

Презентация классного часа на
тему: «Вредные привычки человека.
Мифы о пользе алкоголя»
(круглый стол), 4 класс.



Подготовила: Е.А.Кузнецова, учитель начальных
классов МБОУ ЦО №20

Цели и задачи классного часа :

- -выяснить, какие мифы сложились в обществе о «пользе» алкоголя . Подвергнуть эти заблуждения научному анализу и критике ;
- -научиться обоснованно опровергать мифы о «пользе» алкоголя .
- Оборудование : рисунки учащихся , карточки «Мифы об алкоголе», интерактивная доска, ноутбук, канцелярские принадлежности для изготовления сигареты .

Форма организации: круглый стол.

- **Основные методы работы:** *беседа, анализ, самостоятельная работа, работа с творческим заданием.*

Постановка темы и целей классного часа

Для пьянства есть такие поводы

:

*Поминки , праздник , встреча ,
проводы .*

*Крестины , свадьба и развод ,
Мороз , охота , Новый год .*

*Выздоровление , новоселье ,
Печаль , раскаянье , веселье ,*

*Успех , награда , новый чин ,
И пьянство просто без причин .*

Роберт Бернс

- -Определите тему
сегодняшнего классного часа



Актуализация знаний

*Какие мифы о пользе алкоголя вам удалось
выяснить?*

- **Спиртное согревает, поэтому на морозе
мужчины часто выпивают . Так ли это ?**



Сообщение учащихся

- Согревание с помощью водки или спирта-это всего лишь самообман . Кто из вас не слышал об обморожениях людей , находящихся на морозе в состоянии алкогольного опьянения .Ф.Г.Углов описывает случай , который произошёл с ним в детстве . Возвращаясь зимой поздно вечером от товарища , он увидел знакомого мужчину , спящего на лавочке , рядом с ним сидела собака , она никого не подпускала , и разбудить мужчину было невозможно . Когда спящего всё-таки спящего разбудили , у него оказались сильно обморожены ноги . Оказывается , перед тем , как пойти погулять с собакой и зная , что на улице большой мороз , этот человек решил себя «подогреть» и выпил добрую порцию водки . Его разморило , он решил отдохнуть и тут же уснул . В чём же дело ? Оказывается , выпивший человек не способен оценивать температуру собственного тела . Под влиянием алкоголя периферические сосуды расширяются и к поверхности тела притекает больше крови . Человеку кажется , что он согрелся , но это чувство общей теплоты — обман . Нагревается только кожа , которая быстро отдаёт тепло , т.е. теплоотдача увеличивается . Температура тела понижается . Организм же под влиянием алкоголя утрачивает свою чувствительность к холоду . Несмотря на быстрое охлаждение тела , человек этого не ощущает , и поэтому легко может наступить обморожение . Замёрзшего человека лучше растереть спиртом . Как вы теперь считаете , стоит ли употреблять алкоголь для согрева ?

Актуализация знаний

*Какие мифы о пользе алкоголя вам удалось
выяснить?*

- *Алкоголь помогает общению . Так ли это ?*



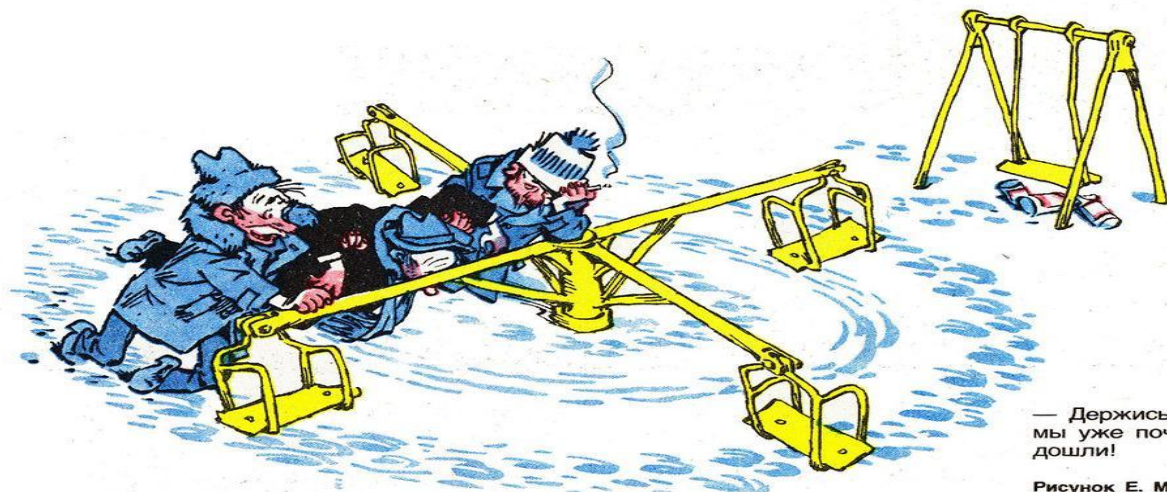
Сообщение учащихся

- -Алкоголь парализует процесс торможения в нервной системе , человек становится говорливым , беззаботным , легко заводит новые знакомства , в этом состоянии может стать душой компании . Им ещё раз хочется испытать это приятное состояние , и они выпивают снова и снова . Есть другое решение проблемы . Ему нужно обратиться к специалистам , есть специальные тренинги , которые помогут отработать навыки общения, преодолеть застенчивость . Как вы теперь считаете , стоит ли употреблять алкоголь , чтобы стать более общительным ?

Актуализация знаний

*Какие мифы о пользе алкоголя вам удалось
выяснить?*

- *В народе говорят «Пьяному море по колено»,
выпивший человек становится храбрым. Так ли
это?*



— Держись, Вася,
мы уже почти
дошли!

Рисунок Е. МИГУНОВА.

Сообщение учащихся

- -Пьяный человек действительно становится храбрым , но не от того , что меняются качества его личности . Просто в состоянии опьянения человек не в состоянии оценить опасность и последствия своих действий . У пьяного притупляется инстинкт самосохранения , что может привести к травмам и даже смерти . Пьяный человек «храбро» хулиганит , хамит , лезет в драку , «не боится»выражаться нецензурно , чего, будучи трезвым , он себе никогда бы не позволил . Так что такое «храбость» пьяного ? К чему она может привести ?

Актуализация знаний

*Какие мифы о пользе алкоголя вам удалось
выяснить?*

- **Алкоголь помогает расслабиться, снять стресс.
Так ли это?**



Сообщение учащихся

- -При воздействии алкоголя на нервную систему сначала проявляется стимулирующий эффект , так как алкоголь парализует тормозящие нервные волокна . Где же здесь расслабление и снятие стресса ? Чтобы спиртное подействовало, нужны достаточно большие его дозы . Человек в состоянии стресса , принимающий водку для расслабления, на самом деле утяжеляет своё состояние . Как вы теперь считаете , следует ли снимать стресс , принимая алкоголь ?

Актуализация знаний

Какие мифы о пользе алкоголя вам удалось выяснить?

- -Бытует убеждение , что если человек простудился или подхватил грипп , то лучшим народным средством для лечения является алкоголь : нужно выпить , лечь спать , и все болезни как рукой снимет .
Алкоголь якобы всё продезинфицирует и убьёт микробы.

Так ли это?



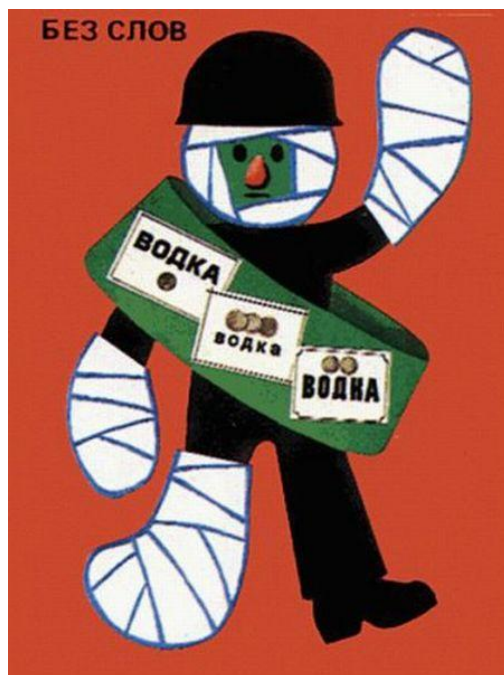
Сообщение учащихся

- -Несколько лет назад в Академии наук Франции решили проверить это средство и поставили опыт , касающийся влияния алкоголя на вирусные инфекции . Опыты показали , что алкоголь не оказывает никакого дезинфицирующего и противовирусного воздействия внутри организма . Напротив , люди , употребляющие спиртное , более уязвимы для вирусных инфекций ,так как под влиянием алкоголя клеточная мембрана становится более проницаемой , и любая инфекция проникает в клетку намного быстрее . Чтобы продезинфицировать наш организм изнутри , нужно выпить дозу алкоголя в 17 раз превышающую смертельную . Это заблуждение основано на наркотическом действии алкоголя . Выпив , человек временно чувствует себя легче . В медицине алкоголь используют для дезинфекции , приготовления лекарств , но не лечения . Как вы теперь считаете , обладает ли алкоголь лечебным действием?

Актуализация знаний

*Какие мифы о пользе алкоголя вам удалось
выяснить?*

- Мама сказала, что алкоголь употребляют для
веселья. Так ли это?



Сообщение учащихся

- -Это мнение опроверг ещё Л.Н.Толстой , который в статье «Что делает вино с человеком» писал :
«Пьяное веселье всегда кончается ругательствами , драками , всякого рода преступлениями и унижениями человеческого достоинства . Вино не придаёт ни здоровья, ни сил , ни веселья , а приносит людям только большой вред».
- Не весёлость , а дурашливость-начальная степень опьянения , если же пьющий добавит , то наступит буйность .

**Объясните, какое осеиствие
оказывает алкоголь на самом
деле?**



Поиск информации в научной литературе

- **Опыт 1.** Взрослым мужчинам-добровольцам внутривенно вводили раствор этилового спирта в количестве , вызывающем лёгкое опьянение . При этом никто из них не знал , какое вещество введено . Подопытные должны были анализировать своё состояние . У них возникали следующие чувства : сонливость , тревога , тошнота , некоторые говорили , что было «не по себе». Никому не было весело .
- Параллельно тот же опыт проводили с контрольной группой , члены которой были предупреждены , что будет введён раствор спирта . Получив дозу , члены этой группы дурачились , рассказывали анекдоты , т.е. вели себя как подвыпившая компания .

- **Опыт 2.** Группу подростков от 14 до 18 лет попросили вспомнить и описать своё состояние после первого приёма алкоголя . Они отмечали : жжение в желудке , тошноту , неприятные ощущения в области головы («как будто ударили чем-то мягким по голове , не больно , но неприятно»).
- Вывод : алкоголь не вызывает веселья , это состояние внушённое обществом . Почему же мы , употребив алкоголь , на свадьбе-веселимся, на поминках-плачем ?
- -

Вредная привычка №2

- -Сейчас мы изготовим сигарету, наполним её веществами, входящими в состав табака.
- Учитель рассказывает о составе табака, дети записывают названия веществ, входящих в состав табака , наполняют ими сигарету.



Состав табака:

- углеводы;
- органические кислоты;
- эфирные масла;
- аммиак;
- оксид углерода;
- синильная кислота;
- сероводород;
- никотин;
- ртуть;
- ацетон;
- свинец;
- табачный дёготь ;
- радиоактивное вещество (полоний – 210).



Поиск информации в научной литературе

- *-Стоит ли курить «на спор»? Найдите ответ на данный вопрос в научной литературе.*



Поиск информации в научной литературе

- *Никогда не курите «на спор», это опасно для жизни! При выкуривании многих сигарет одновременно может наступить шоковое состояние, близкое к смерти. Во Франции, в Ницце юноши устроили состязание на выносливость к табаку. Молодого человека, выкурившего сигарет больше, чем другие, ждал специальный приз. Но «победитель» не получил его: выкурив 60 сигарет он скончался. Для третьеклассника смертельной может оказаться доза в 5 – 6 сигарет.*



Итог

- *-Какие мифы об употреблении алкоголя мы сегодня с вами развеяли?*
- *-Почему сигареты называют «карманным Чернобылем» ?*
- *-Какое слово мы скажем вредным привычкам?*
- *В знак этого разломите изготовленную вами сигарету.*



Рефлексия

- *сегодня я узнал...*
- *было интересно...*
- *я понял, что...*
- *теперь я могу...*
- *я почувствовал, что...*
- *я попробую...*
- *меня удивило...*
- *Занятие дало мне для жизни...*
- *мне захотелось...*



Интернет - ресурсы

- <http://rpp.nashaucheba.ru/docs/index-450.html>
- <http://dok.opredelim.com/docs/index-13847.html>
- <http://dvinainform.ru/society/2013/08/16/16795.html>