7. klase

Tēma: Psihotropās vielas un alkohols

1. nodarbība - Saprātīga izvēle

**Nodarbības atsegums**

**Nodarbībā sasniedzamie rezultāti**

***Skolēnam veidojas sapratne par to,***

* kādas ir legālās un nelegālās psihotropās vielas;
* kādi ir riski un saslimšanas veidi, lietojot alkoholu vai narkotiskās vielas;
* kādi ir fiziskie un psiholoģiskie riski no atkarībām;
* ko nozīmē “zems risks” alkoholisko dzērienu lietošanā pieaugušā vecumā.

***Skolēnam veidojas morālais ieradums***

* apzināti dot priekšroku dzīvei bez psihotropām vielām un alkohola, rūpējoties par savu fizisko un psihisko veselību un labsajūtu;
* izprast psihotropo vielu un alkohola ietekmi uz turpmāko dzīvi un mērķu izvirzīšanu;
* paplašināt zināšanas par narkotikām un alkoholu un uzzināt, kā pieņemt ar tiem saistītus saprātīgus lēmumus.

**Atslēgvārdi:** narkotikas, psihotropās vielas, fiziska ietekme, sasniegumi, neparedzams.

**Nodarbībā aplūkotās vērtības un tikumi**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | No Pamatizglītības standarta | Papildus no programmas “e-TAP” |
| Vērtības | Cilvēka cieņa, dzīvība | Rūpes, brīvība, cilvēka daba |
| Tikumi | Atbildība, gudrība, savaldība, mērenība | Kritiskā spriestspēja, pārliecinātība  |

**Mācību materiāli:**

* *PowerPoint* prezentācija “Saprātīga izvēle”.
* “Narkotiku fakti un režģis” (1. materiāls).

**Atslēgas jautājumi:**

1. Vai visas psihotropās vielas ir kaitīgas?
2. Kāpēc, tavuprāt, alkohola un tabakas lietošana izraisa vairāk nāves gadījumu nekā citas narkotikas?
3. Kā psihotropās vielas un narkotikas tevi ietekmē (neskaitot fizisku iedarbību)?
4. Kā kaitīgās vielas var ietekmēt tavus nākotnes mērķus?

Mācību aktivitātes

Ierosme

**[2. slaids]** Skolotājs piedāvā strādāt grupās, uzdodot jautājumus: “Nosauciet visas psihotropās vielas un narkotikas, ko varat iedomāties. Kuras no šīm vielām ir bīstamas? Kāpēc? Kuras ir visbīstamākās?”

**1. aktivitāte. Dažādas vielas (ieteicamais laiks 10 min.)**

**[3. slaids]** Aplūkojiet *PowerPoint* prezentāciju (vai 1. materiāla 1. lappusi) ar dažādu psihotropo vielu un narkotiku bildēm! Pārrunājiet, kas tās par vielām un kāds ir to izmantojums!

* Vai vari nosaukt, kas tā par vielu?
* Vai vari nosaukt, kāda ir šīs vielas kaitīgā ietekme?

**2. aktivitāte. Narkotiku kaitīgā ietekme (ieteicamais laiks 10 min.)**

**[4. slaids]** Skolotājs uzsāk diskusiju: “Pārdomā, kādi dažādi alkohola un narkotiku veidi pastāv un kādu kaitējumu tie var nodarīt?”

Izlasi faktu lapu par alkoholu un narkotiskajām vielām (*1. materiāls 2. lpp.*), lai uzzinātu jaunākos statistikas datus par jauniešiem!

Pārrunājiet šos faktus grupās:

* Kā alkohols ietekmē dažādas sabiedrības grupas?
* Kā alkohols varētu ietekmēt tos, kas alkoholu lieto, un tos, kuri nelieto? (Vardarbība, neplānota grūtniecība, STS, ekonomika utt.)
* Kas, tavuprāt, ir vislielākais kaitējums, lietojot narkotikas vai alkoholu? Kā narkotiku vai alkohola lietošana var ietekmēt citus cilvēkus?

Skolotājs var izmantot šos resursus, lai iegūtu vairāk informācijas:

Tiešsaistē ir daudz vērtīgas informācijas, ko izmantot, lai palīdzētu skolēniem izprast narkotiku un pārmērīgas alkohola lietošanas kaitīgo ietekmi. Jūs varat skolēniem iedot šīs saites kā sākuma informāciju informācijas meklēšanai.

* <https://manadrosiba.lv/wp-content/uploads/2019/06/e-forma_14plus_alkoholsm.png> (alkohols).
* <https://manadrosiba.lv/wp-content/uploads/2019/06/e-forma_14plus_narkotikasm.png> (narkotikas).

3. aktivitāte. Kāpēc cilvēki lieto apreibinošas vielas? (ieteicamais laiks 10 min.)

**[5. slaids]** Skolotājs turpina diskusiju: “Analizējiet narkotiku un pārmērīgu alkohola lietošanu, pārdomājot, kāpēc cilvēki varētu pieņemt šādu lēmumu.”

* Kā izpaužas narkotiku un pārmērīga alkohola lietošana?
* Kā tas izskatās?
* Kāpēc cilvēki varētu lietot narkotikas un pārmērīgi lietot alkoholu?

Sākumā skolēni diskutē mazās grupās un apkopo savas idejas par trešo jautājumu.

Pēc tam skolotājs izdala 1. materiāla 3. lpp. un aicina skolēnus: “Salīdziniet jūsu apkopotās idejas ar idejām režģī (3. lpp.)! Vai bijāt nosaukuši visas idejas, kas apkopotas 1. materiāla 3. lappusē?”

4. aktivitāte. Likumi (ieteicamais laiks 5 min.)

**[6. slaids]** Nobeiguma diskusija:

* Kas noteikts likumos?
* Pavaicājiet skolēniem, vai viņi zina, kas likumos noteikts attiecībā uz cigaretēm, alkoholu un narkotikām. Kopīgi apskatiet šos likumus!

Šeit pieejams tiesību aktu kopsavilkums un uzdevums zināšanu nostiprināšanai (Vai tas ir legāls? Vai tas ir kaitīgs?):

<https://likumi.lv/ta/id/176425-alkohola-narkotisko-psihotropo-vai-toksisko-vielu-ietekmes-parbaudes-kartiba>