

Stručni rad

MJESEC BORBE PROTIV OVISNOSTI

Martina Simić Meznarić, mag. educ. biol. et chem., učitelj
mentor
Osnovna škola Izidora Poljaka Višnjica

Sažetak:

U osnovnoj školi Izidora Poljaka Višnjica i PŠ J. E. Drašković Cvetlin obilježen je Mjesec borbe protiv ovisnosti s učenicima viših razreda osnovne škole i s roditeljima učenika 7.a razreda. S učenicima i roditeljima provedene su radionice tijekom kojih su učili o različitim sredstvima ovisnosti i njihovoj štetnosti. Učenici su na teme vezane uz ovisnosti i njihovu štetnost izrađivali radove na papiru ili u digitalnim alatima. Učenici su izrađivali i radove u kojima su dali prijedloge što mogu raditi umjesto korištenja sredstava ovisnosti. Učenici su bili uključeni i u radionice vezane uz razvoj samopoštovanja, sposobnost odupiranja pritiska vršnjaka i razvoj svojeg ja.

Ključne riječi: učenici, učitelji, roditelji, sredstva ovisnosti, samopoštovanje

1. Uvod:

Mjesec borbe protiv ovisnosti obilježava se svake godine u razdoblju od 15. studenog do 15. prosinca. Cilj obilježavanja Mjeseca borbe protiv ovisnosti je upozoriti na problem ovisnosti i provođenjem različitih aktivnosti ukazati na njihovu štetnost. [1] Učitelji i učenici viših razreda Osnovne škola Izidora Poljaka Višnjica se svake godine uključuju u obilježavanje Mjeseca borbe protiv ovisnosti. Ove nastavne godine smo obilježavanje proširili tako što smo uključili i stručnu službu i roditelje.

2. Središnji dio:

2.1. Štetnost energetskih pića – stručna služba

Pedagoginja Ankica Gotić je na satovima razrednika 5.a, 6.a i 8.a razreda prošla temu *Štetnost energetskih pića za djecu*. Pedagoginja je s njima prošla sadržaj prezentacije o navedenoj temi koju je poslao ZZJZ Varaždinske županije. Učenici su s pedagoginjom razgovarali o tome jesu li probali piti energetska pića pri čemu su se sve učenice iz 5.a i 6.a razreda izjasnile da nisu. Nakon toga su učenici s pedagoginjom raspravili o tome zašto su energetska pića štetna za zdravlje. Na kraju je pedagoginja učenicima zadala da predlože što mogu raditi ili piti umjesto konzumiranja energetskih pića i da na taj način pošalju poruku drugoj djeci (slika 1 – slika 6).



Slika 1.

Učenica 8.a razreda poručuje da možemo piti vodu i zdrave sokove

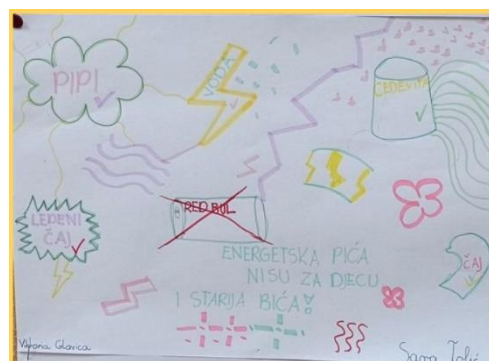


1.

Slika 2. Učenica 8.a razreda poručuje da možemo piti zdrave sokove



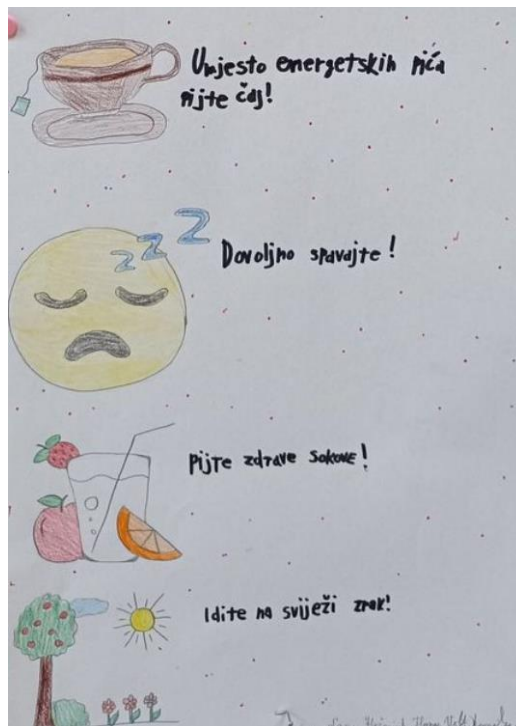
Slika 3. Poruke učenika 5.a razreda (grupa 1)



Slika 4. Poruke učenika 5.a razreda (grupa 2)



Slika 5. Poruka učenika 6.a razreda (grupa 1)



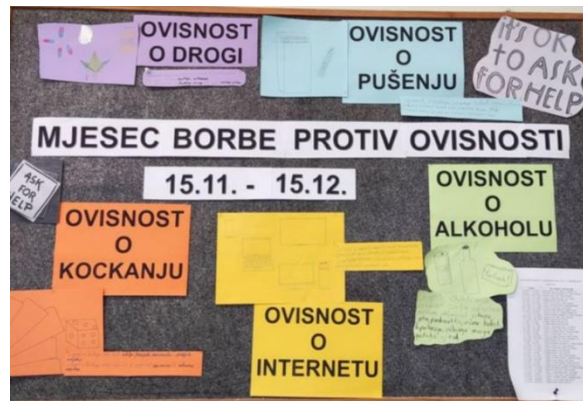
Slika 6. Poruka učenika 6.a razreda (grupa 2)

2.2. Mjesec borbe protiv ovisnosti – 6.b

U područnoj školi J.E.Drašković Cvetlin je učiteljica Snježana Conar s učenicima 6.b razreda Mjesec borbe protiv ovisnosti obilježila tako što su učenici istražili sljedeće teme: ovisnost o pušenju, ovisnost o drogi, ovisnost o kockanju, ovisnost o alkoholu i ovisnost o internetu. Nakon toga su učenici o navedenim temama raspravljali s učiteljicom te su pod njezinim mentorstvom pripremili materijale pomoću kojih su uredili školski pano (slika 7 i slika 8).



Slika 7. Učenici 6.b razreda istražuju, pripremaju materijale i uređuju pano



Slika 8. Uređen školski pano

2.3. Obilježavanje u 8.b

Učenici 8.b razreda su pod mentorstvom učiteljice Martine Simić Meznarić istražili sljedeće teme: ovisnost o drogi, ovisnost o alkoholu i ovisnost o pušenju. Nakon istraživanja i rasprave učenici su izradili digitalne radove (slika 9).



Slika 9. Učenici 8.b u izradi digitalnih radova na zadanu temu vezanu uz ovisnosti

2.4. Mjesec borbe protiv ovisnosti – 8. a

Učenici 8.a razreda su na nastavi kemije pod mentorstvom učiteljice Martine Simić Meznarić istražili i raspravili o sljedećim temama: posljedice ovisnosti o društvenim mrežama, posljedice ovisnosti o energetskim pićima, posljedice ovisnosti o alkoholu, posljedice ovisnosti o nikotinu. Nakon toga učenici su na zadane teme izradili radove u digitalnim alatima (slika 10 – slika 13).



Slika 10. Učenici 8.a razreda u izradi digitalnih radova



Slika 11. Plakat koji su u digitalnom alatu canva izradile učenice Mia Jurenc i Ana Zgrebec



Slika 12. Plakat koji je izradio učenik Silvio Bednjički



Slika 13. Plakat koji je izradila učenica Lucija Tolić

2.5. Radionice u 6.a razredu

Učenici 6.a razreda su se u Obilježavanje mjeseca borbe protiv ovisnosti uključili na nastavi prirode sudjelovanjem u radionicama koje je s njima provodila učiteljica Martina Simić Meznarić. Učenici su bili podijeljeni u tri grupe. Najprije su grupe dobile primjere triju različitih situacija na koje su trebali dati odgovor kako bi oni reagirali da su se našli u istima (slika 14 i slika 15).

1. situacija

Na tulumu ti prijatelji nude marihuanu ili ecstasy uz tvrdnju da će se tako lakše opustiti i uživati.

2. situacija

Kreiraj priču i obrazloži svoju odluku koristeći sljedeće smjernice

(Moj najbolji prijatelj se počeo družiti s dilerom...

Dva moja prijatelja iz razreda zovu me iza škole gdje se pije...

Rugaju mi se da sam mamina maza jer ne pušim, a to rade svi iz razreda...)

3. situacija

Na nagovor prijatelja ulaziš u kafić o kojem se priča da se u njemu dila droga.

Svi ti se smiju dok ti konobar nosi neko izmišljeno piće. Tebi je sve to

sumnjivo, kako ćeš reagirati? Odglumi.

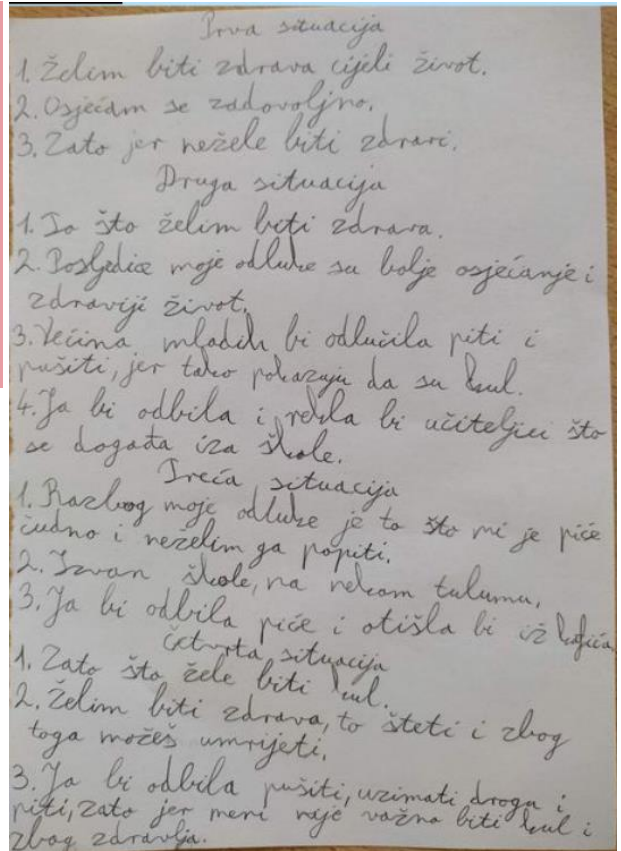
4. Situacija

Uvjet da ostaneš na tulumu na koji si došao s poznanikom iz paralelnog razreda je da se ponašaš kao i svi ostal: pušiš travu, piješ alkohol. Odigraj ulogu.

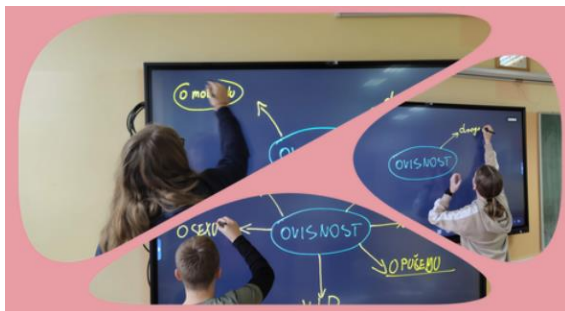


Slika 14. Učenici 6.a razreda u grupama rješavaju četiri zadane situacije

Situaciju 3 i situaciju 4 su odglumili učenici Leon Višić, Jasmin Bosilj, Marko Vorih i William Hriberšek, a kako je to izgledalo možete pogledati na videozapisu kojem možete pristupiti putem priložene [poveznice](#). Nakon toga su učenici 6.a razreda dobili zadatak da na interaktivni ekran pišu pojmove kojim im padaju na pamet, a koji ih asociraju na temu Ovisnost (slika 16 i slika 17).



Slika 15. Odgovori druge grupe na četiri zadane situacije



Slika 16. Pisanje asocijacija na temu Ovisnost



Slika 17. Asocijacije na temu Ovisnost

2.6. Radionice u 6.b razredu

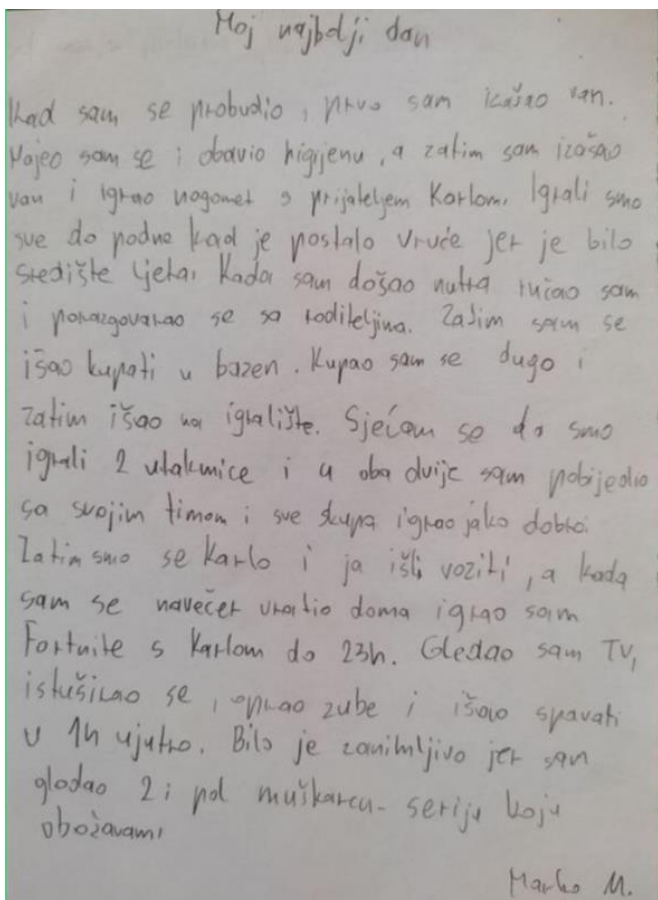
Učenici 6.b razreda su sudjelovali u radionicama koje su bile usmjerene na poticanje samopouzdanja što je jedna od važnih značajki u sposobnosti djeteta da se odupre utjecaju vršnjaka na nagovor uzimanja sredstava ovisnosti. Tako su učenici 7.b razreda najprije dobili zadatak da opišu svoj najbolji dan (slika 18 i slika 20). Nakon toga su trebali napisati kako provode slobodno vrijeme (slika 19 i slika 21). Zatim su dobili zadatak da napišu kako bi oni htjeli provoditi slobodno vrijeme (slika 22). Za kraj su učenici trebali napisati barem pet svojih pozitivnih osobina, nešto zbog čega su na sebe ponosni, vještina/znanja koje su naučili, načina na koji se mogu nagraditi, što ih može nasmijati.... Učenici su nakon svakog zadatka predstavili svoj rad.



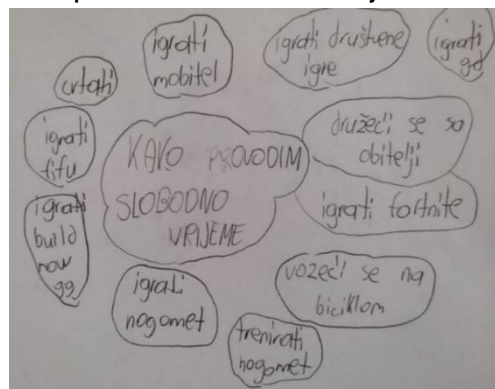
Slika 18. Učenici 7.b razreda opisuju svoj najbolji dan



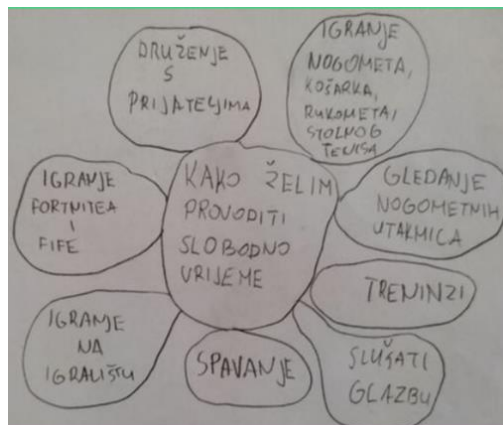
Slika 19. Učenici 7.b pišu kako provode slobodno vrijeme



Slika 20. Najbolji dan učenika Marka Voriha



Slika 21. Kako provodi dan učenik 7.b razreda



Slika 22. Kako bi jedan učenik 7.b razreda htio provoditi slobodno vrijeme

2.7. Radionice u 7.a razredu

Učenici 7.a razreda su slično kao i učenici 7.b razreda u obilježavanju Mjeseca borbe protiv ovisnosti bili uključeni kroz radionice vezane uz samopouzdanje i samopoštovanje. Učenici su u radionicama sudjelovali na satovima razrednika i satovima biologije pod mentorstvom učiteljice Martine Simić Meznarić. Prvi zadatak za učenike je bio u prvu kolonu napisati svoje navike, a u ostalim kolonama označiti X na mjesto na koje oni misle da je vezano uz njihovu naviku (slika 23).

ZADATAK: Upiši navike u prvu kolonu, a u druge kolone i redove, stavljajući znak "x", odredi kakve posljedice ostavljaju te navike.

| Navika | Ostavlja velike posljedice (i na zdravlje) | Ostavlja male posljedice (i na zdravlje) | Ostavlja posljedice na vrbnoj osobi | Nema posljedice za osobu |
|-----------------|--|--|-------------------------------------|--------------------------|
| igvanje igrača | | X | | |
| pušenje cigara | X | | X | |
| pušenje Wipa | | X | | |
| vožnja motorom | | | | X |
| roditi u štampi | | | | X |
| upirati | X | | | |
| gledati tik tok | | X | | X |

Slika 23. Odgovori jednog učenika 7.a razreda na prvi zadatak

Drugi zadatak za učenike je bila igra pantomime. Učenici su izvukli pojam iz kategorije slobodne aktivnosti. Nakon toga su ostalim učenicima pokazali pojam pomoću pantomime. Klikom na priložene poveznice možete vidjeti dva primjera pantomime. [Primjer pantomime 1](#), [Primjer pantomime 2](#)

Sljedeći zadatak je bio učenicima ne leđa zalijepiti post - it listić i nakon toga svakom učeniku napisati jednu pozitivnu osobinu (slika 24 i slika 25).



Slika 24. Učenici jedni drugima pišu na papirić na leđa jednu pozitivnu osobinu



Slika 25. Pozitivne osobine učenika 7.a razreda

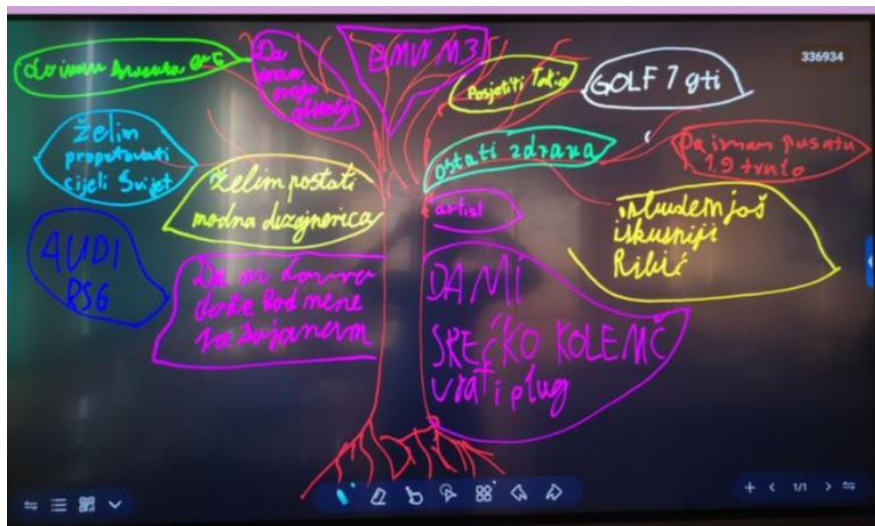
Nakon toga je učiteljica na interaktivnom ekranu nacrtala stablo (slika 26), a učenici su trebali do crtati listove i napisati želje koje bi htjeli ostvariti u budućnosti (slika 27 i slika 28)



Slika 26. Stablo želja u nastanku



Slika 27. Učenici na stablo crtaju listove i u njih upisuju svoju želju



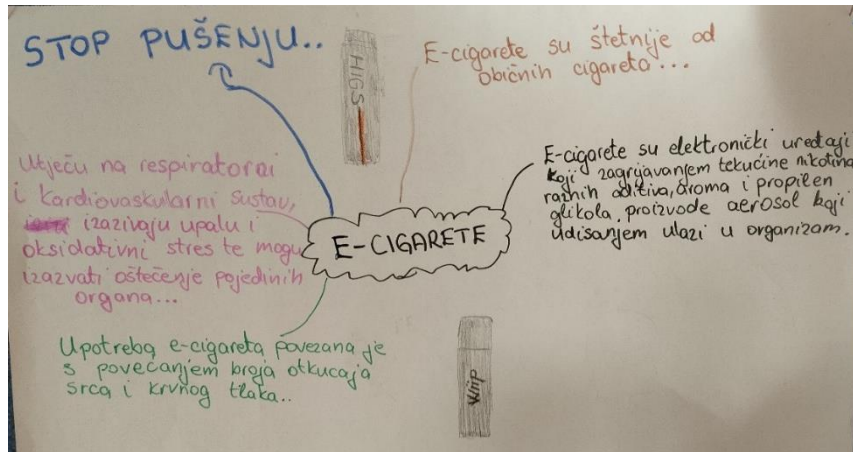
Slika 28. Stablo želja učenika 7.a razreda

2.8. Radionica na roditeljskom sastanku

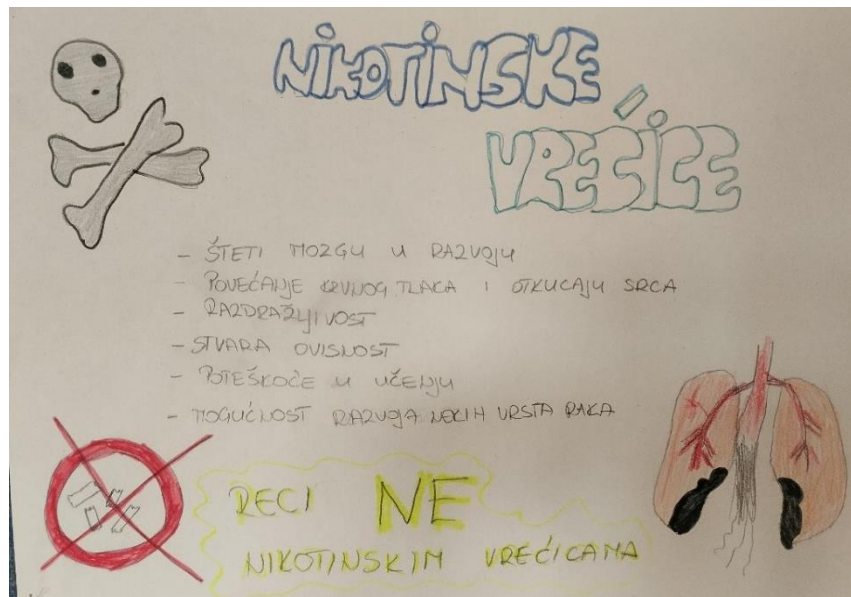
Roditelji učenika 7.a razreda su na roditeljskom sastanku proučavali materijale na temu E – cigarete, Nikotinske vrećice i Grijani duhanski proizvodi. Nakon toga su roditelji u grupama na zadanu temu izrađivali plakat ili mentalnu mapu koju su na kraju predstavili članovima drugih grupa i stavili na pano (slika 29. – slika 32)



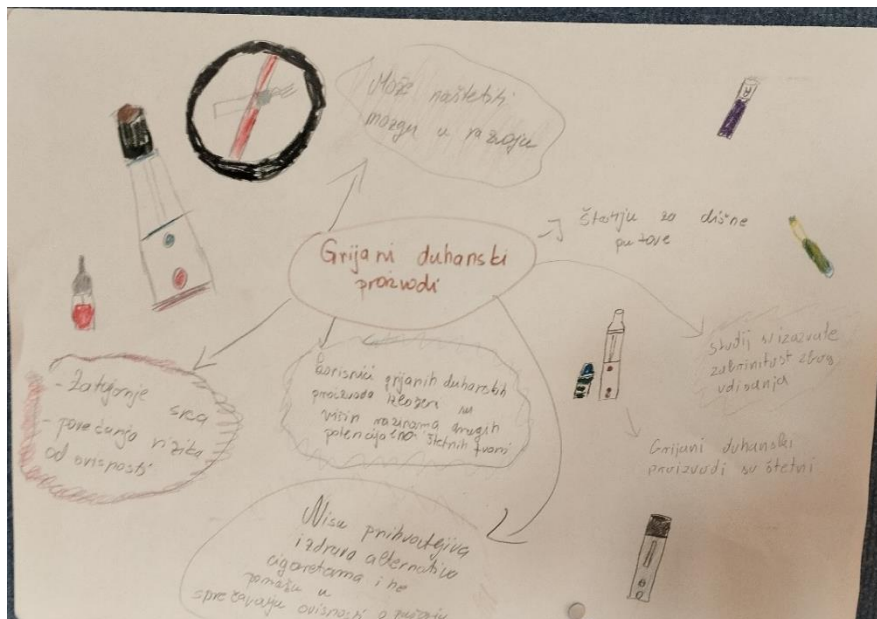
Slika 29. Roditelji proučavaju literaturu i pripremaju materijale



Slika 30. Mentalna mapa na temu E – cigarete



Slika 31. Plakat na temu Nikotinske vrećice



Slika 32. Mentalna mapa na temu Grijani duhanski proizvodi

3.Zaključak:

Učenici i roditelji su bili aktivno uključeni u obilježavanje Mjeseca borbe protiv ovisnosti i uživali su u provedenim aktivnostima i radionicama. Učenicima su se posebno dopale radionice koje su bile vezane uz razvoj samopoštovanja i radionice koje su im pokazale da nije loše biti drugačiji i da smiju reći ne kada im netko nudi sredstvo ovisnosti jer imaju pravo donositi vlastite odluke o tome što žele raditi, a što ne žele raditi. U budućim obilježavanjima Mjeseca borbe protiv ovisnosti bilo bi dobro uključiti sve roditelje viših razreda. Detalje provedenih aktivnosti možete pogledati u digitalnoj knjizi kojoj možete pristupiti skeniranjem priloženog qr koda ili klikom na priloženu [poveznicu](#).



Obilježavanje mjeseca borbe protiv
ovisnosti
Martina Simić Meznarić

4.Literatura:

[] Mjesec borbe protiv ovisnosti URL: <https://www.hzjz.hr/dogadaj/mjesec-borbe-protiv-ovisnosti-3/> (15.12.2023.)