

**PREVENČINĖS PROGRAMOS „ALKOHOLIO, TABAKO IR KITŲ PSICHIKĄ VEIKIANČIŲ MEDŽIAGŲ VARTOJIMAS“
2022-2023 M. M. INTEGRAVIMAS Į UGDYMO TURINĮ**

Tikslas – organizuoti, įgyvendinti ir tobulinti veiksmingas žalingų įpročių prevencijos priemonės, kurios formuotų mokinių psichologinę – socialinę kompetenciją, gyvenimo bei sveikatos įgūdžius, padėtų sveikai gyventi, kurti, sąmoningai rinktis, atsakyti už savo veiksmus ir suprasti savo poelgių padarinius.

Uždaviniai:

1. Plėsti žinias apie alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo rizikos veiksnių, ir išmanyti jų prevencinius, medicininius ir teisinius aspektus;
2. Skatinti savigarbą ir nuostatą ieškoti prasmingų laisvalaikio leidimo būdų, kritišką požiūrį į žalingų įpročių pavyzdžius savo aplinkoje, žiniasklaidoje;
3. Įtraukti mokinius ne tik į gyvenimo įgūdžių ugdymą, bet ir į visapusišką aktyvią žalingų įpročių prevencijos veiklą : išvykos į kitas institucijas, susitikimai su kompetentingais žmonėmis, renginių, akcijų organizavimas ir t.t..

Eil. Nr.	Ugdymo sritis	Integruojamos temos	Klasė
1.	Etika	<ul style="list-style-type: none"> – Kaip suprasti save ir padėti, jei reikia pagalbos. Vaikų telefono linija. – Kas gundo blogiems poelgiams? – Bendraamžių grupės įtaka. – Alkoholio poveikis fizinei ir psichinei sveikatai – Konfliktai ir nelaimingi atsitikimai kaip alkoholio vartojimo pasekmė. – Kaip pasirinkti prasmingus laisvalaikio leidimo būdus be alkoholio. 	5-8 IG-IVG
2.	Lietuvių kalba	<ul style="list-style-type: none"> – Bendras alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo mokinių situacijos pristatymas. – Kaip psichiką veikiančios medžiagos keičia gyvenimą? – Kokie dalykai nėra džiaugsmo ir laimės šaltiniai? – Kodėl jaunimas vartoja psichiką veikiančias medžiagas? – Alkoholio vartojimo pasekmės – „Rūkoriaus portretas“. 	5-8 IG-IVG
3.	Užsienio kalba	<ul style="list-style-type: none"> – Alkoholio, tabako ir elektroninių cigarečių žala sveikatai. – Pasauliniai jaunimo judėjimai, jų pozityvi ir negatyvi veikla – Prieš bandydami, pagalvokime! – Pasaulinė kova prieš rūkymą (reklamos ir pardavimo kontrolė). – Kaip alkoholis keičia žmonių gyvenimą? Žymių žmonių gyvenimo istorijos. 	6-8 IG-IVG
4.	Istorija	<ul style="list-style-type: none"> – Alkoholio reklama. 	7-8

		<ul style="list-style-type: none"> – Pasaulio gyventojų narkotikų bei alkoholio vartojimo statistika. – Draudimai pirkti, vartoti ir nešti alkoholinius gėrimus. – Kaip elgtis, kad nepažeistum įstatymų? – Įstatymai, susiję su psichiką veikiančių medžiagų apyvarta. Psichiką veikiančių medžiagų kontrolės ir prevencijos patirtis Lietuvoje ir pasaulyje. 	IG-IVG
5.	Gamta ir žmogus/Biologija	<ul style="list-style-type: none"> – Visavertės mitybos svarba paauglio sveikatai ir darbingumui. – Rūkymas kenkia ir nerūkančių sveikatai. – Gamta – visų namai. – Ligų galime išvengti! – Kraujotakos sistemos ligos. – Aktyvus ir pasyvus rūkymas. – Kaip atrodo rūkančiojo plaučiai. Kvėpavimo sistema. – Priklausomybės atsiradimas. – Gyvybė kuria gyvybę (nėščios motinos vartojamas alkoholis, tabakas ir kitos kenksmingos medžiagos pavojingos ne tik jai pačiai, bet ir būsimam kūdikiui). – Psichotropinių medžiagų poveikis žmogaus nervų sistemai. 	5-8 IG-IVG
6.	Chemija	<ul style="list-style-type: none"> – Pavojingos medžiagos. – Psichiką veikiančios medžiagos. – Kur kreiptis susirgus, apsinuodijus, apsvaigus? – Neutralizacijos reakcijos aplink mus. – Oksidai. Aktyvus ir pasyvus rūkymas. Ką slepia cigaretės dūmai? – Elgesio pokyčiai patiriant įvairaus laipsnio apsvaigimą. 	5-8 IG-IVG
7.	Matematika	<ul style="list-style-type: none"> – Kiek pinigų išleidžiama cigaretėms? – Kiek kainuoja sveikata? – Rūkymo tyrimas. 	5-8 IG-IVG
8.	Kūno kultūra	<ul style="list-style-type: none"> – „Sportas“ – alkoholio, rūkymo bei narkotikų žala žmogui. Sveikos gyvensenos pavyzdžiai. – Dabartinio laikmečio iššūkiai mano sveikatai. – Paauglystėje kylančios problemos – „Jaunystės griekai – senatvės vargai“. – Asmeninio fizinio tobulėjimo žingsniai . – Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų neigiamas poveikis paauglio organizmui ir jų nesuderinamumas su sportu. – Sportas ir anaboliniai steroidai. 	5-8 IG-IVG
10.	Klasės valandėlė	<ul style="list-style-type: none"> – Kokie mano šeimos pomėgiai? – Kas sveika ir kas žalinga sveikatai? – Kur kreiptis pagalbos susirgus, apsinuodijus ar apsvaigus? – „Pasaulinė nerūkymo diena“ – Kas lemia mano elgesį? 	5-8

		– Narkotikai – mitai ir tikrovė.	
11.	Klasės valandėlė	<ul style="list-style-type: none"> – Įpročių keitimo dienoraštis. – Narkotikai – skrydis į bedugnę. – Pasaulinė ŽIV, AIDS diena. – Rūkymo ir alkoholio vartojimo problemos, jų sprendimo būdai. – Alkoholis ir karjera. – Alkoholinių gėrimų vartojimo pasekmė šeimai ir visuomenei. – Psichotropinių medžiagų vartojimo pasekmės vairuojant. – Pasaulinė nerūkymo diena. – Rūkymo ir kitų kenksmingų medžiagų vartojimo pasekmės, reikalavimai mokiniams. Gimnazijos bendruomenės supažindinimas su ŠMM įsakymais. 	IG-IVG

Laukiami rezultatai:

1. Bus pateikta visapusiška informacija apie tabako, alkoholio ir kitokių žalingų įpročių daromą žalą žmogui ir visuomenei.
 2. Bus pažadinta mokinių motyvacija ugdyti sveiką gyvenseną;
 3. Tėvai bus įtraukti į žalingų įpročių prevencinę veiklą.
 4. Sustiprės tėvų tarpusavio bendravimas ir bendradarbiavimas, mokinių ir gimnazijos santykiai, mokiniai, dalyvaudami prevencinėje veikloje, įgis daugiau reikiamų žinių apie žalingus įpročius bei jų prevenciją.
 5. Bus išugdyti socialiniai įgūdžiai, padedantys pasipriešinti neigiamam socialiniam spaudimui.
-