

KLASA I B BS – zajęcia z wychowawcą

Temat: Bezpieczeństwo w czasie wakacji a dopalacze.

Cele lekcji:

1. Uczeń zna konsekwencje zażywania dopalaczy.
2. Uczeń wie, do kogo zwrócić się o pomoc w przypadku zażycia substancji szkodliwych.

1) Dzień dobry.

Moi drodzy. Rok szkolny zbliża się powoli ku końcowi. Zmęczeni codziennymi wyzwaniami zapewne z niecierpliwością oczekujecie na ostatni dzień zajęć. A potem już tylko odpoczynek i ... Musimy uświadomić sobie, że czas wakacyjny nie zawsze bywa czasem beztroskiej zabawy, a konsekwencje niewłaściwych decyzji ponosić można bardzo długo, dlatego dziś zdecydowałam się porozmawiać z Wami na temat jednego z niebezpieczeństw czyhających na młodzież w czasie wakacji - dopalaczy.

2) Co to są dopalacze?

W ostatnim czasie coraz częściej słyszy się w mediach, a niejednokrotnie w najbliższym otoczeniu, o substancjach, które posiadają psychoaktywne właściwości zbliżone do działania narkotyków. Są to produkty pochodzenia zarówno syntetycznego, jak i naturalnego, sprzedawane w sklepach internetowych lub poprzez sieć sklepów stacjonarnych. Sprzedawcy reklamują je jako środki pobudzające, wspomagające funkcje poznawcze (np. poprawiające czasowo pamięć, koncentrację uwagi) czy pozwalające zrelaksować się. Jednocześnie producenci „dopalaczy” w ofercie handlowej zamieszczają informacje, że są to produkty kolekcjonerskie, nawozy do kwiatów czy sole do kąpieli „nie do spożycia przez ludzi”.

3) Jak działają dopalacze?

„Dopalacze”, jak większość substancji psychoaktywnych, działają na ośrodkowy układ nerwowy i po ich zażyciu zmienia się nastrój i zachowanie człowieka. Część substancji, najczęściej pochodzenia syntetycznego, daje efekty pobudzające przypominające skutki po użyciu amfetaminy, kokainy lub ecstasy. W grupie substancji pochodzenia naturalnego zachodzi duże zróżnicowanie w działaniu tych substancji. Często są to mieszanki ziół o działaniu psychoaktywnym i mogą działać zarówno uspokajająco, wywoływać euforię, jak i działać psychodelicznie czy halucynogennie. Skutki użycia mogą być zbliżone do działania marihuany, haszyszu czy LSD lub też do skutków zatrucia organizmu toksynami, często nieznanego pochodzenia, co ogromnie komplikuje interwencję medyczną.

4) Chciałabym, abyście na dzisiejszą lekcję zaprosili także rodziców. Przeczytajcie wspólnie plakat o zagrożeniach, do którego link zamieszczam poniżej, a potem porozmawiajcie z rodzicami na temat tego, czego się obawiacie. Starajcie się budować dobre relacje rodzinne, aby mieć zaufanie do rodziców, ale też aby rodzice mieli zaufanie do Was.

http://wsse.gorzow.pl/images/zalaczniki/zalaczniki_zdrowie/972_971_dopalacze_2.pdf

5) Teraz zapoznajcie się ze skutkami zażywania dopalaczy:

http://wsse.gorzow.pl/images/zalaczniki/zalaczniki_zdrowie/972_971_dopalacze_3.pdf

6) Ulotka informacyjna dla Was:

http://wsse.gorzow.pl/images/zalaczniki/zalaczniki_zdrowie/972_971_ulotka_dla_miodzieyy_1.pdf

7) Ulotka informacyjna dla rodziców:

http://wsse.gorzow.pl/images/zalaczniki/zalaczniki_zdrowie/972_971_ulotka_dla_rodzicow_1.pdf

8) Mam nadzieję, że czas odpoczynku wykorzystacie we właściwy sposób. Pamiętajcie, że żadne ostrzeżenia, nakazy i zakazy nie zastąpią zdrowego rozsądku.

Pozdrawiam, Joanna Nowakowska