



ПРАВИТЕЛЬСТВО
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

МИНИСТЕРСТВО
ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Руководителям подведомственных
образовательных организаций

Малышева, ул., д. 33, г.Екатеринбург, 620075
тел. (343) 371-20-08, факс (343) 371-34-08; 359-83-24
E-mail: info@minobraz.ru <http://www.minobraz.ru>

13.07.2017 № 02-01-82/6006
На № _____ от _____

О направлении
методических рекомендаций

Во исполнении протокола заседания Совета «Попечительство о народной трезвости» под руководством Заместителя Губернатора Свердловской области П.В. Крекова от 7 апреля 2017 года Министерство общего и профессионального образования Свердловской области направляет для сведения и использования в работе методические рекомендации по подготовке и проведению в 2017 году Уроков трезвости, разработанные под руководством кандидата педагогических наук, профессора кафедры эстетического воспитания института педагогики и психологии детства федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Уральский государственный педагогический университет», заведующего лабораторией духовно-нравственного воспитания С.Т. Погорелова

Приложение: на 15 л. в 1 экз.

Заместитель Министра

С.Т. Погорелов

Ю.Н. Зеленов

Правительство Свердловской области
Министерство общего и профессионального образования Свердловской области
Общественно-государственное движение «Попечительство о народной трезвости»
Екатеринбургская митрополия
Научно-исследовательская лаборатория Духовно-нравственного воспитания
Института педагогики и психологии детства УрГПУ

УРОК ТРЕЗВОСТИ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Методические рекомендации
по подготовке и проведению

Екатеринбург

2015 г.

УДК 06.011:613.81

ББК Ф798

Урок трезвости в общеобразовательной школе. Методические рекомендации по подготовке и проведению. Екатеринбург, 2015. 31 с.

Составитель: Погорелов С.Т., Почетный работник Высшего профессионального образования, к.п.н., профессор кафедры эстетического воспитания ИПиПД УрГПУ, зав. лабораторией духовно-нравственного воспитания.

Рецензенты:

Бачинин И.В., протоиерей, к.п.н., руководитель Отдела по утверждению трезвости и профилактике зависимостей Екатеринбургской епархии, председатель Иоанно-Предтеченского братства «Трезвение» Русской Православной Церкви.

Плотникова Е.В., к филос. наук, зав. отделом информационно-методического центра Верх-Исетского района г. Екатеринбурга.

Распространение алкогольной и никотиновой зависимости в нашем обществе по масштабам сопоставимо с национальным бедствием, преодолению которого способствует возрождение традиций трезвенного просвещения, существовавших в исторической России. Уроки трезвости в общеобразовательной школе – одна из таких возрожденных в Свердловской области традиций. Подобные уроки общеобразовательные школы проводят в рамках единого Дня трезвости, проводимого по решению Правительства Свердловской области. Данные уроки в совокупности с другими мероприятиями оказывают существенное влияние на предупреждение негативных зависимостей подрастающего поколения.

Методические рекомендации призваны помочь педагогам школы войти в проблему трезвенного просвещения, познакомиться с историческим и современным опытом проведения Дня трезвости, подготовиться к проведению урока трезвости для учащихся конкретного класса. В материалах представлены различные формы мероприятий, направленных на утверждение трезвого, здорового образа жизни, проведение которых возможно в рамках школьного дня трезвости: родительских собраний, выставок и т.д.

Большой интерес представляет подборка высказываний известных людей о трезвости и алкоголе, мифов об алкоголе, некоторые статистические данные и факты, а также выдержки из новых законодательных актов, регулирующих алкогольную ситуацию в стране.

Методические рекомендации предназначены для руководящих и педагогических работников общеобразовательных школ Свердловской области, классных руководителей, родителей.

Содержание

Введение

I. День трезвости в истории и современности

- 1.1. Из истории празднования Дня трезвости
- 1.2. Опыт возрождения традиции проведения Дня трезвости в Свердловской области

II. Методические рекомендации по подготовке к проведению урока трезвости

- 2.1. Цели и задачи урока трезвости здоровья
- 2.2. Формы проведения «уроков трезвости» как воспитательных мероприятий
- 2.3. Содержательные материалы для подготовки урока трезвости
 - 2.3.1. Квалификация алкоголя как наркотика – ГОСТ этилового спирта
 - 2.3.2. Негативное действие алкоголя на организм человека
 - 2.3.4. Негативное действие алкоголизации на благополучие общества и государства
3. Словарь трезвенника
4. Высказывания известных людей о трезвости и алкоголе

Литература

Введение

Алкоголизация российского народа, несмотря на принимаемые меры, сохраняет угрожающие масштабы. Каждый третий мужчина трудоспособного возраста в России страдает от чрезмерного употребления алкоголя. Объем душевого потребления алкоголя в год достигает более восемнадцати литров на каждого россиянина – старика и младенца. Известно, что уже при 8 литрах душевого потребления алкоголя в год начинается процесс депопуляции, т.е. уничтожения нации. В настоящий момент употребление алкоголя является главной причиной демографического кризиса, стремительного вымирания нашего народа.

Так, за 10 лет войны в Афганистане погибло 14000 наших соотечественников, а алкоголь в России, по данным, приведенным академиком РАМН, первым заместителем председателя Комитета Государственной Думы по охране здоровья Н.Ф. Герасименко, уносит в год не менее одного миллиона человеческих жизней.

Не менее катастрофичны и материальные потери. В совокупности страна теряет от алкоголизма и наркомании от 3,5 до 5% ВВП, что превышает 1,45 триллиона рублей. Это больше, чем все затраты на оборону страны.

Аналитики считают, что России объявлена война, которая нацелена на наших детей, на людей трудоспособного возраста. Ведется эта война самым подлым способом – путем разрушения духовно-нравственных ценностей, пропагандой порока, навязыванием негативных зависимостей, таких как алкогольная, никотиновая, наркотическая и др.

В результате возраст приобщения к алкоголю подростков за последние двадцать лет снизился с 16 до 13 лет. Более 80% несовершеннолетних в России постоянно употребляют алкоголь, а 33% юношей и 20% девушек употребляют его ежедневно. Это подрывает физическое и психическое здоровье, умственное развитие подрастающего поколения. Как следствие Россия занимает первое место по детскому алкоголизму. Брошенные дети, старики, разрушенные семьи, ужасающий по масштабам травматизм – это все грани той же проблемы. Если ситуация не изменится – у нашей страны нет будущего. Сегодня только трезвость может остановить наш стремительный бег к неизбежной и позорной гибели, ибо алкоголь это – оружие массового поражения!

Согласно опросу Всероссийского центра исследований общественного мнения (ВЦИОМ), проведенному в 2011 году, проблему алкоголизации ставят на первое место 60% россиян. Пока в сознании наших сограждан будет существовать устойчивая ассоциация «праздник – пьяное веселье», социальные проблемы будут нарастать, угрожая похоронить наше будущее – молодежь.

В последние годы в силу вступил ряд законов, направленных на регулирование рынка алкогольной продукции. Введены современные, жесткие лицензионные требования,

ужесточены правила, касающиеся времени и мест продажи, а также употребления алкогольных напитков, пиво, наконец, приравнено к алкоголю. Однако одними административными, ограничительными по своей сути, мерами проблему алкоголизации решить невозможно. В сознании людей должен утвердиться не страх наказания, а потребность и готовность жить трезво, в свободе от алкогольной и других видов зависимостей. Для этого необходима повсеместная, систематическая работа по трезвенному просвещению. Общеобразовательная школа совместно с семьей и общественностью должна вести постоянную работу по формированию устойчивости несовершеннолетних к негативным зависимостям. Трезвость с педагогической точки зрения выступает как одна из важнейших базовых национальных ценностей, утверждение которой является одной из задач духовно-нравственного воспитания учащихся.

В Свердловской области с целью координации усилий по утверждению трезвости создано Общественно-государственное движение «Попечительство о народной трезвости».

Одной из массовых форм трезвенного просвещения и пропаганды здорового образа жизни стал областной День трезвости. Он организуется при содействии органов государственной власти и местного самоуправления, традиционных конфессий, деловых кругов, общественных организаций, средств массовой информации и проходит во всех городах и районах Среднего Урала. В ходе этого массового мероприятия рекомендуется проводить и школьный День трезвости, важной частью которого является урок трезвости.

День трезвости рассматривается как праздник свободы человека от негативных зависимостей, как праздник здорового образа жизни.

Каждый праздник имеет свою духовно-нравственную, ценностную основу. Для Дня трезвости – это духовная свобода человека, смысл которой состоит в развитии созидательных сил человека – духовных и физических, в подчинении своих инстинктивных влечений разумной воле, в служении своим близким, своему народу. День трезвости призван увлекать идеалами жизни свободными от рабства потребления, от рабства наркотического, алкогольного, никотинового. Участники праздника День трезвости должны ощутить свою сопричастность с жизнью и деятельностью лучших людей России и мира – сторонников и пропагандистов трезвости. Трезвый человек тот, у кого разум стоит на страже сердца.

Трезвость выступает не только как ценность, но и как цель духовно-нравственного воспитания, и как интегративное личностное качество, на мировоззренческом уровне характеризующее результат воспитания и самовоспитания. С этой точки зрения в трезвости можно выделить трезвенные взгляды, убеждения и идеалы. Если трезвенные взгляды строятся на основе научных знаний, то убеждения требуют активной позиции личности, активного участия в трезвенном просвещении. Трезвенные идеалы складываются на основе

поиска растущим человеком смысла своей собственной жизни, осознания своих отношений с другими людьми, с миром, с вечностью, наконец.

Не отвергая роли строго научных данных о вреде алкогольной, наркотической, никотиновой зависимостей для организма человека, следует сказать, что наиболее доступной формой проживания ценностей трезвого, т.е. духовно свободного образа жизни являются художественно-игровые формы, требующие от участников творческой активности.

Не являясь с медицинской точки зрения в большинстве своем алкогольно-зависимыми, учащиеся с позиций личностного развития демонстрируют донаучные, обыденные взгляды на проблему трезвости, отличающиеся множеством мифов и ложных стереотипов. Еще сложнее дело обстоит с трезвенными убеждениями – их у большинства учащихся нет. В структуре нравственно-эстетических идеалов учащихся представления о трезвости как должном и совершенном бытии человека также отсутствуют. Поэтому, даже зная о пагубности пристрастия к алкоголю, учащиеся оказываются беззащитными при давлении алкоголизированной микросреды, скрытой алкогольной пропаганды, общим попустительством этому пороку. Уроки трезвости призваны дать школьникам научно обоснованные представления о сущности алкогольной зависимости и трезвости как ценности и норме свободной созидательной жизни.

Школьный День трезвости не исчерпывается одним уроком трезвости. День трезвости должен быть радостным, ярким, красивым и искренним праздником, во время которого будут проходить наряду с уроками трезвости, диспуты, спортивные состязания, культурные мероприятия – спектакли, творческие конкурсы, акции, кинолектории, чаепития вместе с родителями и учителями в радости и единении. День трезвости в этом смысле должен стать одним днем из целостной большой трезвой жизни, ее прообразом.

I. День трезвости в истории и современности

1.1. Из истории празднования Дня трезвости

Первые в России дни «Праздники трезвости» прошли 28-29 сентября 1911 года в Санкт-Петербурге. Праздник носил светский характер, хотя был организован Союзом христиан-трезвенников, и Русская Православная Церковь принимала в нем активное участие. На время праздника была запрещена продажа алкогольных изделий. Во всех православных храмах столицы читалось воззвание о значении и цели Праздника трезвости. Вечером в 14 залах столицы, в том числе на заводах и в помещениях обществ трезвости, были устроены чтения, а в зале Калашниковской хлебной биржи после лекции была показана кинематографическая лента «Пьянство и его последствия». (По кн.: Афанасьев А.Л. Трезвенное движение в России в период мирного развития: 1907-1914 годы: опыт оздоровления общества: монография / А. Л. Афанасьев. – Томск: Томск. гос. ун-т. систем упр. и радиоэлектроники, 2007).

В 1913 году Праздники трезвости были устроены уже более чем в 60 губерниях Российской империи. А в марте 1914 года определением Святейшего Синода за № 2481 постановлено: «Установить на будущее время повсеместно в России ежегодный 29 августа, в день Усекновения главы Иоанна Крестителя, церковный праздник трезвости, с производством в этот день сбора пожертвований на дело борьбы с пьянством...» С этого момента День трезвости стал Всероссийским.

Широкий размах церковного трезвенного движения и его обильные позитивные плоды позволили правительству в июле 1914 года (в связи с началом войны) на период мобилизации принять меры к прекращению продажи крепких алкогольных напитков и ликвидации казенных питейных заведений. Преимущества трезвой жизни были настолько для всех очевидны, что Государственная Дума третьего созыва сочла возможным принять финансовый бюджет на 1915 год, полностью исключающий доходы от алкоголя. В 1913 году они исчислялись суммой в 675 млн. рублей, что составляло около 30% доходной части бюджета. Несмотря на сопротивление виноторговцев, 84% населения поддержало эти радикальные меры. В результате важного решения царя и правительства в стране произошли значительные позитивные изменения, отразившиеся как на частной жизни людей и их здоровье, так и на экономике России.

1.2. Опыт возрождения традиции проведения Дня трезвости в Свердловской области

20 марта 2008 года в Свердловской области было создано Общественно-государственное движение «Попечительство о народной трезвости». В рамках его деятельности и принято решение ежегодно проводить День трезвости.

Целью возрождения этой традиции является обозначение в общественном сознании трезвости как социальной нормы жизни, нормы естественного состояния человека.

Поскольку основной причиной распространения пьянства является духовно-нравственная деградация людей, в деле утверждения трезвости необходимо объединение усилий общественных организаций, государства и Церкви.

Идею ежегодного праздника – Дня трезвости поддержало большинство населения Среднего Урала: во всех управленческих округах Свердловской области прошли мероприятия ему посвященные. В них приняло участие около 260 тыс. человек.

Среди основных мероприятий: выставки плакатов, лектории, просмотры фильмов по антиалкогольной тематике, спортивные мероприятия, фотоконкурсы, концерты, выпуск радиогазет и др.

В рамках возрожденного Дня трезвости были проведены и первые уроки трезвости в общеобразовательных школах. Со старшеклассниками и родителями учащихся проводились беседы об административных нарушениях, связанных с употреблением алкоголя несовершеннолетними. Востребованной оказалась тематическая выставка книг «Не начинай! Не пробуй! Не рискуй!». Многие родители приняли участие в рейдах в семьи социального риска, в проверке торговых точек с целью выявления фактов продажи алкогольных напитков несовершеннолетним.

II областной День трезвости прошел 13 сентября 2009 года. К этому времени были подготовлены антиалкогольные видеоролики «Береги себя», которые использовались на классных часах и уроках трезвости.

К проведению III областного Дня трезвости, прошедшего 12 сентября 2010 года, распоряжением Правительства Свердловской области 06.09.2010 года № 1176-РП были привлечены Министерства здравоохранения, соцзащиты населения, культуры и туризма, министерство торговли, питания и услуг, Департамент информационной политики Губернатора, ГУВД по Свердловской области, Областной наркологический диспансер, Центр общественных связей, «Молодая Гвардия Единой России», «Областная газета», администрации управленческих округов, муниципальные образования. Главами муниципальных образований в Свердловской области были приняты соответствующие постановления, утверждены составы организационных комитетов и планы мероприятий по проведению Дня трезвости. Специалистами министерства здравоохранения для педагогов общеобразовательных школ и родителей учащихся было проведено 20 семинаров по

вопросам профилактики алкогольной и наркотической зависимости. Ими же было организовано молодёжное шествие «3000 шагов к здоровью» с участием около 500 учащихся екатеринбургских школ, студентов колледжей и вузов.

Сотрудниками органов внутренних дел области в рамках праздника практически в каждом образовательном учреждении были проведены встречи, беседы, круглые столы антипьянкой и антиалкогольной направленности, которые сопровождались выступлениями агитбригад из числа учащихся и педагогов.

В образовательных учреждениях проведены классные часы на различные темы: «Пьянство – добровольное безумие», «Здоровье и вредные привычки», «От пороков до недугов» и др. К их проведению приглашались наркологи, работники социально-реабилитационных центров. В ходе этих мероприятий школьники приняли участие в викторинах о знании последствий о вреде алкоголя, в конкурсах рисунков, плакатов и буклетов, конкурсах агитбригад и минисочинений на тему «Сохранить здоровье чтоб...» и т.п. В старших классах проведено анкетирование на выявление ценностных предпочтений учащихся, консультации по антиалкогольной тематике, круглые столы «Трезвость – норма жизни» и др.

IV областной День трезвости проводился 10 сентября 2011 года. В целях его подготовки в школах были проведены оперативные совещания, педагогические советы. В рамках Дня трезвости были запланированы: месячники безопасности; единые дни профилактики; тематические классные часы («Пить или не пить?», «О пивном алкоголизме», «Под прицелом головной мозг», «Алкоголь – убийство нации», «Страшное слово наркотики», «Вредная привычка: зависимость», «Я выбираю жизнь», «Умей сказать: «Нет!», «Минздрав предупреждает» и др.); родительские собрания.

Для подростков и старшеклассников в ходе мероприятий демонстрировались и обсуждались фильмы по антиалкогольной тематике: «Чижик-пыжик», «Береги себя», «Детский алкоголизм», «Алкоголь и преступление», «День рождения», «Каждый рассвет, он единственный», «Что ты знаешь о себе», «Сеть» и др. В ряде библиотек проводились выставки литературы («На краю пропасти», «О друзьях и врагах здоровья» и др.).

Широкое распространение в ходе праздника получили конкурсы газет, плакатов, рисунков, встречи обучающихся и родителей с врачами-наркологами, лекции с участием медицинских работников школ, инспекторов ПДН, спортивные мероприятия, однодневные походы и экскурсии, поездки в театры, музеи, зоопарк, бассейн. Всего в профилактических мероприятиях в рамках Дней трезвости приняло участие более 350 тысяч обучающихся общеобразовательных учреждений и более 70 тысяч обучающихся учреждений начального и среднего профессионального образования Свердловской области. Более 5 тысяч обучающихся образовательных учреждений Свердловской области приняли участие в

большом спортивном празднике в ДИВСе, на котором 13 сентября 2011 года был дан старт областному социально-педагогическому проекту «Будь здоров!»

В одном только областном центре в Дне трезвости приняло участие более 140 тысяч несовершеннолетних, более 11 тысяч родителей, 8905 педагогов. В рамках праздника для школьников было проведено 187 лекций, 152 тренинга, 1591 беседа. Ставшие традиционными, «уроки трезвости» были направлены на формирование знаний, установок, психологических умений и жизненных навыков трезвого поведения. Для этого в их структуру включались элементы тренинга, игровых форм деятельности и другие формы работы. Особое внимание при этом уделялось формированию потребности в психологических и социальных знаниях, способствующих собственному личностному развитию учащихся, законопослушному и ответственному поведению, а также обеспечивающих поддержку подросткам в трудных ситуациях выбора.

Можно констатировать, что к 2012 году областной День трезвости приобрел свою стабильную форму, получил общественное признание и широко освещался на радио, телевидении и в Интернет сообщениях. А в рамках Дня трезвости утвердился как одна из значимых форм трезвого просвещения урок трезвости.

11 сентября 2014 года праздник День трезвости в ознаменование его 100-летия приобрел всероссийский статус и отмечался как национальный праздник по всей стране.

II. Методические рекомендации по подготовке и проведению урока трезвости

2.1. Цели и задачи уроков трезвости в общеобразовательной школе

Детский и подростковый алкоголизм в наши дни является не только медицинской, но и серьезной социокультурной и педагогической проблемой. (К сожалению, случаи алкогольной зависимости среди младших школьников сегодня уже также не являются исключительными). В силу возрастных, индивидуально-психологических и физиологических особенностей детей и подростков как психологическая, так, и физиологическая зависимость от алкоголя у них вырабатывается в короткие временные промежутки. Избавиться от пагубной зависимости подростку намного сложнее, чем взрослому, даже в тех случаях, когда родители начинают принимать меры в самом начале ее возникновения. Данное обстоятельство делает работу по трезвенному просвещению в общеобразовательной школе значимой и актуальной как с социально-педагогической, так и с научно-методической точки зрения. Трезвенное просвещение, осуществляемое педагогическими средствами, выступает здесь как профилактика, предупреждающая алкогольную зависимость.

Многие исследователи связывают алкоголизацию подрастающего поколения с неблагополучием микросоциальной среды – семьи, сферы свободного общения. С этим же связана низкая эффективность традиционной воспитательной работы школы, несмотря на которую рост числа подростков, употребляющих алкоголь, продолжается. По данным медико-социальных исследований, средний возраст начала употребления алкоголя среди мальчиков снизился до 12,5 лет, а среди девочек до 12,9 лет. В целом 61,6% мальчиков-подростков знакомы и употребляют спиртные напитки.

Общезвестно, что раннее употребление алкоголя наносит необратимый вред психическому и физическому здоровью личности. Медиками отмечается лавинообразное, многоочаговое поражение коры головного мозга, которое влияет на эмоционально-волевые, интеллектуальные процессы, ведет к морально-нравственным нарушениям в поведении, которые представляют угрозу, как для здоровья детей, так и для общества в целом. Поиск эффективных форм трезвенного просвещения, решающего профилактические задачи, становится важен не только для педагогической теории, но и школьной практики духовно-нравственного воспитания.

Проводимые школой мероприятия по предупреждению алкогольной зависимости должны быть одновременно направлены и на когнитивную сферу учащихся, и на развитие их эмоционально-волевых качеств, и на формирование практических навыков сопротивления алкогольному соблазну, негативному давлению микросоциальной среды.

Формирование знаний о негативных последствиях употребления алкоголя должно сопровождаться ценностными устойчивыми переживаниями его отторжения, сознательного отрицательного отношения к нему. Это предполагает развитие социально-психологической

компетентности личности в межличностных отношениях, формирование таких черт как самостоятельность, самодостаточность, способность к ценностному самоопределению, стойкость в сопротивлении давлению окружающих, склоняющих к употреблению спиртных напитков и других психоактивных веществ.

В связи с вышесказанным уроки трезвости в общеобразовательной школе, во-первых, необходимо рассматривать не как дидактические мероприятия, а как воспитательные по преимуществу; во-вторых, уроки трезвости целесообразно начинать проводить с учащимися не позднее достижения ими 12-летнего возраста. Несмотря на то, что уроки трезвости проводятся как разовые события в рамках праздника День трезвости, они должны строиться как единая цепь на основе целостного содержания, единства целей и задач, с соблюдением принципов систематичности, последовательности, культуросообразности.

Общая цель уроков трезвости:

Формирование трезвости как интегративного личностного качества учащихся на основе достоверных представлений об алкогольной зависимости, о трезвости как базовой национальной ценности, на основе трезвенных убеждений и идеалов.

Задачи уроков трезвости можно разделить на общие и специальные. Общие задачи лежат в русле духовно-нравственного воспитания и раскрываются как процесс формирования у учащихся трезвенных убеждений и идеалов. Специальные задачи относятся к сфере профилактики алкогольной зависимости. Важно сочетание этих задач, поскольку профилактика направлена на предупреждение, торможение и преодоление процесса развития алкогольной зависимости у подростков, а развитие трезвенных убеждений и идеалов как духовно-нравственных качеств личности направлено на формирование потребности, способности и готовности жить в свободе от негативных зависимостей в целом.

Общие задачи урока трезвости:

- раскрыть трезвость как одну из базовых национальных духовно-нравственных ценностей и сформировать потребность учащихся в трезвом образе жизни, показать его преимущества, пробудить гражданскую инициативу и ответственность в противостоянии зависимостям. Для этого необходимо:

- целенаправленное духовно-нравственное развитие личности учащихся и, прежде всего, их способности к осознанности действий, самооценке, самоограничению своих эгоустремлений, заботы о своих близких и ответственности перед ними;
- развитие субъектности личности учащихся, их критического мышления, навыков оценочного суждения;

- формирование коммуникативных навыков и социально позитивных норм поведения;
- развитие умений саморегуляции поведения, предвидения последствий своих действий, проектирования будущей деятельности;
- сформировать ответственное отношение к своему здоровью;
- способствовать возрождению традиций праздника День трезвости, существовавшего в России в 1912-1917 гг.;
- способствовать развитию эффективного общения учащихся на основе творчества и доброжелательности.

Специальные профилактические задачи уроков трезвости:

- ознакомление учащихся с достоверными представлениями об алкоголе как одном из наркотиков, и формирование научно обоснованных представлений о воздействии алкоголя на организм человека, на его физическое и психическое здоровье, социальное благополучие;
- раскрытие последствий употребления алкоголя для общества, экономики, безопасности государства, и формирование негативного отношения к употреблению алкоголя, к любым навязываемым мнениям о полезных его свойствах;
- формирование способности и готовности отказаться от любых предлагаемых форм употребления алкоголя;
- развитие отрицательного отношения к любым проявлениям алкоголизма;
- освоением навыков поведения, позволяющих избежать употребления алкоголя.

2.2. Формы проведения «уроков трезвости» как воспитательных мероприятий

Формы уроков трезвости могут быть самыми разнообразными от традиционного школьного урока до урока-лекции в рамках действующих санитарных норм. Из практики известно, что наиболее эффективными в профилактике негативных зависимостей среди несовершеннолетних являются интерактивные методы воспитания. Поэтому можно рекомендовать такие формы, которые дают возможность использовать именно эти методы.

Термин «interaction» (англ.) означает взаимодействие, а «интерактивность» раскрывается как процесс взаимного воздействия друг на друга, и специально организованная познавательная деятельность, носящая социальную направленность. Рассмотрим некоторые, педагогические формы, позволяющие использовать интерактивные методы воспитания.

Дискуссионные формы работы

Групповая дискуссия – одна из наиболее эффективных форм организации деятельности при проведении профилактических мероприятий с учащимися.

Дискуссия – это специально организованный обмен мнениями по какой-либо проблеме для достижения общепризнанного решения. В основе любой дискуссии лежит спор, борьба мнений. Дискуссия учит умению отстаивать свои взгляды, убеждать других людей и в то же время требует мужества, умения отказаться от ошибочной точки зрения. При этом требуется выдержка, умение соблюдать этические нормы общения в условиях различия мнений.

Форма дискуссии педагогически ценна тем, что знания, добытые в ходе столкновения мнений, отличаются высоким уровнем обобщенности, доказательности, самостоятельности, обладают глубиной, прочностью и сознательностью усвоения. Использование дискуссии как педагогической формы позволяет осуществлять диагностическое изучение способности детей самостоятельно мыслить, отстаивать свои взгляды, активно убеждать своих товарищей, следовать своим взглядам.

Сегодня разработано множество вариантов проведения групповых дискуссий, соответствующих различным целевым установкам и адекватных соответствующим условиям. Например, можно говорить о структурированных дискуссиях, в которых задается тема для обсуждения, а иногда и четко регламентируется порядок ее проведения, и неструктурированных дискуссиях, в которых педагог пассивен, направления обсуждения выбираются самими

Исследователи выделяют различные виды дискуссии: «круглый стол»; заседание экспертной группы; форум; симпозиум; дебаты; судебное заседание и др. Как минимум, в любой групповой дискуссии выделяются три этапа: запуск или начало дискуссии;

ориентировочный этап или анализ проблемы и поиск возможных решений; принятие решения или завершение дискуссии.

На первом этапе задачей педагога является создание необходимой мотивации у учащихся по отношению к поставленной проблеме, их заинтересованности. Кроме того, на начальном этапе дискуссии необходимо добиться однозначного понимания всеми участниками существа того, какая проблема обсуждается. На втором этапе задачей ведущего становится поддержка высокого уровня активности всей группы учащихся. Одновременно требуется сохранение деловой, доброжелательной атмосферы в условиях возможной конфронтации мнений. От ведущего по отношению к отдельным участникам дискуссии требуется внимание, умение оказать поддержку и помощь в формулировании своего мнения.

«Круглый стол»

Понятие «Круглый стол» заимствовано из журналистики, и означает обсуждение какой-либо проблемы, в котором принимают участие с равными правами нескольких экспертов, под руководством одного ведущего – модератора. Проведение круглого стола отличается тем, что в начале его участники высказываются в определенном порядке, а затем переходят к свободной дискуссии.

Обычно цели «круглого стола» как выявление спектра мнений по обсуждаемой проблеме; сравнение различных точек зрения на проблему, обсуждение неясных или спорных моментов, возникающих при рассмотрении проблемы. Для придания дискуссии динамичности, остроты, на «круглый стол» намеренно приглашают представителей разных поколений. Это одновременно уменьшает опасность получения односторонних, однобоких знаний. Методика организации может предполагать следующие этапы работы:

1. Участники заранее знакомятся с темой обсуждения, получают теоретическое домашнее задание;
2. Вступительная речь ведущего «круглого стола», который обозначает тематику и формат диалога;
3. Диалог, который ведется между руководителем и слушателями или между группами слушателей по определенной проблеме. Движущей силой диалога является культура общения и активность слушателей. Большое значение имеет общая эмоциональная атмосфера, которая позволяет вызвать чувство внутреннего единства;
4. В заключение «круглого стола» делается вывод по теме, принимается решение о дальнейших совместных действиях.

Так, например, можно провести «круглый стол» для старшеклассников или членов школьного подростково-молодежного актива.

Целью проведения подобных круглых столов может являться следующее положение: привлечение учащихся к активной профилактической антиалкогольной работе, стимулирование инициативы в сфере организации антиалкогольной работы по принципу «подросток-подростку». На подобный урок можно пригласить подростков, участвующих в школьном самоуправлении, представляющих коллективы классов, школьные объединения и т.д. Возможные темы круглого стола: «Как молодежь может противостоять распространению алкогольной продукции», «Взрослость и алкоголь», «Роль СМИ в формировании молодежной субкультуры».

Профилактический тренинг

Профилактический тренинг – это форма групповой работы, которая строится на активности самих участников и имеет ряд отличительных черт и преимуществ. Любой тренинг подразумевает использование интерактивных способов работы. Таковы, например, моделирование ситуаций, ролевые игры, обратная связь, подкрепление, развернутая практика и т.п. Функция профилактического тренинга – формирование социальных навыков: коммуникабельности, уверенности в себе, самоуважения, эффективного взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Тренинг способствует формированию трезвенных убеждений и навыков отказа от употребления алкоголя.

Тренинги оказываются интересны и полезны не только учащимся, но и педагогам. Учителя получают возможность перевести отношения с ребятами на качественно новый уровень доверительности, что способствует взаимопониманию.

Цель любого профилактического тренинга – повышение уровня информированности по проблемам, характеризующимся ярко выраженной асоциальной направленностью; выработка и развитие навыков сопротивления негативным влияниям социального окружения учащегося. Основные задачи профилактического тренинга:

- 1) выяснить исходный уровень информированности учащихся и наличие у них навыков поведения, препятствующего негативному влиянию социального окружения;
- 2) дать учащимся достоверную информацию о формах асоциального поведения, связанных с употреблением алкоголя, учитывая уровень информированности учащихся;
- 3) сформировать у учащихся навыки поведения, исключающие вовлечение их в употребление алкоголя и в связанную с ним асоциальную деятельность (в частности, сюда можно отнести рискованное сексуальное поведение);
- 4) проверить у учащихся уровень усвоения информации и закрепить навыки позитивного поведения.

Профилактический тренинг требует от педагога открытости к отличным от собственных взглядам и суждениям, гибкости и терпимости к ошибкам учащихся; эмпатийности, способности создавать атмосферу эмоционального комфорта.

Кроме того, от педагога требуется аутентичность поведения, т.е. способность предъявлять учащимся подлинные эмоции и переживания. Проведение тренинга предполагает наличие у педагога энергичности, энтузиазма и оптимизма, веры в способности учащихся к позитивному изменению и развитию.

Существенную роль в успешности тренинга играют уравновешенность педагога, терпимость к неопределенности складывающихся ситуаций, высокий уровень саморегуляции; уверенность в себе, позитивное самоотношение, адекватная самооценка, осознание собственных конфликтных областей, потребностей, мотивов, продуктивное воображение.

Более масштабной формой работы являются тренинговые профилактические программы. Серия тематически связанных тренингов превращается в такую программу, которую можно насытить психогимнастическими, ролевыми и подвижными играми, методами арт-терапии, мозговыми штурмами, обменом мнениями, упражнениями на самопознание.

Тренинговые профилактические программы более эффективны в преодолении учащимися жизненных трудностей, обучении навыкам здорового образа жизни, в стремлении учащихся справиться со стрессом без обращения к алкоголю.

Выставка

Выставки в наше время — явление очень распространенное. Их устраивают везде, к ним проявляется большой интерес. Велико их образовательное и художественно-воспитательное значение. Выставка — специально организованная деятельность по созданию экспонатов или информационного продукта для последующего знакомства с этой информацией. Потенциалы выставки как формы работы по профилактике алкогольной зависимости связаны не только с разъяснением сути этой значимой социальной проблемы, но и с формированием негативного отношения к злоупотреблению алкогольной продукцией. Работа над оформлением выставок помогает педагогу направить пробудившуюся энергию подростков на общественно полезную деятельность, активное участие в жизни учебного учреждения. Ребята с удовольствием работают над конкретной социально значимой тематикой. В процессе выполнения совместных работ сплачивается детский коллектив, воспитывается взаимопомощь. По примеру организации конкурсов лучших стенных газет в конце года целесообразно организовать смотр лучших тематических выставок. Такие конкурсы служат стимулом для развития творчества ребят,

средством развития эстетического вкуса, нравственности, повышают интерес к искусству и социальным проблемам.

Любая выставка проходит на определенной, заранее подготовленной площадке с выставочным материалом для последующей демонстрации. Организация выставки включает в себя ряд этапов, каждый из которых предполагает реализацию ряда действий.

Первый этап — подготовительный. На этом этапе следует определить тему выставки, примерный объем используемых работ, составить основные планы выставки, выбрать место для выставки, отобрать, изготовить и разместить экспонаты, осуществить рекламу предстоящего события. Для того, чтобы организация выставки стала формой взаимодействия с учащимися, следует привлекать ребят к работе уже на подготовительном этапе.

Принятие решения об экспозиционной работе связано с необходимостью определения темы выставки. Эти темы могут носить как общий характер (например, «Пропасть», «Взгляд в будущее», «Шаг от самого себя»), так и конкретное отображение содержания предъявляемой информации (например, «Алкоголь — шаг в никуда»). Тема, задающая содержание выставляемых работ — это отправной, решающий момент во всем процессе. Содержание выставки натолкнет на выбор соответствующей композиции, всего наглядно-изобразительного решения.

Определить примерный объем выставки позволяет анализ возможных экспонатов выставки.

После того как определились тема выставки и ее примерный объем, можно приниматься за составление тематического и тематико-экспозиционного планов. Чтобы выставка пользовалась вниманием, была им полезна, необходимо учитывать ее актуальность и своевременность. Важно оценить материальные и исполнительские возможности. Надо помнить, на какой возраст рассчитана выставка, так как ее художественно-образное решение не может быть одинаковым и для старшеклассников, и для студентов. Тематический план экспозиции включает в себя понимание того, из каких частей она сложится в целом, в какой последовательности будут размещены отдельные экспонаты. Следует учесть и психологию восприятия — возможность представления информации по трем основным каналам: визуальному, слуховому, тактильному. Алгоритмом составления тематического плана может быть следующая последовательность действий: на листе бумаги по порядку раскрытия основной темы выписывают темы более частного порядка. Они в свою очередь расписываются до отдельных вопросов. Когда подтемы конкретизированы до отдельных вопросов, то можно переходить к описанию экспонатов, которые должны наглядно раскрыть содержание каждого вопроса. Иными словами, если тематический план раскрывает содержание, тему выставки, то

экспозиционный содержит сведения о средствах показа (фотографиях, рисунках, диаграммах и т.п.).

После составления тематико-экспозиционного плана главной заботой становится сбор и изготовление экспонатов. Сбор и изготовление материалов для выставки – нелегкое дело. Здесь учащиеся могут проявить все свои таланты и способности. Кто-то из них может уточнить в библиотеке необходимые факты, подобрать высказывания выдающихся людей или заняться редактированием текста. Другим можно поручить съемку соответствующих объектов, пересъемку, ретуширование, кадрирование уже имеющихся снимков. Третьи могут осуществлять поиск предметных экспонатов. Четвертые могут оформлять саму выставку и подбирать необходимое музыкальное оформление. Пятые – придумывать сценарий открытия выставки, разрабатывать экскурсионные маршруты и мероприятия. Актив организаторов выставки на последующих этапах ее создания может быть пополнен также за счет умеющих работать с деревом, так как для выставки понадобятся планшеты, подрамники, ящики для цветов и т.д. Вообще в работе над выставкой можно задействовать очень много ребят.

Для методически правильной работы по созданию выставки существенное значение имеет момент определения места, где она будет размещена. Выбор места должен быть продиктован не только желанием наиболее выразительно представить экспонаты выставки, но и пониманием того, что все ее составные части определенным образом влияют на облик самого интерьера. Появление выставки должно художественно обогащать помещение учебного учреждения. Ощущение эстетической связи стендов выставки с архитектурным окружением возникает при правильном решении двух основных задач: нахождение величинно-конструктивных пропорций; выбор наиболее подходящих цветовых отношений. Выставочные стенды, если они размещаются вдоль стен, обычно составляют одну третью или одну четвертую часть их поверхности. В целях удобства обзора определяют их расположение по отношению к росту ребенка. Нижний край стендов должен находиться в 100-120 см от пола. Таким образом, при выборе места для выставки необходимо учитывать различные художественные, педагогические и психологические факторы, усиливающие ее воспитательно-познавательное значение.

Реклама выставки позволяет информировать общественность о проведении выставки. Название играет большую роль и отражает специфику выставляемых экспонатов.

Второй этап – проведение выставки. Этот этап связан с реализацией непосредственного события – знакомства с предложенной информацией. Второй этап может в себя включать открытие выставки, собственно выставку, оценивание экспонатов зрителями, отдельные мероприятия выставочного процесса (интеллектуальные и творческие игры, театрализация), подведение итогов выставки.

Открытие выставки – это ритуал, предполагающий наличие традиционных моментов. В их число, как правило, включается приветственное слово собравшимся, игровая театрализованная завязка к проведению выставки, представление авторов выставки, обозначение программы выставки. Важно объяснить собравшимся, что за выставка организована, для чего она проводится, к чему приурочена, что на ней можно увидеть.

Собственно выставка – это время, отведенное посетителям выставки для ознакомления с экспонатами. Процесс ознакомления с экспонатами может быть как строго регламентированным (например, экскурсия), так и свободным. Участники выставки и пришедшие гости одновременно могут являться и создателями экспонатов.

Оценивание экспонатов осуществляется зрителями, либо самими изготовителями экспонатов. Для этой цели организаторы могут предусмотреть жетоны. Очень важно определить критерии, по которым произойдет оценивание. Если выставка посвящена тематике борьбы с вредными привычками, то такими критериями могут быть: убедительность экспоната/выставки в доказательства вреда пьянства; эстетичность экспоната/выставки; информативность в отображении причин, по которым следует избегать злоупотребления спиртными напитками, и т.д.

Подведение итогов выставки. Здесь необходимо предусмотреть награждение авторов лучших экспонатов. Закрытие выставки может включать в себя и игровое театрализованное действие с участием актеров, финальное слово какого-то именитого гостя.

Третий этап – сбор выставки, анализ работы, определение возможностей дальнейшей выставочной деятельности. В процессе подготовки выставки ребята имеют возможность одновременно с развитием своих эстетических и нравственных качеств пройти хорошую школу аналитической и организационной работы. Наряду с тем, что они узнают много интересного о свойствах материалов, знакомятся с технологией обработки бумаги, ткани, древесины, металла, пластмасс, с правилами работы разнообразными техническими инструментами, воспитанники задумаются о социальных проблемах, поднятых самой темой экспозиции, сформируют устойчивое отношение к тем или иным социальным явлениям. Участие в создании выставки, сам факт появления хорошо оформленной, содержательной экспозиции, воздействуя на ребят в художественном отношении, способствует в то же время их интеллектуальному, трудовому, духовно-нравственному воспитанию.

Широкое распространение в профилактической работе с подростками получили такие формы как этическая беседа, рассказ на этическую тему, игры-путешествия и многие другие.

2.3. Содержательные материалы для подготовки урока трезвости

2.3.1. Квалификация алкоголя как наркотика – «ГОСТ этилового спирта»

Термин алкоголь применяется для обозначения различных растворов, содержащих этиловый спирт. Синонимичные названия этилового спирта этанол, винный спирт, спирт. Наличие множества терминов размывает четкость представлений о его свойствах. Важно, что любая алкогольная продукция обязательно содержит этиловый спирт в смеси в той или иной пропорции с водой и другими веществами. Этим объясняется сходство последствий от употребления любой алкогольной продукции, начиная от пива и до чистого этилового спирта.

Согласно ГОСТу 1972 года № 1830072 «этиловый спирт – это легко воспламеняющаяся жидкость с характерным запахом, относится к сильно действующим наркотикам, вызывающим сначала возбуждение, затем паралич нервной системы». Для многих является неожиданностью наличие такого документа, поскольку он старательно скрывается от широкой публики и от молодежи в интересах производителей алкоголя.

Более того, ГОСТ этилового спирта постепенно ужимался на нормативном уровне, из него выбрасывались важнейшие свойства алкоголя. Все это осуществлялось в угоду прибылям производителей алкогольной продукции, большая часть которых являются зарубежными фирмами, заинтересованными в алкоголизации населения России.

Так, ГОСТ этилового спирта № 5964 от 1982 года урезан по сравнению с ГОСТом 1972. Из него была исключена фраза о параличе нервной системы, ГОСТы 1993-2006 гг. сокращены еще более. Этиловый спирт в них уже не называется наркотиком. Но алкоголь, как и никотин, по своему действию на человека относится к сильно действующим наркотикам, среди которых широко известны героин, кокаин и др. вещества. Об этом же говорится в обращении международного сообщества врачей к правительствам мира по признанию алкоголя наркотиком.

Именно непризнание алкоголя и никотина сильно действующими наркотическими ядами позволяет продавать их в продуктовых магазинах. Алкогольные изделия это растворы этилового спирта, которые неправомерно считать продуктами питания, или напитками. Называние их продуктами питания, напитками создает опасную иллюзию безвредности алкогольной продукции для человека, допустимости ее употребления. Таким путем осуществляется алкоголизация сознания подрастающего поколения, фактический его обман.

2.3.2. Негативное действие алкоголя на организм человека

Наиболее негативное действие алкоголь оказывает на нервную систему, на головной мозг, вызывая первоначальное возбуждение и последующий паралич части нервных центров, их угнетение. Это действие сохраняется от 9 до 21 дня. Поэтому, например, выпивший накануне водитель, у которого в крови алкоголь может и не обнаружиться, оказывается неспособен справиться со сложными ситуациями на дороге, совершает ошибки, ведущие к аварии, к ДТП с тяжкими последствиями.

2.3.3. Болезни, развивающиеся при употреблении алкоголя:

Исследователи связывают алкоголизм более чем с 60 различными заболеваниями. Самыми распространенными среди негативными последствиями являются следующие.

Анемия

Регулярное и избыточное употребление алкоголя приводит к существенному падению количества эритроцитов – главных переносчиков кислорода в крови. Это состояние под названием «анемия» вызывает появление целого ряда симптомов, таких как утомляемость и постоянная усталость, одышка, головокружение.

Злокачественные опухоли

Ученые полагают, что повышенный риск рака при алкоголизме связан с избыточным образованием ацетальдегида – одного из продуктов переработки спирта в организме. А это вещество, в свою очередь, является потенциальным канцерогеном, то есть способствует развитию рака.

У пьющих людей нередко возникает рак слизистой оболочки ротовой полости, глотки, гортани, пищевода, желудка, кишечника, а также опухоли печени и молочной железы. Риск рака увеличивается в разы, если наряду с потреблением алкоголя, человек еще и курит.

Сердечно-сосудистые заболевания

Пьянство влияет на тромбоциты (кровяные пластинки), которые начинают слипаться друг с другом, образуя тромб, или кровяной сгусток. Закупорка тромбом сосудов сердца или головного мозга может приводить к инфаркту миокарда или инсульту.

Злоупотребление алкоголем также способствует развитию кардиомиопатии. Это потенциально смертельное заболевание, при котором сердечная мышца постепенно слабеет и, в конце концов, теряет способность к сокращению.

Возникают также такие болезни от алкоголя, как расстройства сердечного ритма: фибрилляция предсердий и желудочков. При фибрилляции предсердий, или мерцательной аритмии, верхние камеры сердца (предсердия) начинают хаотические сокращаться.

Это способствует образованию кровяных сгустков и закупорке сосудов. При фибрилляции желудочков (основных насосных камер сердца) человек быстро теряет сознание, а при отсутствии экстренной помощи может и погибнуть.

Цирроз печени

Употребление алкоголя опасно для печени. Алкоголь – один из наркотических ядов, от которых кровь очищает печень. Поэтому она страдает в первую очередь.

Алкоголь – это сильнейший яд для печеночных клеток. А поэтому у многих пьющих людей развивается цирроз печени – тяжелое заболевание, при котором печень постепенно перестает выполнять свои функции. Вероятность развития этого состояния предсказать точно невозможно. У одного человека явления цирроза проявляются не ярко. А другому – достаточно всего лишь пары кружек пива в неделю для полного поражения печени. Но точно известно, что цирроз быстрее и в большей степени поражает печень женщин.

Деменция

По мере старения отмечается уменьшение объема головного мозга: примерно на 2% каждые 10 лет. Это считается нормой. Однако у алкоголиков процессы отмирания клеток важнейших отделов мозга значительно ускоряются. А это приводит к ослаблению памяти и другим признакам умственной недостаточности.

Прежде всего страдает исполнительная функция высшей нервной деятельности: нарушается способность к планированию, рассудительность, возможность решения проблем.

Депрессия

Депрессия – угнетенное состояние, сопровождающееся переживанием бессмысленности и бесцельности жизни, неудовлетворенности собой и окружающими, агрессией. Все это происходит на фоне продолжительного состояния напряжения, ощущения беспомощности и безысходности. На экзистенциальном уровне депрессия нередко переживается как абсолютное одиночество, «заброшенность», «бессмысленность существования», чувство унижения и несправедливости. В психологии морали выработано понятие «рессентимент», обозначающего один из источников моральных оценок. Рессентимент – «постоянное возвращение к негативной эмоции». Это не воспоминание об эмоции, а ее новое переживание. В результате человек постоянно устремляется к переживанию ненависти, злобы, жажды мести, зависти. Складывается устойчивая интенция враждебности.

Макс Шелер характеризовал рессентимент как явленность людям космического начала противоположного любви. Если чистая любовь – это божественное начало в человеке, то «рессентимент» источник и корень лжелюви, дьявольское начало в человеке.

Переживание рессентимента можно характеризовать как духовную одержимость, которая становится распространенным болезненным состоянием алкоголизированного населения.

Уже давно известно, что депрессия и злоупотребление алкоголем неразрывно связаны друг с другом. Однако оставалось неясным, какое состояние является первичным. Согласно одной из теорий, люди в депрессии начинают пить в попытке облегчить свою эмоциональную боль. Однако исследование, проведенное учеными из Новой Зеландии, показало обратную взаимосвязь. Они выяснили, что депрессивный настрой быстро проходит, как только человек отказывается от выпивки.

Судороги и эпилепсия

Алкоголь может стимулировать развитие эпилепсии, а также появление судорог у людей, которые эпилепсией никогда не страдали. Кроме этого, алкоголь может влиять на функцию лекарственных препаратов, которые используются при эпилепсии, делая их неэффективными.

Подагра

Подагра — еще одна болезнь от алкоголя. При этом заболевании в суставах и под кожей откладываются кристаллы мочевой кислоты, вызывая сильную боль. Несмотря на то, что в некоторых случаях подагра обусловлена наследственными причинами, в ее развитии немалую роль играет употребление алкоголя. Известно также, что алкоголь ухудшает течение уже существующей болезни.

Высокое артериальное давление

Алкоголь воздействует на симпатическую нервную систему, которая контролирует сокращение и расслабление кровеносных сосудов в ответ на стресс, температурные воздействия, физическую нагрузку и другие факторы. А поэтому алкоголь может вызывать повышение давления. Со временем эффект становится постоянным. Высокое артериальное давление, в свою очередь, служит причиной других состояний, таких как заболевания почек, сердца и инсульты.

Инфекционные заболевания

Алкоголизм подавляет иммунную систему, включая зеленый свет многим инфекциям: туберкулезу, пневмонии, ВИЧ-инфекции, СПИДу, а также заболеваниям, которые передаются половым путем. Пьющие люди нередко ведут беспорядочную половую жизнь, что увеличивает риск заражения опасной инфекцией.

Повреждение нервов

Злоупотребление алкогольными продуктами нередко вызывает повреждение нервных стволов и окончаний — болезнь, называемая алкогольной нейропатией. Она сопровождается колющими болями в конечностях, слабостью мышц, недержанием мочи и

кала, запорами, расстройством эрекции и другими симптомами. Причиной алкогольной нейропатии является непосредственное токсическое воздействие спирта на нервы.

Панкреатит

Помимо раздражения слизистой оболочки желудка алкоголь способствует воспалению поджелудочной железы. Хронический панкреатит приводит к нарушению процессов пищеварения, вызывает боли в животе и постоянные поносы, с которыми невозможно справиться.

Это далеко не полный перечень заболеваний, причиной которых является употребление алкоголя.

2.3.4. Негативное действие алкоголизации на благополучие общества и государства

Поскольку по потреблению алкоголя Россия в настоящее время находится на одном из первых мест в мире, естественно ожидать, что и по негативным последствиям для общества и государства мы также лидируем. Это справедливо для распространения заболеваний, связанных с алкогольной зависимостью, роста количества дорожно-транспортных происшествий по вине нетрезвых водителей и пешеходов, числа уголовных преступлений, совершенных в нетрезвом состоянии.

В российском обществе на всех уровнях социальной лестницы сложилось попустительское отношение к употреблению алкоголя, ведущее к распространению алкогольной зависимости, безответственности, безнаказанности. В этой обстановке принятые законодательные акты оказываются неэффективными, законы не исполняются. Наступает, так называемое состояние аномии, - внутреннего неприятия любых нормативных ограничений. Это состояние перенимают подростки, нередко бравлируя своим нарушением норм, запрещающих им употребление алкоголя. Они склонны осмеивать эти нормы, как и негативные последствия употребления алкоголя, поскольку видят безнаказанность нарушения этих норм взрослыми.

Интересен с этих позиций следующий пример. В США употребление алкоголя запрещено до достижения человеком возраста 21 год. Дочь президента США Буша нарушила этот запрет и была оштрафована за употребление пива.

Всеобщее попустительство в России привело к тому, что доступность алкоголя, начиная с 1990 года, постоянно растет. Так, согласно данным, в некоторых территориях нашей страны одна точка продажи алкогольной продукции приходится на 60 человек местного населения, тогда как в Западных странах один магазин, продающий алкоголь, приходится на 25000 человек. Водка в России стоит дешевле, чем в странах Запада в 6-10 раз.

Самые разнообразные проблемы, связанные с алкоголем могут иметь тяжелейшие последствия для людей, их семей и серьезно влиять на жизнь общества. Алкоголь

относится не только к причинным факторам многих заболеваний, но и является предвестником травм, насилия, преступности, дорожно-транспортных происшествий, убийств, самоубийств, разрушения семей, детской беспризорности, алкоголизации детей и подростков, снижения рождаемости и многих других негативных последствий.

Злоупотребление алкоголем приводит к колоссальным экономическим потерям, которые связаны с повышенной смертностью, снижением продолжительности жизни, утратой трудоспособности, снижением производительности труда.

3. Словарь трезвенника

Для того чтобы уроки трезвости были эффективны, педагогу необходимо использовать такие термины и понятия, такие формулировки, которые способствуют формированию четких представлений учащихся об алкогольной зависимости, о явлениях с ней связанных. Но не менее важно формировать постепенно углубляющиеся представления учащихся о трезвости как ценности, как цели самовоспитания, как личностном качестве. Задача формирования трезвости не сводится к отношениям человека с тем или иным веществом – алкоголем, никотином, другими наркотиками. Трезвость имеет свою точную духовную основу и противостоит не психоактивным веществам, а античеловечным духовным силам.

Исторический человек искал транспсихических состояний, вводя себя в них с помощью самых различных средств – ритма, непрерывного вращения, пением и плясками, вдыхая ядовитые испарения вулканов, настаивая ядовитые грибы и т.п. За этими практиками стоят различные духовные практики далекие от духовных основ нашей культуры.

Трезвости в духовном плане противостоит одержимость. Одержимость - это зло, которое принимает привлекательное обличье. Сегодня нам навязывается алкогольная одержимость как нормальное свойство русского человека. В начале XX века в нашей стране пили меньше всех в мире, а сегодня - больше всех. А через алкогольную страсть навязываются и другие формы одержимости. Это ворота для наркотизации страны, половой распущенности, эмоциональной одержимости. А идет все - от алкогольной зависимости. Поэтому на доступном детям уровне следует раскрывать разные стороны трезвости. Приведем, на наш взгляд, доступные старшим подросткам определения трезвости, указывающие на те или иные ее стороны.

«Трезвость – это здравая рассудительность и свобода от иллюзий и самообмана»

«Трезвость – естественное творческое состояние человека, семьи, общества, живущих в полной свободе от алкоголя, табака и других наркотиков»

«Трезвость это – абсолютная свобода (воздержание) от алкоголя».

Зависимость с духовной точки зрения – это, прежде всего, духовная болезнь. Парадокс борьбы с любой формой зависимости, и алкогольной в том числе, заключается в том, что снятие зависимости физической, т. е. чистка организма, не снимает зависимости психосоциальной, а если снята и она, то остается духовная. Духовный вакуум выражается в отсутствии духовного иммунитета, свободы воли как свободы выбора, как следствие – обесценивание самой жизни и отсутствие ее смысла. Можно поэтому избавиться внешне от одной зависимости и попасть в другую, не менее тяжкую. Зависимый от алкоголя становится зависимым от других наркотиков или от игры в карты и т.д.

Поэтому урок трезвости должен сопровождаться выработкой содержательного и доступного конкретным учащимся словаря трезвенника. Такой словарь будет сопровождать подростка на пути к освоению духовно-нравственных ценностей и выработке на их основе устойчивых качеств личности.

Духовные причины алкогольной и других видов зависимостей коренятся в нарастающей секуляризации современного мира, и связанной с этим утрате духовно-нравственных ориентиров человека.

Основным духовно-нравственным ориентиром в обществах с сакральной доминантой было понятие греха, которое сегодня целенаправленно размывается. Параллельно осуществляется насаждение оккультного, мистического, тоталитарного сектантского сознания. Тесная историческая взаимосвязь сект и наркотиков достаточно подробно описана в специальной литературе [см. Духовные основы наркомании/под общ. ред. иеромонаха Анатолия (Берестова), – М.: 2002.].

4. Высказывания известных людей о трезвости и алкоголе

Человек пьющий ни на что не годен.

А.С. Пушкин

Пьянство есть упражнение в безумии.

Пифагор

Пьяный человек – не человек, ибо он потерял то, что отличает человека от скотины, – разум.

Томас Пэн

В чарке тоска ищет облегчения, малодушие – храбрости, нерешительность – уверенности, печаль – радости ... и находят лишь погибель.

Бэн Джонсон

Алкоголь уносит больше человеческих жертв, чем самая тяжёлая эпидемия.

К.М. Бэр

Никакое тело не может быть столь крепким, чтобы вино не могло повредить его.

Плутарх

Вино сообщает каждому, кто пьёт его, четыре качества. Вначале человек становится похожим на павлина – он пыжится, его движения плавны и величавы. Затем он приобретает характер обезьяны и начинает со всеми шутить и заигрывать. Потом он уподобляется льву и становится самонадеянным, гордым, уверенным в своей силе. Но в заключение он превращается в свинью и, подобно ей, валяется в грязи.

Абдуль-Фарадж

Бедность и преступление, нервные и психические болезни, вырождение потомства – вот что делает алкоголь.

В.М. Бехтерев

Зло, известное под названием алкоголизма, имеет огромное государственное значение, ибо определённо можно сказать, что вместе с развитием алкоголизма понижается в стране как физическая, так и умственная энергия и трудоспособность населения, вследствие чего ослабевают экономические силы страны и вместе с тем падает его нравственность, что выражается увеличением числа преступлений.

В.М. Бехтерев

Доказано, что даже малые дозы алкоголя ослабляют умственные способности.

В.М. Бехтерев

Нет во всём организме ни одного органа, ни одной ткани, ни одной составной части, которая не испытывала бы на себе пагубного влияния алкоголя.

Н.Е. Введенский

Вино – злейший тиран; в нем слились воедино лжец, лицемер и насильник. Первые глотки его крови прельстительны. Но одна капля неудержимо влечет за собой другую, образуя жемчужную цепь, порвать которую мы боимся.

Гете

Люди знают это свойство вина заглушать голос совести и сознательно употребляют его для этой цели.

Л.Н. Толстой

Если воздержание от вина – незначительная жертва, принесите ее ради других; если же это большая жертва – принесите ее ради себя самого.

Сэмюэл Мэй

Алкоголизм – это порождение варварства – мертвой хваткой держит человечество со времен седой и дикой старины и собирает с него чудовищную дань, пожирая молодость, подрывая силы, подавляя энергию, губя лучший цвет рода людского.

Джек Лондон

Алкоголь затуманивает сознание и дает волю инстинкту, низводя человека к скотскому состоянию. Я считаю исключительно важной миссией школы утвердить в юной душе презрение к этой мерзости.

В.А. Сухомлинский

Литература

- Айвазова А.Е. Психологические аспекты зависимости. – СПб.: 2003.
- Актуальные проблемы медико-социологической реабилитации больных алкоголизмом и наркоманией. – М.: 1994, стр. 82.
- Афанасьев С.П. Методика организации интеллектуально-познавательных игр// Вестник КГПУ им. Н.А. Некрасова.-1995.-№ 3.
- Байбородова Л.В., Рожков М.И. Воспитательный процесс в современной школе: Учебное пособие. Ярославль: ЯГПУ им. К.Д. Ушинского, 1997.
- Бачинин И.В. создание общества трезвости на приходе. Екатеринбург: 2008.
- Безрукова В.С. Педагогика. Проективная педагогика. Учебное пособие для инженерно-педагогических институтов и индустриально-педагогических техникумов. - Екатеринбург: Деловая книга, 1996.
- Духовные основы наркомании/под общ. ред. иеромонаха Анатолия (Берестова), – М.: 2002.
- Зорин К.В. «Одержимые». Зависимость: компьютерная, игровая, никотиновая... – М.: 2008.
- Ильин В. Пока беда не вошла в дом...(Беседы православного психолога о наркомании и зависимости). – Иваново: 2000.
- Концепция государственной политики в области духовно-нравственного воспитания детей в РФ и защиты их нравственности. М., 2008. С. 11-12).
- Кривельская Н.В. Духовное здоровье нации // Клуб «Реалисты», 1996. – №25. – с.71-73.
- Куприянов Б.В., Подобин А.Е. Ситуационно-ролевая игра в социальном воспитании старшеклассников. — Кострома: КГПУ, 1998.
- Лутошкин А.Н. Эмоциональные потенциалы коллектива.- М.: Педагогика, 1988.
- Поляков С.Д. Психопедагогика воспитания. — М: Новая школа, 1996.
- Селивестров С.Э. Социальная реклама. Искусство воздействия словом. Самара: Издательский Дом «Базар-М», 2006.
- Титова Е.В. Если знать как действовать: Разговор о методике воспитания: Книга для учителя. — М.: Просвещение, 1993.

Электронные адреса:

WWW.trezvost.ru

Лекции о трезвости читает Фахреев Владимир Анварович

http://www.trezvost.ru/index.php?option=com_content&view=article&id=243:uroki-trezvosti-v-shkolakh-chitaet-fakhreev-vladimir-anvarovich&catid=12&Itemid=139