

**УРОК: Психотропни и наркотични вещества**

**Разработил урока: Даниела Христова Кенарева, старши учител в СУ“Вичо Грънчаров“ град Горна Оряховица**

**Часът е проведен в ІХ „А“ клас и в клуб по интереси БМЧК при СУ“Вичо Грънчаров“ град Горна Оряховица/ученици от VІІІ до ХІ клас/**

**на 8.ХІІ.2017 г., на 15.ХІІ. 2017г., на 5.І.2018г., на 12.І.2018г. и на 19.І.2018г.**

**Наркотиците са психотропни вещества с природен и синтетичен произход, които променят начина на функциониране на психиката и тялото на човека и водят до остри или хронични интоксикации. Те бавно, но сигурно си пробиват път и се разпространяват навсякъде из страната ни, застрашавайки живота на голяма част от младото поколение.**

***Прекрасна възможност да започна превантивна дейност ми предостави програмата „Научи се да даряваш“, защото информираните*деца*са по-внимателни в действията си и разговарят по-свободно и открито на тази*тема*.***



**Цел на урока**

**Основна цел:** Затвърждаване на знанията за въвеждащите наркотици и повишаване на вниманието към употребата на алкохол, тютюн и марихуана.

1. Да формирам психична готовност у учениците за здравословен начин на живот, изключващ употребата на наркотици.
2. Да формирам отрицателно отношение и поведение към тютюнопушене, алкохол и наркотици.
3. Да развия у учениците умения да измислят алтернативни решения на наркотиците и да предвиждат последствията от тях.
4. Да развия у учениците необходимите умения за устояване на натиска за приемане на дроги
5. Да бъдат запознати учениците с правната и законовта норма.

**Описание**

Темата на урока беше заложена в **пет** часа. *Първият* час се проведе в класната стая в извънучебно време. *Вторият* час се проведе със съдействето на медицинското лице в училището. *Третият* час се проведе със съдействието на инспектор от Детска педагогеческа стая при РПУ град Горна Оряховица. *Четвърти*ят час на учениците беше прожектиран филм и се раздаваха брошури, изработени от БМЧК при СУ „Вичо Грънчаров“. *Петият* час учениците проведоха ролеви игри.

**Структуриране на урока:**

Рязко се снижава възрастта при първоначална злоупотреба с наркотици. Вече има фрапиращи  случаи на тежка употреба на всякакви психоактивни вещества, включително и на хероин. Средната възраст при първи опит за употреба на инхаланти е под 12 години.

            Всичко това налага ***превенцията*** на риска от употреба на наркотични вещества да започне още в ранен етап на образователната степен. Това е възрастта, в която децата оценяват последствията от своите постъпки, и осъзнават добре необходимостта от правила и ограничения и ги спазват.

**Прекрасна възможност да започна превантивна дейност ми предостави програмата „Научи се да даряваш“, защото информираните децаса по-внимателни в действията си и разговарят по-свободно и открито на тази тема*.***

***Учебните часове бяха структурирани в няколко дейности:***

**Дейност 1:**

*Коментирахме* с учениците, че личният избор, свързан с укрепване и опазване на здравето, включва много фактори – физическа активност, закаляване, правилно хранене, лична хигиена. Заедно стигнахме до извода, че здравето е най-голямото богатство и за опазването му човек трябва да се грижи през целия си живот.

*Коментирахме* с учениците това, че съществуват вещества от околната среда, които увреждат здравето на човека, и те са: алкохолът, вредните вещества, съдържащи се в тютюневия дим, и наркотичните вещества.

*Учениците проучиха* исторически сведения за използването на вредни вещества от различни народи през минали векове и информация за въздействието им върху здравето на човека. Работиха по групи, като всяка група сподели резултатите от проучванията си с целия клас.

*Запознах* учениците с различните видове наркотични вещества и влиянието им върху здравето на човека, с основните понятия, свързани с употреба на дрога, с причините за това явление, с признаците.

**Дейност 2:**

**Разглеждане на различни начини за зарибяване на тинейджъри.**

/показани са в Приложение 1/

**Разглеждане на Истински истории.**

/показани са в Приложение 2/

**Дейност 3:**

 Работата продължи с „Решенията, които взимам”. С помощта на различни ***ролеви игри*** учениците овладяха умения да измислят алтернативни решения на наркотиците и да предвиждат последиците от тях.

**Ролеви игри:**

**Асоциативен облак „Наркоман”**

Цел: усвояване на знания за различните видове наркотични вещества; повишаване вниманието към проблема; упражняване на умения за работа с информация, свързана с психоактивни вещества.

В средата на постер се рисува облак и в него се записва думата „наркоман”. В горната част на листа се записват причините, които карат един млад човек да посегне към наркотиците, а в долната – последиците от употребата им.

**Групова работа „Даровете на наркоманията”**

Цел: усвояване на знания по темата наркомании и повишаване на вниманието към проблема.

Участниците се разделят на три групи, на които се раздава информация за въздействието на наркотиците върху човешкия организъм, както следва:

1. Първа група – опиати
2. Втора група – амфетамини
3. Трета група – кокаин

Говорителите на всяка група по интерактивен начин представят дадения материал пред останалите участници. На постер се обсъждат и записват плюсовите и минусите от употребата на наркотици.

***Учениците споделят за особено атрактивният начин да се позабавляват на тема „наркотици“. Да повишат вниманието си по проблема, да се запознаят с въздействието на различните наркотици върху човешкият организъм, да преценят плюсовете и минусите от употребата им.***

**Дърво на решенията „Употреба на наркотици”**

На постер се рисува дърво с корени и корона. В корените се записват причините, поради които младите хора посягат към наркотиците ( любопитство, желание за принадлежност към определена група, подражание или натиск от приятели, стремеж към независимост и творческо постижение, бягство от проблемите или протест към нормите на обществото, страст за нови удоволствия и очакване на по-добри постижения, потребност от отпускане и пълен покой, желание да се направи опит и да се преживее опасността, чувство за малоценност, емоционална неустойчивост и трудности в общуването и други ), а в клоните – предимствата и недостатъците на това връсниците им да употребяват дрога.

**Дейност 4:**

 Осъществихме среща с медицинското лице в училище – м.с. Жанета Николаева, която запозна учениците с вредното въздействие на наркотиците върху човешкото здраве и особено върху детския организъм.

***Учениците споделят за необходимостта от „откровен разговор със специалист“ по темата. Показват едновременно и любопитството си и страховете си от употребата на психотропни вещества. Споделят за това, че често „компанията“ е нещото, което ги кара да опитат. Не се страхуват да отбележат, че най-важното е средата, в която се движат тинейджърите. Дискотеката е мястото. Купонът, далеч от родителите – също.***

**Дейност 5:**

Осъществихме среща с инспектор Калин Печев към ДПС при РПУ Горна Оряховица, който запозна учениците, че изготвянето, придобиването, държането, продажбата, превозването или пренасянето на наркотични вещества се преследва и наказва от закона, както и склоняването на друго лице към употреба на наркотици.

***Учениците споделят, че са ставали свидетели на ситуации, в които по-големи от тях се опитват да им пласират „весела цигара“.***

***Изказват мнение, че след разговора си с инспектора от ДПС не биха се „подлъгали“ за подобно нещо, защото осъзнават риска и наказателната отговорност, която трябва да поемат.***

**Дейност 6:**

Гледахме образователния филм „Наркотиците в България”, който допринесе за разширяване на осведомеността на учениците по въпросите.

***Учениците споделят, че реалността ги е подтикнала да осмислят поведението си.***

***Рефлексия:***

Мнението и нагласите на учениците от проведеното обучение по.показват, че целите на темата „Психотропни и наркотични вещества“, проведена по програмата са реализирани. Повечето от учениците имат отрицателно отношение към тютюнопушенето, алкохола и наркотиците. Притежават умения за здравословен начин на живот, изключващ употребата на дрога, и умения да устояват на натиска за приемане на наркотици.

**В началото на учебния час и в края направих вид измерване/**чрез записване на настроението в началото и в края на часа чрез емотикона, както и чрез устен разговор**/** за настроението, нагласите и емоциите на децата преди и след часа. Отчитането на емотиконите показа повишен резултат на изхода, в сравнение с входа.



**От коментарите в час и в сформираните ателиета по дейности**

* Учениците споделят за положителното въздействие на разясненията от медицинското лице за въздействието на марихуаната и за това „доколко лечебна е тя“.
* Учениците споделят за положителното въздействие на разясненията от инспектора на ДПС за това „какво казва законът за наркотиците“.
* Учениците от БМЧК, които са изработвали брошурата споделят за удовлетворението, което е било от дейността.



**Идеи за надграждане**

* Да се огранизират подобни образователни игри, съвместно с медицинското лице в училище или съвместно с Регионалните Здравни Инспекции.
* Да се огранизират и дискутират рисковете отупотребата на наркотици; както и личната отговорност при използването им.
* Да се огранизират дискусии относно аргументиране на избор на решение в конкретна ситуация, свързана с риск за собственото здраве.



**ПРИЛОЖЕНИЕ**

*Приложение 1*

**Ето няколко популярни начина за зарибяване на тийнейджъри:***1. Хвалби и завист*  
Когато всеки ден слушаш хвалбите на своите приятели колко страхотно са си прекарали предишната вечер, когато са се събрали и са пушили трева, какви преживявания са имали и как никакъв купон не може да се сравни с това, лека полека любопитството взема своето. Завиждаш ли им, че са изпитали това? Честно? Следващият път ще идеш с тях и ще опиташ и ти. Макар и да си мислиш, че наркотиците са лоши. По- добре потърси други приятели.  
*2. Приятелска шега*  
И това се случва – вместо обикновена цигара, приятелчето да ти даде друга, от която изведнъж ти става много смешно. После ще те открехне какво ти е дал – марихуана. Ако ти е станало лошо или пък прекалено смешно и леко- внимавай! И без да искаш, вече си се запознал с наркотиците. Не забравяй, че хубавите усещания обикновено са само в началото, това е примамката. Особено ако става дума за хероин. Що за приятел е този, който те въвежда в наркотиците? По- добре го прецени внимателно и – най- добре го избягвай вече.  
*3. Приятелски шантаж*  
Ако си решил да не опитваш наркотици и въпреки това се окажеш в компания на по- авторитетни свои приятели, може да те натиснат да опиташ. Ако ти кажат „ Ти какво, слабак ли си? Не бъди пъзльо, какво ще ти стане?!”. Ами ако сред тях е и момичето, което харесваш и което гледа с усмивка твоите опити да устоиш? Колко дълго ще го направиш? Прецени кое е признак на сила- да се поддадеш на желанието на мнозинството или въпреки него да отстояваш своята позиция. Ако си достатъчно твърд, момичето така или иначе ще го оцени и едва ли ще те помисли за страхливец, напротив.  
*3. В пияната мъгла*  
Мнозина на твоята възраст са опитали наркотици за пръв път, след като са пили алкохол. Макар и да са си казвали – може да пия, но никога няма да употребявам наркотици. Да, но знаеш ли какво става с човек, който е обърнал няколко чаши? Морето започва да му се струва до колене, а спирачките му отказват. Започва да прави неща, които дотогава не си е и помислял, че може да направи. В такова състояние ти се вижда единствено забавно да опиташ и наркотик, макар и никой да не те кара. Без дори да си зададеш въпроса – какво правя...  
*4. Любовен шантаж*  
Повечето момичета на тази възраст са започнали да употребяват наркотик, защото момчето, в което са влюбени, им го е предложило. Това е единият вариант. Другият е, когато момчето вече е станало зависимо от наркотици. Тогава момичето решава да опита, за да му докаже, че може да спре. Там е тя, че стъпиш ли веднъж на този път, никога не знаеш къде ще те изведе. Може и да можеш да спреш, повечето обаче не могат. И в един момент губят и живота си, и момчето, заради което са започнали всичко.  
*5. Случаят Елена*  
 В „Одисея” от Омир хубавата Елена, която иска да повиши настроението на тъжната компания, тайно добавя към виното сок от мак, получен от египетската царица Полидамна.  
*6.  Криворазбраната милозливост* Приятел предлага на момчето, което се е разделило с любимото момиче и мъчително преживява загубата, да се " надруса и да забрави". След приема на наркотика, наистина, настроението е друго и всичко се забравя до...отрезвяването. Трябва отново и отново да се надрусаш, за да забравиш отново и така ставаш зависим.

*Приложение 2*

**Истински истории**

Истински истории  
 Най-ужасният ден в живота ми  
 / писмо до сайта на сдружението [www.antidugbg.com/](http://www.antidugbg.com/)  
 Здравейте на всички, казвам се Здравка и съм от София. Пиша тук, за изплача своята мъка от загубата на моя брат Стефан. На 30.03. загубих брат си завинаги след поредната му доза хероин, която се оказа фатална..... След дълги месеци лечение в една клиника извън София , той се прибра отново в къщи, започна работа и всичко беше чудесно! Много надежди имах, че той наистина ще се оправи, но явно съм сгрешила. На 1.04 той и дядо ми имат рожден ден, а аз - имен ден. Всички бяхме много щастливи от факта, че ще имаме троен празник и приготовленията за празника бяха огромни и всички бяхме много щастливи, че ще се съберем отново всички заедно.....  
 30.03 се оказа за мен един от най-ужасните дни, защото разбрах че съм загубила по-голямото си братче...... Не знам какво да правя, как да спра да плача и да бъда силна! Сълзите ми не спират да текат, сърцето ми се е свило от факта, че никога повече няма да видя, прегърна или целуна веселия ми и усмихнат брат! Обичам го безкрайно много и не мога да се примиря с факта, че го загубих завинаги! Не мога да ви опиша в момента омразата си към всички наркотични вещества, защото те отнеха живота на брат ми! С уважение, Здравка

 Писмо до най-добрия ми приятел  
 Знам, че не искаш да ме слушаш...Смяташ, че ние сме вече далече един от друг- от двете страни на бариерата: единият, приет от обществото " натегач" /аз/, а другият- отиващ си нещастник/ ти/. Но ние сме приятели, макар и да се опитваш да го забравиш.  Макар и да не ми отваряш вратата, да не отговаряш, като чуеш гласа ми...Ние сме приятели, а това значи, че въпруки думите, които някога съм ти казвам, обхванат от отчаяние и бяс, че наркотикът е сякаш по- силен от приятелството ни, на мен МИ ПУКА ЗА ТЕБЕ!!! И както майка ти, аз ще бъда винаги до теб, когато ме потърсиш... Да, аз имам своя живот и не мога да бъда до теб непрекъснато, не мога да те пазя от пристъпите си. Мога само да ти кажа, че никога няма да ми бъдеш чужд и ако един ден намериш силата и смелостта да се изправиш срещу дрогата, аз ще бъда до теб...Хей, нали понякога си спомняш... Спомняш си хубавите ни часове, шегите ни, смеха, мислите ни...И аз ги помня... Никога не мисли, че всичко, което си имал преди дрогата, е умряло! Една голяма част е все още жива с нашето приятелство. Ако ти го потърсиш или поне го допуснеш да се съживи отново...То знае, колко ти е тежко. Но, моля те, не забравяй, че и на мен ми е тежко да те гледам така или да не те виждам въобще. Защото аз все още вярвам, че имаме бъдеще заедно, че можем да имаме много от тези неща, за които сме си мечтали...  
 Да, много вече сме изпуснали - но още много можем да имаме, много повече от загубените, много повече!!! Ти си най- добрият ми приятел, забрави ли го? Не вярвам. Мисля,че ти бягаш от мен, защото смяташ, че не те разбирам, че не искам да те разбера. Виж, може би донякъде си прав- не че не искам, може би наистина не те разбирам винаги. Но искам да те разбера- помогни ми! Не разбираш ли, че си част от живота ми, важна част, голяма част, от която не искам да се лиша, не мога да се лиша. В твоите очи са скрити спомените от детството ни, толкова нови неща.Никой от нас не може да види това в другиго. Никой от нас не може да има друг приятел от детинството.  
  Помниш ли, като малки се заклехме, че никога нищо няма да ни раздели...Не ме оставяй! Знам, че не ти е леко, но опитай да се виждаме когато искаш и когато мога, бе мисли, че някой пренебрегва другия или подценява другия. Разбираш ли, аз съм също в безизходица- търся верния път към тебе и се ужасявам, че така дълго не го намирам. Нека си помогнем да сме отново заедно! Липсваш ми и не искам да те загубя- вярвам, че и ти не искаш. Обади ми се или вдигни телефона, отвори вратата, ела при мен някой път, когато имаш нужда да не бъдеш сам. Трябва да започнем отнякъде. Чакам те и няма да спра да те търся...