**Проект**

# «Зоны рисков и развития старшеклассников»

Аудитория: 10-11 классы

Сроки: декабрь

# Құмарлыққа бой алдыру - тәуелсізділіқ құрдымы .

# Зоны рисков и развития старшеклассников

# Разработка на тему: «Виды зависимости»

## Цель:

Формирование понимания различных видов зависимости, их влияния на личность и общество, а также развитие ответственного отношения к своему здоровью и жизни.

## Задачи:

– Дать представление о химических и поведенческих зависимостях.

– Развивать критическое мышление и умение делать осознанный выбор.

– Воспитывать ответственное отношение к себе и окружающим.

– Сформировать навыки отказа от вредных привычек.

## Оборудование:

– Презентация или видеоматериалы (по возможности)
– Доска, маркеры
– Раздаточные материалы (по желанию)

## Ход занятия:

1. Вступительное слово учителя (5 минут)
– Сегодня мы поговорим о теме, которая касается каждого человека — о зависимости. Это явление, с которым сталкиваются как подростки, так и взрослые.
– Зависимость может разрушать здоровье, отношения, будущее. Но можно научиться её избегать и противостоять ей.

2. Мозговой штурм (5 минут)
Вопрос:
– Какие зависимости вы знаете?
(Записываем на доске всё, что называют ребята — даже, если это «зависимость от сладкого» или «от телефона»).

3. Информационный блок (10–15 минут)
Рассказываем о двух видах зависимости:
Химическая зависимость:
- Алкоголь
- Наркотики
- Курение
- Лекарства

Поведенческая зависимость:
- Азартные игры
- Интернет и гаджеты
- Переедание
- Трудоголизм
- Созависимость

4. Обсуждение (10 минут)
Вопросы для диалога:
- Почему человек становится зависимым?
- Как отличить увлечение от зависимости?
- Какие последствия могут быть у зависимостей?
- Что помогает человеку справиться с зависимостью?

5. Ситуации для анализа (по желанию)
Пример:
Мальчик каждый день играет в онлайн-игру по 6–8 часов, забывая про учёбу, сон и общение с друзьями. Это зависимость? Как ему можно помочь?

6. Заключение (5 минут)
– Зависимости бывают разными, но у всех них есть общая черта — они лишают нас свободы.
– Умение сказать «нет» — это сила. Забота о себе — это зрелость.
– Если вы замечаете что-то тревожное у себя или близких — не бойтесь говорить об этом и просить помощи.

## Рефлексия:

– Что нового вы узнали сегодня?
– Какие мысли вам показались важными?
– Что бы вы хотели обсудить подробнее в будущем?

# Разработка на тему: «Признаки наличия зависимости у старшего школьника»

## Цель:

Формировать у учащихся осознание признаков зависимости, развивать навыки самонаблюдения и способности к противодействию вредным привычкам.

## Задачи:

– Ознакомить учащихся с основными признаками наличия зависимости.

– Повысить уровень осведомлённости о рисках, связанных с зависимым поведением.

– Развивать критическое мышление и навыки саморефлексии.

– Способствовать формированию ценностей здорового образа жизни.

## Оборудование:

– Презентация
– Раздаточные материалы (анкеты, карточки с ситуациями)
– Маркеры, доска

## Ход классного часа:

1. Вступительное слово учителя (5 минут)
– Тема нашего классного часа — признаки зависимости у старших школьников. Это важно, потому что многие зависимости формируются именно в подростковом возрасте.
– Сегодня мы поговорим о том, как понять, что у человека появилась зависимость, и что с этим можно делать.

2. Мозговой штурм: «Что такое зависимость?» (5 минут)
– Учащиеся называют ассоциации и формулируют общее определение зависимости.
– Учитель дополняет: зависимость — это навязчивое стремление к определённым действиям или веществам, приводящее к потере контроля.

3. Основной блок: Признаки наличия зависимости (15 минут)
Признаки можно разделить на три группы:

1. \*\*Физические признаки:\*\*
– Изменение внешности (похудение, усталый вид, ухудшение кожи)
– Нарушения сна и аппетита
– Тремор рук, ухудшение координации

2. \*\*Психологические признаки:\*\*
– Перепады настроения
– Раздражительность, агрессия
– Апатия, снижение мотивации
– Навязчивые мысли об объекте зависимости

3. \*\*Социальные признаки:\*\*
– Снижение успеваемости
– Уход от общения, замкнутость
– Частые конфликты с родителями и учителями
– Изменение круга общения

4. Обсуждение в группах (10 минут)
– Раздаются карточки с описанием ситуаций. Группы определяют, есть ли признаки зависимости.
– Примеры ситуаций:
 • Ученик постоянно сидит в телефоне, даже на уроках. Без него — раздражён.
 • Девочка отказывается от еды, говорит, что «слишком толстая».
 • Подросток стал агрессивным, замкнутым, резко сменил друзей.

5. Заключение (5 минут)
– Подводим итог: важно уметь замечать тревожные признаки в себе и других.
– Если есть подозрения — не нужно бояться говорить об этом взрослым, обращаться за помощью.
– Зависимость — не приговор. С ней можно справиться.

## Рефлексия:

– Что нового вы узнали?
– Что вас удивило или заставило задуматься?
– Считаете ли вы важным говорить об этой теме?

**Разработка родительского собрания на тему: «Взаимодействие семьи и школы по профилактике зависимости»**

**Цель:**

Формирование устойчивого взаимодействия между родителями и педагогами в вопросах профилактики зависимого поведения у детей и подростков.

**Задачи:**

– Выявить роль семьи и школы в формировании у детей ответственного поведения.

– Дать представление о мерах профилактики зависимостей.

– Сформировать единую позицию по взаимодействию педагогов и родителей в вопросах предупреждения зависимости.

– Обозначить признаки риска и способы раннего выявления зависимого поведения.

**Формы проведения:**

– Родительское собрание
– Классный час с приглашением родителей
– Совместная дискуссия, анкетирование
– Лекция с элементами тренинга

**Ход мероприятия:**

1. Вступительное слово (5–7 минут)
– Приветствие.
– Актуальность проблемы зависимости в подростковой среде.
– Значимость совместных усилий семьи и школы в профилактике.
– Краткая характеристика видов зависимостей (химические, поведенческие).

2. Информационный блок (10–15 минут)
– Основные причины возникновения зависимого поведения:
 • Недостаток внимания в семье
 • Проблемы в школе, с социальной адаптацией
 • Давление со стороны сверстников
 • Психологические особенности подростков

– Признаки риска:
 • Замкнутость, раздражительность, смена круга общения
 • Потеря интереса к учёбе и хобби
 • Повышенная агрессия или апатия

3. Формы взаимодействия семьи и школы (10 минут)
– Регулярные родительские собрания
– Индивидуальные консультации
– Психолого-педагогическое сопровождение
– Совместные мероприятия (тренинги, классные часы, праздники)
– Единые требования и поддержка дисциплины

4. Обсуждение, обмен мнениями (10–15 минут)
– Что родители могут делать дома для профилактики?
– Какие шаги может предпринять школа?
– Какие формы работы с детьми наиболее эффективны?

5. Заключение (5 минут)
– Подчёркивается важность диалога между семьёй и школой.
– Принимается решение о дальнейшем взаимодействии.
– При желании – сбор предложений от родителей.

**Рефлексия:**

– Что нового узнали сегодня?
– Что из услышанного оказалось полезным?
– Какие шаги готовы предпринять?