

Ročník: 8

Téma: JAK SE UBRÁNIT, JAK POMOCI? (Prevence zneužívání návykových látek)

MOTIVACE:

Naučit se odmítat, postavit se tlaku vrstevníků, vyzkoušet si správné volby argumentace při odmítání drog, výt na sebe hrdý/á, pokud umím drogu odmítnout a trvat na svých argumentech

ORGANIZAČNÍ FORMA: dramatizace, hraní rolí, diskuze

TEORETICKÁ ČÁST:

drogy = přírodní a syntetické omamné látky ovlivňující činnost nervové soustavy, mohou způsobit změny tělesné, duševní, emoční, změny chování, jsou schopny vyvolat závislost
závislost = stav, při kterém člověk musí opět brát drogy; droga je středem jeho života a on je za ni ochoten zaplatit jakoukoli cenu

- fyzická závislost – organismus se droze přizpůsobí a potřebuje ji (nedostatek způsobuje abstinenční příznaky)
- psychická závislost – člověk přestává mít pod svou kontrolou chuť na drogu, silně po droze touží
- druhy závislostí – alkoholismus, cigarety, drogy, workolismus, jídlo, televize, gamblerství, nakupování ...

DIDAKTICKÁ ČÁST:

1. motivace, teoretická část (10 min)
2. přečtení příběhu (3 min)
3. rozdělení žáků do dvojic, dramatizace rolí při odmítání drogy – dvojice se domluví, kdo nabízí a kdo odmítá, vymyslí si prostředí, každý žák by si měl vyzkoušet roli odmítajícího i roli odmítaného (15 min)
4. společně s žáky na tabuli vytvořit seznam možných odpovědí na nabídku drogy, alkoholu nebo cigarety + podle času předvedení ideální situace (15 min)

Pozn.: Učitel by měl zdůraznit význam odmítnutí drogy, nenechat sebou manipulovat, pochválit zdařilé argumentace, navrhnout s žáky nejlepší způsob odmítnutí

Slečna Jitka: „Kamarádka slavila narozeniny. Je silná kuřačka, naučily jsme se to vlastně spolu. Pořád mi nutila cigaretu: „Vem si jednu, to ti přece neuškodí, mám dneska narozeniny, je to moje přání, dáme si spolu jako dřív...“ Několikrát jsem jí opakovala, že už přece nekouřím, že si cigaretu nevezmu. Dlouho jsem jí odolávala, ale ona trvala na svém, že si od ní musím alespoň jednu vzít, jinak ji urazím. Tak jsem si jednu vzala, přičichla k ní, pak ji zlomila a dala do popelníku. „Co to děláš?“ divila se. Odpověděla jsem, že jsem jí přece vyhověla a vzala si od ní cigaretu. Ale aby taky ona vnímala to, co říkám já – že už nekouřím. A to už jsem na sebe byla docela hrdá.“

Podle knihy „Jak přestat kouřit“