**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?