***Mësimi 4.2: Rreziqet nga përdorimi i lëndëve që krijojnë varësi***

Edhe pse përdorimi për herë të parë i lëndëve droga në të shumtën e rasteve është i vullnetshëm, shkëputja prej përdorimit është e vështirë dhe shpesh herë e pamundur, pasi organizmi është në gjendjen e varësisë prej tyre. Përdorimi i lëndëve droga sjell në organizëm efekte të shumta negative, të cilat mund të jenë afatshkurtra, që ndihen menjëherë, si:

• humbja e kontrollit dhe e vetëdijes prej alkoolit,

• dhimbjet e kokës dhe kraharorit prej duhanit,

• ekspozim ndaj aksidenteve të ndryshme nga humbja e kontrollit,

• gjendje të fikëti prej përdorimit të marjuhanës apo drogave të tjera.etj.

Efektet mund të jenë edhe afatgjata, të cilat ekzistojnë dhe e shqetësojnë përdoruesin për një kohë të gjatë, si:

• probleme me ndjekjen e rregullt të shkollës,

• mungesë përqendrimi tek mësimet apo punët që duhen kryer,

• probleme me shëndetin dhe mungesë të energjisë trupore,

• përkeqësim i sjelljeve,etj.

Shenjat përdorimit të lëndëve droga mund të ndryshojnë në varësi të llojit të lëndës drogë që është përdorur. Por në të gjitha rastet ato janë negative dhe e rrezikojnë seriozisht shëndetin.

Njerëzit që kanë probleme me varësinë nga substancat droga, e kanë të vështirë të pranojnë që kanë një problem. Ata e kanë të vështirë të kërkojnë ndihmë për ta luftuar problemin e tyre dhe të shkojnë tek mjekët specialistë për tu trajtuar.

Në orën mësimore kjo temë mund të trajtohet si më poshtë:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Fusha**: Edukim fizik, sporte dhe shëndet | **Lënda:** Edukim fizik, sporte dhe shëndet | **Shkalla: 4** | **Klasa: 10** |
| **Tema mësimore: Rreziqet nga përdorimi i lëndëve që krijojnë varësi.** | | **Situata e të nxënit:** Bashkëbisedim, sjellja shembujve, reflektim i nxnënësve. | |
| **Rezultatet e të nxënit të kompetencave të fushës sipas temës mësimore:**  **Nxënësi:**   * Identifikon rreziqet nga përdorimi i lëndëve-droga. * Argumenton rreth efekteve afatshkurtëra dhe afatgjata të përdorimit të lëndëve droga. | | **Fjalë kyçe:**  Rreziqe nga përdorimi i lëndëve droga  Efekte negative | |
| **Burimet:**  Teksti i nxënësit, programi, udhëzuesi i mësuesit dhe literaturë ndihmëse. | | **Lidhja me fushat e tjera ose me temat ndërkurrikulare:** Shkencat natyrore, shkencat shoqërore, Gjuhën dhe komunikimin, TIK | |
| **Metodologjia dhe veprimtaritë e nxënësve** | | | |
| **Faza e parë:** Mësuesi fton nxënësit të diskutojnë rreth shenjave të jashtëme që shfaqin persona që kanë konsumuar lëndë-droga.  a) Si mund të dallohet një person që ka përdorur lëndë droga?  b) Cilat janë disa prej shenjave të jashtëme?  **Faza e dytë:** Mësuesi fillon të shpjegojë dhe argumentojë me shëmbuj rreth:  a) Shenjave të jashtëme të përdormit të lëndëve droga.  b) Efekteve aftatshkurtëra dhe aftatgjata të lëndëve droga në organizmin e njeriut.  c) Rreziqeve dhe pasojave që lënën në organizmin e njeriut lëndët droga.  **Faza e tretë:** Takimi me një mjek, i cili do të flasë rreth lëndëve droga, sëmundjes së varësisë dhe efekteve të tyre.  Mësuesi organizon takimin me një mjek që të flasë për lëndët që krijojnë varësi, efektet dhe rreziqet që vijnë nga përdorimi i tyre.  **Veprimi 1:** Mësuesi duhet të instruktojë nxnënësit që të bisedojnë më parë në shtëpi me prindërit për të marrë informacion rreth asaj që dinë ata mbi lëndët-droga, varësinë prej tyre, efektet negative dhe rreziqet.  **Veprimi 2:** Mësuesi duhet të instruktojë nxnënësit që të konsultohen me prindërit rreth asaj që dëshirojnë të mësojnë nga mjeku.  **Veprimi 3:** Mësuesi i drejton nxënësit të bëjnë një listë me pyetje për mjekun, rreth lëndëve-droga dhe llojeve, efekteve dhe rreziqeve që vijnë nga përdorimi i tyre.  **Veprimi 4:** Lista me pyetje i jepet mjekut një ditë përpara, që të përgatisë përgjigje për pyetjet.  **Veprimi 5:** Organizohet takimi në klasë me mjekun. Mësuesi drejton bashkëbisedimin rreth pyetjeve që janë në listë, por nxënësit mund të bëjnë edhe pyetje të tjera, që të lindin gjatë bisedës.  Në këtë fazë mësuesi duhet të tregojë kujdes në dhënien e mundësisë për t’u shprehur dhe për t’u aktivizuar në diskutim të gjithë nxënësve në klasë. | | | |
| **Vlerësimi:**  Nxënësit/et do të vëzhgohen gjatë bashkëveprimit me njëri –tjetrin, me mësuesin/en dhe mjekun për njohjuritë që kanë rreth temës që diskutohet.  Do të vlerësohen për dukuritë pozitive të shfaqura gjatë dikutimit, (respektimi mendimit të shokëve, rradhës së diskutimit, pjesmarrja aktive në diskutim, etj.) | | | |
| **Detyrat dhe puna e pavarur:**  **Nxënësit:**  Nxnënsit instrikutohen nga mësuesi, që atë që mësuan nga mjeku ta tregojnë edhe në shtëpi tek familjarët e tyre. | | | |