

METODIKA PREVENTIVNÍHO PROGRAMU

“DEJ SI TAKY #dikynechci”

Základní informace o preventivním programu:

Úroveň provádění: podpora zdravotní gramotnosti u dětí a mládeže v oblasti rozhodování ve prospěch zdraví a jejich vhodná edukace v oblastech zdravého životního stylu

Oblast zaměření: prevence závislostí na užívání alkoholu, tabáku a jiných nikotinových výrobků

Cílová skupina: 6. - 7. ročník ZŠ a víceletých gymnázií. Věkové rozmezí je zvoleno s ohledem na období před prvními zkušenostmi s uvedenými látkami.

Forma: Specifická prevence: Primární prevence užívání alkoholu, tabákových a nikotinových výrobků. Prostřednictvím prožitkové pedagogiky program formuje postoje v afektivní rovině, rozvíjí klíčové kompetence - zejména sociální, personální a občanské a podněcuje k osobní zodpovědnosti za zdraví jednotlivce.

Délka programu: 100 min

Poskytovatel: Státní zdravotní ústav, Centrum podpory veřejného zdraví

Popis preventivního programu

Moderní interaktivní program „Dej si taky #dikynechci!“ se zaměřuje na prevenci užívání alkoholu, tabákových a nikotinových výrobků již od raného věku. Preventivní program upozorňuje na rizika spojená s užíváním těchto látek a podněcuje žáky k zamyšlení se nad reálnými situacemi, se kterými se mohou setkat v každodenním životě. Program podporuje schopnost skupinové kooperace a kritického myšlení žáků. Zasahuje do kognitivní i psychomotorické roviny a formuje postoje žáků v rovině afektivní.

Cílovou skupinou jsou žáci 6. - 7. tříd základních škol a víceletých gymnázií. V programu se pracuje s celým třídním kolektivem, který je rozdělen do skupin. Ty

pracují samostatně na jednotlivých stanovištích za přítomnosti lektora ve třídě. Na každém stanovišti se žáci seznámí s realistickým příběhem jednoho člena party, který má zkušenost s některou z legálních návykových látek. Po skončení programu probíhá zpětná vazba s žáky a vyhodnocení pracovního listu.

Praktický průběh hry

Úvod

Zábavný interaktivní program seznamuje žáky s partou kamarádů. Každé stanoviště ilustruje realistický příběh člena party a věnuje se některé z návykových látek, jako je alkohol a tabák, včetně nových trendů v oblasti užívání nikotinu jako jsou např. zahřívání tabák, elektronické cigarety (vapování) nebo nikotinové sáčky.

Vlastní průběh hry

Obecná charakteristika

Žáci jsou rozděleni do 4 skupin pomocí barevných náramků, které si na začátku programu náhodně vylosují. Počet žáků ve skupině se stanoví dle celkového počtu přítomných žáků. V této skupině zůstávají až do konce programu a společně prochází všechna připravená stanoviště.

Každé stanoviště má samostatný pracovní list. Sadu pracovních listů obdrží každá skupina od lektora na začátku programu. Ke každé sadě žáci dostanou i tužku (propisku). Čas strávený na stanoviště je přibližně 15-20 minut.

Popis jednotlivých stanovišť

Stanoviště Adriana



Dívčí členkou party je Adriana. Adriana je kuřačka. Dokonce kouří doma s rodiči. Na jejím stanovišti jsou popsána rizika kouření včetně onemocnění CHOPN (chronická obstrukční plicní nemoc). Také zjišťují, jak se na kouření tabáku podepisuje na vzhledu, zdraví lidí a kolik peněz kuřák utratí za rok.

Stanoviště Roman



Kromě hokeje Roman tráví dost času v Shisha baru, kam zve i své kamarády. Nikdo z nich si neuvědomuje rizika spojená s kouřením vodní dýmky. Kromě vodní dýmky jsou také představena rizika s užíváním nikotinových sáčků a žvýkacího tabáku. Stanoviště zdůrazňuje nikotin jako vysoce návykovou látku, která může způsobit i akutní otravu.

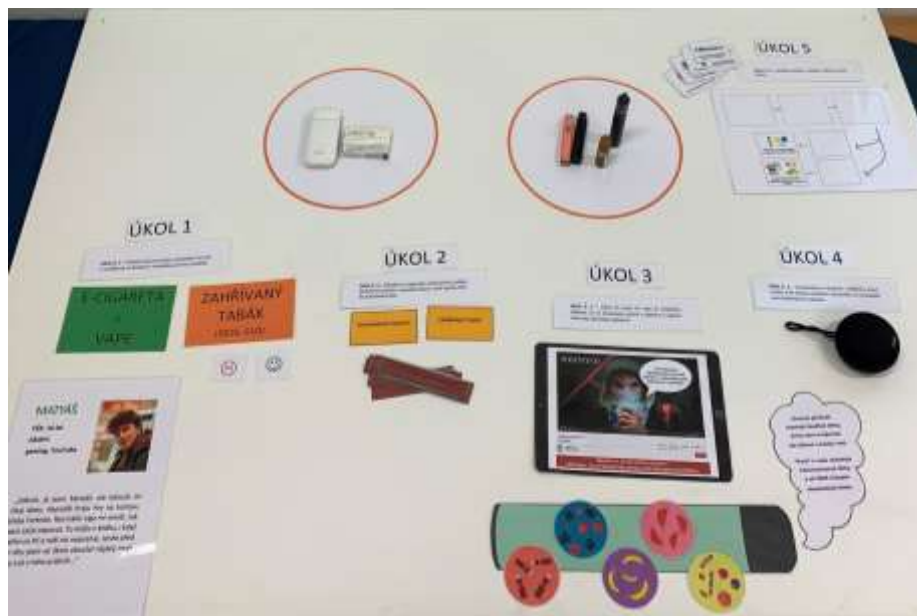
Stanoviště Sára



Druhá dívčí členka party se jmenuje Sára. Už ve 12 letech měla nepříjemnou příhodu s alkoholem. Na stanovišti žáci postupně odkrývají, co se stalo a jaké to mělo pro Sárku

následky. Pozornost je věnována mimo jiné nebezpečným alkoholovým challenges, kvůli kterým může dojít k otravě alkoholem.

Stanoviště Matyáš



Matyáš už nějakou dobu používá elektronickou cigaretu. Podle návodů od známého youtubera zkouší různé triky. Triky s párou předvádí ve škole spolužákům, a tak se dostane do problémů. Toto stanoviště žáky upozorňuje na zdravotní rizika užívání elektronických cigaret a zahřívání tabáku. Žáci se dozví, jaké chemikálie jsou v aerosolu a že se nejedná o neškodnou ovocnou páru.

Vyhodnocení programu

Po absolvování všech stanovišť a dokončení úkolů následuje společná rekapitulace příběhů jednotlivých členů party. Lektori kladou doplňující otázky k příběhům a návykovým látkám pro ověření získaných znalostí žáků.

Kontakt:

Mgr. Klára Kučerová (klara.kucerova@szu.cz)

Mgr. Petra Kamarádová (petra.kamaradova@szu.cz)

Facebook: Centrum podpory veřejného zdraví SZÚ

Instagram: centrum_podpory_zdravi