систематически выпивают по выходным дням и праздникам, производительность труда в понедельник снижается от 10-13% до 25-30% и возвращается к обычному уровню лишь во вторник.

Алкоголь, как правило, подавляет интерес к труду, к его результатам. У выпившего в полном смысле "опускаются руки" и, пользуясь любым предлогом, он прекращает работу.

Даже небольшое количество выпитого резко снижает производительность труда. Если наборщики типографии выпивали по две кружки пива, то выработка у них снижалась на 15%. А объем та-

кой простой работы, как подъем грузов на заданную высоту, после употребления алкоголя снизился на 16-17%. Значит, любое количество алкоголя, выпитое перед работой или на работе, отрицательно сказывается на работоспособности, а значит снижает и производительность труда.

А вот данные по Москве. Производительность труда алкоголиков ниже на 25-30% по сравнению с непьющими рабочими. Работники, злоупотребляющие спиртным, производят свыше 50% бракованной продукции. 90% прогулов совершается из-за пьянства. Надо также иметь в виду, что 80% тунеядцев - алкоголики.

На уроке "Защита социалистического отечества" можно подчеркнуть, что пьянство может привести отдельных неустойчивых людей к разболтыванию военной тайны, даже измене Родине. Для конкретизации этой мысли учитель может использовать рассказ военного журналиста Ю.Стародубцева:

"... В поезде Москва-Новороссийск я познакомился с моряком - подводником Михаилом Н. Мы ехали в одном купе. Разговорились, старшина охотно делился своими планами.

Энергичный, с простым русским лицом, моряк производил хорошее впечатление. Как военному, мне особенно понравилось в нем то, что, когда разговор касался службы, моряк умело направлял русло беседы в другую сторону.

Но вот наступил вечер. Михаил ушел в вагон-ресторан ужинать. Через полчаса отправился туда и я. Михаил сидел возле буфета и громко разговаривал с соседями. Его трудно было узнать. Стоявший перед ним графин был пуст. Судя по всему, выпитое ударило ему в голову.

- Вы знаете, на каких подводных лодках я служил? - обра-

тился он ко мне. И, не ожидая ответа, начал выбалтывать такие сведения о службе, что мне пришлось сразу же одернуть его, напомнить, что ресторан не место для подобных разговоров.

Оба мы сошли в Рязани. Моряк был бледен. На привокзальной площади он подбежал ко мне и сказал: — Извините! Спасибо, что вовремя одернули там, в ресторане! Первый раз в жизни со мной такое..."

Ребятам можно предложить подумать, почему так изменился моряк, почему стал болтлив, невыдержан? Хорошо, что в эту напряженную минуту рядом оказался честный человек, а не враг. А если бы враг? Что могло бы случиться? Можно сказать восьмиклассникам, что враждебные элементы в значительной мере делают ставку на пьяную болтовню некоторых осведомленных лиц, используют их для получения разведывательной информации.

После беседы учащихся можно познакомить со статьей 62 Закона о всеобщей воинской повинности, в которой сказано: "Гражданин СССР обязан оберегать интересы Советского государства, способствовать укреплению его могущества и авторитета. Измена Родине — тяжчайшее преступление перед народом".

Решению задачи антиалкогольной пропаганды и антиалкогольного воспитания может способствовать постановка проблемных заданий, рассмотрение различных жизненных ситуаций. Так, при изучении темы "Трудовой договор. Трудовая дисциплина" учитель может предложить такую познавательную задачу:

"Рабочий Н. появился в цехе в нетрезвом виде. Начальник цеха потребовал, чтобы он ушел с работы. Но Н. не ушел, а продолжал работать. Дирекция возбудила вопрос перед профсоюзным комитетом о согласии на увольнение".

Вопросы:

Почему начальник цеха потребовал, чтобы Н. ушел с работы?

Как состояние Н. скажется на его трудовой деятельности?

Какое решение может принять профсоюзный комитет ?

Ответы: Начальник цеха потребовал ухода Н. с работы, т.к. в состоянии опьянения человек не может полностью контролировать свои действия. Создается угроза аварии, несчастного случая. Состояние опьянения работника приводит к снижению качества изготавливаемой им продукции, нередко к браку, производительность труда снижается. Появление работника в нетрезвом состоянии - основание для увольнения. Не имеет значения, был ли он отстранен от работы или продолжал трудиться. Поэтому профсоюзный комитет может дать согласие дирекции на увольнение рабочего.

При рассмотрении темы "Брак и семья в советском обществе" необходимо подчеркнуть, что пьянство является одной из причин распада брака. Советский закон требует оградить детей и молодежь от тлетворного влияния пьяниц и алкоголиков. Закон (ст. 59 кодекса о браке и семье (Ко БС) РСФСР) предусматривает лишение родительских прав, если родители уклоняются от выполнения обязанностей по воспитанию детей, жестоко обращаются с ними, оказывают на них вредное влияние аморальным, антиобщественным поведением, а также если родители являются хроническими алкоголиками или наркоманами. Если ребенок с детства живет в обстановке, где аморальное считается нормой, где родители пьянствуют, не работают, где средства к существованию добываются нечестным путем или недостойным поведением, то у ребенка создается впечатление, что это и есть нормальная жизнь. Поэтому очень важно своевременно изъять ребенка из тлетворной среды. Горькие

письма приходят в редакцию журнала "Человек и закон", трагические судьбы в них описываются:

"Моя дочь Лариса пьет, ведет бродячий и беззаботный образ жизни. Уже была в ЛПТ, но после возвращения домой опять взялась за старое и связалась с таким же пропойцей. Для того, чтобы добыть денег на выпивку, они пошли на преступление: получили по чужим документам деньги, не принадлежавшие им. Сейчас отбывают наказание. Внук полностью на моем попечении. Сейчас он перешел в восьмой класс. Я копию деньги, хочу, чтобы в доме был телевизор, который все обещала приобрести ему мать. Язык не поворачивается называть ее матерью. Но ведь я-то - мать! И она мне, хотя и очень плохая, но дочь..."

Действительно, права бабушка - назвать такую женщину святым именем матери трудно. Закон, стоящий на страже детства и подлинного материнства, лишает таких женщин права на это высокое звание. И только в том случае, если они возьмутся за ум, в корне изменят свое поведение, будут вести трезвый образ жизни и честно трудиться, могут быть восстановлены в родительских правах. Вот еще одно письмо:

"... Мне 23 года. В 1982 году у меня родилась дочь Лена. Выпивать начала вместе с мужем. Муж дрался, гулял... Однажды избил меня и даже нанес ранение ножом. Его осудили, он отбывает наказание, а меня лишили родительских прав. Лену забрали в Дом ребенка, а затем направили в детский дом.

Что же я надела! Нет мне прощения! Ведь я навсегда могу потерять своего ребенка! От такой мысли я отрезвела и больше не пью. Прошу вас, помогите мне вернуть дочь Лену!!!"

На уроке "Административное право. Административное правонарушение и ответственность за его совершение" можно предложить

школьникам познавательную задачу, направленную на ознакомление с Указом Президиума Верховного Совета СССР от 1 июня 1985 года, в котором разъясняется, что распитие спиртных напитков в общественных местах влечет наложение административного взыскания в виде предупреждения или штрафа в размере от 20 до 30 рублей. Те же действия, совершенные повторно в течение года, наказываются штрафом от 30 до 50 рублей. Лицо, дважды в течение года подвергшееся административному взысканию за перечисленные действия, совершившее данное правонарушение еще раз, подвергается административному взысканию в виде штрафа в размере от 50 до 100 рублей, либо исправительным работам на срок от одного до двух месяцев с удержанием 20% заработка, а в исключительных обстоятельствах и с учетом личности нарушителя, если применение этих мер будет признано недостаточным, - в виде административного ареста на срок до 15 суток.

Содержание познавательной задачи может быть таким:

"Гражданин К. дважды задерживался дружинниками за распитие спиртных напитков. Один раз у магазина, другой раз в подъезде. Оба раза он был подвергнут штрафу в размере 20 рублей. Вскоре его опять задержали. Милиционер попросил пьяного пройти в отделение милиции. В отделении К. вел себя нагло, думал опять отделаться 20 рублями. Но в отделении на него наложили штраф в размере 100 рублей. К. был крайне удивлен".

Вопрос. Объясните основание данного административного взыскания. Какие другие последствия могли в данном случае наступить для правонарушителя? Ответ: Дело гражданина К. могло быть передано в суд. Народный судья рассмотрел бы его единолично в течение суток после поступления дела в суд, и гражданин К. мог

бы быть подвергнут административному аресту на 15 суток.

Кроме того, в теме "Административное право" целесообразно ознакомить учащихся с положением Указа Президиума Верховного Совета СССР от 1 июня 1985 года, где говорится об ответственности родителей или иных лиц за доведение несовершеннолетнего до состояния опьянения, что влечет наложение административного взыскания в виде штрафа в размере от 50 до 100 рублей. С целью ознакомления учащихся с данным положением можно привести следующую ситуацию, предварительно поставив вопрос: какое правонарушение было совершено? Какие меры ответственности были применены к брату Димы? Вот эта ситуация:

"Два подростка, Дима и Петя, шли из кино. - "Давай зайдем ко мне. Брат дома. Там у него весело, - сказал Дима. Петя согласился. Поднялись на шестой этаж. Из приоткрытой двери тянуло дымом и винным перегаром. Петя замедлил шаг. Стоит ли идти? Но Дима подтолкнул его в дверь. В комнате сидело несколько взрослых парней, среди них брат Димы. - "Ну, присаживайтесь! - сказал он, наливая два стакана водки. Диме привычно взял стакан. Петя отвернулся, показывая свое нежелание участвовать в выпивке. Но брат Димы, угрожая физической расправой, вынудил Петю выпить. Петя выскочил на улицу, покачиваясь, пошел. На него обратили внимание дружинники, был составлен протокол. Утром Диминого брата вызвали в милицию."

Надо также подчеркнуть, что за появление несовершеннолетнего в общественном месте в нетрезвом виде родители обязаны платить штраф (от 30 до 50 рублей).

Большие возможности для антиалкогольного воспитания имеют уроки по теме "Уголовное право". При изучении вопросов уголов-

ного права нужно подчеркнуть, что развитие уголовного законодательства идет в нашей стране по линии ужесточения ответственности за совершение преступления в нетрезвом состоянии. Необходимо показать всю опасность пьяного для общества, для каждого его члена, надо убедить школьников, что человек, находящийся в состоянии опьянения, — потенциальный преступник. Почти три четверти умышленных убийств и случаев нанесения телесных повреждений совершены лицами, находившимися в состоянии опьянения. Около половины дорожно-транспортных происшествий, сопровождавшихся человеческими жертвами и травматизмом, произошли из-за небрежных, неосмотрительных действий пьяных родителей и пешеходов. Почти все хулиганские действия в общественных местах совершаются пьяными.

На уроке "Преступление — наиболее опасное правонарушение" необходимо показать учащимся связь между пьянством и преступлением. Эту прямую связь видели и предупреждали о ней не только юристы, философы, социологи, но и литераторы. Джек Лондон: "Хмельное толкает людей на преступление. Мне сотни раз приходилось наблюдать, что люди делают во хмелю то, чего они никогда не сделали бы в трезвом состоянии".

В. Маяковский (Из стихотворения "Душа общества"):

И преступления

всех систем,

и хрип хулигана,

и пятна быта

сегодня

измерить

только тем —

сколько

пива

и водки выпито.

Связь между пьянством и преступлением иллюстрируют и такие цифры:

Пьяными совершается:	55% краж
	79% грабежей
	69% нападений
	90% хулиганских поступков
	80% убийств.

Необходимо ознакомить учащихся с содержанием ст. 39 УК РСФСР, где указывается, что совершение преступления в состоянии опьянения является отягчающим обстоятельством.

Для иллюстрации этой мысли можно предложить ученикам проанализировать ситуацию, описанную О.Чайковской в статье "Три обвинения Балдежу", напечатанной в "Литературной газете", и вскрыть причины преступления.

"... Игорь выпил и, приятно захмелев, решил пойти на танцплощадку, где в это время, он знал, была его девушка. Но она с ним, хмельным, танцевать отказалась. И тут на танцплощадку зашел Игорев приятель Костя. Зашел случайно, мимоходом - он был старше Игоря, уже женат, недавно стал отцом. Не зная, не ведая, что девушка отказалась танцевать с его другом, он пригласил ее, потанцевал с ней раз - всего только раз! - и пошел восвояси. Сколько мог длиться один танец - несколько минут? За эти минуты в воспаленном мозгу Игоря, в его бедном забалдевшем мозгу все окончательно перевернулось. Он догнал Костю и преградил ему доро-

гу: - Где у тебя сердце? Костя улыбнулся в ответ и похлопал себя по левой стороне груди: - Вот у меня сердце. То были последние слова, Игорь ударил ножом и тут же стал быстро и страшно трезветь, а протрезвев, увидел, что сидит рядом с мертвым".

В результате обсуждения данной ситуации ученики могут прийти к выводу о бессмысленном характере убийства, что главным источником преступления было опьянение. Преступления не произошло бы, если бы убийца не выпил. Однако выпивка была в то же время и толчком к преступлению. Нравственные устои Игоря были некрепки, волевые и нравственные качества не развиты.

Подчеркивая значение трезвости как профилактики преступлений, можно привести данные эксперимента, проведенного в одном из прибалтийских городов. Он показал, что

Снижение потребления водки на 35%	приводит к уменьшению
числа убийств	на 40%
телесных повреждений	на 44%
хулиганских действий	на 25%

На уроке "Обстоятельства, исключающие уголовную ответственность" можно предложить учащимся проанализировать ситуацию, рассказанную писателем С.Смирновым:

"Поудно вечером из ресторана "Отдых" в Нехабине вышли двое, слегка покачиваясь и заметно навеселе. Это были Огородников и его собутыльник Медведев. По пути догнали на Волоколамском шоссе прохожего. И тут произошло немыслимое, дикое, непонятное в своей жестокости.

Огородников и Медведев схватили за руки шедшего впереди совершенно неизвестного человека, рванули к себе, и Огородников,

размахнувшись, ударил его ножом в грудь. Подхватив раненого под руки, бандиты свернули с Волоколамского шоссе на плохо освещенную улицу, по которой в это время шли с рыбалки с удочками в руках Николай Абрамов и Валерий Филянин. Они обратили внимание на то, что голова того, которого вели двое, повисла, а ноги подкашивались, но решив, что ведут пьяного, поехали дальше. Пройдя немного, услышали: "Давай прикончим его".

Ребята оглянулись. Человек в белой рубашке и в плаще уже лежал на обочине дороги, двое склонились над ним. Один стаскивал с лежащего плащ, в руке другого блеснул нож.

Ребята бросились назад:

- Не трогай его!..

Бандит с окровавленным ножом пошел на них. И, хотя силы были неравные, подростки вступили в борьбу, не давая бандитам прикончить лежащего.

Удочки, которыми ребята пытались выбить нож из рук бандита, сломались. Тогда они выдернули колья из соседней изгороди. Николай Абрамов изловчился, ударил бандита...

Мимо проехала машина.

- На помощь! - закричали ребята, - человека убивают...

Водитель было затормозил, но не остановился. За калиткой соседнего дома кто-то мелькнул. На противоположной стороне улицы тоже кто-то вышел из дома. Но и на этот раз призыв о помощи остался без ответа.

Прошло минут десять, как ребята сражались с бандитами. Коля Абрамов побежал к ближайшему посту милиции. Валерий остался один, по-прежнему не подпуская бандитов к истекающему кровью человеку. Вдали затарахтел мотор и ярко сверкнули фары милицкого мотоцикла. Бандиты бросились наутек. Ребята помогли

милиционеру задержать преступников и отвести в отделение. Вернулись обратно к лежащему. Дождались машины скорой помощи. Помогли отвезти в больницу. Домой вернулись только в шесть часов утра".

Задания, предложенные учащимся:

1. Какие правовые аспекты рассматриваются в рассказе?

2. Какие нравственные качества личности проявились у участников описанной трагедии?

Рассматривая правовую, юридическую сторону описанного события, ученики указывают на следующие проблемы:

1. Необходимая оборона.

2. Оставление пострадавшего без помощи.

3. Пьянство как обстоятельство, отягчающее вину.

На уроке "Уголовная ответственность за некоторые виды преступлений", раскрывая вопрос о преступлениях против жизни и здоровья человека, целесообразно подчеркнуть, что групповые кражи происходят, как правило, после коллективного застолья с вином и водкой. Часто они организуются инициаторами краж с целью вовлечения в банду, получения согласия на преступление или для того, чтобы усилить у соучастников решимость к преступлению. Водка часто применяется для втягивания в преступление несовершеннолетних.

При рассмотрении вопроса "Нарушение правил безопасности движения и эксплуатации транспорта" можно отметить, что употребление спиртных напитков даже в малых дозах резко увеличивает возможность дорожных преступлений. Особую опасность представляет управление транспортными средствами в состоянии опьянения, а пьяные пешеходы нередко также являются виновниками дорожно-транспортных происшествий. Вот данные Всесоюзного научно-исследовательского института безопасности дорожного движения.

75,2% всех дорожно-транспортных происшествий (ДТП) по стране в 1978 г. произошли по вине водителя, на них 1/3 в нетрезвом состоянии за рулем. В результате ДТП по этой причине погибло 37,7% из общего числа пострадавших. Почему же ДТП практически неизбежны, если за рулем пьяный? Даже малые дозы алкоголя ослабляют восприятие, снижают внимание, сосредоточенность, замедляют скорость реакции на внешние раздражения, у слегка выпившего водителя она может замедлиться на 0,5 с. Но угроза катастрофы при этом возрастает значительно. Так, если машина будет двигаться со скоростью 60 км/час, то водитель успеет среагировать и объехать лишь те внезапно возникшие перед ним препятствия, которые он увидит на расстоянии не ближе 10 м. (так как машина за 0,5с. успеет продвигнуться вперед на 8,3 м.).

Состояние опьянения способствует не только совершению умышленного, но и неосторожного убийства, ответственность за которое наступает с 14 лет. Можно рассмотреть с учащимися такую ситуацию:

"Гражданин Б., находясь в нетрезвом состоянии, сумел проникнуть в метро. Несмотря на позднее время, на перроне было много народа. Б. вдруг занесло в сторону, он потерял контроль над собой, зашатался и столкнул стоящую рядом женщину под приближающийся поезд".

Вопрос. Какую ответственность будет нести гражданин Б.? Какова главная причина совершения уголовного преступления?

Ответ. Совершено неумышленное убийство. Гражданин Б. будет нести уголовную ответственность. К ответственности будут привлечены и работники метро, пропустившие пьяного.

Антиалкогольная пропаганда в курсе "Этика и психология семейной жизни".

В курсе этики и психологии семейной жизни возможно обращение к проблеме антиалкогольной пропаганды и антиалкогольного воспитания на уроках: "Личность и самовоспитание", "Взаимодействие личности с обществом и семьей", "Психологический климат семьи", "Бюджет и хозяйство семьи", "Мать и отец - первые воспитатели", "Воспитание детей в семье", "Ребенок в молодой семье". При этом целесообразно обратить внимание учащихся на влияние пьянства и алкоголизма на личность, семью, потомство, воспитание детей, привлекая данные социологии, психологии, педагогики, медицины.

На уроке "Личность и самовоспитание" нужно отметить, что пьянство мешает человеку осознать себя членом общества, осознать свои личные качества, уродует отношения человека с окружающим миром, другими людьми, мешает контролировать свои действия, поступки, мысли, чувства. То есть мешает формированию самосознания личности. Пьянство приводит к заниженной или завышенной самооценке личности, к потере самоуважения.

Целесообразно привести слова Джека Лондона: "Хмельное всегда протягивает нам руку, когда мы терпим неудачу, когда мы слабеем, когда мы утомлены, и указывает чрезвычайно легкий выход из создавшегося положения. Но обещания эти ложны: обменяв душевный подъем, физическая сила, которую оно обещает, призрачна; под влиянием хмельного мы теряем истинные представления о ценности вещей".

На уроке "Взаимодействие личности с обществом и семьей" можно предложить задание, направленное на выяснение последст-

вий пьянства, его влияния на все стороны жизни и деятельности человека:

Сокровища человеческой мудрости.

ПЬЯНСТВО - КОРЕНЬ ВСЕХ ПОРОКОВ

Нам разум и наша совесть самым настоятельным образом требуют от нас того, чтобы мы перестали пить вино и угощать им

Л.Н.Толстой

Вино скотинит и зверит человека, ожесточает его и отдалекает от светлых мыслей, тушит его

Ф.М.Достоевский

Государство, где хозяйничает сам трудовой народ, не должно допускать и не может допустить безразличного, бессердечного отношения к жизни и здоровью своих граждан, оно обязано вступить в борьбу против бессмысленно вредного людям.

М.Горький

В том, что пьяный человек становится хуже самого грязного скота, нет для людей никакого оправдания.

К.Г.Паустовский

Алкоголь уносит больше человеческих жертв, чем самая тяжелая эпидемия.

К.М.Бэр

русский естествоиспытатель (1792-1876).

Пьянство есть величайшее зло для человека, общества и государства

П.И.Ковалевский

русский психиатр (1849-1923)

Пьянство - прямая угроза нашему социалистическому строительству, и поэтому каждый рабочий, каждый честный гражданин Союза должен вести с ним непримиримую борьбу

Н.А.Семашко

советский государственный и общественный деятель (1874-1949)

Злоупотребление алкоголем может явиться одной из причин образования злокачественных опухолей.

А.А.Богомолец,

русский советский ученый-физиолог (1881-1946)

Пьянство есть упражнение в безумстве,

Пифагор,

древнегреческий философ и математик (580 - 500 до н.э.)

Пьянство - причина слабости и болезненности детей

Гиппократ,

древнегреческий мыслитель, основоположник античной медицины (ок. 460 - 377 до н.э.).

Никакие непасти и преступления не уничтожат столько народа и народного богатства, как пьянство.

Ф.Бэкон,

английский ученый-гуманист (1561 - 1626).

Задание: прочитайте эти строки, продумайте, обсудите.

В чем вред пьянства? На какие стороны человеческой жизни и деятельности оно оказывает отрицательное воздействие? Как пьянство мешает развитию общества?

На уроке "Психологический климат семьи" можно рассмотреть вопрос о причинах возникновения пьянства, особенно подросткового, возможных трагических последствиях пьянства и алкоголизма.

Выдающийся русский психиатр В.М.Бехтерев так охарактеризовал психологические причины пьянства: "Все дело в том, что пьянство является вековым злом, оно пустило глубокие корни в нашем быту и породило целую систему диких питейных обычаев.

Эти обычаи требуют питья и угощения при всяком случае..."

Более резко характеризовал причину пьянства Л.Н.Толстой:
 "... люди употребляют вино для того, чтобы заглушить голос со-
 вести". С осуждением и иронией писал о питейных традициях и обы-
 чаях поэт Роберт Бернс:

Для пьянства есть такие поводы;
 поминки, праздник, встреча, проводы,
 крестины, свадьбы и развод,
 мороз, охота, Новый год,
 выздоровление, новоселье,
 печаль, раскаяние, веселье,
 успех, награда, новый чин,
 и просто пьянство — без причин.

Питейные обычаи губительно сказываются на молодом поколе-
 нии. Поводы первого приобщения к алкоголю очень разнообразны.
 Но прослеживаются их характерные изменения в зависимости от
 возраста. До 11 лет первое знакомство с алкоголем происходит
 либо случайно, либо его дают "для аппетита", "лечат вином" или
 же ребенок сам из любопытства пробует спиртное.

В более старшем возрасте мотивами первого употребления
 алкоголя становятся традиционные поводы: "праздник", "семейное
 торжество", "гости" и т.д. С 14 — 15 лет появляются также по-
 воды, как "неудобно было отстать от ребят", "друзья уговорили",
 "за кампанию", "для храбрости" и т.д. Пьют часто с согласия ро-
 дителей, в кругу семьи, из желания следовать традициям, испы-
 тать новые ощущения, из любопытства.

В литературе сообщалось, что познакомились со спиртным
 в возрасте до 15 лет — 25% больных алкоголизмом

в возрасте до 18 лет - 65% больных алкоголизмом

- " - до 20 лет - 8% - - " - -

Ужасны последствия пьянства в семье. Говоря о влиянии алкоголизма на психологический климат семьи, нужно отметить, что если в семье есть пьющий - с ним очень трудно жить остальным членам семьи. Ведь для алкоголика характерно огрубление личности, психофизиологические изменения, он эгоистичен, груб. Вначале пропадают те тонкие движения души человека, которые скрашивают отношения в семье. Пьяница не скажет жене ласкового слова, не одарит детей интересным рассказом, прогулкой или интересной игрушкой. При последующем очерствении характера грубость превращается в жестокость. Пытаясь скрыть свои поступки, пьяница начинает лгать. Его перестают уважать дома. Будучи раздраженными постоянными конфликтами с пьяницами, члены семьи становятся невыдержанными. Пьяница же снова ищет утешения от возникающих скандалов в вине. Образуется как бы порочный круг. В пьющей семье нарушается нормальный ритм жизни. Пьющие родители теряют чувство долга и ответственности за воспитание ребенка, становятся грубыми, бестактными, не соблюдают норм поведения при детях. Постоянно вступают в конфликты между собой и даже в драки. Ясно, что дети нервничают, волнуются, у них часто возникают глубокие невротические реакции и негативное отношение к родителям, страх и ужас перед ними.

В пьющих семьях конфликтные ситуации, которые возникают довольно часто, приводят к распаду семьи, ухудшается материальный достаток в семье, детей плохо кормят и одевают, не следят за их физическим и психическим развитием. Пьющие родители нередко приучают детей и подростков к употреблению вина. Ненормальный климат в семье алкоголика иллюстрирует следующее письмо:

"Сколько я помню себя, - пишет школьница Татьяна К. из Алтайского края, - мои родители пили. Я ревела, нервничала, бегала за соседями, чтобы разнять их, когда они дрались... Какая мне может быть учеба, если сижу в школе, а сама думаю, что будет дома вечером... Часто дома ночами я просто не бываю. Хожу по улице, сижу на скамейках. Сильные головные боли, нервные потрясения - вот и все, что достается мне от моих родителей. Брат зашил... Скорей бы кончить школу и уехать".

В развитии пьянства у детей алкоголиков решающую роль играют дурные примеры родителей, обстановка пьянства дома, в семье. Тяжелая внутрисемейная психологическая атмосфера отрицательно влияет на формирование личности ребенка, уродует ее, уродует все отношения в семье. Вот письмо, пришедшее в редакцию журнала "Человек и закон": "... У меня случилось страшное горе - умер сын, которому только что исполнилось восемнадцать лет. В нетрезвом состоянии пошел в соседнее село. По дороге упал и умер. Замерз от переохлаждения, в теплую погоду... Причиной его к вину отец - мой муж. Я ненавижу своего мужа. Он отнял у меня душу, он виноват в гибели моего ребенка. Как же избавиться от пьянства? Как уберечь наших детей от такой участи?" (Лидия К., Курганская область).

Вопросы, поставленные в письме, могут быть предметом для обсуждения в классе. Какие меры могут быть приняты в семье, в которой один из ее членов пристрастился к вину? Как оградить детей от дурного примера? Правильна ли поговорка "Вино полюбил - семью позабыл"?

На уроке "Бюджет и хозяйство семьи", рассматривая структуру семейного бюджета, можно предложить учащимся решить такую познавательную задачу: "Семья состоит из трех человек: мать, бух-

галтер с окладом 120 рублей, отец, инженер с окладом 180 рублей, и 16-летний сын - школьник. Какие возможности имеет семья для удовлетворения своих материальных и духовных потребностей при условиях:

- 1 - в семье нет пьющих и курящих,
- 2 - отец пьет; и отец, и сын курят.

При ответе используйте эту схему:

РАСХОДЫ

РАСХОДЫ	
текущие: питание, гигиена, квартилата, транспорт и т.д.	одноразовые: фонд приоб- ретения ве- щей для- тельного пользования экскурсии, посещение кино и теат- ров, стра- хование
	фонд до- машнего хозяйства: ремонт, покупка по- суды и т.д.
	вклады в сбере- гательную кассу

В результате проведенных подсчетов, ученики убеждаются, что при злоупотреблении алкогольными напитками, курением до 30-60% семейного бюджета уходит на покупку спиртного, курева. Семья оказывается в трудных материальных условиях.

Алкоголизм, злоупотребление спиртными напитками снижают уровень жизни людей. Какими бы ни были заработки алкоголиков, пьяниц, основную часть доходов они растрачивают на спиртное в ущерб другим нуждам семьи. "У всех семьи, как семьи, - делится своей бедой женщина 36 лет, мать двух детей, - а у меня - одно горе. Муж постоянно пьет. Все, что зарабатывает, спускает с друзьями. Хуже того - норовит унести из дома и промотать вещи, которые мы приобрели раньше. В доме нет телевизора, сти-

ральной машины. У детей нет игрушек, хорошей одежды. Нельзя же жить и работать только для того, чтобы потом пить до беспамятства.

На уроке "Отец и мать - первые воспитатели" необходимо показать роль женщины в семье, в воспитании детей, создании нормальных условий для развития детей, несовместимых с пьянством и алкоголизмом. "Кому, как не женщине - матери, - писал А.М.Горький, - надо приложить все усилия, чтобы вырвать с корнем пьянство из своей семьи, пока вредное действие его не загубило детей".

А как страшно для ребенка, когда пьет мать! Такая мать с трудом может быть названа этим именем. Она не выполняет своих материнских обязанностей, возникает "скрытое безматеринство". Это состояние ребенка описано в стихотворении девочки из детского дома :

Мне трудно о тебе писать,
 Но не писать еще труднее.
 Ты мать, и ты совсем не мать,
 Я это поняла позднее...
 Мне будет больно,
 Я не крикну: "Мама!"
 Не позову тебя на помощь и в бреду,
 Не оглянусь назад,
 Упрямо и упрямо
 По жизни в одиночестве
 пройду...

На уроке "Воспитание детей в семье" необходимо отметить большое воспитательное значение примера взрослых, особенно родителей, для формирования личности ребенка, его поведения.

Перечислим факты. Опыты, проведенные в старших группах детского сада, показали, что если детям предложить сыграть "в свадьбу", "день рождения", то они с достаточной точностью копируют в игре внешние атрибуты взрослого застолья с чоканьем бокалами, тостами, качающейся походкой гостей.

Сидящий за праздничным столом маленький ребенок ждет, что ему в рюмку нальют сладкой воды, "детского вина", и он под одобрительный гул гостей тянется чокаться со всеми.

Какие же выводы следуют из приведенных фактов? Какое представление о выпивке начинает формироваться у детей с раннего возраста, если взрослые не придают значения тому, какое впечатление вид пьянства оказывает на ребенка, включают ребенка в питейный ритуал?

Вывод. Уже в раннем детстве у детей начинает формироваться представление об алкоголе как об особом, обязательном спутнике торжества и встреч, символе взрослой жизни, начинает закладываться "питейный навык".

На уроке "Ребенок в молодой семье" необходимо рассказать учащимся о влиянии алкоголя на потомство. Исследования медиков показали сильное преобладание алкоголизма у детей, родившихся от алкоголиков. Среди детей мужского пола, родившихся от мужчин - алкоголиков, предрасположенность к алкоголизму отмечена у 46%, среди детей женского пола - у 5%. Вероятность заболевания алкоголизмом у детей, родившихся от женщины - алкоголичек, отмечена у 50% мальчиков и у 8% девочек. О чем свидетельствуют эти цифры? О страшных последствиях алкоголизма для потомства, особенно женского алкоголизма. Связь алкоголизма родителей и алкоголизма детей подмечена давно. Еще в начале 20 века рус-

скими исследователями установлено влияние семейного алкоголизма на потомство.

Вот результаты этих исследований:

	умерли в первые месяцы жизни	оказались недо- развитыми и больными	были здоровы в физическом и психическом отношении
пьющие семьи	43,9%	38,6%	17,5%
непьющие семьи	8,2%	9,8%	82%

В наше время доктор медицинских наук Л.А.Богданович (см. Богданович Л.А. Алкоголизм и потомство. М., Знание, 1979) обнаружила, что если отец и дед или прадед ребенка - хронические алкоголики, то в почти 30% случаев ребенок страдает комплексом заболеваний: эпилепсия с частыми приступами, слабоумие, отсутствие речи, косоглазие...

Ученые подметили, что в 10 - 14 лет психика детей алкоголиков принимает уродливые формы и дает картину болезненного развития личности с неправильным поведением (агрессивность, злобность, уходы из дома и т.д.).

Злоупотребление алкоголем на протяжении 4 - 5 лет мужчинами влечет за собой умственную недостаточность потомства при вполне удовлетворительном физическом развитии детей. Степень умственной недостаточности у детей возрастает пропорционально длительности хронического алкоголизма отца.

Если женщина в день зачатия или первые недели и месяцы беременности употребляла спиртные напитки, то она имеет наибольший риск родить неполноценного ребенка.

Кормящая мать, употребляя спиртные напитки, спивает своего ребенка буквально с первого дня его рождения. У ребенка такой матери, по существу, возникают неврастенические проявления алкоголизма.

Бывают и более тяжелые случаи отравления алкоголем. По наблюдениям врачей, маленький ребенок может погибнуть от 60-70 граммов водки, выпитой сразу, в то время как смерть взрослого может наступить лишь после употребления в один прием одного - полутора литров сорокаградусной водки.

Антиалкогольная пропаганда на уроках истории в V-VIII классах.

В процессе преподавания истории в 5 классе учителю следует иметь в виду, что алкоголеупотребление насчитывает 7-8 тысяч лет. А борьба с ним вдвое моложе. Уже в древности люди осознавали вред злоупотребления вином. Об этом свидетельствует отрывок из древнеегипетского письма отца к сыну: "Слышу, что бросил книги и отдал себя сладострастию. Начали бродить по улицам, и запах спирта отгоняет прохожих от тебя. Видели, как перелезая через забор и ворвался в чужой дом. Вызываешь отвращение у людей".

Прочитав отрывок, можно предложить вопрос для учащихся:

Что беспокоит отца в поведении сына?

Чем он так недоволен?

Как отец выражает свое недовольство? В чем, по-вашему, прав отец?

При изучении кастового строя Древней Индии учащимся могут быть сообщены следующие сведения.

Было категорически запрещено употребление спиртных напитков представителям высших каст. Служителей культа - браминов,

заподозренных в пьянстве, заставляли пить кипящее вино до тех пор, пока не наступала смерть. Если же в пьянстве уличали женщину высшей касты, то ей на лбу выжигали клеймо в виде сосуда для вина, ее изгоняли из дому и никто не имел права приютить ее.

При изучении культуры Древнего Китая учитель может сообщить учащимся, что древние китайцы не только отрицательно относились к пьянству, но и жестоко карали за это. Так, в 1220 году до н.э. при правлении Ву Вонге была введена смертная казнь за пьянство.

На уроке по теме "Религия древних греков", пользуясь рисунками учебника или аппликациями, учитель расскажет, как в религии древних греков отразились их занятия. При этом более подробно скажет о Дионисе — покровителе виноградарства и виноделия.

Учитель напомнит, что в Греции плохо росли зерновые, попросит учащихся объяснить, почему? Затем отметит, что большие урожаи давали виноградники. Поэтому греческие земледельцы производили много вина и для себя, и на продажу. Это объясняет, почему они почитали Диониса, которого изображали в венке из виноградных листьев и с гроздьями винограда в руках.

Говоря о том, что в религии древних греков отразились не только занятия, но и порядок жизни древних греков, учитель укажет, что греки представляли главных богов в виде знатных людей, захвативших власть над остальными богами и людьми. Как и знатные люди, олимпийские боги большую часть времени бездельничают, пируют, праздно проводят жизнь.

На уроке по теме "Афины при господстве аристократов" будет рассмотрен вопрос об Афинах как центре торговли. При этом будет указано, что жители равнины привозили в Афины вино, овощи и

насло, т.к. природные условия благоприятствовали выращиванию винограда.

Для содержания вина нужны были сосуды. Их производили афинские ремесленники. Многие из них – это настоящие произведения искусства, настолько они красивы! Сосуды для вина называются амфорами.

Несмотря на то, что содержание материала заставляет неоднократно говорить о виноградарстве, виноделии, торговле вином, изготовлении сосудов и чаш для вина и т.д., у учащихся не должно сложиться впечатление о распространенности пьянства в Древней Греции. Оно было не в чести. В подтверждение можно привести такой пример. В Афинах правитель Солон ввел закон, по которому должностные лица наказывались за пьянство: первый раз – крупным штрафом, а при повторении – смертной казнью.

Пили греки только разбавленное вино. Пить неразведенное водой вино, крепость которого превышала 10°, считалось недостойным свободного гражданина.

На уроке истории Спартанского государства учитель приведет пример, как правитель Спарты легендарный Ликург запретил пить вино высшей знати государства, но поощрял спивание рабов.

Можно предложить школьникам высказать предположение, с какой целью сознательно спивали рабов. Учащиеся могут указать: чтобы держать их в повиновении и чтобы все видели, как вино может довести человека до состояния животного.

При изучении истории державы Александра Македонского для показа пагубного влияния пьянства учитель может привести мнение одного из древнеримских историков Плиния Старшего, который писал, что персы были побеждены греками под предводительством Александра Македонского потому, что у них было развито пьянство

и другие пороки.

Из истории древнего Рима известно, что один из императоров - Домициан, учитывая пагубное влияние вина на боеспособность армии, приказал с целью сокращения производства вина вырубить половину насаждений виноградной лозы и запретил ее дальнейшие посадки.

6-й Класс. Реформация и крестьянская война в Германии.

При составлении характеристики одного из вождей реформации Мартина Лютера учитель может привести одно из его высказываний о вреде алкоголя и предложить учащимся объяснить его смысл: "Каждая страна должна иметь своего дьявола: наш немецкий дьявол - бочка вина".

На уроке в 7 классе, при изучении культуры древней Руси, анализируя содержание иллюстраций с изображением ремесленных изделий, в частности, бретины (сосуда для напитков), учитель приводит слова из летописи: "Веселие на Руси - есть пити". Но вместе с тем, укажет, что даже дореволюционные историки считали, что это клевета на русский народ. Так, великий историк, знаток обычаев и нравов народа профессор Н.И.Костомаров полностью опроверг это мнение. Он доказал, что в Древней Руси пили очень мало. Лишь на избранные праздники варили медовуху, брагу или пиво, крепость которых не превышала 5-10°. Чарка пускалась по кругу, и из нее каждый отпивал несколько глотков. В будни никаких спиртных напитков не полагалось и пьянство считалось величайшим грехом.

При изучении быта и нравов России в эпоху Ивана Грозного учителю следует иметь в виду, что с XVI века начался массовый завоз из-за границы водки и вина. В XV веке водку на Руси счи-

тали водой жизни, а в XVI — водой смерти.

В 1552 году Иван Грозный устраивает первый большой кабак для опричников по инициативе патриарха Никона.

Царевы кабаки давали массу денег в казну. Но тем не менее уже тогда заботились об ограничении потребления спиртных напитков.

В XV в. было написано много сочинений, направленных против пьянства. Одним из них является "Слово о хмеле". Хмель якобы от собственного имени обращается к священникам, князьям, боярам, слугам, купцам, богатым и бедным, к женщинам, "Пьянство князьям и боярам землю впустошает, а людей достойных и свободных, и мастеров в рабство повергает. Пьянство брата с братом ссорит, а мужа отлучает от своей жены. От пьянства ноги у него болят, а руки дрожат, зрение очей меркнет".

После ознакомления учащихся с фрагментом из столь яркого и убедительного сочинения полезно предложить вопрос об актуальности данной темы и необходимости извлечь уроки из истории.

В 1652 году вышел указ "продавать по одной чарке человеку". По этому же указу запрещалось выдавать вино "питухам" (т.е. пьяным), а также всем во время постов, по средам, пятницам и воскресеньям. Однако из-за финансовых соображений вскоре в указ внесена поправка "Чтобы великого государя казне учинить прибыль, питухов с кружечного двора не отгонять". Фактически этим поддерживалось пьянство.

При Петре I пьяницам, попавшим в тюрьму, вешали на шею тяжелую чугунную медаль с надписью "За пьянство".

Петр I усовершенствовал систему выкачивания средств у населения для укрепления казны. Питные сборы осуществлялись централизованно и были вверены бурмистерской палате.

При изучении быта и нравов России I половины XVIII века следовало бы указать, что спивание возрастало, что заставило принимать меры против крайностей пьянства.

В 1740 году вокруг Москвы был построен вал, чтобы пили только в царевых кабаках, только цареву водку. На валу дежурили солдаты и били тех, кто переходил границу вала.

В курсе новой истории 8 класса, при изучении вопросов культуры (Урок "Техника и наука", вопрос "Изменение быта"), можно рассмотреть с учащимися отрывок из работы Ф.Энгельса "Положение рабочего класса в Англии", предварительно поставив вопрос: о каких причинах пьянстве рабочих в буржуазном обществе пишет Ф.Энгельс? Затем зачитывается текст: "Рабочий приходит домой усталый и измученный, он попадает в неуютное, сырое, неприветливое и грязное жилище; ему настоятельно необходимо развлечься, ему нужно что-нибудь, ради чего стоило бы работать, что смягчило бы для него перспективу тяжелого завтрашнего дня, его усталость, недовольство и мрачное настроение, вызванное уже отчасти болезненным состоянием, в особенности несварением желудка, усиливается до предела всеми остальными условиями его жизни... Его потребность в обществе может быть удовлетворена только в трактире, так как нет другого места, где он мог бы встретить своих друзей".

Истоки пьянства и алкоголизма угнетенных классов в условиях капиталистического общества могут быть рассмотрены и с помощью анализе отрывка из работы Ф.Энгельса "Прусская водка в германском рейхстаге": "... водочная промышленность прусских юнкеров была создана буквально на деньги, отнятые у крестьян. И она бойко развивается, особенно с 1825 года, ... С того времени вся Германия... была прямо-таки затоплена бурным потоком прус-

ской картофельной сивухи... Пьянство теперь стало повседневно доступным даже самым немощным классам". Можно предложить учащимся сопоставить оба фрагмента произведений и сделать вывод о классовых корнях пьянства в буржуазном обществе.

В 8 классе на уроке "Революционная ситуация 1859-1861 гг." в курсе истории СССР целесообразно обратить внимание учеников на подъем крестьянского движения накануне реформы 1861 года. Главной движущей силой этого движения были государственные крестьяне, а участниками - все угнетенные низы. По национальному составу - русские, литовцы, белорусы, украинцы, представители национальных меньшинств Поволжья. Движение имело форму бойкота высоких цен на водку. А одним из мотивов этого массового движения было желание трезвости как средства избавления от той "порчи телесного и духовного здоровья", к которой приводило пьянство. Можно подчеркнуть, что этот опыт показал, что народ вопреки высокомерному мнению бар о мужиках - пьяницах может жить без водки. Н.А.Добролюбов высоко оценивал решимость крестьянства и видел в этом "опыте поневоле" готовность народа к трезвой жизни. "Сотни тысяч народа, - писал он, - в какихнибудь пять-шесть месяцев, без всяких предварительных возбуждений и прокламаций, в разных концах обширного царства, отказались от водки". Таков был размах антиалкогольного народного движения (Более подробно об этом учитель может прочитать в книге: Революционная ситуация в России в 1859-1861 гг. М., 1962, с. 107-126).

При изучении вопросов русской культуры II половины XIX века в курсе истории СССР 8 классе можно обратить внимание учащихся на реалистические полотна русских живописцев Перова и

Маковского. Картина "Сельский крестный ход на пасхе" была закончена в 1861 году. Ее обличительная сила, казалось, превосходила все то, что создано было до того в русском искусстве. Художник показывая темноту народных масс, задавленных общественным гнетом. Потерявшие человеческий облик перепившиеся крестьяне, полный поп с крестом в руке, свалившийся в грязь дычок — все это обнажало безобразие и неприглядность старого сельского быта. Изображение деревенского попа с закрасневшимся лицом, взлохмаченными волосами, мутным и диким взглядом поистине страшно в своей правдивости. Художник дает эту фигуру в обрамлении деревенского крыльца, придавая ей особую выразительность.

С неменьшей психологической остротой Перов рисует женщину с иконой в руках, осовевшую от водки, неистово поющую в общем нестройном хоре. В трактовке Перова персонажи "крестного хода" получают трагический характер. Вопросы: В чем трагичность персонажей картины? Какие чувства у вас вызывает она? Какова гражданская позиция художника?

Эти же вопросы могут быть заданы ученикам при просмотре картины В.Е.Маковского "Не пушу". На ней запечатлена типичная сцена времен цериама. Измученный тяжелой работой, грязный, оборванный рабочий идет в кабак, неся туда последнее тряпье. Жена с ребенком тщетно пытаются его остановить, но им грозит расправа со стороны обезумевшего человека.

Методические рекомендации

К урокам литературы в IX - X классах с элементами антиалкогольной пропаганды.

При изучении произведений русской классической литературы, где изображены жертвы угнетения и бесправия, ищущие выход из невыносимо тяжелых обстоятельств в забвении, в вине (Мермеладов - "Преступление и наказание", крестьяне - "Кому на Руси жить хорошо", Михаил Власов - "Мать", Актер - "На дне" и др.), необходимо показать, что этот протест, хотя и порожден социальными причинами, не снимает нравственной ответственности с человека, свидетельствует о бессилии его перед обстоятельствами, об отсутствии твердой нравственной основы, об известной доле эгоизма, поскольку человек этот становится причиной страданий близких ему людей. Социальные причины не уменьшают его нравственной вины. На примерах образов литературных героев следует показать, как разрушительно действует злоупотребление алкоголем на человека.

Нравственно сломленным героям русские писатели противопоставляют духовно богатых, нравственно прекрасных представителей народа, которых бесправие и нужда не лишили человеческого достоинства (Прокл - "Мороз - Красный нос", Герасим - "Муму", Ермил Гирин, Савелий - "Кому на Руси жить хорошо").

При изучении русской классики необходимо использовать возможности изучаемых произведений для воспитания нравственной сферы личности, показывать, что высокая цель служения общественным интересам, труд, искусство формируют духовный мир человека, воспитывают в нем неприязнь ко всякого рода дурным привычкам.

При изучении произведений современной советской литературы необходимо подчеркивать, что в нашей жизни нет объективных социальных причин, толкающих человека на путь пьянства. Падение происходит, как правило, в силу отсутствия нравственного иммунитета к дурным воздействиям и влияниям. Необходимо стремиться к тому, чтобы возрастала мера ответственности человека за себя, за то, каков он — как член семьи, общества, как гражданин. Следует острее ставить при изучении произведений современных писателей проблемы самовоспитания, долга, ответственности человека перед обществом, чести и совести в современном понимании слов. Ярче и убедительнее раскрывать образы положительных героев нашей современности, пробуждать в учащих стремление к нравственному идеалу.

Работа учителя литературы по антиалкогольному воспитанию школьников является составной частью его общей деятельности по укреплению связи преподавания с жизнью, реализации задачи идейно-нравственного воспитания, совершенствованию морального облика советского человека в свете постановлений апрельского и октябрьского (1985 г.) Пленумов ЦК КПСС.

Уроки литературы, эмоционально воздействуя на школьников, влияют на формирование их общественного поведения и бытовых привычек. Поэтому рассмотрение сцен и эпизодов, раскрывающих трагические последствия пьянства, целесообразно, где это возможно, включать в уроки как по классической, так и по современной литературе.

При этом важно подвести учащихся к осознанию авторской позиции в оценке пьянства как явления не только социального, но в первую очередь глубоко безнравственного.

Внимание учащихся акцентируется на эпизодах, раскрывающих моральную деградацию личности пьющего человека, приводящую к распаду его нравственных устоев. При изучении творчества Н.А. Некрасова и Ф.М. Достоевского перед шестью классами предстает наиболее полно картина человеческих страданий, вызванных привычкой людей к алкоголизму.

Начатая работа по антиалкогольному воспитанию углубляется на уроках внеклассного чтения. Учащимся необходимо подвести к выводу о том, что пьянство чуждо социалистическому обществу, оно ^{наносит} непоправимый вред осуществлению грандиозных планов советского народа.

В связи с этим целесообразно проведение одного из уроков внеклассного чтения в 9-м классе с широким включением в его содержание идей, заложенных в постановление ЦК КПСС "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма", проект Программы КПСС. Учитель может рекомендовать повесть Ч. Айтматова "Тополек мой в красной косынке", талантливо раскрывающую сложный процесс гражданского становления личности молодого человека, причины, замедляющие ее нравственный рост, среди которых занимает свое место несформированность нетерпимого отношения у молодых к пьянству.

С целью усиления эффективности антиалкогольного воспитания учащихся в процессе подготовки к уроку учителю полезно еще раз обратиться к постановлению ЦК КПСС "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма", а также к проекту Программы КПСС и выделить наиболее актуальные для урока идеи, заложенные в названных документах.

К таким идеям можно отнести следующие:

- необходимость утверждения коммунистической морали, "ко-

торая впитала в себя... общечеловеческие нравственные ценности... и ..., нормы поведения людей и отношений между ними, которые рождены народными массами в многовековой борьбе против эксплуатации",

- использованию в полной мере преобразующей силы "марксистско-ленинской идеологии для ускорения социально-экономического развития страны" сегодня мешают нравы, "противоречащие социалистическому образу жизни:

... нарушения трудовой дисциплины... пьянство и хулиганств, ... чванливая психология и стяжательство" (проект Программы КПСС).

Использование на уроке выделенных нами идей проекта Программы КПСС может помочь учителю увязать более тесно учебный материал с важнейшими проблемами жизни и литературы, предоставить подростку возможность "... участия в драме противоборствующих идей... и, стало быть, в судьбе собственной" (из выступления С.В.Михалкова).

Исходя из вышесказанного, примерный комплекс учебно-воспитательных задач к уроку может быть следующий.

Образовательные задачи. Обогащать знания учащихся о глубине и остроте постановки социально-нравственных конфликтов в современной литературе, проследить процесс формирования характера и морали молодого современника и опасных последствий беспринципности в собственном поведении на производстве и в семье, в отношении к пьянству в повести Чингиза Айтматова "Тополек мой в красной косынке".

Воспитательные задачи. Обобщить представления учащихся об авторской оценке причин возникающих неантагонистических противоречий между личностью и социалистическим обществом, отдельно

подчеркнуть губительное влияние пьянства на личностное развитие, реальную жизнь и созидательную деятельность человека.

Задачи развития. Совершенствование умения сопоставлять литературные факты, определить их причинно-следственные связи и делать вывод об авторской нравственно-эстетической оценке действительности, идее произведения.

План урока может быть таким.

1) Художественное своеобразие повести (анализ сюжета, композиции, системы образов), раскрывающей многообразие и сложность жизни советского народа, проявления ее положительных и негативных начал (Джанбай). Выражение общественной потребности в социально активных, гражданственных характерах, в современных формах ведущих борьбу за совершенствование зрелого социализма (дорожный мастер Байтемир, Асель, Алибек).

2) Идеино-художественное содержание образа Ильяса. Драматизм его судьбы. Анализа эпизодов, раскрывающих причины его нравственных срывов, нравственное безобразие и жестокость поступков, совершаемых им в состоянии опьянения.

3) Женские образы в повести. Асель и Кадича - нравственные антиподы. Внутренняя зрелость, чистота и сила характера Асель, ее твердые моральные убеждения. Нравственная беспринципность Кадичи - источник ее личных несчастий и несчастий людей, с которыми сталкивает ее жизнь. (Разбивает любовь Асель и Ильяса, потакает Ильяссу в пьянстве, в дурных поступках).

На уроке учитель мог бы воспользоваться следующими комментариями. Целесообразно вначале проанализировать сюжет повести "Тополек мой в красной косынке" как историю жизненного крушения человека с хорошими задатками, но нравственно нестойкого, слабо-

характерного. При этом следует подчеркнуть, что разрушилось нечто ценное не только в жизни виновника катастрофы, но и вокруг него: от живой жизни ушли в одиночество сам Ильяс, Асель, Кадича, потерял друга Алибек. Страдает общество.

Анализ сюжета подводит учащихся к пониманию, что конфликт повести носит одновременно и личный, и социальный характер. Система образов противопоставляет беспринципным приспособленцам, хапугам (Джамбай), людям нравственно незрелым (Ильяс, Кадича) настоящим труженикам, творческим и активным, отражая и глубоко анализируя тем самым положительные и негативные начала современной действительности.

Далее деятельность учащихся было бы полезно направить на исследование причин жизненной трагедии Ильяса, останавливая их внимание на эпизодах, раскрывающих нравственную незрелость. Ильяс как в его отношениях к обществу (угон машины из-под погрузочного крана, попытка в одиночку перегнать машину с прицепом через горный перевал и сцена аварии по причине пьянства и др.), так и к людям, окружающим его в личной жизни. При этом следует особо подчеркнуть, что самые безобразные и жестокие поступки Ильяс совершает в состоянии опьянения (сцена в чайной, вторая авария, измена жене).

Перед учителем стоит задача подвести учащихся к пониманию того, что такие непримлемые для советского образа жизни явления, как противопоставление себялюбия интересам коллектива, пьянство, ложь и обман в семье, отключают личность от живой действительности, которая питает жизнь советского человека, определяет его общественную значимость и как гражданина, и как работника, и как родителя.

В заключение можно предложить учащимся подумать о том, как женские образы углубляют понимание авторской позиции в изображении и оценке действительности. Эффективнее всего в данной работе использовать прием сопоставления, особо выделив эпизоды, показывающие разницу в отношении Асели и Кадичи к пьянству Иль-яса.

Анализируя причины несостоявшейся личной жизни Кадичи, учащихся необходимо подвести к выводу о том, что залогом женского счастья является нравственная чистота в отношениях с любимым, женское достоинство и гордость и взаимное уважение. Только в этом случае, по авторской мысли, молодым откроется светлый мир труда, любви и гармонии.

В реальной жизни общество прилагает целенаправленные усилия в борьбе за трезвый образ жизни каждого советского человека, а следовательно, за его благополучие и счастье.

Антиалкогольная пропаганда на уроках химии.

Тема: Применение спиртов, Промышленный синтез этанола, Отрицательное действие спиртов на организм.

Основные задачи:

1. На конкретном примере закрепить представление о применении веществ на основе их свойств. Повторить и углубить понятия об обратимых химических реакциях и химическом равновесии на примере реакции синтеза этанола из этилена.

2. Раскрыть целесообразность многотоннажного производства этанола для различных отраслей народного хозяйства. Показать разрушительное действие этанола на организм человека.

Ход урока.

Индивидуальные задания (для сильного ученика).

Написать уравнения реакций, характеризующих свойства этанола, используя таблицу.

Ответ:

Свойство	Уравнения реакций	Применение
Спирт-растворитель		
Замещение "Н в -ОН"	$2C_2H_5OH + 2Na \rightarrow 2C_2H_5ONa + H_2 \uparrow$	
Замещение ОН	$C_2H_5OH + HCl \rightarrow C_2H_5Cl + H_2O$	
Горение	$C_2H_6O + 3O_2 \rightarrow 2CO_2 \uparrow + 3H_2O + Q$	
Дегидратация	$C_2H_5OH \xrightarrow[t^{\circ} > 140]{H_2O_4(k)} CH_2 = CH_2 + H_2O$	
Внутримолек.		
Междумолек.	$2C_2H_5OH \xrightarrow[t^{\circ} < 140]{H_2O_4(k)} C_2H_5-O-C_2H_5 + H_2O$	
Дегидратация с одно-		
врем. дегидри-	$2C_2H_5OH \xrightarrow{кат} CH_2 = CH - CH = CH_2 + 2H_2O + H_2 \uparrow$	
равнением		
Окисление		

П. Изучение нового материала.

Задание. Рассказать о применении этилового спирта, исходя из его свойств, используя таблицу. Раскрывая значение спирта, отмечаем его ценность как технического сырья, необходимого для повышения обороноспособности страны и развития экономики.

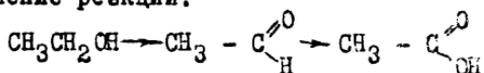
80% этанола используется для получения лучших сортов СК. 20% используется в самых разных областях народного хозяйства:

в медицине, фармацевтической, лако-красочной, парфюмерной промышленности. Высокая теплотворная способность и детонационная стойкость спирта обуславливают применение его в некоторых странах в качестве горючего для двигателей внутреннего сгорания (в смеси с бензином).

Увеличение выпуска всей этой продукции находится в прямой зависимости от производства этанола.

Спирт используют в пищевой промышленности. Но, говоря об этом, акцентируем внимание учащихся на том, что алкоголь — яд. По данным Всемирной организации здравоохранения, каждый третий житель планеты погибает от причин, связанных с потреблением алкоголя. Каждая десятая койка в больницах мира занята людьми, чье здоровье подорвано спиртными напитками. У алкоголиков 80% детей страдают нервно-психическими заболеваниями. Злоупотребляющие алкоголем болеют в два раза чаще и в четыре раза дольше. У 70% пьяниц развивается хронический гастрит. Для них в 5 раз больше вероятность заболевания органов пищеварения, в 4 раза — сердечно-сосудистой, в 2 раза — легочной систем. Живут алкоголики на 15–20 лет меньше, чем люди, не принимающие спиртных напитков. После принятия 75 г, водки через полчаса мышечная сила снижается на 40%. Примерно 70% убийств, 80–90% хулиганских поступков совершается в состоянии опьянения. Около 30% всех дорожно-транспортных происшествий с тяжелыми последствиями происходит по вине нетрезвых водителей.

Что происходит в организме человека с алкоголем? Запишем уравнение реакции:



Алкоголь распадается в организме до конечных продуктов —

углекислого газа и воды — только при крайне незначительном потреблении этанола, примерно 20 г в сутки. Если превысить эту дозу, то в организме в целом и в печени в частности неизбежно накапливается избыток самого алкоголя и продуктов его распада. А это ведет к побочным и весьма нежелательным процессам. Вот некоторые из них. Повышение образования жира и его накопление в клетках печени; избыток перекисных соединений, способных грубо повреждать клеточные мембраны, в результате чего содержимое клетки "вытекает" через образовавшиеся поры, и провоцировать воспалительные реакции; оголение мембран, обнажение липопротеидов, которые обладают антигенными свойствами и вызывают аутоиммунную реакцию.

Этиловый спирт благодаря малым размерам молекул и некоторым физическим свойствам прекрасно смешивается с водой и хорошо растворяется в жирах. Именно поэтому алкоголь так легко проходит сквозь биологические мембраны: слизистую оболочку рта, желудок и кишечник, а потом быстро попадает в кровь. Как только алкоголь поступает в организм, под действием ферментов он превращается в воду и углекислоту. Основная масса алкоголя, попавшего в организм, перерабатывается в печени, только 2 — 5% его выделяется в чистом виде через почки, потовые железы и легкие.

Мышечная ткань задерживает алкоголь, он окисляется в ней или же сразу направляется в печень для переработки. В жировых клетках происходит накопление алкоголя. Поэтому чем больше масса мышц и меньше жировых тканей в организме, тем ниже концентрация алкоголя в крови и тем слабее его действие на мозг.

Особенно алкоголь всасывается, если его принимать на го-

юдный желудок — без закуски. Наоборот, обильная пища значительно замедляет процесс всасывания и снижает содержание алкоголя в крови почти вдвое. Сильно зависит степень опьянения и от эмоционального состояния человека. Отрицательные эмоции (горе, подавленность) как будто ускоряют всасывание алкоголя и усиливают опьянение. Но с другой стороны, всасывание может замедлиться под влиянием очень сильных эмоций — гнева, большой радости. Подавленное настроение облегчает прохождение алкоголя сквозь биологические мембраны, затрудняет его переработку. Сильные эмоции вызывают резкое сужение кровеносных сосудов в области желудка и кишечника, через них проходит меньше крови, и поступление в нее алкоголя замедляется.

Скорость всасывания алкоголя зависит и от его концентрации в напитках.

Алкоголь — специфический нервный яд. Действие алкоголя на мозг прямо зависит от его концентрации в крови: по мере ее повышения сначала парализуются высшие центры мозга, затем угнетаются промежуточные и, наконец, следующие, в ведении которых находятся основные жизненные функции организма. При легком опьянении — концентрация в крови менее 0,05% — человек расслабляется, успокаивается. При несколько большей концентрации у человека искусственно поднимается настроение, появляется болтливость, оживление, утрачивается контроль над своими поступками.

По мере усиления опьянения — с повышением концентрации алкоголя в крови до 0,1% — возникает опьянение средней тяжести. Поведение человека в этом состоянии зависит от его темперамента и особенностей характера: некоторые ощущают беспокойство, другие впадают в беспринципную веселость, у третьих появляется подозрительность, раздражительность и агрессивность.

При еще большем содержании алкоголя в крови, 0,15%, подавляется деятельность двигательных центров мозга — человек начинает терять контроль над своими мышцами. А при концентрации 0,25–0,3% наступает тяжелое опьянение — человек полностью теряет ориентацию, впадает в бессознательное состояние. При концентрации в крови 0,5% алкоголя блокируется находящийся в мозге центр дыхания, и состояние оцепенения переходит в смерть.

Под влиянием алкоголя происходит нарушение деятельности мозга.

Головной мозг в большой степени нуждается в бесперебойном и обильном снабжении кислородом. Алкогольное же отравление снижает интенсивность кровообращения и дыхания в мозге. Под действием алкоголя разрушаются капилляры мозга: эксперименты показали, что у пьяного человека в мозге происходит большое число мелких кровоизлияний и еще большее число сосудов закупоривается. Это лишает нервные клетки и питания и кислорода. Кислородное голодание нервных клеток проявляется в общей вялости, головной боли. Именно таким состоянием объясняется известное утреннее похмелье с головной болью, упадком сил и т.д.

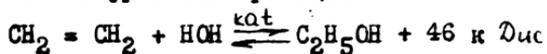
Такие тяжелые испытания приводят к преждевременному износу нервных клеток, нарушается высшая нервная деятельность. Правда, мозг человека содержит миллиарды нервных клеток, и если время от времени разрушается даже по несколько тысяч из них, это не приводит к заметным изменениям. Но нервные клетки, в отличие от других, не способны к регенерации. А если человек систематически пьет годами, то в конце концов накопление этих небольших изменений приводит к тяжелым последствиям.

III. Производство этанола.

Краткий обзор способов получения.

IV. Просмотр к/ф "Производство синтетического этанола".

Запись уравнения реакции:



$t^\circ = 280^\circ \text{ - } 300^\circ \text{C}$; $p = 7\text{-}8 \text{ МПа}$; кат - H_3PO_4 на твердого носителя

У. Задание на дом:

§ 24 (применение) составить таблицу применения этанола,

§ 25 упр. 20, 21 (устно).

АНТИАЛКОГОЛЬНОЕ И АНТИНИКОТИНОВОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ ВО ВНЕУРОЧНОЕ ВРЕМЯ.

Как на уроках, так и во внеклассной работе антиалкогольное и антиникотиновое воспитание осуществляется педагогическим коллективом в едином комплексе с идейно-нравственным, правовым, трудовым, военно-патриотическим воспитанием и физическим развитием. Хорошо зная контингент родителей и учащихся своего класса, классный руководитель определяет основные направления в этой работе с учётом возрастных особенностей учащихся, особенностей развития классного коллектива. Важное значение в этой работе имеет правильная организация единого режима дня, свободного времени школьников. На основе тщательно продуманного единого расписания урочных и внеурочных занятий, совместно с внешкольными культурно-просветительными учреждениями необходимо добиться включения каждого учащегося в научно-исследовательскую деятельность, общественно полезный труд, техническое, художественное творчество, занятия физической культурой и спортом.

Осуществляя антиалкогольную и антиникотиновую пропаганду, классный руководитель может использовать различные формы внеклассной работы: беседы, лекции, диспуты, тематические вечера, устные журналы, конференции, вечера вопросов и ответов, встречи за круглым столом, просмотр и обсуждение кинофильмов; викторины, олимпиады, выпуск /выставки и конкурсы/ санбюллетеней, рисунков, плакатов. К работе с учащимися 4-10 классов необходимо привлекать специалистов: врачей, наркологов, работников милиции, суда, прокуратуры, социологов, экономистов и т.д.

Проблема антиалкогольной и антиникотиновой пропаганды может решаться и в процессе кружковой работы /биологический, правовой и др. кружки /.

Разъяснительная работа о вреде курения и алкоголя должна сочетаться с проведением классных часов на морально-этические темы:

4-7 классы: "Правила для учащихся" - закон школьной жизни".

"Помни, что ты москвич",

"О мнимой и настоящей красоте",

"Правила хорошего тона",

"Мы в гостях, у нас гости",

"Моральный облик советского школьника".

8-10 классы: "Устав школы - основной закон школьной жизни",

"Горжусь званием москвича",

"Что такое характер и бесхарактерность",

" Как воспитать волю и характер",

" Основные пути самовоспитания".

В 4-6 классах рекомендуется провести беседы "Курение - опасная привычка"; " Курить - здоровью вредить". Для этой возрастной группы можно провести классный час " О вреде курения и алкоголя". Ниже дается примерная разработка классного часа.

Эти материалы можно использовать для проведения 2 бесед /отдельно беседы о вреде курения и алкоголя/.

Воспитательные задачи

1. Пропагандировать трезвый образ жизни.
2. Разъяснять учащимся влияние вредных привычек на организм подростка и его развитие.
3. Выбатывать критическое отношение к курению и алкоголю и людям, их употребляющим.

Подготовка к классному часу

1. Проанализировать семейную обстановку, знать, кто из родителей пьет и курит. Классному руководителю необходимо помнить о том, что организуя антиалкогольную пропаганду, надо быть осторожным, чтобы не ранить души детей из неблагополучных семей.
2. Выявить среди учащихся детей, которые употребляли алкоголь, курят или пробовали курить / проведение анкетирования/.

Примерные вопросы анкеты

1. Пробовал ли ты курить ?
2. Куришь ли ты сейчас ?
3. Что тебя привлекает в курении ?
4. Где берешь сигареты / папиросы/ ?
5. Знают ли родители о том, что ты куришь ?
6. С кем ты куришь ?
7. Знаешь ли ты о том, что курение вредно для здоровья ?
8. Вреден ли для здоровья алкоголь ?
9. Употреблял ли ты алкоголь ? Если да, то когда ?
10. Твое отношение к курению и употреблению алкоголя ?

Анкетирование лучше провести анонимно, настроив ребят на открытый разговор по данной проблеме.

3. Провести сочинение-размышление " Как я провожу выходной день"?

4. Предложить учащимся подумать над вопросом: "Как заботится наша партия, государство о здоровье подрастающего поколения ? "

5. Подготовить выставку книг /плакатов/ о вреде курения и употребления алкоголя.
6. Выпустить специальный номер газеты или бюллетеня.
7. Рекомендовать прочитать школьникам памятки о вреде курения и алкоголя.
8. Подобрать пословицы о вреде курения и употребления алкоголя.

Оснащение классного часа

1. Статья Конституции СССР.

Статья 42. "Граждане СССР имеют право на охрану здоровья".

2. Плакат с названием классного часа; плакаты с высказываниями великих людей о вреде курения и алкоголя; плакаты с высказываниями великих людей: "Вино не приносит ни здоровья, ни сил, ни тепла, ни веселья, а приносит людям только большой вред". /И.И.Толстой/; " От вина гибнет красота, вином сокращается молодость" /Гораций/; " От курения тупеешь. Оно несовместимо с творческой работой" /Гете/; " Никотин ослабляюще действует на память и ослабляет силу воли и способности, столь необходимые для шахматного мастера" /А.Алехин/; "Всякий курильщик должен знать и помнить, что он отравляет не только себя, но и других" /Н.А.Семашко/.
3. Самоделные плакаты с пословицами:
 - Табак и камень сушит.
 - Кто курит, тот сам себе враг.
 - Курильщик сам себе могильщик.
 - Табак не дурак, он любит гулять.
 - Табак и вино с пьяницей заодно.
 - Если хочешь долго жить - брось курить и водку пить.

П л а н

1. Забота партии и государства о здоровье подрастающего поколения.
2. Борьба с вредными для здоровья привычками.
3. Алкоголь - опасное зло для человека и общества.
4. Алкоголь и развивающийся организм.
5. Вред не только себе, но и обществу.
6. Алкоголь или здоровье - выбирайте сами!
7. Курить - здоровью вредить.
8. Зло искоренимо.

Примерное содержание

I. Во вступительном слове классный руководитель говорит о том, что Коммунистическая партия и Советское государство проявляют огромную, поистине отеческую заботу о здоровье подрастающего поколения. В нашей стране делается все для сохранения здоровья каждого гражданина нашей Родины. В статье 42 Конституции СССР говорится: "Граждане СССР имеют право на охрану здоровья".

Вопросы к учащимся:

- В чем выражается право граждан на охрану здоровья?
- Как заботится партия и государство об охране здоровья подрастающего поколения?

Подводя итог сказанному учащимся, классный руководитель еще раз подчеркнет, что право граждан нашей страны на охрану здоровья обеспечивается бесплатной квалифицированной медицинской помощью, расширением сети учреждений для лечения и укрепления здоровья граждан, проведением широких мероприятий по оздоровлению окружающей среды, особой заботой о здоровье подрастающего поколения. В основных направлениях реформы школы сказано: "Социалистическое общество кровно заинтересовано в том, чтобы молодое поколение росло физически развитым, здоровым, готовым к труду и защите Родины". Далее классный руководитель может рассказать о том, что охрана здоровья учащихся — комплексная программа, включающая в себя решение многих задач. Это прежде всего создание необходимой учебно-материальной базы, чтобы учащиеся без ущерба для своего здоровья могли нормально учиться. Это организация групп продленного дня, налаживание горячего питания, строгое выполнение санитарно-гигиенических требований и правил техники безопасности. Надлежащая постановка физического воспитания, оздоровительной работы, предупреждение детского травматизма, организация летнего отдыха учащихся — все это и многое другое имеет прямое отношение к охране здоровья школьников.

II. В нашей социалистической стране ведется целенаправленная работа по формированию людей, идейно убежденных, физически здоровых, гармонически развитых. Особое значение в современных условиях приобретает строгое соблюдение принципов коммунистической морали. Нужно сказать о том, что Советское государство ведет борьбу за искоренение таких уродливых пережитков прошлого, как пьянство и курение. Можно напомнить школь-

никам о принятых постановлениях ЦК КПСС "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма" /май 1985г./ и "О мерах по усилению борьбы с курением" /июль 1980г./ - постановления ЦК КПСС и Совета Министров СССР.

Ш. Далее классный руководитель называет тему классного часа и обращается к учащимся с вопросом:

- В чем зло пьянства ?

Необходимо обратить внимание школьников на то, что алкоголизм - социальное зло. Алкоголь наносит вред не только отдельному человеку /разрушается здоровье, человек становится грубым, эгоистичным, слабовольным/, но и обществу /происходят аварии на фабриках, заводах, дорогах, увеличиваются случаи производственного травматизма, разрушаются семьи, рождаются больные дети, пьяницы становятся нарушителями закона и общественного порядка/.

Классный руководитель может привести такие данные.¹

- свыше 50% случаев травматизма на автомобильных дорогах связаны с употреблением алкоголя;
 - каждое третье дорожно-транспортное происшествие совершается людьми в состоянии опьянения.
 - ежегодно на автомобильных дорогах мира погибает 250 тыс. человек; кроме того, несколько миллионов получают травмы, в результате которых многие после лечения остаются инвалидами.
- А теперь подумаем, во что обходится государству пьянство:
- средний срок госпитализации пострадавших на дорогах составляет 180 дней;
 - на лечение алкоголиков и последствий, вызванных употреблением алкоголя, уходит 40% средств, отпускаемых на здравоохранение;
 - половина острых отравлений связана с употреблением алкоголя.

Сколько же средств тратится на бесплатное содержание в больнице, лечение, оплату больничных листов и т.п. ?

Статистика свидетельствует, что убытки и потери от дорожных катастроф составляют около 3,5 млрд. руб. в год.

Строительство новой хирургической клиники на 300 коек, оборудованной современной аппаратурой, обходится государству в 3,5 млн. руб. Сколько бы мы могли построить таких клиник, больниц

¹ Здесь и далее даны примеры из книги Д. Углова " В плену иллюзий" М., Молодая Гвардия", 1986г.

на те средства, которые уходят у нас по вине алкоголя ?

IV. Классному руководителю следует остановиться на вопросе разрушительного характера влияния алкоголя на детский и подростковый организм. На убедительных примерах необходимо показать подросткам, к каким последствиям может привести даже однократное употребление алкоголя, алкогольное опьянение, чем грозит пьянство.

Учитель может выбрать 2-3 случая из приведенных ниже примеров.

- Девятилетний Николай Б. с двумя товарищами - одноклассниками в отсутствие родителей взял из буфета бутылку виноградного вина. Выпили около 250 гр., закусили конфетами. Сначала дети почувствовали головокружение, смеялись, шутили. Однако через 20-30 мин. у них началась рвота. Пришедшие родители застали товарищей сидящими на полу, бледными и испуганными. На столе стояла недопитая бутылка вина. Дети были немедленно доставлены в больницу, где долго пришлось бороться за их здоровье.

- Десятилетний мальчуган был в гостях и потихоньку выпил 2 рюмки красного вина. Внезапно мальчик с криком упал со стула, потерял сознание и не приходил в себя несколько часов. Прерывистое дыхание и острый запах алкоголя изо рта свидетельствовали о том, что ребенок жив, но пьян. Ночью у него начались судороги, и только под утро он пришел в себя. Однако через некоторое время эти судороги повторились, и через каждые 9-10 дней ребенок бился в тяжелейшем эпилептическом припадке.

- Тринадцатилетняя Таня Р. приехала из Москвы к родственникам в деревню. У них в сарае хранилось самодельное вино из яблок. Напиток был приятного вкуса, и Таня выпила около стакана. Вскоре она почувствовала резкую слабость, после чего потеряла сознание. В детской больнице состояние ее было крайне тяжелым. У нее наблюдались судороги, во время которых она выкрикивала бессвязные слова, билась головой о кровать. Девочку с трудом удавалось удерживать в постели. На окружающее она не реагировала. Дыхание было шумным, kloкочущим. Только через 6 часов судороги прекратились, большая погрузилась в сон. Постепенно здоровье Тани улучшилось, однако остались головные боли, быстрая утомляемость, вялость. Это говорило о глубоком и стойком поражении не только коры головного мозга, но и всей центральной нервной системы.

А ведь было выпито совсем немного /если представить, что вино было крепостью 10-12°, то девочка выпила 20-25 гр. чистого алкоголя или 50-60 гр. водки/.

- А вот другой случай. Была небольшая дружная семья. Сын Ваня учился в 4 классе. Он хорошо развивался, учился на "отлично", посещал художественную школу и часто радовал родителей хорошими рисунками. Отец увлекался рыбалкой. И однажды зимой Ваня упросил отца взять его с собой.

Когда пришло время обеда, кроме горячей пищи взрослые доставили бутылки водки. И мальчику дали полстакана. Он испугался, так как знал, что вино вредно. Мать неоднократно ему об этом говорила. - Я не буду пить. Мне мама запретила, - робко возразил он. Но его сразу стали уговаривать мужчины.

- С морозу обязательно надо выпить, чтобы согреться!

Ваня выпил немного и тут же, закашлявшись, поставил стакан. Его стали уговаривать выпить еще. За 2-ой прием он выпил несколько глотков, но, не допив до конца, оставил стакан. По словам отца, выпито им было не более 1/3 стакана. Ему дали закусить, но руки у него дрожали, его мутило, и есть не хотелось. Мальчик, посидев немного, вдруг повалился на снег и потерял сознание. Отец подбежал к нему, а тот лежит бледный, глаза закрыты, дышит прерывисто. Опомившись, отец схватил сына на руки и, благо у одного из рыбаков была машина, срочно повез ребенка в больницу.

Врачи, спасая ребенка, делали уколы, вливания. Но ничто не помогало. Поздно вечером врач вышла усталая, бледная и сказала родителям, что Ваню спасти не удалось, он умер, не приходя в сознание.

Даже от малого количества алкоголя может наступить смерть. - Почему же так опасен алкоголь для ребенка, подростка?

Классному руководителю необходимо подчеркнуть, что под воздействием алкоголя у подростков быстрее, чем у взрослого, происходят стойкие изменения в крови, повышается риск заболевания гастритом, язвенной болезнью, циррозом печени. Особенно опасно употребление алкоголя в переходный период /14-16 лет/, когда в растущем организме происходит перестройка деятельности различных органов и нервной системы, обмена веществ, идет интенсивное половое созревание.

Под влиянием алкоголя у подростков усиливается сердцебиение, появляется одышка, возникает боли в сердце. Алкоголь понижает содержание кислорода в крови, тем самым действует на мышцу сердца, заставляя сердце ребенка работать в еще более напряженном ритме. Употребление алкоголя детьми младшего и подросткового возраста может привести к остановке дыхания. Даже пары алкоголя, выделяемые через легкие /из крови/, способствуют повреждению органов пищеварения. Алкоголь вызывает у подростков серьезные изменения в органах пищеварения, печени, почках /более подробно см. К. "Биология в школе" № 4, 1985г., с.23 ; К. "Здоровье", № 9, 1985г., с.26./.

Необходимо подчеркнуть, что огромный вред даже однократного приема алкоголя подростками.

- Почему для детей и подростков опасно даже однократное пробование алкоголя ?

Благодаря чувствительности и легкой ранимости центральной нервной системы у подростка очень рано, буквально через 1-2 приема спиртных напитков, возникает потребность в вине, ранняя алкогольная зависимость. Такое быстрое привыкание к вину ускоренными темпами ведет ребенка к алкоголизму, который у подростков возникает намного быстрее, чем у взрослых.

Помимо этого, подросток предрасположен к приему алкоголя и из-за своей психологической неустойчивости. Он болезненно хочет добиться признания его личности. И для этого он готов на все. И если у него возникает иллюзия, будто употребление вина делает его более умным, снимает скованность, что ему в этом случае легче показать свою эрудицию и авторитет, то для него будет достаточно 2-3 приемов алкоголя, чтобы привыкнуть и втянуться в винопитие.

Итак, употребление алкоголя опасно для подрастающего организма:

- 1) алкоголь - это яд;
- 2) употребления 1-2 раза алкоголя / возникает потребность в вине, ранняя алкогольная зависимость.

Вопрос: Но только ли на здоровье подростков влияет алкоголь ?

Ученые отмечают, что употребление спиртного подростками значительно повышает вероятность совершения ими преступления.

В результате опроса несовершеннолетних правонарушителей /13-15 лет/ было установлено, что каждые два из трех, а среди 16-17-летних 90% эпизодически употребляли спиртные напитки. Хулиганские действия подростков, их участие в грабежах, кражах в 70-80 случаях связаны с состоянием опьянения или стремлением приобрести спиртное.

Можно напомнить школьникам хорошо известное отрицательное влияние алкоголя на спортсменов. Так, стрелки - разрядники, стоит им выпить около 70-100 гр. водки, ухудшают показатели в стрельбе в несколько раз. Известный спортсмен В. Куц однажды сказал: "... Я как тренер буду беспощаден к тем спортсменам, которые позволяют себе отравлять организм спиртными напитками. Каждые выпитые 100 гр. выводят спортсмена из спортивной формы на 2 недели".

Необходимо сказать учащимся, каким убежденным, воинствующим сторонником трезвости, непримиримым борцом против употребления спиртного был, как и многие его соратники, В.И. Ленин. Старый большевик Калмаков рассказывал, как однажды в Шушенском Владимир Ильича пригласили на праздник. Он вежливо, но категорически отказался выпить вино, заявив, что "рабочим и крестьянам нужна трезвость, если они хотят покончить с темнотою, невежеством, голодом, угнетением".

Классному руководителю следует подчеркнуть в беседе с учащимися, что специалисты установили причины приобщения подростков к спиртным напиткам:

- а) бессодержательное проведение свободного времени;
- б) раннее приобщение к употреблению алкоголя;
- в) неправильное представление о влиянии алкоголя.

Далее классный руководитель остановится на вопросе содержательного проведения свободного времени подростков. Можно предложить ребятам /заранее подготовив их/ рассказать, как они проводят свое свободное время, о своих интересах и увлечениях.

Можно рассказать школьникам о зарождении новых обычаев: о создании клубов трезвенников, о проведении безалкогольных свадеб и праздников, об увлечении молодежи туристическими походами, ^{содержательным} проведением досуга и т.п.

В конце беседы о вреде алкоголя можно показать фильм "Дорога к беде".

О вреде курения.

Беседу о вреде курения можно продолжить со школьниками на этом же классном часе, а можно посвятить и специальный классный час. Изучив анкеты учащихся, учитель строит беседу с учетом особенностей классного коллектива, их отношения к этой вредной привычке.

Материалы к беседе.

Вы встречаете вокруг себя курящих людей. На основе данных статистики разных стран установлено, что в настоящее время среди всех жителей планеты до 60 % мужчин и 20 % женщин курят систематически, по-другому, 40 % взрослого населения жителей Земли являются курильщиками. Почему люди начинают курить?

Для ответа на этот вопрос можно использовать анкеты учащихся. Можно привести данные исследования причин курения у школьников /на основе анкетирования и опроса 2000 курильщиков/.

Причины курения 5-6 кл. 7-8 кл. 9-10 кл.

Подражание другим школьникам	50 %	35,6 %	25,5 %
Чувство интереса	41,5 %	30 %	24 %
Желание казаться взрослым, самостоятельным	5,5 %	10,4 %	15 %
Точной причины не знают	3 %	24 %	35,5 %

Из этой таблицы можно сделать выводы, что часть ребят начинает курить очень рано - в 5 классе. Половина из них подражает товарищам по школе, по двору. Почти половина ребят курит из-за интереса, стремления к таинственности, необычности.

Причинами курения у мальчиков являются

- стремление подражать взрослым;
- отождествление курения с представлениями о самостоятельности, силе, мужественности.

У девочек:

- кокетство;
- стремление к оригинальности;
- желание нравиться мальчикам.

Можно привести данные: что думают мальчики о курящих девочках. Было опрошено 256 мальчиков.

1. В.Н. Ягодинский. Школьнику о вреде никотина и алкоголя, М., Просвещение, 1985г. Книга для учащихся, с.18.

На первый вопрос: В твоей компании девочки курят. Как ты к этому относишься ? "

Ответили:

"положительно" - 4,3 %

"безразлично" - 54,3 %

"отрицательно" - 41,6 %

60 % не высказали отрицательного отношения к курению.

На второй вопрос: Девочка, о которой ты дружишь, курит. Как ты к этому относишься ?

Ответили:

"положительно" - 1 %

"отрицательно" - 84 %

"мне все равно" - 15 %

Третий вопрос звучал: "Хотел бы ты, чтобы у тебя жена курила?"

Буря протеста.

"Да" - не сказал никто.

"Мне все равно" - 2 человека.

Все остальные заявили: "Нет".

Что же происходит ? Девочки курят потому, что "это нравится мальчикам", а 40 % мальчиков относятся отрицательно к курению девочек. Если же курит та, с которой мальчик дружит, то недовольных этим оказывается уже 84 %. И нет ни одного, кто хотел бы иметь курящую жену.

В чем же дело ? Девочки начинают курить в компаниях, где соби-
раются лишь для веселого времяпрепровождения, где никто не связан
серьезными отношениями. С курящей девочкой и юности ведут себя
раскованнее, свободнее. Та по своей наивности думает, что она пользует-
ся успехом, тогда как в действительности она превращается во
временную забаву.

Вопросы к учащимся:

- По сколько сигарет в день выкуривают взрослые люди ? /подростки ?/
- А за месяц, за год ? А за всю жизнь ?!

Много. Страшно много.

Давайте себе представим сколько. Длина сигары 7 см. Если употреб-
лять по одной сигарете в день - 30 сигарет по 7 см. умножить на
12 месяцев, а потом на 30 лет ... А если не по одной сигарете ?!

Вы представляете, сколько метров это даст ? Представьте.

Мчится экспресс по рельсам из сигарет. За 30 лет курильщик выку-
ривает фантастическую многокилометровую сигарету.

А теперь представим в объеме. Пачка за пачкой укладываются в ящики. Ящики громоздятся один на другой. Целая гора ящиков. Почти гигантская пирамида — 30-летняя норма курильщика.

- А какова цена этого удовольствия ?

- Вредно ли курение для человека, для подростка ?

Обобщив ответы учащихся, классному руководителю следует обратить внимание на то, как действует никотин на организм человека, особенно подростка.

Никотин — чрезвычайно сильный яд, действующий на нервную систему, пищеварение, дыхательную и сердечно-сосудистую системы.

Никотин — специфически действует на нервную систему. Повышается артериальное давление, учащается и ослабляется сердцебиение, нарушается деятельность сердца и его сосудов. Страдают от курения и сосуды, расположенные непосредственно под кожей. Это приводит к нарушению ее питания и преждевременному старению, появлению морщин, потере кожей ее нормального, здорового вида. Страдают и органы дыхания. У курящих особенно легко развивается воспаление легких, увеличивается их склонность к туберкулезу.

Особенно неблагоприятное влияние оказывает курение на органы дыхания молодых людей, так как легкие их полностью не сформированы. Отмечено, что у курящих подростков объем грудной клетки и развитие легких примерно на 25 % отстает от этих показателей у некурящих. Чаще страдают они и простудными заболеваниями. У курящих подростков и взрослых наблюдаются значительные отклонения в дыхании, а также в общем состоянии. Средняя масса тела у курящих оказалась на 1 кг меньше, вентиляция легких ниже на 10 %, усвоение кислорода снижено против нормы на 10-12 %, за одно сокращение сердца к тканям поступало примерно на 20 % кислорода меньше, чем у некурящих. И все это было выявлено у начинающих курильщиков при стаже 1 год.

Отмечено, что курящие школьники более рассеяны, успеваемость у них снижена. Курение вызывает головную боль, раздражительность, снижение работоспособности и сосредоточенности. Курение оказывает неблагоприятное действие на центральную нервную систему и органы чувств. Снижается умственная работоспособность в пределах 4-7 % /.

Точными наблюдениями установлено, что через 5-10 мин. после курения мышечная сила снижается на 10-15 %, ухудшается координа-

ция движений, замедляется реакция, скорее развивается умственное и физическое утомление. Это может привести к травматизму. Австрийские ученые подсчитали, что курение ежегодно становится причиной более 2.500 серьезных автомобильных катастроф. Курящие чаще болеют, чем некурящие, это нарушает ритмичность производства. "Курящие" постоянно устраивают "перекур", на котором, согласно наблюдениям, уходит до 15 % рабочего времени.

В целом курение приносит организму такой вред, что продолжительность жизни курящего значительно ниже, чем некурящего. В среднем считается, что продолжительность жизни в результате курения сокращается на 6-8 лет. Стоит ли за такое сомнительное удовольствие расплачиваться такой дорогой ценой? Смертность курящих в молодом возрасте на 30-40 % выше, чем некурящих.

Вопрос:

- Только ли своему здоровью приносит вред курительщик?

Да, к сожалению, курительщик наносит вред не только своему здоровью, но и здоровью окружающих людей. Мы с этим сталкиваемся постоянно. Люди курят в квартирах, в служебных помещениях, на улицах, иногда, в поездах. Установлено, что примерно 2/3 от сгоревшей сигареты попадает во внешнюю среду и загрязняет ее. Подсчитано, что пребывание в течение 1 часа в накуренном помещении равносильно "выкуриванию" 4 сигарет. У некурящих из-за обкуривания их курящими могут возникать приступы астмы, развиваться аллергия, обостряться болезни сердца.

И, к сожалению, в положении "пассивных курительщиков" против своей воли оказываются родные и близкие курящего. Особенно плохо переносят табачный дым дети. Они становятся бледными, беспокойными, плохо спят, у них снижен аппетит. Характерны для самочувствия "пассивных курительщиков" головная боль, головокружение, повышенная утомляемость, учащенное сердцебиение.

Следует особо подчеркнуть, что курение в присутствии других людей, особенно тех, кому табачный дым вреден - есть пример антисоциального поведения, признак распущенности. Курение запрещено в общественных местах - на транспорте, в театрах, столовых.

Подросткам следует сказать, что курение особенно вредно для спортсменов. Курящие не могут рассчитывать на большие успехи. Никотин снижает силу и остроту мышечного чувства, координацию движений, скорость и особенно выносливость. Даже шахматисты

признает вред курения: резко снижается общая выносливость человека, его способность перенести статические нагрузки, уменьшается продуктивность умственной деятельности.

В последнее время возросло число курящих среди женщин, девушек. По данным учёных, специально изучавших этот вопрос, женщина глубже страдает от курения из-за более нежной структуры свеяго организма, который природой устроен для продолжения рода человеческого. А именно эта область, как наиболее сложная, и страдает сильнее. Девы выглядят эффектно, современными, девочки совершенно не думают о том, что от курения становится хриплым голос, чернеют и портятся зубы, появляется хронический кашель, нежная кожа становится дряблой, приобретает землистый оттенок, повышается отделение. Одним словом, привлекательность курящей девушки становится намного ниже, чем у её сверстниц. Однако самое страшное ещё впереди.

Самым частым осложнением курения является высокий процент мертворожденных, ранняя детская смертность до года. Послеродовые осложнения у курящих женщин возникают в 85 случаях из 100. У детей курящих женщин вдвое чаще наблюдаются отклонения в психике, снижение умственных способностей. Девочки это должны знать, прежде чем выкурить первую сигарету.

Вот так обстоит дело с проблемой курения девочек. Брать с них пример не следует. А если курит ваша подруга, то ваш долг уговорить бросить эту дурную привычку,

-Почему люди курят?

Задайте этот вопрос соседу, родственнику, курящему другу. Давайте подумаем вместе - так ли уж необходимо, неизбежно им курение? И помните: здоровье, радость жизни в ваших руках.

В старших классах кроме бесед можно проводить диспуты на темы: "Есть ли в нашем обществе пережитки буржуазной морали и как с ними бороться?", "Воевать с самим собой - труднейшая из войн; победить самого себя - труднейшая из побед. Почему?", "О чести трудовой", "Семейные традиции".

Кроме лекций и бесед рекомендуется проводить для старшеклассников тематические вечера, устные журналы, конференции по темам: "Алкоголь-враг здоровья", "Курить - здоровью вредить", "Суд над папиросой", "Трезвость - норма жизни".

Например, устный журнал "Береги честь смолоду" может быть составлен из следующих страниц:

1-я стр. - "Моральный облик советского школьника".

- 2-я стр. — "Курение и употребление алкоголя несовместимо с учёбой и спортом".
- 3-я стр. — "Меры по борьбе с курением и употреблением алкоголя".
- 4-я стр. — "Выступление агитбригады или художественной самодеятельности (сатирические сценки, исполнение частушек и т.п.).
- 5-я стр. — Показ научно-популярных фильмов о вреде курения и алкоголизма
- 6 страница — Награждение победителей конкурса на лучший рисунок, плакат, стенную газету.

Другой формой воспитательной работы с учащимися могут быть вечера вопросов и ответов. За 4–5 дней перед проведением вечера у школьников собирают вопросы. На вечере, в зависимости от содержания вопросов, даёт ответы учителя, врач, прист, старшеклассники.

Для учащихся старших классов рекомендуется организовать циклы лекций или создавать факультеты университета "Здоровье". Такие циклы лекций должны дать учащимся определённую систему знаний, что будет способствовать более эффективному формированию гигиенических навыков.

Проведением викторин и олимпиад можно завершать цикл лекций для учащихся или занятий университета "Здоровье". Викторины можно проводить как соревнования на гигиенические и медицинские темы по типу клуба веселых и находчивых. Олимпиаду или викторину готовит группа школьников. В проведении олимпиад и викторин должен принять участие и медработник школы.

В воспитательных целях можно использовать проведение конкурсов и выставок санбллетеней, рисунков, плакатов по темам: "Мотивы курения, употребления алкоголя", "Курение и здоровье", "Алкоголь и здоровье", "Пассивное курение", "Курение и спорт", "Алкоголь и спорт", "Меры борьбы с курением" и т.п.

Классные руководители, учителя-предметники должны постоянно привлекать школьников к самостоятельной работе: подбирать дополнительный материал из периодической печати, готовить сообщения, изготавливать таблицы, плакаты, газеты, буклеты по темам: "Алкоголь и здоровье", "Курение и здоровье", "Алкоголь и спорт", "Курение и спорт", "Алкоголь, семья, дети", "Алкоголь и потомство" и т.п. Шире следует использовать издаваемые

ЦНИИСП Минздрава СССР, республиканским, городским и районными домами санитарного просвещения тематические бюллетени, памятки по данной проблеме.

Глубже изучить вопросы гигиены и овладеть простейшими практическими навыками поможет школьникам работа в медико-гигиенических кружках "Юный медик", "Юный микробиолог" и др. Кружковцы слушают лекции, готовят рефераты, ставят опыты, выпускают санитарно-просветительные газеты, выступают с беседами на гигиенические темы перед товарищами, младшими школьниками; проводят встречи с заслуженными работниками здравоохранения, следят за проведением в школе гигиенических мероприятий, активно участвуют в рейдах за чистоту. Такие кружки не только расширяют кругозор учащихся, способствуют формированию социальной активности у подрастающего поколения, но и решают задачу профессиональной ориентации школьников.

Действенным фактором формирования у учащихся негативного отношения к курению и алкоголю является активное привлечение комсомольской и пионерской организаций к гигиеническому воспитанию. Правильно поставленное ученическое самоуправление должно помогать формировать у учащихся высокие нравственные качества, воспитывать общественное мнение, нетерпимое отношение к курению и употреблению спиртного подростками. Ни один случай нарушения "Правил для учащихся", нормы социалистического общежития не должен оставаться без внимания ученического актива, классного коллектива. Комитет ВЛКСМ организует работу лекторской группы старшеклассников, в тематику которой должны быть включены темы антиалкогольного и антиникотинового просвещения (наряду с вопросами нравственно-этическими). Комсомольцы должны активно вести пропаганду среди школьников трезвости как нормы жизни советского человека, оказывать помощь классным руководителям в их повседневной работе с учащимися и родителями.

Большую роль в антиалкогольном и антиникотиновом воспитании школьников играет школьная библиотека. Библиотекарь школы выступает перед учителями с обзором новинок художественных, научно-популярных книг, методических материалов на педсоветах, производственных совещаниях, предметных объединениях. В помощь учителям необходимо подобрать книги по антиалкогольному и антиникотиновому воспитанию.

Школьников также необходимо знакомить с новинками художественной и научно-популярной литературы, раскрывающими нравственно-этические проблемы, иметь подборки книг, организовать постоянно сменяющуюся выставку книг "Могучие силы здоровья", "Красоту - в нашу жизнь", "Каков он, наш современник" и др.

Неотъемлемой нормой жизни нашего общества становятся физическая культура и спорт. Они должны сыграть важную роль и в борьбе с вредными привычками, в организации разумного досуга школьников, в осознании ими несовместимости пьянства и курения с социалистическим образом жизни. Здоровье детей, их подготовленность к труду, обороне Родины находятся в прямой зависимости от того, как поставлена в школе физкультурно-спортивная работа, как функционируют спортивные и оборонно-массовые секции, какое место отводится общешкольной спортивной работе в общей системе коммунистического воспитания. Воспитывать юной и девушек в духе неприятия вредных привычек, создавать обстановку нетерпимости к употреблению спиртных напитков и курению подростками - задачи, остро стоящие перед учителями физической культуры, другими физкультурными работниками. И уроки, и внеклассные мероприятия должны быть использованы для ведения среди ребят антинакотинной и антиалкогольной пропаганды, раскрытия среди ребят вреда алкоголя для их физического и нравственного становления. Тем более и раздел "Основы знаний" учебной программы и теоретические сведения комплекса ГТО в обязательном порядке требуют ознакомления школьников с отрицательным влиянием употребления алкогольных напитков на здоровье, моральный облик, учебу, труд человека. На это же направлена и введенная в режим школы с начавшегося учебного года комплексная программа физического воспитания учащихся. От учителей физической культуры во многом зависит, научатся ли школьники сохранять и приумножать свое здоровье, приобретая ли к занятиям физической культурой и спортом, станут ли эти занятия для них повседневной потребностью. Учитель физической культуры должен стать главным инициатором и организатором самых разнообразных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий в школе. Результативность всех форм физического воспитания в школе может быть обеспечена совместными усилиями учителей физической культуры, администрации, классных руководителей, учителей-предметников при широком привлечении физкультурно-спортивного актива учащихся, спортивной, общественной и родительской общественности. Важное значение в повышении гигиенического воспитания и обучения учащихся, в повышении

методического уровня классных руководителей, учителей-предметников имеет создание методических уголков, где необходимо помещать материалы в помощь подготовке и проведению уроков и внеклассных мероприятий. Такой уголок комплектует и постоянно обновляет медицинский работник школы через службы санитарного просвещения.

В школьном методическом кабинете или кабинете воспитательной работы должны быть представлены следующие материалы:

- официальные документы по вопросам гигиенического обучения и воспитания учащихся (приказы, инструкции и др.);
- методические разработки уроков, внеклассных и внешкольных мероприятий по охране здоровья;
- список литературы на медико-гигиенические темы из фонда школьной библиотеки;
- указатель наглядных пособий, кинофильмов, имеющихся в школе, в районном методическом кабинете, в фильмотеке, в районном Доме санитарного просвещения, необходимых для санитарно-гигиенического и медицинского просвещения на уроках или вне уроков.

Для учащихся в школе необходимо иметь раздел вопросов и ответов. Материалы для уголка подбираются медицинским работником школы совместно с санитарным активом. И обновляется ежемесячно.

ПРОВЕДЕНИЕ УЧИТЕЛЯМИ АНТИАЛКОГОЛЬНОЙ И АНТИНИКОТИНОВОЙ ПРОПАГАНДЫ СРЕДИ РОДИТЕЛЕЙ

Советское государство на всех этапах своего развития уделяло огромное внимание роли и ответственности родителей в обучении и воспитании детей.

Это важная социальная функция родителей. "Граждане СССР обязаны заботиться о воспитании детей, готовить их к общественно полезному труду, растить достойными членами социалистического общества" — записано в 66 статье Конституции СССР.

Все заботы родителей, школы, общественности направлены на то, чтобы советские дети росли идейно убежденными, здоровыми физически и морально, гармонично развитыми.

Современному юному поколению предстоит жить в XXI веке. И в новый век оно должно взять с собой все лучшее, передовое, самые высокие принципы нашей коммунистической морали.

Одними из главных помощников в этом являются родители. Именно в семье дети получают первые уроки нравственности, гражданской зрелости, патриотизма. Поэтому столь важным условием является единство требований к ребенку со стороны родителей, единство нравственных позиций в семье. Отсутствие их — очень серьезное препятствие в воспитании детей. К большому сожалению, есть случаи, когда образ жизни и поведение родителей не дает им право на воспитание детей. Это, в первую очередь, пьянство. Оно разрушает здоровье, ведет к деградации личности, аморальным поступкам, сопровождается легкомысленным отношением к супружеству и родительскому долгу.

Советское государство с первых же лет своего существования повело непримиримую борьбу с этим злом. В середине двадца-

тых годов создается добровольная общественная организация "Общество по борьбе с алкоголизмом". "Алкоголизм и социализм несовместимы!" — под этим лозунгом повсюду в стране проходило антиалкогольное движение. Конечная его цель — борьба за трезвость. Издаются декреты "о воспрещении изготовления и продажи спирта", журналы "За новый быт", "Трезвость и культура". Выпускаются лотереи — книгорозыгрыши "За новый быт".

Во многих постановлениях ЦК КПСС и в документах, принятых им совместно с Советом Министров СССР, содержатся указания усилить борьбу с пьянством и курением.

Много внимания борьбе с алкоголизмом и курением уделяют такие международные организации, как ЮНЕСКО, Всемирная организация здравоохранения. Этой теме посвящаются международные конгрессы. Работа в данном направлении велась и ведется постоянно и целенаправленно.

Подтверждение этому — последние постановления: ЦК КПСС "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма" от 7 мая 1985 г. и постановление ЦК КПСС и Совета Министров СССР от 12 июня 1980 г. "О мерах по усилению борьбы с курением", в которых подчеркнута необходимость придать этой работе подлинно массовый, всенародный характер, создавать в каждом трудовом коллективе обстановку нетерпимости к пьянству, к любым нарушениям дисциплины и порядка. Педагогические коллективы школ должны активно включиться в эту работу.

В системе педагогического всеобща родителей необходимо усилить антиалкогольную и антитабачную пропаганду, разнообразить методы работы с родителями, совершенствовать их, вводить новые.

На родительских собраниях, заседаниях родительских комитетов рекомендуется обсудить положения постановлений ЦК КПСС, указов Президиума Верховных Советов СССР и РСФСР от 16 мая 1985 г., постановления ЦК КПСС "О ходе выполнения постановления ЦК КПСС "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма" от 19 сентября 1985 г. Необходимо в каждой школе при составлении программы педагогического всеобуча родителей на год включить примерный перечень тем бесед и лекций:

I-III классы:

Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи в семье, ответственности за свои поступки.

Алкоголь и дети.

Алкоголь и семья.

Свободное время детей и его рациональное использование.

IУ-УП классы:

Младший подросток и его особенности.

Физическое воспитание младших подростков в семье.

Методы семейного воспитания и их роль в нравственном развитии подростков.

Круг общения подростка и его влияние на формирование нравственного поведения.

Предупреждение вредных привычек у детей и подростков.

Пьянство - всегда зло.

Алкоголь и преступность.

Организация досуга подростков.

УШ-Х классы:

Правовое воспитание старшеклассников.

Психолого-педагогические особенности старшего возраста.

Пьянство – путь к правонарушениям.

Формирование правосознания и гражданской ответственности – важный фактор воспитания сознательной дисциплины старшеклассников.

Причины правонарушений несовершеннолетних.

Ответственность взрослых за вовлечение несовершеннолетних в антиобщественную деятельность, пьянство.

Влияние алкоголя на потомство.

Новые обряды и традиции.

Для проведения бесед и чтения лекций по этим темам классным руководителям, администрации школ рекомендуется привлекать квалифицированных специалистов: психологов, юристов, судей, врачей, школьного врача, работников милиции, лекторов общества "Знание", врачей-наркологов, работников Дома санитарного просвещения и др.

Учителя, классные руководители активнее должны включаться в учебу на проблемных курсах по педагогическому всеобучу в городском институте усовершенствования учителей.

Так же администрации школ рекомендуется находить из состава родителей специалистов по этим проблемам и привлекать их для активного чтения лекций, проведения бесед. Факт, что сами родители выступают перед другими родителями и являются организаторами антиалкогольной и анти-никотиновой пропаганды, поднимает эту важную работу еще на большую высоту.

Классным руководителям рекомендуется самим посетить своих учеников, познакомиться с условиями жизни в семье, выявить "трудные" семьи – семьи, в которых не все благополучно с вос-

питанием детей, где пьет один или оба родителя. Такие семьи должны стать предметом постоянной заботы.

Желательно составить картотеку "трудных" семей, в которой классный руководитель ведет записи о профилактической работе с родителями, о позитивных изменениях во взглядах и действиях родителей под влиянием целенаправленной работы с ними. Такая работа может вестись совместно с комиссией по делам несовершеннолетних, трудовым коллективом, где работают родители.

Эту карточку из начальной школы необходимо передать классному руководителю четвертого класса, подробно проинформировав его о состоянии дел в классе и по этому разделу работы.

Классному руководителю рекомендуется вести и индивидуальную работу с родителями. Для этого ему надо иметь подборку книг, статей, брошюр, фактического материала по проблемам антиалкогольной и антитабачной пропаганды. Все это можно предложить для ознакомления родителям.

Заведующим школьными библиотеками рекомендуется на родительских собраниях знакомить родителей с подборкой новой литературы по антиалкогольной и антитабачной пропаганде, давать короткую аннотацию новинкам научно-популярной литературы по этим вопросам, являться организаторами диспутов родительских конференций на темы: "Семья, дети и алкоголь", "Антиалкогольное воспитание в семье", "Курить - здоровью вредить", "Воспитание эстетической культуры в семье", "Подготовка старшеклассников к семейной жизни", "Организация отдыха детей" и др.

Рекомендуется организация в школах кинолектория или киносеансов для родителей с показом и последующим обсуждением науч-

но-популярных фильмов по вопросам антиалкогольной и антитабачной пропаганды. Эти фильмы имеются в районных фильмотеках. Такие, как, например, "Алкоголь и подросток", "Ответственность родителей за здоровье детей", "Пьющие дети", "Алкоголь и никотин", "Что с Вашим сыном?" "Они бежали из своего дома", "Ловушка", "Горькие уроки" и др.

Классным руководителям рекомендуется пропагандировать такую, довольно новую форму работы с детьми и их родителями, как организация "Советов отцов".

Необходимо активнее вовлекать родителей в организацию для коллектива класса экскурсий, вечеров отдыха, походов, микрокружков по интересам, постановки спектаклей, в организацию диспутов, чтения лекций, проведение предметных недель и многих других интересных мероприятий по организации активного отдыха детей.

Администрации школы на педсоветах и совещаниях рекомендуется заслушивать отчеты классных руководителей, председателей родительских комитетов классов, членов президиума школьного родительского комитета, председателя "Совета отцов", родителей по осуществлению антиалкогольной и антитабачной пропаганды.

Антиалкогольное и антитабачное воспитание предполагает многогранную, планомерную совместную работу родителей, педагогических коллективов и общественности. Только такое содружество даст реальные гарантии для воспитания совершенных людей коммунистического общества.

Прилагаются список рекомендованной литературы и список хроникально-документальных и научно-популярных фильмов с аннотациями по борьбе с пьянством, алкоголизмом и курением.

РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРОВЕДЕНИЮ РОДИТЕЛЬСКОГО СОБРАНИЯ В
I-III КЛАССАХ

Тема собрания: "АНТИАЛКОГОЛЬНОЕ И АНТИНИКОТИНОВОЕ ВОСПИТАНИЕ
В СЕМЬЕ".

Цель собрания: предостеречь родителей от пагубных последствий приобщения детей к курению и алкоголю в раннем возрасте, о влиянии алкоголя и никотина на их здоровье, умственное и физическое развитие.

Каждому учителю начальной школы в план работы по педагогическому просвещению родителей необходимо включить вопросы антиалкогольной и антитабачной пропаганды. Причем эту работу с родителями желательно начинать с первых месяцев пребывания ребенка в школе. Одно из родительских собраний необходимо посвятить теме: "Антиалкогольное и антитабачное воспитание детей в семье".

До проведения собрания учителю надо посетить семьи своих учеников, данные о которых оформить в картотеку. На каждую семью заводится карточка, в нее записывается домашний адрес, фамилия, имя, отчество родителей, их профессия, место работы; условия жизни учеников в семьях, о нравственном климате и взаимоотношениях детей и родителей. Особо отмечаются карточки трудных семей, где родители злоупотребляют алкогольными напитками, курят.

Часто дети первые "навыки" приобщения к алкоголю и курению получают именно в семье, поэтому работу с родителями в этом направлении не надо перекладывать на более позднее время,

а начинать ее, как говорилось выше, с первых месяцев обучения ребенка в школе.

Так ли это необходимо? Да. И еще лучше, если бы эта работа начиналась в дошкольных учреждениях, велась с будущими родителями, с вношами и девушками до вступления в брак и проводилась систематически на серьезной основе.

Советуем учителя особенно тщательно подготовиться к первому собранию на данную тему. Самому перечитать литературу, рекомендуемую по этим вопросам, подобрать кинофильмы, соответствующий теме. Попросить заведующую школьной библиотекой организовать подборку книг, брошюр, статей с аннотациями. Желательно приобрести плакаты, выпускаемые Домом санитарного просвещения по антиалкогольной и антиникотиновой пропаганде, сформировать классную комнату по теме собрания.

Можно написать на доске несколько послосвиц, поговорок, осуждающих пьянство и курение. Например, "Меньше пить - дольше жить", "В море водки и богатыри тонут"; изречения "Опьянение - добровольное сумасшествие" (Аристотель), "Вино морит пьянице" (Леонардо да Винчи), "Можно сказать, что сколько мужа выпили водки, столько жены и дети пролили слез" (Н. А. Семашко).

Затем учителю рекомендуется провести беседу с родителями, придерживаясь такого плана:

- 1) пагубное влияние алкоголя и никотина на организм детей;
- 2) организация интересного досуга детей;
- 3) просмотр кинофильма по антиалкогольной и антиникотиновой пропаганде; обсуждение его с родителями;
- 4) индивидуальные собеседования с родителями.

Социологи подсчитали, что событий, за которые "нельзя не выпить, — пишет Р.О.Лирмян, — у человека может набраться сорок-пятьдесят за год. А такая "вынужденная" регулярность в употреблении спиртного невольно предрасполагает к развитию алкоголизма". Такой человек считает себя "трезвым" и не предполагает зачастую, что частыми выпивками наносит непоправимый вред или будущему ребенку, или тому, который еще мал, живет рядом, и родители служат ему примером для подражания во всем. Даже однократный прием алкоголя может нанести вред будущему ребенку.

Профессор Д.Углов изучал в клинике развитие 64 детей, родившихся от отцов, злоупотреблявших алкоголем в течение 4-5 лет до рождения малышей. У всех этих детей была установлена умственная неполноценность даже при удовлетворительном общем физическом развитии.

Выявлено, например, что школьники, растущие в семьях, где пьянствуют родители (один или оба), учатся значительно хуже детей, которые живут в нормальных условиях.

Известно, что чем больше алкогольный "стаж" родителей, тем заметнее проявляется умственная и физическая отсталость детей. Ребята как можно реже должны видеть бутылку с вином в руках родителей, даже за праздничным столом. А нередко случается, когда маленького ребенка усаживают в день его рождения за стол со взрослыми и для шутки ставят ему "красивую" рюмочку, наливают, правда, сладкой водички и просят чокнуться, выпить. Вот это первое зло, которое причиняют ребенку родители. Если пришли гости, то необходимо сделать так, чтобы дети или не видели бутылки, или чтобы она не становилась объектом всеобщего внимания.

На улице старшие могут привлечь внимание детей на неоправданный вид встреченного пьяного, сравнить его с бойцами, подтянутыми людьми, спешащими по своим делам.

Родители обязательно должны разъяснять детям различные вредные стороны действия алкоголя и никотина и сами должны помнить о том, что опьянение протекает тем тяжелее, чем моложе организм, так как молодой организм обладает значительно меньшей сопротивляемостью алкоголю, чем взрослый.

Смертельная доза чистого алкоголя — около 8 г на 1 кг веса, для подростков — 4-5 г на 1 кг веса. То есть 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).

Родители должны знать, что особенно много алкоголя поглощает головной мозг, так как в нервных клетках мозга содержится значительное количество жироподобных веществ — липидов, в которых алкоголь растворяется лучше, чем в жидких средах (крови). В головном мозге содержание алкоголя на 60-70% больше, чем в крови, а в печени концентрация алкоголя выше, чем в мышцах. Алкоголь сгорает и выводится из организма очень медленно. За час — 6-10 г. алкоголя. При тяжелой форме опьянения гибнет 20 000 клеток мозга.

Родителям необходимо помнить, что у детей очень быстро наступает привыкание к алкоголю и что нередки случаи смерти детей от спиртных отравлений.

От алкоголя страдает нервная система, зрение, слух, сердце, печень, пищеварительный тракт, может развиваться сахарный диабет.

Родителям необходимо помнить, что так же вреден и никотин — желтоватая жидкость жгучего вкуса, хорошо всасывающаяся слизистыми оболочками. Он очень ядовит: смертельная его доза составляет примерно 1 г/кг массы тела, действует на вегетативную нервную систему, особенно чувствителен к действию никотина парасимпатический отдел вегетативной нервной системы. Вместе с тем никотин обладает раздражающим действием на мозговое вещество надпочечников, вырабатывающее и содержащее в большом количестве гормон адреналин, выделяясь во время курения, он повышает артериальное давление. Смерть при отравлении никотином наступает от паралича дыхания. Вместе с никотином табак содержит эфирные масла, нарушающие деятельность сердца и сосудов.

Курение — привычная система действий, выражающая болезненное пристрастие человека к наркотическому веществу — никотину, содержащемуся в табаке.

У детей нет влечения к спиртному и курению. Родители должны знать, что с детства вкус, запах алкоголя и никотина вызывают у них отвращение. В развитии пьянства у детей, в их пристрастии к курению решающую роль играют дурные примеры родителей, обстановка в семье, и в этом возрасте у них легче выработать негативное отношение и сформировать нравственную позицию: не буду пить и курить не потому, что не разрешают, а потому, что вредно.

Досуг представляет смену деятельности. Если человек не знает, что ему делать в свободное время, то у него, по словам К.Д.Ушинского, портится голова, сердце и нравственность. Требуется развития формы отдыха и домашние праздники без алкоголя.

Не надо прибегать к неизменной бутылке, не становиться человеком, для которого "заменяли водочные спайки все другие способы общения людей" (В.Маджковский).

После окончания выступления учитель обращается к родителям с просьбой поделиться опытом организации совместного досуга с детьми, развития интересов детей, приобщения их к полезным, нужным делам.

После просмотра кинофильма и последующего краткого обсуждения его, классный руководитель может предложить некоторым родителям взять домой для прочтения литературу, предложенную школьным библиотекарем. Некоторых родителей учитель может пригласить остаться для индивидуальной беседы.

РЕКОМЕНДАЦИИ

к проведению родительского собрания в IV-VII классах

Тема родительского собрания: "Предупреждение вредных привычек у детей и подростков".

Цель собрания: Классному руководителю вместе с родителями выработать комплекс мер по предупреждению курения и пресечению фактов употребления алкоголя подростками.

Активное антиалкогольное и антитабачное воспитание и просвещение школьников рекомендуется проводить с 9-10 лет. В этом возрасте особенно проявляется желание подростков подражать взрослым, "героям" кинофильмов. Отсюда их стремление закурить, попробовать вина, с "бравადой" произнести нецензурные выражения.

Поэтому так необходимо постоянное внимание к подросткам со стороны школы, родителей. Совместные усилия в этом направлении, несомненно, принесут успех.

Родительское собрание по предложенной теме классному руководителю рекомендуется проводить в начале учебного года, чтобы вместе с родителями наметить план работы по этим вопросам, разнообразить работу с подростками по интересам, спортивную работу, общественно полезную, вызвать интерес к окружающей жизни. Так организовать учебу и досуг, чтобы не оставалось времени на "праздное шатание" по улицам, в подворотне.

Примерный план проведения родительского собрания таков:

1. Роль привычек в воспитании характера подростков.
2. Предупреждение курения.
3. Предупреждение попыток употребления алкоголя.
4. Влияние никотина и алкоголя на детский организм – выступление врача.

Рекомендуется на это родительское собрание пригласить врача-нарколога или школьного врача, который предельно четко и с глубоким знанием вопроса охарактеризует последствия употребления алкоголя и никотина подростками.

Если среди учащихся данного класса классным руководителем замечены факты курения или принятия алкоголя, то ему, конечно, необходимо и начать собрание с их перечисления и описания (ни в коем случае не называя фамилий и имен этих учащихся). Эти тревожные факты нельзя умалчивать, их надо искоренить сообща в самом начале. Они и послужат причиной данного родительского собрания.

Затем классный руководитель рассказывает родителям, что наряду с полезными и положительными привычками у подростков нередко возникают привычки, нежелательные для их развития и закрепления. Это вредные привычки. С ними надо бороться.

К.Д.Ушинский писал: "Только привычка открывает воспитателю возможность вносить те или другие свои принципы в самый характер воспитанника, в его нервную систему, в его природу". Поэтому родители и школа могут активно формировать положительные привычки у детей и предупреждать вредные.

Привычка - это действие, постоянное осуществление которого стало потребностью. Привычки бывают простые и сложные. Очень важной является привычка не оставаться без дела, найти себе полезное занятие.

К.Д.Ушинский отмечал: "Во многих семействах "молодые люди" решительно не знают, что с собой делать, и мало-помалу привыкают убивать время".

Если у ребенка не выработаны привычки к полезной работе, занятиям, то это постепенно приводит к праздности, поиску различных соблазнов, например, курению, употреблению алкоголя.

Дети, не обладающие полезными навыками и привычками, зачастую безответственны, не хотят и не могут предвидеть результатов своих поступков.

Родители и школа - главные помощники детей в выработке полезных привычек:

1) надо внимательно следить за всеми действиями ребенка и вовремя помочь ему, позаботиться, чтобы закрепился полезный навык и превратился в хорошую привычку, и не допустить возникновения вредной.

2) родителям и школьным учителям необходимо четко организовать и спланировать учебный, производительный труд детей, их культурный досуг.

3) родители и учителя в первую очередь должны быть образцом, эталоном для детей. Дети склонны к подражанию, и поэтому взрослым всегда необходимо объяснять ребенку правильность выбора того, а не иного действия.

4) родителям и учителям рекомендуется регулярно закреплять положительные действия, а нежелательные не подкреплять.

5) родителям надо обязательно похвалить, одобрить хорошие действия детей, тогда ребенок стремится повторить их и улучшить их результат.

Даже самый небольшой успех ребенка должен встречать одобрение окружающих. Это вызывает радость, подъем сил, устремляет ребенка на большие дела.

У детей воспитывается доверие к взрослым, искренность, правдивость, желание сделать больше и лучше. За неудачу не надо спешить наказывать ребенка, лучше помочь ему, разобравшись вместе с ним в причинах неудачи.

Вредные привычки формируются тогда, когда отсутствует контроль со стороны старших. Дети часто бывают представлены самим себе, их энергия ищет действий, порой нежелательных. Если это вовремя не обнаружено, то вредные навыки закрепляются, превращаются во вредные привычки, такие как курение, употребление алкоголя, сквернословие. Родителям надо напомнить, что существует ряд веществ, которые оказывают на человека, его нервную систему и психику наркотическое действие. Это — никотин и этиловый (винный) спирт.

По степени вреда они отличны друг от друга. Привычка к курению развивается быстро, так же как и к алкоголю, но курение не

приводит к деградации личности, как алкоголь, а лишь нарушает состояние здоровья. Но и то, и другое ведет к физическому, умственному, психическому истощению организма. Поэтому так необходимо с детских лет заметить возникновение этих пагубных привычек, искоренить их, бороться всеми силами, так как бывает случаи, что они приводят к потере трудоспособности, инвалидности и нередко — ранней смерти.

Антиникотиновое и антиалкогольное воспитание детей родителями необходимо начинать с детских лет. Надо выработать у детей отрицательное отношение к курению, разъяснить, как трудно дышать в накуренном помещении. Надо следить за контактами детей с более старшими ребятами, которые курят, и пресекать эти контакты. Советовать детям не брать пример с киногероев, старших, так как они стали жертвами пристрастия к этому пагубному делу. Надо разъяснять детям, какой вред приносит курение здоровью: у курящих в 12—13 раз чаще возникают заболевания сердца, желудка, кровеносных сосудов ног и т.д.

Необходимо напомнить подросткам о вреде курения для спортсменов. Желательно создавать вокруг курящих взрослых и подростков нетерпимую обстановку, пристыдить ребенка с сигаретой в руках, не разрешать взрослому курить в окружении других некурящих людей и т.д.

Н.А.Семашко — один из основоположников советского здравоохранения — писал: "В.И. Ленин был отчаянным врагом курения... один раз при встрече он сказал мне: — Что Вы не поведете борьбу с табачным зельем? Я поддержу Вас!"

Так же активно родители должны бороться с возникновением привычек употреблять алкоголь.

У ребенка необходимо вырабатывать негативное отношение к алкоголю, ненавязчиво и тактично объяснять подростку губительные последствия принятия алкоголя. Надо взрослым быть требовательными, принципиальными в этом вопросе до конца, но в то же время не подавлять воли ребенка, а добротой и лаской вырабатывать в ребенке психологическую устойчивость, уверенность в себе.

Разъяснить ребенку, что отрицательные последствия употребления алкоголя сейчас могут сказаться через 10-12 лет.

Родителям необходимо помнить, что и при достижении более взрослого возраста не надо вырабатывать у ребенка "права" на спиртное, угощая его вином.

Затем слово представляется врачу, приглашенному на это родительское собрание. Он более подробно останавливает внимание родителей на том, как действует никотин и алкоголь на организм ребенка, к каким последствиям это приводит, как уберечь ребенка от этих пагубных привычек.

Затем классный руководитель может организовать общую беседу, предложив обсудить с родителями следующие вопросы:

- 1) как конкретно в вашей семье ведется борьба с курением и употреблением алкоголя?
- 2) как лучше эту работу организовать в школе?
- 3) кто может поделиться положительным опытом по этим вопросам (если он есть)?
- 4) как разнообразить досуг подростков, приобщить их к творчеству, к самосовершенствованию?

УИИ-Х КЛАССАХ

Тема собрания: "Ответственность родителей и школы за воспитание у молодежи стойкого негативного отношения к курению, алкоголю, правонарушениям".

Цель собрания: углубить работу школы с родителями по воспитанию советской молодежи морально устойчивой, с высокими принципами; ознакомить родителей с последними постановлениями ЦК КПСС по борьбе с алкоголизмом.

Антиалкогольное и антитабачное просвещение среди родителей старшеклассников необходимо продолжать, углублять и разнообразить.

На родительское собрание по предложенной теме желательно пригласить юриста или судью, инспектора детской комнаты милиции или участкового милиционера. Также можно пригласить врача.

Родительское собрание можно провести по следующему плану:

- 1) роль родителей в воспитании старшеклассников в духе непримиримости к антиобщественным поступкам;
- 2) причины правонарушений несовершеннолетних;
- 3) выступление юриста;
- 4) просмотр и обсуждение кинофильма.

В своем выступлении классный руководитель отмечает, что мир, окружающий молодежь, многолик, в нем уживаются добро и зло, и нам - родителям и педагогам, сообще надо уберечь подрастающее поколение от оставшихся еще, к сожалению, таких уродливых пережитков прошлого, как алкоголизм, преступность, курение, сквернословие.

В.И. Ленин в мае 1921 г., выступая на X партийной конференции, подчеркивал, что водка и прочие дурманы "поведут нас назад к капитализму, а не вперед к коммунизму".

Во всех партийных документах 70-80-х годов пьянство отнесено к числу враждебных нашему строю пережитков. В 1979 г. опубликован приказ Минпроса СССР "Об усилении работы с родителями, создающими неблагоприятную обстановку в семье".

Роль родителей в формировании у молодежи высоких нравственных позиций, непримиримого отношения к пьянству, курению и т.д. очень велика. Их личный пример играет здесь главенствующую роль.

"Когда я вижу парня или девушку выпившими, - пишет почетный академик Терентий Семенович Мальцев, - в первую очередь вину даже не их. Хотя молодой человек в 16 лет получает паспорт, становится гражданином и должен знать, что такое хорошо и что такое плохо. И все-таки я обращаюсь ко взрослым - родителям, учителям, наставникам на производстве. К ним надо предъявлять требования... Если старший учит: "Не пейте", а сам прикладывает к спиртному - пользы от такого урока не будет".

Родители несут ответственность за то, какими вырастут их дети, какую значимую пользу принесут они обществу. Поэтому первостепенная обязанность родителей - совместно со школой, своим примером, убеждением, а порой и твердой требовательностью создать атмосферу гармоничного развития молодого поколения страны.

Родителям необходимо помнить, что у молодых людей очень быстро возникает привыкание к курению, алкоголю. У юношей в 15-17 лет алкоголизм развивается за 2-3 года, а у подростков 14-15 лет меньше, чем за год, возникает тяга к алкоголю.

Особенно пагубно действует алкоголь на организм девочек. Они развиваются быстрее, чем мальчики. Женский организм много чувствительней к различным воздействиям. Поэтому ни в коем случае нельзя допускать возникновения даже склонности к алкоголю у девочки. Этим будет сохранено не только ее здоровье, но и здоровье будущих поколений. Таким же вредным для них является и курение. Родителям надлежит разъяснить своим дочерям - будущим матерям, как вреден алкоголь и никотин.

Очень вредны яды табачного дыма для развивающегося плода. Объясняется это тем, что через плаценту (детское место) никотин из крови будущей матери переходит в кровь плода. В таких случаях вдвое чаще рождаются недоношенные дети. Не менее чувствительны к табачному дыму новорожденные.

Яд, попавший в организм курившей или находившейся в задымленном помещении женщины, передается через ее молоко. В I л грудного молока содержится до 0,5 мг никотина. Смертельная доза для новорожденного - I мл никотина на I кг веса ребенка.

Родителям необходимо объяснить курящим юношам, что у них в более раннем возрасте, чем у некурящих, наступает ослабление половой функции.

Там, где низкая культура организации учебной, внеурочной деятельности молодежи, отсутствуют устойчивые интересы, появляется тяга к курению, спиртному и т.д. Все это ведет к деградации личности, к возникновению правонарушений.

52,8% малолетних правонарушителей в воспитательно-трудовых колониях называли такую причину правонарушений: "Был пьян".

Последние постановления партии и правительства направлены на борьбу с нетерпимыми пороками, которые "приносят вред здоровью трудящихся, нередко ведут к разрушению семьи, пагубно от-

рожаются на воспитании детей".

В указах Президиума Верховного Совета СССР и РСФСР от 16 мая 1985 г. большие требования предъявлены родителям, старшим товарищам, которые несут ответственность за воспитание молодежи.

В III разделе указа "Ответственность за вовлечение несовершеннолетних в пьянство" отмечается, что "родители или иные лица, виновные в доведении несовершеннолетних до состояния опьянения, если эти действия по своему характеру не влекут уголовной ответственности, подвергаются административному взысканию в виде штрафа в размере от 50 до 100 руб."

"Доведение несовершеннолетних до состояния опьянения лицом, в служебной зависимости от которого находится несовершеннолетний, влечет уголовную ответственность и наказывается лишением свободы на срок до 2-х лет, или исправительными работами на этот же срок, или штрафом от 200 до 300 руб. Вовлечение несовершеннолетнего в пьянство влечет уголовную ответственность и наказывается лишением свободы на срок до 5 лет".

"Появление в общественных местах в пьяном виде подростков в возрасте до 16 лет, а равно распитие ими спиртных напитков влечет административное взыскание в виде штрафа в размере: от 30 до 50 руб., налагаемое на родителей или лиц, их заменяющих".

Затем слово предоставляется юристу или судье, который на примерах из своей практики показывает роль старших, родителей (положительную и отрицательную) в воспитании молодежи. Говорит о том, что в утверждении трезвого образа жизни активно проявляет себя комсомол, советская молодежь. Заметно сократилось количество правонарушений, хулиганства и других преступных проявле-

ний, связанных с пьянством.

ЦК КПСС рассчитывает, что на борьбу с пьянством с еще большей энергией и решимостью поднимается комсомол, вся молодежь страны, комсомольские организации призваны проявлять постоянную заботу о том, чтобы подрастающее поколение воспитывалось в духе непримиримости к пьянству, к малейшим отступлениям от норм коммунистической морали, чтобы делу формирования молодого человека еще активнее служили все формы организации общественно полезного труда и здорового досуга молодежи".

После этого выступления желательно родительской аудитории продемонстрировать кинофильм по теме родительского собрания. Предложить в виде "домашнего задания" к следующему родительскому собранию нескольким родителям подготовить выступления, в которых они поделились бы опытом воспитания своих детей. Другим предложить 2-3 статьи из газет, журнала "Семья и школа" для краткого их пересказа и обсуждения.

С П И С О К

рекомендательной литературы по антиалкогольной
и антитабачной пропаганде

- Борисов Е.В., Василевская Л.П. Алкоголь и дети, изд.2-е, стереотип, - М., 1983.
- Висневская Л.Я., Данилова Е.А. Пьют родители - страдают дети. - М., 1977.
- Колесов Д.В. Предупреждение вредных привычек у школьников.- М., 1984.
- Копыт Н.Я., Скворцов Е.С. Алкоголь и подростки.- М., 1984.
- Углов Ф.Г. Человек среди людей: Записки врача.- М., 1983.
- Стрельчук И.В., Панченков С.Э. Алкоголь и потомство.- М., 1979.
- Энтин Г.М. Алкоголь и семья: В помощь лектору.- М., 1984.
- Ягодинский В.Н. Школьнику о вреде никотина и алкоголя.- М., 1985.
- Журналы "Воспитание школьников", № 5, 1984; № 5, 1985.

Рекомендуемый аннотированный список хроникально-документальных, научно-популярных фильмов по борьбе с пьянством, алкоголизмом.

В целях решительной борьбы с пьянством и алкоголизмом, на основании постановления ЦК КПСС, Совета Министров СССР, Указа Президиума Верховного Совета СССР, Президиума Верховного Совета РСФСР "О мерах по преодолению пьянства и алкоголизма, искоренению самогонварения", необходимо усилить работу школы по противоязковой пропаганде.

Работа должна проводиться как с учащимися старших классов, так и с родителями. В этой работе администрации школы и классным руководителям поможет рекомендуемый список фильмов по противоязковой пропаганде.

Фильмы, рекомендуемые для демонстрации на:

1) классных часов в 7-10 классах и родительском всеобуче

№№ п/п	Название фильма	Аннотации
1	2	3
1.	Алкоголь и потомство, 1 ч.	О трагических последствиях для потомства бытового пьянства.
2.	Горькие уроки, 2 ч.	Фильм о губительном влиянии алкоголя на детей и разъяснительная работа в школе.
3.	Пьющие дети, 1 ч.	О разрушающем воздействии алкоголя на детский организм, ответственности взрослых за вовлечение несовершеннолетних в пьянство.

1	2	3
4. Чья это вина?, 1 ч.	В фильме, снятом методом наблюдения, расследуются причины пьянства несовершеннолетних.	
5. А мама меня не любит, 1 ч.		Фильм о катастрофическом влиянии алкоголя на здоровье будущего ребенка.
6. Это же Ваш сын, 1 ч.	О пагубном влиянии алкоголя на подростков, об ответственности старшего поколения за формирование личности ребенка.	

2) классных часах в 7 - 10 классах

1. Море по колено, 1 ч.	О том, что безответственное поведение взрослых и приобщение детей к выпивкам калечит судьбы подростков.
2. Люди, я расту, 1 ч.	

3) родительском всеобуче

1. Подросток, семья, школа, 1 ч.	О губительном действии алкоголя на детский организм, о том, что нередко именно в семье начинают подростки привыкать к алкоголю.
2. Ответственность родителей за здоровье детей, 1 ч.	

1	2	3
3. Они смотрят на нас, I ч.	Алкоголь - страшное зло. Взрослые всегда должны помнить о том, что на них смотрят дети и во многом повторяют их поступки.	
4. Чижик-Пыжик, I ч.	О том, какой непоправимый вред приносит приобщение детей к выпивке.	
5. Они бежали из своего дома, I ч.	О детях, бежавших из дома из-за систематического пьянства родителей.	
6. Что с Вашим сыном? I ч.	О пагубном влиянии на нервно-психическое состояние ребенка пьянства родителей.	

О Г Л А В Л Е Н И Е

I. Введение	I- 8
2. Методические рекомендации по ведению антиалкогольной работы в процессе изучения биологии в средней школе .	8-64
3. Антиалкогольная пропаганда в курсе "Обществоведение"	64-71
4. Антиалкогольная пропаганда на уроках "Основы Советского государства и права"	72-86
5. Антиалкогольная пропаганда в курсе "Этика и психология семейной жизни"	87-97
6. Антиалкогольная пропаганда на уроках истории в У - УШ классах	97-104
7. Рекомендации к урокам литературы в IX - X классах с элементами антиалкогольной пропаганды	105-111
8. Антиалкогольная пропаганда на уроках химии.	111-117
9. Антиалкогольное и антитабачное воспитание школьников во внеурочное время	118-135
Ю. Проведение антиалкогольной и антитабачной пропаганды среди родителей	136-157
II. Рекомендуемый аннотированный список литературы и хроникально-документальных, научно-популярных фильмов по борьбе с пьянством, алкоголизмом	158-161

Составители: Гурякова В.В., Вагина И.Е., Захарова Е.Н., Морозова Н.А., Сульцера Р.П., Старобинская Г.И., Трутнев Л.Н., Холодкова Л.А., Шнырева В.Н.

Ответственный редактор: Касабиева Ф.В.

Руководитель издания: Банина К.С.

Л. - 73370
Объем 10,25

Подписано в печать 27.03.86
Тираж 3000

Заказ № 2116
Цена 1 р.

Типография ХОЗУ Миннефтепрома

Цена 1 р.

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
МОСГОРИСПОЛКОМА

МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ИНСТИТУТ
УСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ УЧИТЕЛЕЙ

Н. Стефанов —

**АНТИАЛКОГОЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ
ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ
ИЗУЧЕНИЯ ОСНОВ НАУК**

(Методические рекомендации)

Москва — 1986