

Vzdělávací obor: **Výchova ke zdraví a bezpečí**

Očekávaný výsledek učení: CZB-VZB-003-ZV9-013

Uvádí do souvislostí zdravotní a psychosociální rizika zneužívání legálních i nelegálních návykových látek se životní perspektivou člověka, vysvětluje rizika a dopady závislostního chování.

Popis úrovně Splněno

- Rozlišuje základní legální a nelegální návykové látky.
- Popíše zdravotní a jiná rizika zneužívání návykových látek a nelátkových forem závislosti pro jedince a společnost.
- Rozpozná projevy závislostního chování u vrstevníků a osob ve svém okolí a informuje o této skutečnosti odpovědné osoby za účelem poskytnutí pomoci.

Tomášovy volby

Autorky materiálu: Eva Marádová, Miroslava Kovaříková

Anotace

Ilustrace je zaměřena na zdravotní a psychosociální rizika zneužívání legálních a nelegálních návykových látek v souvislosti s životní perspektivou. Umožňuje žákům identifikovat a diskutovat rizika a dopady závislostního chování. V aktivitě „Jak se volby mění“ mají žáci možnost v bezpečném prostředí otevřeně se vyjadřovat, sdílet své pocity. Příběh jim umožňuje reflektovat obtížné situace, do kterých se postupně Tomáš dostává, prakticky prožívat proces rozhodování a překonávání potíží. Pomáhá žákům rozvíjet schopnost reflexe vlastního vyjadřování i vyjadřování druhých. Umožňuje žákům využívat repertoár běžných výrazových prostředků verbální i nonverbální komunikace, které odpovídají danému komunikačnímu záměru (prezentují a obhajují názor na problematiku rizika závislosti z pozice zástupců určité skupiny expertů). Žáci uzpůsobují svoje vyjadřování tak, aby negativně nepůsobila na myšlení a prožívání druhých. Prezentují sebe a výstupy vlastní či skupinové práce.

Popis realizace / Zadání pro žáky

Úvod – Motivace/evokace

Vstup do tématu formou krátkého brainstormingu:

- *Co znamená závislost?*
- *Jaké znáte návykové látky?*
- *Jaké látky jsou označovány jako legální drogy? Nelegální?*

Hlavní část – práce s textem

Seznamte se s textem formou individuálního, skupinového nebo společného čtení. Následuje analýza příběhu, diskuse k jednotlivým zlomovým momentům.

Příběh: Jak se volby mění

Tomáš se rozhodoval, na jakou střední školu podá přihlášku. Zvolil si vysněnou průmyslovou školu. Na přijímací zkoušky se pečlivě připravoval. Z přijetí měl velkou radost, ale zároveň cítil i obavy a napadalo ho mnoho otázek. Jaké to bude na nové škole? Zvládnou nároky školy? Najdu nové kamarády? Po krásných prázdninách Tomáš nastoupil do nové školy a jeho obavy se rychle rozplynuly. Škola ho bavila, začal trávit stále víc času s novou partou kamarádů ze školy. Na začátku to byla jen občasná zábava, po škole zašli do kavárny nebo na pivo. Občas kouřil cigarety, které užívají i Tomášovi rodiče a starší bratr Honza. Tomáš si myslel, že to nic není, ale brzy začal pít alkohol pravidelně, aby se uvolnil. Alkohol také kombinoval s energetickými nápoji. Postupně se situace měnila. Chtěl silnější zážitky, a proto vyzkoušel marihuanu. Ta mu někdy pomáhala zapomenout na počínající problémy ve škole a doma. Rodiče řešili problémy v rodinné firmě, které se neobešly bez občasných hádek. Závislost se u Tomáše začala pomalu projevovat. Jeho známky se zhoršovaly, ztratil zájem o sport a koníčky, rodiče si začali stěžovat na jeho uzavřenost a časté podráždění. Tomáš měl problémy s pamětí, nesoustředil se. Kamarády ze školy vystřídali známí z hospod a klubů. Ti ho přivedli také k pervitinu – látce, která mu na chvíli dávala pocit energie a odvahy. Brzy ale začal mít potíže s usínáním, ataky úzkosti, nálady se střídaly a na své nové kamarády se nemohl spolehnout. Problémy ve škole začaly být vážné a ohrožovaly jeho budoucnost – uvažoval, že školu nedokončí. Rodinné napětí narostlo, přátelé se začali od něj odvracet, izolace se prohloubila a Tomáš cítil, že ztrácí kontrolu nad svým životem. Začal rodičům krást peníze. V polovině třetího ročníku byl Tomáš hospitalizován pro celkové fyzické i psychické vyčerpání, prodělal srdeční kolaps. Tomášovi se honilo hlavou mnoho otázek. Co bude dál? Může ještě pokračovat ve studiu? Najde zaměstnání v současné zdravotní situaci?

Otázky, úkoly k textu:

- Vyhledejte v textu zlomové momenty, ve kterých se Tomáš mohl rozhodnout jinak.
- Navrhněte, jak by mohl příběh pokračovat.
- Přemýšlejte o Tomášově životní perspektivě.
- Na které další osoby v příběhu mají vliv Tomášova rozhodnutí?
- Jaká rozhodnutí čekají Tomáše po propuštění z nemocnice?
- Kde může Tomáš hledat pomoc?

Skupinová práce metodou skládkového učení (expertních rolí)

Rozdělte se do skupin/týmů po čtyřech žácích. V každé skupině dostanete přidělenou různou roli: lékař, psycholog, sociální pracovník, policista. V této roli budete vystupovat během celé aktivity.

Na pokyn učitele všichni žáci s přidělenou rolí lékařů utvoří novou skupinu. Dále všichni žáci s rolí psychologů utvoří další skupinu. Následují žáci s rolí sociálních pracovníků a s rolí policistů.

V těchto nových skupinách „expertů“ společně diskutují Tomášovu situaci a možnosti pomoci z pohledu své přidělené role. Jaké problémy spojené s drogovou problematikou řeší hasiči, policisté, starostové, občané? V expertní skupině si každý člen diskutované problémy zapisuje.

Po 10 minutách se každý žák vrátí do své původní domovské skupiny/týmu a předá informace ostatním spolužákům z pohledu své přidělené role. Každá skupina připraví a prezentuje informační poster o dopadech drogové problematiky na společnost.

Závěrečná společná reflexe směřuje k upevnění znalostí o problematice závislostí a vysvětlení hlavních dopadů závislostního chování na jedince i společnost. Formativní hodnocení probíhá s využitím dále uvedených kritérií.

Vazba na klíčové kompetence

Název KK Složka KK Kód OVU	Znění OVU	Vzdělávací strategie
KK komunikativní Vyjadřování KKK-VYJ-000-ZV9-001	<i>Vyjadřuje se prostřednictvím souboru běžných výrazových prostředků, které volí s důrazem na svůj komunikační zájem, partnera a situaci.</i>	- vytvářím příležitosti pro různé formy diskuse, ve kterých mohou žáci bezpečně pokládat otázky a sdílet své myšlenky, prožitky, pocity na dané téma (párové diskuse, debatní kroužky atd.) - během výuky pokládám dostatečné množství otevřených otázek, které podněcují žáky k přemýšlení a hlubší argumentaci - do hodin zahrnuji prvky dramatické výchovy a role-play, při kterých mohou žáci experimentovat s různými perspektivami a formami vyjádření v různých, i potenciálně konfliktních komunikačních situacích - pomáhám žákům rozvíjet schopnost reflexe vlastního vyjadřování i vyjadřování druhých - nabízím žákům možnosti vyjadřovat se skrze různá, i nová média (např. zakládáním, tvorbou a údržbou společných blogů či online encyklopedií, tvorbou příspěvků na sociálních sítích)

Metodický komentář pro učitele

- Výuku funkčně propojte s cíli programu prevence rizikových projevů chování žáků.
- Cíleně podporujte rozvoj sociálních dovedností žáků, schopnosti asertivně komunikovat, čelit sociálnímu tlaku a uvážlivě se rozhodovat.
- Přizpůsobte rozsah a hloubku diskuse věku a vyspělosti třídy.
- Věnujte pozornost citlivému přístupu – někteří žáci mohou mít osobní zkušenosti v rodině.
- Zdůrazněte význam osobní zodpovědnosti za každé rozhodnutí.
- Pokládejte dostatečné množství otevřených otázek, které podněcují žáky k přemýšlení a hlubší argumentaci.
- Pomáhejte žákům rozvíjet schopnost reflexe vlastního vyjadřování i vyjadřování druhých s využitím sdílení názorů v expertních skupinách

Popis ověřování

Pozorování a diskuse

Učitel

- v rámci diskusí sleduje, jak žáci o problematice zneužívání návykových látek a závislostního chování uvažují;
- pozoruje práci žáků a vzájemnou komunikaci v expertních skupinách, sleduje diskusi při návratu žáků do původních skupin;

- otázkami ověřuje, zda žáci identifikují rizika závislostí ve vztahu k uživateli i v širším kontextu, zda se do jejich vyjádření promítá holistický přístup ke zdraví (dopady na zdraví v oblasti fyzické, psychické i sociální);
- sleduje, zda žáci dokáží v modelových situacích vhodně argumentovat, odolávat nátlaku;
- formativně hodnotí průběh prezentace úkolu, zda odpovídaly použité vyjadřovací prostředky účelu;
- ověřuje, jak žáci dokáží v diskusích obhajovat zdravý životní styl bez závislostí.

Hodnoticí kritéria k obsahu a formě prezentací

Hlavní dopady drogové závislosti podle kategorií:

Fyzické dopady: Poškození mozku – drogy mění chemické procesy, ničí nervové buňky, způsobují problémy s pamětí a myšlením. Srdeční problémy – zrychlený tep, vysoký tlak, riziko infarktu. Dýchací potíže – poškození plic, dušnost, chronický kašel.

Psychické dopady: Deprese a úzkost – časté u závislých, pocity beznaděje a strachu. Ztráta paměti a koncentrace – problémy ve škole, neschopnost se soustředit, zapomínání důležitých věcí.

Sociální dopady: Problémy v rodině – hádky, ztráta důvěry, rozpad vztahů. Školní problémy – zhoršené známky, absence, vyloučení. Finanční potíže, krádeže. Kriminalita – krádeže pro získání peněz na drogy, násilí pod vlivem.

Prezentace: struktura, přehlednost, srozumitelnost sdělení, přesnost vyjadřování, jazyková úroveň, přesvědčivost.

Reflexe

- *Co jsem se dnes naučil/a?*
- *Která aktivita se mi líbila?*
- *Jak jsem se cítil/a v přidělené roli při komunikaci v expertní skupině?*
- *Dokázal/a jsem přenést a obhajovat stanovisko, na kterém jsme se dohodli v expertní skupině, do svého týmu?*
- *Cítil/a jsem se bezpečně?*
- *Jsem spokojen/spokojená, jak se mi podařilo v mém týmu prosadit svůj názor „experta“?*
- *Jak jsem formuloval/a svůj nesouhlas?*
- *Jak ostatní reagovali na můj nesouhlas?*
- *Jak jsem se cítil/a, když ostatní se mnou nesouhlasili? Jak jsem reagoval/a?*