

ДЗЯРЖАЎНАЯ ЎСТАНОВА АДУКАЦЫІ
“ДВАРЭЦКАЯ СЯРЭДНЯЯ ШКОЛА”

Інтэрактыўная гульня
“Са здароўем па жыцці”

Падрыхтавала:
Класны кіраўнік ІХ класа
Жых Марына Вячаславаўна
28.11.2019 г.

2019 г.

Дата правядзення: 28.11.2019 г.

Класы: IX-XI класы

Класны кіраўнік: Жых Марына Вячаславаўна

Тэма: Свет без наркотыкаў

Форма правядзення: інтэрактыўная гульня

Мэта: стварыць умовы, пры якіх падлетак зможа асэнсаваць шкоду залежнасці ад наркатыхных рэчываў і наступствы гэтай залежнасці.

Задачы:

Даць вучням уяўленне аб наркаманіі як аб факторы, які разбурае здароўе.

Прадожжыць фарміраваць у падлеткаў стойкае непрыяцце да наркотыкаў.

Развіваць уменне аргументаваць свой пункт гледжання.

Дапамагчы падлеткам сфарміраваць абгрунтаваную пазіцыю у адносінах да ўжывання наркотыкаў, усвядоміць глыбіню гэтай праблемы.

Абсталяванне: раздаткавы матэрыял (анкета, аркушы паперы для малявання, раздрукаваны тэкст жыццёвых сітуацый).

План правядзення

Эпіграф:

Мы рождены, чтоб жить достойно.

Нам все для этого дано.

Должны творить, вершить, не быть спокойным,

Не падать вниз, не оседать на жизненное дно.

Есть в жизни много всякого соблазна.

Наркотик - это страшный грех.

Ты должен прокричать, что это грязно,

Да так, чтобы твой крик дошел до всех.

А если честно, крик твой не поможет,

И не поможет никакой запрет.

Весь мир кричать здесь громко должен:

Война наркотикам, наркотикам здесь хода нет.

1. Што такое наркамания?

Вядучы:

Наркамания – хваравітая, неадольная цяга да наркатычных сродкаў, таблетаў, лекаў. Пазбавіцца ад гэтай цягі чалавек не можа. Прызвычаены да наркотыкаў арганізм выклікае такое моцнае жаданне, што чалавек ідзе на ўсё – на падман, на крадзёж і нават на забойства, абы толькі дастаць наркотык.

Наркотык – як бязлітасны кат, які патрабуе: “Украдзі, забі, дастань чарговую дозу, прымі яе, інакш я падвергну цябе страшэнным катаванням”.

Распаўсюджаным наркотыкам з’яўляецца СПАЙС.

Інфармацыя аб СПАЙСЕ, падрыхтаваная вучнямі:

Спайс выкарыстоўваецца ў якасці курыльных сумесяў і ароматычных траваў. Шкода, якую наносаць здароўю курэнне гашышу і канаплі непараўнальны са шкодай, якую наносіць курэнне спайсу. Нарколагі аднадушна адносяць спайс да цяжкіх наркотыкаў, таму што гэта – прадукт хіміі, і ён наносіць каласальную шкоду псіхічнаму і фізічнаму здароўю чалавека. Чалавек, які курыць спайс, страчвае сувязь з рэальнасцю. Пад уздзеяннем наркотыка ён робіць міжвольныя і аднатыпныя дзеянні, напрыклад, ходзіць кругамі ці ляжыць спакойна, натыкаецца на прадметы, падае, б’ецца ў прыпадках.

Курыльшчык не адчувае болю і ў яго адключаецца пачуццё самазахавання. Нярэдка выпадкі, калі чалавек, пакурыўшы спайс, упадае ў стан некантраліруемага панічнага страху, і ў спробе пазбавіцца ад яго, здзяйсняе ненаўмысна самыя жудасныя ўчынкі. Напрыклад, вядомы дзясяткі выпадкаў, калі маладыя людзі па гэтай прычыне кідаліся з даху. Курыльшчыкі бачаць галюцынацыі і адчуваюць тактыльныя эфекты, звязаныя з імі. Галюцынацыі поўнасцю ўспрымаюцца чалавекам як рэальнасць і ўсё, што адбываецца ў яго галаве, здаецца рэальным. Пасля заканчэння дзеяння спайсу

чалавек упадае ў дэпрэсіўны стан, становіцца раздражнёным. Рэдка калі ён помніць аб сваіх дзеяннях пасля вяртання ў свядомасць.

2. Міфы сучаснасці (вучні выказваюцца па чарзе)

Міф 1: ад чарговага ўжывання наркотыка можна адмовіцца.

Факт: адмовіцца можна толькі 1 раз – першы. Нават аднаразовае ужыванне наркотыка прыводзіць да залежнасці.

Міф 2: наркотыкі даюць ні з чым не параўнальнае задавальненне.

Факт: адчуванне кайфа не ўзнікае пасля першай таблеткі ці ін'екцыі. Зусім наадварот, як пры выкурванні першай цыгарэты, - млоснасць, ірвота, галавакружэнне. Больш таго, эйфарыя 3-4-й дозы хутка знікае і ў далейшым наркотыкі прымаюць, каб зняць пакутлівыя, хваравітыя адчуванні (ломку) і проста праіснаваць яшчэ адзін дзень.

Міф 3: наркотыкі бываюць “лёгкімі” і “цяжкімі”. Траўка – “лёгкі” наркотык, які не выклікае прывыкання.

Факт: усе наркотыкі выклікаюць прывыканне. Любы наркотык забівае, гэта толькі пытанне часу.

Міф 4: наркаманамі становяцца толькі слабыя і бязвольныя.

Факт: залежнасць ад наркотыкаў – гэта захворванне, яно не мае адносін да сілы волі.

Міф 5: калі наркотыкі не ўводзіць у вену, прывыкання не будзе.

Факт: любы спосаб ужывання прыводзіць да залежнасці. Існуе закон дозы: з меншых доз чалавек пераходзіць на большыя, з менш моцных рэчываў – на больш моцныя.

Міф 6: лепш кідаць паступова.

Факт: прасцей адмовіцца ад ужывання наркотыкаў 1 раз, чым потым намагацца зрабіць гэта ўсё жыццё.

3. Небяспека, звязаная з ужываннем наркотыкаў (апытанне вучняў)

- Перадазіроўка прыводзіць да страты свядомасці і нават смерці.
- Вельмі частыя аварыі ў стане наркаічнага ап'янення.
- Прывыканне, фізічная і псіхалагічная залежнасць.

- Разгубленасць, эйфарыя, галюцынацыі, якія прыводзяць да смяротнага зыходу.

-Павышаная эмацыянальная ўзбуджальнасць, неадэкватныя паводзіны.

-Частыя галавакружэнні.

-Імгненная смерць.

-СНІД і іншыя захворванні.

-Страта інтарэсаў, імкненняў, лягота.

- Прыроджаныя дэфекты ў будучых дзяцей.

- Паўторная цяга да наркотыкаў пасля працяглага перапынку ў іх ужыванні.

-Фізічныя і псіхічныя парушэнні.

4. Гісторыя аб наркаманах.

Большасць медыкаў прыйшлі да высновы, што ўжыванне наркотыкаў адбываецца ў выніку таго, што ў чалавека няма мэты ў жыцці, ён раўнадушны да таго, што адбываецца вакол яго, такія людзі пастаянна незадаволены тым, як несправядліва адносяцца да іх іншыя. Давайце разгледзім сітуацыі, у якіх падлетку хтосьці прапануе наркотык. Паспрабуем вызначыць магчымыя шляхі выйсця з такога становішча.

Заданне 1

Уважліва прачытайце пачатак апавядання і паспрабуйце самастойна яго закончыць.

“У нас была свая кампанія. Мы штодзённа сустракаліся ў двары дома і разам праводзілі вольны час. Усе хлопцы, ія ў тым ліку, курылі. Аднойчы ў нашай кампаніі з’явіўся новенькі. Ён падмешваў у цыгарэты нейкую траву, якую называў “наркатой”, і прапаноўваў нам таксама паспрабаваць. Ён так захапляюча расказваў, як пасля такой цыгарэты “ловіць кайф”, запэўніваў, што гэтыя адчуванні ні з чым не параўнаць па прыемнасці. Некаторыя спрабавалі адразу. Я адмовіўся. Ён спрабаваў пераканаць мяне, што нічога не здарыцца, калі я адзін раз паспрабую...”

Заданне 2

“Пасля 9 класа я пайшоў вучыцца ў каледж. Там я пазнаёміўся з хлопцамі, якія ўжывалі “траўку”. Мне некалькі разоў прапаноўвалі паспрабаваць, але я адмовіўся. У той перыяд у мяне былі непрыемнасці, я пасварыўся з выкладчыкам, ды і дома часта ўзнікалі канфлікты з бацькамі. Праз год я кінуў каледж і паступіў у іншы. Але непрыемнасці ўзнікалі адна за адной. Пабіўся са сваімі аднакурснікамі. Завялі справу. Бацька жорстка адлупцаваў мяне. Адзіныя, хто паспачуваў мне, былі мае сябры па першым каледжы. З імі я мог спакойна пагутарыць, адкрыць сваю душу. Хлопцы супакойвалі мяне, казалі, што усё гэта ерунда, хутка забудзецца. Прапанавалі паспрабаваць “траўку”.

5. Ролевая гульня “На прыёме ва ўрача”

Выбіраюцца два вучні для гульні: адзін – пацыент-наркаман, другі – урач. Пацыент-наркаман павінен апісаць, на што ён скардзіцца, урач удакладніць сімптомы, пры гэтым пералічваюцца прыкметы захворвання наркаманняй. Яны запісваюцца на дошцы ці ватмане.

6. Малюнак “Як мы сабе ўяўляем чалавека наркамана”

Вучням прапануецца намаляваць наркамана такім, якім яны ўяўляюць такога чалавека.

7. Ролевая гульня “Прэсінг”

Выбіраецца адзін вучань, які выконвае ролю ахвяры. Група вучняў пачынае ўгаворваць яго выкурыць цыгарэту з наркотыкам. Ён адмаўляецца.

Пасля гульні неабходна абмеркаваць з вучнямі, якія бываюць метады групавога націску і што пры гэтым адчувае чалавек, на якога аказваюць прэсінг, і які, нягледзячы на гэта, намагаецца адмаўляцца.

8. Ролевая гульня “Судовы працэс”

На лаўцы падсудных – наркатычныя сродкі. У якасці абвінаваўцаў, абаронцаў і суддзяў выступаюць вучні, якія дзеляцца на тры групы. Вучні адыгрываюць судовы працэс. Група адвакатаў і абвінаваўцаў выказваюць свае

апзіцыі адносна наркотыкаў. У канцы гульні ўсе абмяркоўваюць “мінусы” прыняцця наркотыкаў.

9. Пісьмовае заданне: вучням раздаюцца карткі з сітуацыямі. Кожны вучань павінен напісаць, як ён будзе дзейнічаць у прапанаванай сітуацыі:

- ты на вечарынцы і бачыш, што ўсе прысутныя хочуць паспрабаваць наркотык;

- ты на дні нараджэння, у якасці адной з забаў – цыгарэта з наркотыкам;

- ты ў начным клубе і бачыш, як збываюць наркотык;

- ты на дні нараджэння сябра ўбачыў і пазнаў наркамана. Што ты будеш рабіць?

- ты апынуўся ў кампаніі, дзе табе будуць прапаноўваць наркотык. Якія прычыны адмовіцца ты можаш назваць?

- ты ведаеш, што на вечарынцы, куды цябе запрасілі, могуць прапанаваць паспрабаваць наркотык. Які план адыходу ты распрацаваў бы на выпадак, калі ўзнікне такая небяспечная сітуацыя?

10 Анкета “Наркотыкі”

1. Што такое, на ваш погляд, “здоровы лад жыцця”?

а) не выпіваць спіртныя напоі;

б) не курыць;

в) займацца спортам;

г) не ўжываць наркотыкі;

д) паўнавартасна харчавацца.

2. Ці лічыце вы неабходным прытрымлівацца прынцыпаў здоровага ладу жыцця?

а) так;

б) часткова;

в) гэта праблема мяне пакуль не хвалюе;

г) не.

3. Ці ёсць сярод вашых знаёмых людзі, якія ўжываюць наркатычныя сродкі?

а) так;

б) не.

4. Калі б вы даведаліся, што ваш сябар (сяброўка) ужывае наркатыкі, вы:

а) неадкладна спынілі б з ім з ёй) адносіны;

б) працягвалі б сябраваць, не звяртаючы ўвагі;

в) пастараліся б дапамагчы вылечыцца;

г) папрасілі б даць паспрабаваць наркатык.

5. Ці спрабавалі вы наркатыкі? Якія?

а) какаін;

б) гераін;

в) ЛСД;

г) каноплі;

д) іншыя;

е) не.

6. Наркатык варта паспрабаваць:

а) каб надаць сабе смеласці і ўпэўненасці;

б) каб лягчэй падтрымліваць зносіны з іншымі;

в) каб адчуць пачуццё эйфарыі (кайфа);

г) з цікавасці;

д) каб не быць “белай варонай” у кампаніі сяброў;

е) каб паказаць сваю незалежнасць бацькам і настаўнікам;

ж) не варта спрабаваць ні ў якім выпадку.

7. Таленавітыя людзі ўжываюць наркатыкі, каб атрымаць натхненне:

а) так;

б) не.

8. Наркатык робіць чалавека свабодным:

а) так;

б) не.

9. Наркатык вызваляе ад паўсядзённых праблем:

а) так;

б) не.

10. Наркатыкі даюць непараўнальнае адчуванне задавальнення:

а) так;

б) не.

11. Наркатыкі бываюць “лёгка” і “цяжка”. Напрыклад, “траўка” – “лёгка” наркотык, які не выклікае залежнасці:

а) так;

б) не.

12. Калі наркотык не ўводзіць у вену прывыкання не будзе:

а) так;

б) не.

13. Ад чарговага ўжывання наркотыка заўсёды можна адмовіцца:

а) так;

б) не;

в) калі ёсць сіла волі, то – так.

14. Наркаманамі становяцца толькі слабыя і бязвольныя:

а) так;

б) не.

15. Калі кідаць, то лепш кідаць:

а) паступова;

б) адразу;

в) кінуць немагчыма.

16. У наш час існуюць эфектыўныя метады лячэння наркаманіі, якія дазваляюць чалавеку зноў вярнуцца да нармальнага жыцця, стаць паўнаважным членам грамадства:

а) так;

б) не.

11. Заключэнне.

Мы ўсе сустракаемся са складанасцямі ў жыцці, шукаем задавальнення і шчасця. Але перш чы вырашыць, што ваша шчасце і сэнс жыцця ў наркотыках, падумайце аб наступствах. Помніце і аб тым, што лячыць наркаманію вельмі і вельмі складана. Ведайце, што на вас ідзе паляванне. Тыя, хто прапаноўвае вам паспрабаваць наркотыкі, не задумваецца аб вашым душэўным стане, а толькі шукаюць ахвяру, якая дасць ім магчымасць хутка атрымаць грошы. Не дазваляйце сябе падмануць і завабіць у лабірынт, з якога нельга знайсці выйсце.