**МБУК ВР «МЦБ» им. М.В.**

**12+**

**Рябичевский отдел**

**Сценарий**

**«Алкоголь или здоровье - выбор за вами»**

**Составитель:** Ткаченко М.В.

**х. Рябичев**

**2024г.**

**Цель:** формирование отрицательного отношения к алкоголю; осознанной активности к ведению здорового образа жизни

**Форма проведения:** беседа

**Ход мероприятия**

**1, 2 слайд**

**1 ведущий:** Наша жизнь удивительна, полна радостных моментов, увлекательных открытий, перспектив и свершений. У каждого из нас есть возможность жить интересной и счастливой жизнью. Но существуют вещи, которые способны омрачить нашу жизнь, если мы их к себе допускаем. Одна из таких разрушительных вещей – алкоголь. Сегодня мы поговорим о преимуществах трезвости. Постараемся разгадать секрет, почему так важно быть здоровым.

**3 слайд**

**2 ведущий:** Многие люди не видят ничего плохого в периодическом употреблении спиртного по праздникам, в вечернее время после работы или в выходные дни. Из-за употребления алкоголя формируется вредная привычка под предлогом расслабления – постепенно, неумолимо, и часто люди даже не осознают, что уже зависимы. В этом и заключается главное коварство спиртных напитков: у единиц есть чувство меры в их потреблении, внутренний «стоп-контроль». Всем остальным рано или поздно приходится пожинать плоды своего легкомыслия.

**4 слайд**

**1 ведущий:** Алкоголь в буквальном смысле отравляет все составляющие человеческой жизни – физическую, психологическую, социальную. Все последствия алкогольной зависимости можно разделить на 4 больших группы:

Медицинские. Нет органа, который не повреждал бы этиловый спирт. Он вызывает спазм сосудов, нарушает кровообращение в тканях, провоцирует образование тромбов, возникновение инфарктов, инсультов, повышает риск развития онкологических заболеваний.

Психические. Этанол вызывает нарушения ЦНС, провоцирует развитие депрессии, суицидальных настроений. Тяжелым последствием абстинентного синдрома являются алкогольный галлюциноз.

**2 ведущий:**

Социальные. Алкоголик теряет работу, друзей, семью. Остаются только собутыльники. Повышается вероятность совершения преступлений.

Внешние. У тех, кто регулярно употребляет алкоголь, появляются и характерные внешние черты: вытянутое лицо, отечность, покраснение кожи, особенно в области носа. Походка становится неровной, цвет лица сереет. Если поражена печень, появляется желтушность кожных покровов и глазных яблок. Фигура тоже меняется, особенно это заметно у мужчин. Они начинают полнеть по женскому типу: бедра, живот, грудь становятся круглее.

**5 слайд**

**1 ведущий:** А начинается все довольно часто в подростковом возрасте. Существует множество причин, подвигнувших ребенка попробовать алкоголь – это эмоции, плохой пример в семье, но самые распространённые причины, подвигнувшие подростка попробовать алкоголь – это влияние компании, протест. Разберем эти причины более подробно.

**2 ведущий:** За компанию. Подростку нужно общество, где к нему относятся на равных, – дома не так. В школьные годы мнение сверстников не просто важно – это условие развития личности. Подростки часто подвержены социальному давлению и стремятся соответствовать определённым нормам и ожиданиям со стороны своей социальной группы. Ребёнок может попробовать алкоголь, чтобы влиться в круг сверстников. После первой пробы алкоголя подростки не отказываются в следующие разы: боятся прослыть недостаточно взрослыми и крутыми.

**1 ведущий:** Протест против запретов и контроля родителей. Алкоголь и сигареты – доступные и навязанные рекламой атрибуты мира взрослых, и потому они так привлекательны для детей. Им кажется, что спиртное делает их старше. Так они показывают родителям, мол, смотрите – мы уже не малыши. А если родители строгие и сильно контролируют – это возможность пойти против их запретов, сделать что-то назло.

**2 ведущий:** Какими бы не были причины, важно помнить одно – ваше здоровье и благополучие важнее всего. Здоровые люди - трезвые люди.

**6 слайд**

**1 ведущий:** Я предлагаю вам записать слова которые у вас ассоциируются с такими понятиями как: трезвость и алкоголизм. Для удобства можете разделить лист на две колонки. *(дети выполняют задание).*

**2 ведущий:** Закончили? Давайте обсудим ваши ответы. (*участники мотивированно объясняют свой выбор)*. Затем все вместе делают вывод о позиции детей по отношению к проблеме алкоголизма.

**7 слайд**

**1 ведущий:** Закончить нашу беседу я бы хотела замечательным стихотворением.

Мода прошла на пиво

И на хмельной угар

Чтобы прожить красиво

Нужен в душе пожар

Круто, когда ты трезвый

Счастье, когда здоров

Путь у тебя особый

В нем море звездных миров

**Список использованных источников**

1. Соловьёв С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека. Для 5-11 классов. /Учебнометодическое пособие) / М.: 2006
2. <https://313dgb.ru/wp-content/uploads/2019/08/Урок-Трезвости.pdf>