

A black silhouette of a person's head and shoulders in profile, facing right. The person is holding a bottle to their lips and drinking. The text is overlaid on the silhouette.

**« АЛКОГОЛЬ  
ЖӘНЕ  
ҚОҒАМ »»**

## **Мақсаты:**

**-Жасөспірімдерге алкоголь зияны, оның себеп-салдары туралы айту;**

**-«Ішімдікке бой алдырмаймын»,  
«Жоқ мен оны қабылдамаймын» деген  
ұғымындарын қалыптастыру;**

**-Салауатты өмір салтының қағидаларын  
ұстанатын ұрпақ тәрбиелеу.**

## **Міндеттері:**

- ішімдік ішуге адамдарға ненің итермейлейтінін анықтау;
- ішімдіктің адам ағзасына, жан-жағына, қоғамға келтіретін зияны туралы ақпарат беру;
- ішімдіктер туралы «мифтерді» жою;
- жасөспірімдердің бір-бірімен, топта, қоғамда дұрыс қарым-қатынас құру қасиеттерін дамыту.

**ішімдік**

**алкоголь**

**alcohol**





- «Ішімдіктің зияны адамменен  
қоғамға»
- «Ішімдікке апар жолдары»
- «Ішімдіктен арылу жолдары»

## «Аяқталмаған сөйлем» жаттығуы.

Тренер төмендегі аяқталмаған сөйлемдерді оқиды, ал топтар өз орындарында отырып парақшаларға жауабын жазады:

- маскүнемді көргенде менің сезімдерім - ....
- маскүнем ол - ...
- адамның ішімдікке салыну себептері ....
- Маскүнемдердің қылықтарын көргенде мен мынаны түсінемін ....
- Егер мен ішімдіктен бас тарта алмасам, онда ....
- Ішімдіктің алғашқы қадамдары - ...

Топтар берген жауаптарын дауыстап оқиды, қайталанбайтын жауаптарды талқылауға болады



# «Миф пен шындық»

Ішілген  
ішімдіктің  
көлемін  
бақылауға  
болады

\* Бұл кез келген адамның қолынан келмейді. Жолдан қызыл түс жанғанда өткен секілді. Үлгеруің де, үлгермеуің де мүмкін.

# «Миф пен шындық»

\* Қымбат және сапасы жоғары алкогольдің зияны жоқ.

\* Кез келген алкогольдің құрамында болатын этил спирті (этанол):

- ішкі ағзаларды зақымдайды
- созылмалы гастрит, бауыр циррозы, жүрек, бүйрек майының дистрофиясы және т.б. ауруларға әкеліп соқтырады
- ақыл-ойды, еңбекке деген қабілетті, зейінді есте сақтауды төмендетеді.
- психологиялық ауруға шалдықтырады психикалық және физикалық тәуелдікке алып келеді

# «Миф пен шындық»

\* Алкоголь  
қиындықты  
шешуге  
көмектеседі

\* Алкоголь:  
● Жол-көлік оқиғасы  
● Тұрмыстық жарақат  
● Кісі өлтіру  
● Улану мен қайғылы  
оқиға (өлімге дейін)  
секілді мәселелердің  
себебі болуы мүмкін

# «Миф пен шындық»

\* Сыра  
зиянсыз  
сусын.

\* Сыра алкогольсіз болса да құрамында алкогольді қабылдауды және сіңіруді күшейтетін, сондай-ақ әйелдер гармонына ұқсас фитоэстроген заттегі бар,



Рефлекси



**Тайжан бидің, ақыр заманның белгілері қандай деп сұрақ қойған кезіндегі берген жауабы:**

**Ашытқан судан асы болады,**

**Адал-арамды білмейді.**

**Азған адам осы болады,**

**Адамда шолақ өмір болады.**

**Құлшылық деген кәсіп болады,**

**Ұрлық деген нәсіп болады.**

**Етпен майды ас демейді,**

**Шарапсыз ас жемейді.**

**Ақырзаман осы болады! - деп жауап беріпті.**



**Осымен бүгінгі кездесуіміз**

**аяқталды.**

**Қатысқандарыңызға рахмет!**