

Марков Гурий Федосьевич

**Практическое руководство для
преподавания науки трезвости.
Составлено по сочинениям
Лемуан-Белльера с добавлением
многих статей и задач**

**Москва
«Книга по Требованию»**

УДК 82-3
ББК 84-4
Г95

Г95 **Гурий Федосьевич М.**
Практическое руководство для преподавания науки трезвости. Составлено по сочинениям Лемуан-Белльера с добавлением многих статей и задач / Марков Гурий Федосьевич – М.: Книга по Требованию, 2025. – 218 с.

ISBN 978-5-519-95468-6

В конце предисловия: Г. Марков, инспектор народных училищ. Руководство науки трезвости.

ISBN 978-5-519-95468-6

© Издание на русском языке, оформление
«YOYO Media», 2025
© Издание на русском языке, оцифровка,
«Книга по Требованию», 2025

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, клякс, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг — не самое лучшее решение для восстановления текста в его первоизданном виде, однако, наша цель — вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания — решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.

„Привычка“, говорятъ, „вторая натура“. Это вѣрно, а потому то и не должно прививать къ себѣ разныя привычки. Человѣкъ имѣетъ разумъ и волю. Намѣреваясь что-либо начать, должно сперва обсудить: хорошо или дурно то, что начинаешь; надо разобрать что полезно, что вредно. Убѣдившись въ томъ, что дурно и что вредно, надо заставить себя (на то у человѣка и есть воля) этого не дѣлать.

Человѣкъ начинаетъ пить по привычкѣ: въ первый разъ выпиваютъ ради шалости или подражанія другимъ, потомъ ради компаніи, потомъ для себя, а затѣмъ и пошелъ пить при каждомъ случаѣ.

Чтобы не стать пьяницей, прежде всего не должно привыкать пить спиртные напитки; надо убѣдиться, что пить спиртные напитки привычка дурная, приносящая вредъ себѣ и окружающимъ. Какъ же вы, милыя дѣти, можете убѣдиться, что пить спиртные напитки дурная и вредная привычка? Вы видите, что кругомъ васъ пьютъ почти всѣ и пьютъ много и всѣ пьющіе говорятъ, что „выпить“ дѣло хорошее и полезное. А говорятъ такъ, потому что они не знаютъ или не хотятъ знать, что „выпивка“ дѣло вредное, а вамъ некому и рассказать, что „выпивка“ и вообще спиртные напитки, кромѣ вреда, ничего не приносятъ. Вотъ, имѣя это въ виду, я и посвящаю настоящую книжку вамъ, друзья мои. Я хочу показать вамъ и доказать, что самая ужасная привычка, которая является причиной всѣхъ бѣдствій, это употребленіе спиртныхъ напитковъ, какъ въ большомъ количествѣ, такъ и въ маломъ.

Прежде всего я хочу вамъ доказать, какъ неоснователенъ обычай пить „за здоровье“ родныхъ и знакомыхъ, какъ неосновательно упиваться „вин-

нымъ зельемъ“ на различныхъ торжествахъ. Каждый долженъ понять, что каждому своя жизнь, свое здоровье должно быть для него дороже всего. Каждая капля алкоголя—страшнаго яда, содержащагося во всѣхъ спиртныхъ напиткахъ, какъ потомъ узнаете, приноситъ вредъ для тѣла и души, а потому, выпивая „за здоровье“ кого либо или во славу чего-либо стаканъ вина, всякій пьющій въ той или иной мѣрѣ отравляетъ себя. Благоразумно-ли это? Думаю, что нѣтъ, а слѣдовательно обычай пить водку или вино „за здоровье“—обычай нехорошій и вредный.

Изъ этой книжки вы узнаете, что спиртные напитки не питаютъ, не согрѣваютъ и не подкрѣпляютъ, а потому пить для возбужденія аппетита, чтобы согрѣться или чтобы подкрѣпиться есть результатъ предразсудковъ и не больше, какъ предложъ лишній разъ удовлетворить свою привычку—выпить.

Особенно опасно употребленіе спиртныхъ напитковъ въ молодыхъ годахъ. Вашъ организмъ, дѣти, еще очень слабъ, онъ еще не окрѣпъ, онъ растетъ, для него нужна здоровая и питательная пища и напитки. Каждая капля спиртныхъ напитковъ заражаетъ кровь, задерживаетъ развитіе тѣла, вашъ ростъ, а въ особенности вредно вліяетъ на сердце, на мозгъ, на память, на способности къ ученію. Въ возмужаломъ возрастѣ организмъ можетъ оказывать сопротивленіе алкогольному яду, и если и вредитъ, то не въ такой мѣрѣ и не такъ быстро, какъ дѣтскому организму.

Дѣти! Бойтесь алкоголя, какъ страшнаго чудовища, готоваго уничтожить вашу жизнь. Страши-

VII

тесъ его, какъ змѣя-горыныча, пожиравшаго дѣтей и людей. Избѣгайте одинаково какъ водки, такъ и пива, и вина, и всякихъ спиртныхъ напитковъ, сладкихъ и горькихъ. Ихъ сладость обманчива и отъ нея потомъ будетъ горько и очень горько.

Дѣти! Узнавъ изъ этой книжки о тѣхъ ужасныхъ губительныхъ послѣдствіяхъ, которыя влечетъ за собой алкоголь, старайтесь вездѣ, всѣмъ и каждому говорить то, что вы узнаете изъ этой книжки и старайтесь убѣждать всѣхъ, какъ нехорошо и вредно пить спиртные напитки.

Дѣти! Если будутъ вамъ предлагать выпить напитка, содержащаго алкоголь, какъ-бы онъ сладокъ ни былъ, отказывайтесь; не поддавайтесь угворамъ, не пугайтесь насмѣшекъ и угрозъ. Ваша твердость послужитъ вамъ во-благо и подастъ примѣръ другимъ и, повѣрьте, что найдутся такія лица, которыя станутъ вамъ подражать.

Дѣти! Соединяйтесь между собой въ товарищества, въ союзы, сговорившись не пить спиртныхъ напитковъ ни при какихъ случаяхъ, если бы даже приказывали старшіе и вздумали бы васъ наказывать. Сговоритесь вездѣ и всѣмъ говорить о вредѣ спиртныхъ напитковъ и рассказывать различные случаи о вредѣ алкоголя. Стремитесь уничтожить предрасудки, говоря и доказывая разными примѣрами, что спиртные напитки не питаютъ, не грѣютъ и не подкрѣпляютъ. Говорите вездѣ, что алкоголь страшный ядъ; что чума, холера, чахотка, всякія эпидеміи и войны не такъ вредны, какъ алкоголь. Всѣ болѣзни и война только по временамъ губятъ людскія жизни, а алкоголь всегда и постоянно. Отъ всякой болѣзни есть лекарства, а отъ алкоголя нѣтъ лекарствъ.

VIII

Эта книжка составлена такъ, что въ ней вы найдете: 1, „основныя правила“, которыя опредѣляютъ вредъ алкоголя; 2, рассказы изъ исторіи, географіи, естественной исторіи и прямо изъ жизни, въ которыхъ такъ или иначе указывается вредъ отъ алкоголя; 3, вы найдете рядъ задачъ, разрѣшивъ которыя, вы сумѣете сдѣлать заключенія, какой матеріальный убытокъ приноситъ потребление спиртныхъ напитковъ для отдѣльнаго человѣка и для общества; тамъ же вы узнаете, какъ можетъ обезпечить себя и семью человѣкъ, не тратящій денегъ на „выпивку“, а сберегая ихъ въ различныхъ учрежденіяхъ; 4, вы здѣсь найдете много темъ для разсужденій и изложеній о вредѣ пьянства и о той пользѣ, какую приноситъ трезвость; 5, вы найдете указанія тѣхъ мѣстъ и учрежденій, которыми можно пользоваться, чтобы обезпечить себя и семью въ будущемъ и въ старости; 6, вы найдете указанія на средства, при помощи которыхъ можно вести борьбу съ пьянствомъ и употребленіемъ спиртныхъ напитковъ; наконецъ, 7, вы приобретете достаточно новыхъ свѣдѣній, которыхъ вамъ не говорятъ на другихъ урокахъ.

Итакъ, дѣти, отнеситесь съ вниманіемъ и должнымъ прилежаніемъ къ изученію того, что изложено въ этой книжкѣ; постарайтесь развить въ себѣ твердость и постоянство, чтобы умѣть всегда отразить нападки на васъ за то, что вы будете отказываться „выпить“, когда будутъ вамъ предлагать, и чтобы умѣть вполне обоснованно объяснять предлагающимъ „выпивку“ причину, почему вы отказываетесь.

Укрѣпляйтесь духомъ и вѣрою въ то, что приобретенное вами въ этой книжкѣ есть истина;

IX

развивайте въ себѣ твердость и силу убѣжденности и ступайте смѣло на борьбу съ врагомъ чловѣчества, на борьбу съ пьянствомъ. Идите впередъ смѣло и помните, что ваше дѣло правое, дѣло святое. Въ святомъ дѣлѣ вашъ Помощникъ Самъ Богъ. Дѣлая такъ, вы явитесь проводниками счастья народовъ; всякій, кто послушаетъ васъ, будетъ благословлять васъ.

Да благословитъ васъ Господь и подкрѣпитъ Онъ васъ своею милостью и благостью!

Л. Марковъ.

Инспекторъ народныхъ училищъ.

Нѣсколько словъ для учащихся.

Предлагая настоящую книжку „Практическое руководство науки трезвости“, представляющую собой переработку сочиненія Лемуанъ-Бельера подъ заглавіемъ *Manuel pratique pour l'Enseignement de l' Antialcoolisme* (Практическое руководство для преподаванія антиалкоголизма), считаю необходимымъ дать нѣкоторыя объясненія способа пользованія этой книгой.

Въ этой книгѣ изложено (см. оглавленіе) все, что касается ученія о вредѣ алкоголя. Въ ней весьма характерно какъ распредѣленіе самаго матеріала, такъ и способъ самаго распредѣленія.

Задавшись опредѣленной программой „антиалкогольной науки“ (по нашему „науки трезвости“), авторъ начинаетъ съ „предварительныхъ понятій“, кончаетъ „средствами борьбы съ алкоголизмомъ“ и дѣлитъ весь матеріалъ на 44 недѣльныхъ курса, давая опредѣленный матеріалъ на каждую недѣлю.

Такое дѣленіе матеріала весьма удобно, и оно вполне приложимо и въ нашихъ начальныхъ училищахъ, предполагая, что преподаваніе „науки трезвости“ будетъ начинаться съ того момента, когда дѣти научатся читать, т. е. со второго полугодія въ первомъ отдѣленіи, или же со второго отдѣленія, смотря по числу лѣтъ обученія. Обученіе „наукъ трезвости“ должно продолжаться въ теченіе всего курса ученія въ начальномъ училищѣ, а потому предлагаемый матеріалъ, разбитый на 44 недѣли, долженъ быть разбитъ или на 70 недѣль, при трехгодичномъ курсѣ обученія, или же на 90—при четырехгодичномъ курсѣ. Въ томъ и другомъ случаѣ нѣкоторыя недѣли руководства Бельера должны будутъ распредѣлиться на двѣ, или на три недѣли, а нѣкоторыя на одну. Это будетъ зависѣть отъ личнаго усмотрѣнія учащаго, смотря по условіямъ, въ которыхъ находится сама школа или учащіеся.

XI

Дѣленіе матеріала на недѣльные курсы весьма удобно въ томъ отношеніи, что представляетъ всегда полно и систематически подобранный матеріалъ и освобождаетъ учащаго подыскивать матеріалъ для урока; въ настоящей книжкѣ онъ всегда готовъ.

Курсъ каждой недѣли предлагаемаго руководства состоитъ изъ слѣдующихъ главныхъ частей:

1. Курсъ каждой недѣли начинается съ того, что дается какое-либо „правило“ или положеніе, которымъ характеризуется то или другое качество или свойство алкоголя, или же вообще „правило“, выработанное жизнью (поговорка, изреченіе и том. подоб.).

Учащіе, заставивъ учениковъ прочитать эти правила, объясняютъ ихъ сущность и подтверждаютъ свое объясненіе примѣрами обыденной жизни или соотвѣтствующими картинами.

Было-бы полезно, если бы учащіеся заучивали эти правила наизусть и въ подходящихъ случаяхъ пользовались ими, какъ доказательствами въ ихъ бесѣдахъ по вопросамъ, касающимся алкоголя.

2. Въ первой половинѣ недѣльныхъ курсовъ, послѣ „правила“ дается „пропись“, т. е. какое-либо выраженіе или сложное предложеніе для чистописанія. Содержаніемъ прописей служить или поговорка или какое-либо положеніе, опредѣляющее значеніе алкоголя.

Предлагая ученикамъ списывать съ „прописи“, учащій преслѣдуетъ двѣ цѣли: каллиграфію и орѳографію. Весьма полезно, передъ тѣмъ, какъ давать писать, заставить учащихся вывести каллиграфически первую букву „прописи“ въ прописной и заглавной формѣ.

3. Третьимъ нумеромъ недѣльнаго курса является обыкновенно небольшой разсказъ, предназначенный для диктанта или списыванія. Этотъ небольшой разсказъ сперва прочитывается, разбирается, выводится мораль, а потомъ предлагается для списыванія; или же учащійся выбираетъ примѣры, которыми бы онъ могъ подтвердить разученія имъ грамматическія правила; наконецъ, тотъ же разсказъ можетъ послужить для грамматическихъ упражненій.

4. Почти въ каждомъ недѣльномъ курсѣ предлагается одна или нѣсколько арифметическихъ задачъ, въ условія которыхъ

входить что-либо касающееся вредных послѣдствій употребленія алкогольных напитковъ или добрыхъ результатовъ воздержанія отъ такого употребленія.

Каждая задача вызываетъ тотъ или другой практическій выводъ экономическаго характера; въ первой половинѣ такіе выводы даетъ самъ авторъ, а во второй онъ рекомендуетъ предлагать дѣлать выводы самимъ учащимся. Въ нѣкоторыхъ задачахъ метрическія мѣры переведены на русскія, а въ другихъ оставлены метрическія мѣры, какъ для ознакомленія съ ними, такъ и для упражненія въ счисленіи ихъ.

5. Въ нѣкоторыя недѣли предлагаются стихотворенія спеціальнаго содержанія, т. е. такія, въ которыхъ такъ или иначе описывается вредное вліяніе алкоголя и учреждений, въ которыхъ продаются спиртные напитки, или же похваляются благіе результаты трезвости.

Такія стихотворенія прочитываются или же, если признается возможнымъ, заучиваются наизусть.

6. Точно также въ курсъ нѣкоторыхъ недѣль включены рассказы по исторіи и географіи, въ которыхъ выведены примѣры, какъ подъ вліяніемъ алкоголя измѣнялась жизнь цѣлыхъ народовъ.

Въ тѣхъ же недѣльныхъ курсахъ помѣщены свѣдѣнія по естествовѣдѣнію изъ области дѣйствія алкоголя на различныя органическія и неорганическія тѣла. Эти свѣдѣнія должны быть сообщаемы въ томъ только случаѣ, если на урокахъ естествовѣдѣнія учащіеся были ознакомлены съ нѣкоторыми свѣдѣніями изъ химіи и о строеніи человѣческаго тѣла и нѣкоторыми отправлениями его органовъ.

Весьма полезно и крайне необходимо всѣ разсужденія въ этомъ отдѣлѣ подтверждать наглядными опытами.

7. Въ курсъ каждой недѣли введено письменное изложеніе на данную тему; такія письменныя изложенія дѣлаются, или въ формѣ пересказа прочитаннаго, или же въ формѣ составленія разсказа по данному образцу.

Въ первой половинѣ книги, для каждой данной темы и плана дается примѣрное развитіе темы; во второй же половинѣ дается только тема съ болѣе или менѣе подробнымъ планомъ, а развитіе темы предлагается сдѣлать самимъ учащимся. Въ такомъ развитіи требуется, чтобы учащіеся показали знаніе

всего изученнаго въ „наукѣ трезвости“, подтверждая свои разсужденія ссылками на тѣ или иныя „правила“ или примѣры и научныя данныя.

8. Въ послѣднихъ недѣльныхъ курсахъ помѣщены довольно большихъ размѣровъ литературныя образцы съ соответствующимъ цѣли содержаніемъ. Эти разсказы могутъ послужить матеріаломъ для изложеній или для разсужденій подъ руководствомъ учителя, т. е. послужить матеріаломъ для объяснительнаго чтенія.

Если учащіе изберутъ для себя пособіемъ или руководствомъ настоящую книжку, то первымъ условіемъ для продуктивности работы по этому учебнику—это послѣдовательное прохожденіе всего изложеннаго, допуская пропускъ только стихотвореній.

Однимъ изъ важнѣйшихъ правилъ при изученіи „науки трезвости“ должно считать постоянное напоминаніе учащимся въ той или другой формѣ вреда алкогольныхъ напитковъ; поэтому учащіе при ежедневныхъ занятіяхъ должны разбирать какой либо изъ отдѣловъ соответствующаго недѣльнаго курса и при каждомъ удобномъ случаѣ останавливать вниманіе учащихся на вредныхъ послѣдствіяхъ употребленія спиртныхъ напитковъ. Въ виду этого учащіе поступать впослѣдствіи педагогично, если будутъ сообщать учащимся различные случаи, описываемые въ газетахъ, о тѣхъ или иныхъ проявленіяхъ вреднаго дѣйствія алкогольныхъ напитковъ, какъ подтвержденіе сообщаемаго на урокахъ.

Пусть все гадкое, все ужасное, производимое ядомъ алкоголя, будетъ извѣстно дѣтямъ. Пусть они на фактахъ убѣждаются, какое зло приноситъ этотъ ядъ; пусть они боятся этого яда, пусть они бѣгають отъ спиртныхъ напитковъ какъ отъ огня, какъ отъ лютаго звѣря! Если учащіе добьются того, что ихъ питомцы получаютъ страхъ къ алкоголю, отиращеніе къ нему, тогда ихъ работа дастъ плодъ. Если учащіе достигнутъ такихъ результатовъ, то они подгонятъ кадръ трезвыхъ общественныхъ дѣятелей, а затѣмъ близко и поднятіе нравственнаго и матеріальнаго благосостоянія отечества. Въ такомъ случаѣ заслуга учащихся неизмѣримо велика и плодотворна!

Пусть будетъ такъ.

ВВЕДЕНИЕ.

Человѣкъ, для поддержанія своей жизни долженъ ѣсть и пить, или, какъ говорятъ, долженъ *питаться*. Все то, что человѣкъ принимаетъ для питанія, называется *пищей*.

Когда человѣкъ живетъ, всѣ части его тѣла изнашиваются, то есть постепенно портятся, а потомъ и вовсе отживаются, умираютъ. Если человѣкъ не будетъ принимать пищи, то всѣ части его тѣла изнасятся и человѣкъ перестанетъ жить и умретъ. Для поддержанія своей жизни, человѣкъ долженъ принимать въ пищу такія вещества, которыя бы могли возстановить отжившія части тѣла. Чтобы принимаемая пища давала средства къ тому, чтобы замѣнять отжившія части тѣла новыми, она должна содержать въ себѣ всѣ такія вещества, изъ которыхъ образованы части человѣческаго тѣла.

Если такъ, то надо знать, какова должна быть пища, которая бы способствовала образованію частей тѣла взамѣнъ отжившихъ; а это мы узнаемъ тогда только, когда узнаемъ изъ чего состоитъ человѣческое тѣло. Ученые эти вопросы разрѣшили очень хорошо при помощи особой науки химіи.

Посмотримъ же, какимъ путемъ можно подойти къ рѣшенію этихъ вопросовъ.

Всѣ мы знаемъ, что новорожденный ребенокъ питается прежде всего молокомъ матери; почти до году жизни ребенокъ не имѣетъ и не нуждается въ другой пищѣ. Принимая только материнское молоко, ребенокъ живетъ и растетъ. Отсюда ясно, что молоко содержитъ тѣ вещества, которыя необходимы для жизни и для роста человѣка. Ученые различными путями вполнѣ точно узнали, что молоко со-