

Семинар – практикум «Алкоголь вреден?!»

Социальный педагог МБОУ Ванзетурская СОШ
М.А. Косенко

Время проведения: 15.11.2018 г

Цель: повышение уровня информированности подростков по проблеме алкоголизма, профилактика употребления алкоголя, пропаганда здорового образа жизни.

Задачи: выяснить отношение подростков к проблеме алкоголизма, дать полную и достоверную информацию об особенностях воздействия алкоголя на организм, рассказать о последствиях употребления алкогольных напитков.

Время: 40-45 мин.

Оборудование: листы форматом А4, маркеры, доска, мел, мультимедийное оборудование.

Ход занятия:

Этапы занятия	Действия преподавателя	Действия учащихся	Время	
1.	Приветствие, знакомство	Здравствуйте! Сегодня у нас будет необычное занятие – семинар-практикум, на котором мы поговорим с вами о злободневной проблеме – проблеме алкоголизма. Прежде чем начать работу, давайте познакомимся: напишите на карточках свои имена.	Слушают, пишут на карточках свои имена.	2 мин.
2.	Установление правил.	<i>Игра «Крестики-нолики».</i> <i>Материал:</i> бумага, ручки у каждого участника. <i>Инструкция:</i> каждому участнику предлагается расчертить сетку для игры в «крестики-нолики». Все учащиеся играют за «крестики», преподаватель за «нолики». Учащимся предлагается сделать первый ход. Следующий ход делает преподаватель. Игра идет по принципу «Сеанс одновременной игры». Учащимся предлагается сделать второй ход. На следующем ходу преподаватель намеренно нарушает правила. Учащимся это возмущает. Обсуждение игры.	Играют, соглашаются не нарушать правила занятия.	5 мин.
3.	Выяснение отношения учащихся к проблеме алкоголизма.	Учащимся предлагается заполнить анкету.	Заполнение анкеты.	3 мин.
4.	Влияние алкоголя на организм человека.	<i>Игра «Домино».</i> <i>Материал:</i> треугольники со сторонами 12 см. – 4 шт., каждый с надписями в центре (см. инструкцию) и по сторонам: «здоровье», «учеба», «профессия, карьера», «личная жизнь», «взаимоотношения с окружающими»; карточки А6. <i>Инструкция:</i> все вы знаете игру «Домино». Сейчас я вам предлагаю сыграть в своеобразное домино. Разделитель на 4 подгруппы. Каждой группе предлагается записать на карточках ответы на вопрос: <u>положительное</u> воздействие алкоголя по указанным направлениям.		20 мин.
		Далее инструкция меняется: укажите <u>отрицательное</u> воздействия алкоголя по указанным направлениям.	Мозговой шторм, учащиеся высказывают свои предположения, записывают из на карточки. Идет обсуждение.	
		Учащимся предлагается сравнить количество «плюсов» и «минусов» алкоголя. Вред алкоголя очевиден. Алкоголь разносится по крови ко всем органам и неблагоприятно на них действует, вплоть до разрушения. При систематическом употреблении алкоголя развивается алкоголизм. А главная проблема состоит в том, что большая часть алкогольной продукции, которая выпускается негосударственными предприятиями, содержит большое количество ядовитых веществ. Употребление такой продукции приводит к отравлениям и даже смерти. Алкогольные напитки содержат два основных компонента – это этиловый спирт (этанол) и вода. Воздействие алкоголя на организм: (СЛАЙД 2) – токсически действует на клетки головного мозга – изменяет биологические процессы головного мозга – замедляет работу центральной нервной системы – при большом приеме алкоголя тело теряет больше воды, чем получает, вследствие этого клетки обезвоживаются – выводит из строя печень	Мозговой шторм, учащиеся высказывают свои предположения, записывают из на карточки. Идет обсуждение.	
		Делается вывод об отрицательном воздействии алкоголя на организм человека.		

		<p>При употреблении алкоголя в нервной системе замедляется передача импульсов. Исчезают запреты, беспокойство и волнение, они уступают место ощущению эйфории. Это происходит из-за поражения высших уровней мозга. А в результате поражения низших уровней мозга ухудшается зрение, речь и координация движений. Расширяются мелкие кровеносные сосуды, в результате этого излучается тепло и человеку становится жарко, одновременно падает температура внутренних органов.</p>		
5.	Стадии алкоголизма.	<p>Первыми сигналами алкоголизма являются – наличие тяги. Поражение печени приводит к алкогольному гепатиту и циррозу, следом идет асцит (жидкость в животе), бактериальный перитонит (воспалается выстилка брюшной полости), поражение мозга, пищеводное кровотечение из варикозных сосудов (при повышенном давлении в венах печени), увеличение селезенки, функциональная почечная недостаточность, анемия. Нарушение свертываемости крови приводит к ее большим потерям. Последствия алкоголизма сохраняются многие месяцы после того, как человек отказывается от спиртного. Алкоголь разрушает системы гормональной регуляции организма, а эта сфера одна из самых неизученных, нарушения в ней могут привести к серьезным болезням.</p> <p>СЛАЙДЫ 3-9</p> <p>Алкоголизм, как заболевание имеет 3 стадии.</p> <p>1 стадия алкоголизма - привыкание (СЛАЙД 9)</p> <p>Путь развития: Случайно испытанное чувство облегчения и радости от приема алкоголя. Повторно испытанное чувство облегчения. Вход в систему приема алкоголя для ощущения легкости решения проблем. Нарастание дозы, для достижения тех же ощущений. Повышение переносимости (толерантности) к алкоголю.</p> <p>Основные проявления: Периодический прием алкоголя с незаметным переходом в систематические выпивания. С последующим повышением дозы приема и повышением переносимости (толерантности) к алкоголю. На этой стадии требуется терапия убеждения, изоляция от лиц, провоцирующих прием алкоголя. Показана также медикаментозная терапия и биокоррекция добавками.</p> <p>2 стадия алкоголизма - стадия "плато" (СЛАЙД 10)</p> <p>Стадия сформировавшейся алкогольной зависимости.</p> <p>Основные проявления:</p> <p>Период "А"</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Переносимость больших доз алкоголя. 2. Появление похмельного синдрома, как признака начавшейся физической зависимости. 3. Появление провалов в памяти. 4. Тайное употребление алкоголя. 5. Утрата способности критически обсуждать данную проблему. 6. Постоянный поиск повода к выпивке. 7. Появление запоев. 8. Употребление алкоголя по утрам и на работе. 9. Появление претензий и агрессии в поведении. 10. Появление проблем в семье. 11. Бессонница. 12. Тревожность, подавленное настроение. <p>Период "Б"</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Необязательность. 2. Неряшливость. 3. Наличие "плоского" алкогольного юмора. 4. Прогулы, потеря работы. 5. Неспособность отказа от алкоголя, когда другие принимают его. 6. Финансовые трудности. 7. Ссоры в семье. 8. Несчастные случаи в нетрезвом состоянии с отсроченным обращением к врачу. 9. Преступления. <p>Эта стадия требует радикальных методик лечения. Основные нарушения возникают в психической, эмоциональной и социальной сферах.</p> <p>3 Стадия алкоголизма – (СЛАЙД 11) стадия снижения толерантности к алкоголю</p> <p>Путь развития: После относительно продолжительной стадии "плато" (может длиться от нескольких до десятков лет), которая характеризуется переносимостью больших доз алкоголя, исчерпывается инактивирующая сила антиалкогольного фермента (АДГ) алкогольдегидрогеназы. Вследствие этого переносимость алкоголя снижается. Именно этим и начинается 3 стадия.</p> <p>Основные проявления:</p> <p>Опьянение наступает после весьма незначительных доз крепких алкогольных напитков, а в последствии и слабоалкогольных (типа</p>	Слушают, идет демонстрация слайдов.	10 мин.

		<p>пива).</p> <p>Стирание личности и духовная деградация.</p> <p>Отказ от еды. Физическое истощение. Проявление алкогольного цирроза печени.</p> <p>Стремление любыми путями к принятию спиртного (вплоть до продажи вещей из дома).</p> <p>Полная социальная дезадаптация.</p> <p>Наибольшая степень вероятности возникновения острого алкогольного психоза с переходом в хроническую форму.</p> <p>Острый алкогольный психоз (белая горячка, алкогольный делирий), характеризуется внезапно возникшими слуховыми и зрительными галлюцинациями устрашающего характера. Часто сопровождается проявлениями немотивированной интенсивной агрессии, нередко заканчивающимися нанесениями тяжелых телесных повреждений вплоть до убийства родных, близких, собутыльников, самоубийства. Данное состояние требует неотложной госпитализации в психическое отделение или клинику.</p> <p>Показана поддерживающая медикаментозная терапия.</p>		
6.	Влияние пива на организм.	<p>Влияние пива на организм (СЛАЙД 12). Чрезмерное потребление пива приводит к тому, что рентгенологи называют синдромом "пивного сердца" или синдромом "капронового чулка". Пиво быстро всасывается в организм, переполняя кровеносное русло. При большом количестве выпитого возникает варикозное расширение вен и расширение границ сердца. При злоупотреблении пивом сердце становится дряблым, "провисает", теряет безвозвратно функции "живого мотора".</p> <p>- Пиво мы называем "входными воротами" алкоголизма. Пивной алкоголизм дольше формируется (от 1 года до нескольких лет), но тяжело протекает. И выход из такого запоя очень длительный. Последствия его более разрушительные. В организме повышается объем циркулирующей жидкости, следовательно, увеличивается нагрузка на сердце и почки, а это приводит к развитию серьезных патологий. Я уже не говорю о мозге и печени - эти органы страдают в первую очередь. (Вершаденко Иван Иванович);</p> <p>- Пиво - это отсроченное пьянство, отправная точка алкоголизма. Это мостик к употреблению более сильных наркотиков. Уже год мы говорим об этой проблеме. Сейчас участились случаи поступления именно пивных алкоголиков. В прошлые годы такое случалось эпизодически. Большую роль в этом играет реклама. Посмотрите, к чему нас приучают: любая жизненная ситуация не обходится без выпивки. Люди думают, что это безвредно, что пиво - не водка, иначе его не стали бы рекламировать. Но в нашей стране у большинства населения уже врожденная предрасположенность к алкоголизму, поэтому пиво играет ту же роль, что и водка. Дума, разрешившая рекламу пива, позволяет спиваться своим детям... (Батракова Вера Анатольевна).</p>	Слушают, идет демонстрация слайдов.	3 мин.
7.	Подведение итогов.	<p>Спасибо за внимание! Мне было очень приятно с вами сотрудничать. Я вас попрошу оценить мою работу – заполните, пожалуйста, анкету – отзыв.</p> <p>До свидания!</p>	Заполнение анкеты-отзыва.	2 мин.