Карта памяти для учеников 9 класса на классный час по теме: "Живи без пива. День трезвости"

[«Новые УРОКИ» newUROKI.net](https://newuroki.net/)

Всё для учителя – всё бесплатно!

**Карта памяти - это** метод организации информации, который помогает ученикам структурировать и запоминать ключевые концепции, идеи и факты по определенной теме или предмету. Она позволяет упорядочить знания, выделить основные моменты и установить связи между ними, облегчая процесс усвоения материала и поддерживая его в памяти. Карта памяти служит инструментом для организации мыслей, помогает в реализации концепции обучения через конструктивные методы и способствует более глубокому пониманию учебного материала.

**Карта памяти для классного часа по теме "Живи без пива. День трезвости"**

**1. Почему это важно?**

* **Здоровье подростков:** Слабоалкогольные напитки оказывают серьезное воздействие на организм подростков.
* **Ответственность:** Понимание последствий употребления алкоголя помогает принимать осознанные решения.
* **Социальная ответственность:** Важно знать правовые последствия и воздействие на жизнь.

**2. Основные мифы о пиве:**

* **Миф 1:** "Пиво - это не алкоголь."
	+ На самом деле, это спиртное, которое оказывает влияние на мозг и тело, даже если содержит меньшую концентрацию спирта.
* **Миф 2:** "Пивной алкоголизм развивается медленнее."
	+ Независимо от скорости, зависимость от спиртных напитков развивается у каждого третьего человека.
* **Миф 3:** "От пива не бывает зависимости."
	+ Это заблуждение. Даже пиво вызывает зависимость, особенно у подростков, когда мозг еще не до конца сформирован.

**3. Влияние на организм подростка:**

* **Нервная система и мозг:**
	+ Употребление алкоголя разрушает нейроны, замедляет развитие мозга, ухудшает память и концентрацию.
* **Эндокринная система:**
	+ Нарушение гормонального фона, замедление роста, проблемы с репродуктивной системой.
* **Сердечно-сосудистая система:**
	+ Повышается риск заболеваний сердца, сосудов, развитие гипертонии.

**4. Правовая ответственность:**

* **Продажа алкоголя несовершеннолетним:**
	+ Запрещено законом. Это ведет к административной ответственности как для продавцов, так и для покупателей.
* **Употребление спиртных напитков несовершеннолетними:**
	+ Административные штрафы, возможные проблемы с законом, ухудшение репутации.

**5. Альтернативы алкоголю:**

* **Спорт:**
	+ Занятия спортом помогают укрепить здоровье, развивать дисциплину и получать удовольствие.
* **Творчество:**
	+ Хобби, увлечения, искусство дают возможность самовыражения и развития.
* **Социальная активность:**
	+ Волонтерство, помощь другим людям или участие в школьных мероприятиях развивают социальную ответственность.

**6. Формирование осознанной позиции:**

* **Противостояние давлению сверстников:**
	+ Учись говорить "нет" в ситуациях, когда друзья предлагают не то, что правильно.
* **Ответственные решения:**
	+ Каждый выбор имеет последствия. Важно понимать, что выбор употребления алкоголя влияет на твою жизнь.
* **Проектирование будущего:**
	+ Задумайся о своих целях и как ты хочешь выглядеть и чувствовать себя в будущем. Трезвость – путь к здоровой и успешной жизни.

Эта карта памяти предназначена для того, чтобы помочь ученикам усвоить ключевые моменты, связанные с проблемой употребления слабоалкогольных напитков. Помните, что ваши решения влияют на ваше здоровье, будущее и успех!