

Классный час-беседа «О вредных привычках»

Цель: профилактика и предупреждение курения и употребления спиртных напитков.

Оформление и оборудование: плакаты: «Алкоголь – это яд», «Курить – здоровью вредить», фильм: «В чем опасность курения и алкоголя»

Ход классного часа.

I. Выступление учителя:

«Похититель рассудка» – так именуют алкоголь с давних времен. Спирт начали получать еще арабы в VI-VII веках и называли его «аль коголь» что значит «одурманивающий». И с тех пор алкоголь дурманит весь мир.

Всем известно, что алкоголь и его суррогаты не безобидны, а последствия их употребления опасны и безобразны.

Так почему же все-таки люди пьют?

Ответить на этот вопрос очень трудно. С убийственным сарказмом перечисляет поводы для пьянства поэт Роберт Бернс. Его слова актуальны и в наше время:

«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 просто пьянство – без причин»

Всем знакомо выражение «Выпьем, согреемся». Или другое бытующие среди людей убеждение: что алкоголь не вреден здоровью, он взбадривает, улучшает настроение, самочувствие, делает людей более раскованными.

Однако, все эти рассуждения о пользе алкоголя глубоко ошибочные. Если кто-то и испытывал положительный эффект от алкоголя, то это носило временный характер, а потом человек испытывает физическую, да и душевную тяжесть.

Выдающийся психиатр и общественный деятель, борец с алкоголизмом академик 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.

Вот как сказал об этом в стихотворении Владимир Котов.

Средь традиций самых разных

Есть нелегкая одна

Если встреча, если праздник,

Значит, пей, и пей до дна.

Пей одну, и пей другую,

И седьмую и восьмую, -

Просят, давят, жмут «друзья»!

Ну, а если не могу я,

Ну, а если мне нельзя?

Ну а если есть причина

Завтра утром в форме быть?

Значит, я уж не мужчина

Хоть давись, но должен пить.

Вот именно: хоть давись, но должен пить. А некоторые считают умение пить признаком мужской доблести. Но так говорят пьяницы. Наоборот, если ты отказываешься от рюмки, находишь в себе силы отказаться – значит, ты настоящий мужчина.

Очевидно, и многие из вас думают, что, приобщившись к алкоголю, вы будете выглядеть взрослее, возрастет ваш авторитет в глазах друзей.

Однако, ни пользы, ни здоровья у вас не прибавится. Вашему растущему организму алкоголь принесет только вред и моральный и физический.

Вы также можете привести в пример знакомых, ваших родителей. Вот дескать пьет, а не чем не болеет и т.д.

А вот если поинтересоваться, то можете узнать от них, с какого возраста они начали выпивать. Уверена, что не с 12-15 лет, а позже тогда когда уже сформировался организм. И не надо думать, что у этих людей и дальше будет гладко. Придет время, когда и им придется выбирать между здоровьем и этой привычкой. Да, успеть бы вовремя.

А вашему организму еще расти и расти, и развиваться.

«Пьянство и алкоголизм сами по себе не отомрут, не исчезнут и «питейные» обычаи. Необходима упорная борьба с пережитками прошлого, в которой должен принять участие каждый. С давних пор у нашего народа лучшим выражением гостеприимства считалось угощение чаем с вареньем, пирогами, различными сладостями. За чашкой чая гости беседовали, веселились и возвращались домой отдохнувшими, с хорошим настроением. Для того чтобы встретиться и поговорить с друзьями, не нужно искусственного взбадривания. Думаю, что не следует забывать эту традицию. Гости должны знать, что в вашем доме алкоголь не господствует. Любой праздник, любое торжество станут намного веселей и содержательнее без спиртного».