

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!