

BALDONES VIDUSSKOLA
2022./2023.m.g.
Preventīvu pasākumu rīcības plāns
atkarību izraisošo vielu lietošanas uzsākšanas risku novēršanā

Saskaņā ar 23.03.2010. MK noteikumu Nr.277 "Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe un pirmās palīdzības pieejamība izglītības iestādēs", 9.7.punktu

Saskaņā ar 03.09.2019. MK noteikumu Nr. 416 "Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu un vispārējās vidējās izglītības programmu paraugiem" 7.7.punktu

Mērķis

Preventīvi pilnveidot izglītojamo zināšanas un attieksmes par veselīgu dzīves veidu kā dzīves pamata vērtību vispusīgi izglītotas personības veidošanā.

Sasniedzamais rezultāts:

- izglītojamie ikdienā apzināti rīkosies saskaņā ar veselīga dzīvesveida ieradumiem;
- izglītojamie ikdienā izvirzīs un īstenos sev nozīmīgus izaugsmes mērķus;
- izglītojamie lietos un izvērtēs efektīvākos taktiskos risinājumus un stratēģijas individuālajās un grupu aktivitātēs;
- izglītojamie spēs identificēt apdraudējumus un riskus dažādās vidēs un situācijās;
- izglītojamie veiks preventīvus drošības pasākumus, identificēs drošas rīcības soļus, izvēloties piemērotākās problēmu risināšanas stratēģijas;
- izglītojamie pratīs īstenot brīvas no atkarību izraisošo vielu ietekmes izvēles novēršot socializācijas riskus;
- izglītojamajiem pilnveidota kritiskā domāšana patstāvību lēmumu pieņemšanā.

Par plāna izstrādi atbildīga: sociālā pedagoge Ilona Bēmere _____

*Sastādītais plāns var tikt koriģēts ar atbilstoši problēmas aktualitātei konkrētā klasē, klašu grupā, pamatotām izmaiņām mācību darba organizācijā, epidemioloģiskās drošības noteikumiem u.c.

Klase	Laiks	Pedagoģiskā aktivitāte	Atbildīgais
7.a - 6 7.b - 6 7.c - 6 8.a - 3 8.b - 3 8.c - 3 9.a - 3 9.b - 3	No 01.09.2022. 31.05.2023.	Biedrības "MOT" interaktīvas izglītojošas nodarbības ar mērķi stiprināt pusaudžu dzīvot prasmi, garīgo veselību, apzinātību un drosmi; novērst atstumtību, bulingu, vardarbību, alkohola un narkotiku lietošanu . <i>*nodarbību laiki tiks precizēti atbilstoši MOT treneru laika resursiem un ievietoti skolas darba plānā..</i>	I.Bēmere sadarbībā iesaistīti MOT treneriem: D.Gauja, J.Jēruma, K.Priede, K.Vilcāne
6.-12.	Laiks plānots, iepriekš nepublicēts	Narkotisko un psihotropo vielu pārbaudes preventīvs reids (ar kinologu apmācītiem suņiem). Preventīvi diagnosticēt Narkotisko un psihotropo vielu iespējamo uzglabāšanu, lietošanu, izplatīšanu Baldones vidusskolas izglītojamo vidē.	I.Bēmere

1.a	Septembris Decembris	Klases stunda Tēma: "Atkarība no viedierīcēm – vai es to gribu." Skaidrojums, jautājumi un atbildes, diskusija. Tēma: "Smēķēšanas un alkohola lietošanas posts" Skaidrojums, jautājumi un atbildes, diskusija.	I.Pelčere
1.b	08.11.2022.	Latviešu valoda Tēma: "Lasītprasmes apguve" Darba uzdevums lasīt un izprast lasīto, pārrunas ar klasi. Teksts: "Ceļa zīmes" . Pārrunāsim, vai ir redzēta arī zīme "Smēķēt aizliegts". Kāpēc tāda ir pie mājām, kurās ir daudz cilvēku? Kāpēc tādas nav pie manas mājas?	J.Miklašonoka
1.b	09.02.2023.	Klases stunda Tēma: "Kas bojā veselību" Skolēni lasīs tekstu. Pārrunas par atkarību izraisošām vielām, kas bojā veselību. Kolāžas izveide, moto "Kas nepatīk manam ķermenim?"	J.Miklašonoka
1.b	17.04.2023.	Latviešu valoda Dzejoļa saturiskā analīze "Visiem slimniekiem". Pārrunas, kāpēc ir jāiet pie ārsta?" Vai cilvēkiem, kuri smēķē, lieto alkoholu, arī ir jāiet pie ārsta?	J.Miklašonoka
2.a	17.10.2022	Klases stunda Tēma: "Smēķēšanas negatīvā ietekme uz veselību." Izglītojošas pārrunas ar skolēniem.	I.Irša-Podkalne
2.b	Oktobris	Klases stunda Tēma: "Veselīgs dzīves veids. Kas ir atkarība?" Pārrunas par veselības nozīmi cilvēka dzīvē un atkarību kā riska faktoru, īpaši bērniem.	I.Kūkuma
2.c	Novembris	Klases stunda Tēma: "Elektroniskās cigaretes – vai tās ir kaitīgas?" Skolēni vēros īsu videoklipu par elektronisko cigarešu kaitīgumu. Diskutēs par atkarību un rīcību dažādās situācijās, lai sevi pasargātu. Nelielās grupās veidos plakātus, kurā skolēni ar attēliem parāda negatīvo ietekmi. Stundas beigās skolēni darbus prezentēs un sniegs atgriezenisko saiti.	L.Kaužēna
3.a	25.09.2022. 11.12.2022.	Klases stunda Tēma: "Veselīgs dzīves veids" Tēma: "Drošības noteikumi mājās. Manas izvēles." Izglītojošas pārrunas ar skolēniem, viedokļu apmaiņa.	E.Mežule
3.a	13.11.2022.	Latviešu valoda Tēma: "Radošais darbs." Jaunradīt savu pasaku: "Ko es daru, lai būtu vesels" Patstāvīgs rakstu darbs.	E.Mežule
3.a	10.10.2022.	Sociālās zinības Tēma: "Atkarības un to veidi, fakti un viedokļi" Izglītojošas pārrunas ar skolēniem, viedokļu apmaiņa.	E.Mežule
3.b	Novembris	Klases stunda Tēma: "Kas ir atkarību izraisošas vielas un darbības!"	B.Sviķe

		Sarunā ar skolēniem noskaidrot, kādas ir priekšzināšanas par atkarību izraisošo vielu un ierīču lietošanas sekām, kā neklūt atkarīgam. Kopīgi uzklaut viedokļus no skolēniem, kā viņuprāt pateikt NĒ atkarībām. Veidos plakātus "Kaitīgām vielām – NĒ".	
4.a 4.b	06.09.2022.	Datorika Tēma: "Datoratkarību negatīvie aspekti" Viktorīna Kahoot pēc skolotājas prezentācijas.	I.Kūkuma
4.a	14.09.2022.	Klases stunda Tēma: "Atkarību izraisošo vielu kaitīgums." Skola 2030 izglītojoši video, darbs mazajās grupās, skolēni veido plakātus par dzirdēto un redzēto, prezentē klasei, veido kopīgus secinājumus stundas beigās.	M.Kaužēna
4.b	Februāris	Klases stunda Tēma: " Smēķēšanas negatīvā ietekme uz cilvēka veselību. Skolēnu rīcība situācijā, ja tiek piedāvāts uzsmēķēt." Skolēni skatīsies filmu, pēc tās pārrunas par redzēto sižetu, gūtās atziņas. Skolēni izteiks savas domas, ieklusīsies klases biedru sacītajā, uzdod jautājumus.	I.Melngaile
5.a	Septembris Decembris	Klases stunda Tēma: "Atkarība no viedierīcēm – vai es to gribu." Skaidrojums, jautājumi un atbildes, diskusija. Tēma: "Smēķēšanas un alkohola lietošanas posts" Skaidrojums, jautājumi un atbildes, diskusija.	I.Pelčere
5.b	11.01.2023.	Klases stunda Tēma: "Atkarību izraisošo vielu kaitīgums." Izglītojošu video apskate, grupu diskusija, secinājumi atspoguļoti kopīgi veidotā klases plakātā.	L.Uzrauga
5.c	18.10.2022.	Klases stunda Tēma: "Kāpēc smēķēt ir kaitīgi? "Kas mani interesē?" Grupu darbā skolēni izgatavos informatīvi vizuālas kolāžas (griezīs, līmēs, zīmēs). Darbi tiks izvietoti klases telpā pie izstāžu sienas. Skolēni pastāstīs par saviem hobijiem un interesēm, kuros iesaistās ar prieku.	D.Skujevskā
6.a	18.10.2022	Klases stunda Tēma: "Kādas sekas uz cilvēka veselību atstāj smēķēšana?" Skolēni izpētīs informāciju no izziņas avotiem, veidos klases kopējo plakātu."	I.Irša-Podkalne
6.b	Janvāris	Klases stunda Tēma: "Atkarībām- nē!" Piktogrammu veidošana, diskusija par veselīgu dzīvesveidu.	I.Karse
7.b	03.11.2022.	Klases stunda Tēma: "Atkarību postošā ietekme" Grupu darbs, viedokļu prezentācijas, diskusijas akcents	J.Babre-Laime

		uz jautājumu: “Kā mācēt pateikt -nē?”	
7.c	23.09.2022.	Klases stunda Tēma: "Atkarību izraisošo vielu kaitīgums." Mācību filmas analīze lielajā grupā par alkohola lietošanas negatīvo pusi.	K.Smiltiņa
7.a 7.b	Marts	Latviešu valoda Tēma: “Daiļdarba analīze” A.de Sent-Ekziperī "Mazais princis" (Dzērāja planēta); Pārdomu raksts vēstulē, diskusija grupu darbā.	B.Kaļķe
7.a	Novembris	Klases stunda Tēma: “Atkarībām – nē!” Izglītojoša saruna par atkarību veidiem un ar to saistītajiem riskiem.	S.Pipare
7.a 7.b 7.c	08.02.2023. 15.02.2023	Datorika Tēma: “Datu apstrāde MS Excel lietotnē” Datu ievietošana tabulās, diagrammas - statistikas dati par atkarību izraisošajām vielām, izvērtējuma secinājumi sarunā ar klasi.	J.Miklašonoka
7.a 7.b 7.c	27.03.2023. līdz 09.04.2023.	Bioloģija Tēma: “Elpošanas orgānu sistēma.” Izmantojot daudzveidīgus informācijas avotus, skolēni veido domu karti par faktoriem (fiziskās aktivitātes, kaitīgie ieradumi, gaisa piesārņojums, slimības u. c.), kas ietekmē elpošanas orgānu sistēmu. Spriež un veido ieteikumus, kā saglabāt elpošanas orgānu sistēmas veselību.	S.Pipare
7.a 7.b 7.c	04.11.2022. 04.11.2022. 03.11.2022.	Teātra māksla Tēma:” Mākslinieciska produkta radīšanu grupā ar citiem skolēniem.” Skolēni rakstīs īsu ludziņu par šo tēmu: “Smēķēšana un alkohola lietošana – vai tam ir nozīme mobingu īstenošanā skolā?”	I.Irša-Podkalne
8.a 8.b 8.c 9.a 9.b	Janvāris.	Mūzika Tēma: “Atkarībām - NĒ!” Izpildītājmākslinieki Latvijā un pasaulē, kuri savā daiļradē runā (dzied) par atkarību izraisošo vielu postošo ietekmi uz cilvēci. Diskusija par mākslā pausto sociālo vēstījumu sabiedrībai un mākslinieka kā viena sabiedrības pārstāvja spēju mainīt daudzu cilvēku domas, uzvedību, vērtības, izvēles.	E.Šepetovska
8.a 8.b 8.c	Oktobris/ novembris	Datorika Tēma: “Datu apstrāde MS Excel lietotnē” Skolēni veidos anketas par atkarībām un to izraisītām sekām, analizēs datus.	L.Šūpole-Tene
8.a	Oktobris (1.-9.)	Klases stunda Tēma: “Smēķēšanas, alkohola, narkotiku un azartspēļu atkarību riski”. Skolēni mazajās grupās pētīs izziņas avotus, savstarpēji diskutēs, sagatavos klases prezentāciju un Kahoot viktorīnu. Tā tiks izmantota sākumskolas un	V.Fogele

		pamatskolas vecumposmam audzināšanas stundām.	
8.a	Novembrī/ decembrī	Angļu valoda Tēma: "Runas prasmju attīstīšana" Sarunas tēma par noziegumiem, tostarp atkarību izraisošo vielu kontrabandas riskiem un tiesiskajām sekām.	K.Smiltiņa
8.b	Decembris	Klases stunda Tēma: "Salt popularitātes iemesli jauniešu vidū." Uzticības saruna ar skolēniem par smēķēšanu un personīgo iesaisti.	E.Šepetovska
8.c	Oktobris	Literatūra Tēma: "Daiļdarba analīze." Diskusija pēc A.Vallikas romāna „Kā tev klājas, Anna?" Situācija - meita uzzina, ka māte pusaudžu gados lietojusi alkoholu.	D.Cekula
9.a	22.11.2022.	Klases stunda Tēma: "Caur ērkšķiem uz..." Skolēni vēros videofilmu, pēc tās kopējas diskusijas, viedokļu apmaiņa.	G.Penķe
9.a	10.10.2022.	Angļu valoda Tēma: "Runas prasmju attīstīšana" Sarunas tēma par cilvēka ķermeni, tostarp par dažādām negatīvām ietekmēm, ko izraisa alkohols, kofeīns, narkotikas.	K.Smiltiņa
9.a 9.b	13.02.2023. līdz 19.02.2023.	Bioloģija Tēma: "Dažādu faktoru nozīme atkarību veidošanās procesā." Prāta vētrā par atkarību veidiem. Diskusija lielajā grupā par dažādu faktoru nozīmi atkarību veidošanās procesā un par to, kā izvairīties no atkarības un saglabāt savu veselību.	S.Pipare
9.b	Oktobris	Klases stunda Tēma: "Dažādās apreibinošās vielas un to riski." Izglītojoša saruna ar klasi, nobeigumā tests par dzirdēto.	L.Šūpole-Tene
9.b	23.11.2022.	Angļu valoda Tēma: "Mutvārdu runas prasmju apguve." Diskusija: "Atbildība kā rīks cīņā pret atkarībām." Diskusija: "Draugu ietekme - esi paraugs, ko vērts atdarināt!"	J.Babre-Laime
10.	14.10.2022.	Literatūra Tēma: "Rūdolfā Blaumaņa literārie darbi." Lugas „Pazudušais dēls” saturiskā analīze, saruna ar klasi par pausto atkarības problēmu kā dzīves posta aktualitāte mūsdienās.	R.Markova
10.	10.10.2022.	Angļu valoda Tēma: "Runas prasmju attīstīšana" Sarunas tēma par noziegumiem, kriminālo darbību cēloņi - dažādas atkarības.	K.Smiltiņa
10.	Novembris	Publiskā runa	Ē.Laime-Babris

		Tēma: "Ētika publiskajos pasākumos". Saruna ar klasi par apreibinošo vielu klātbūtni pasākumos. Video fragmentu analīze.	
10.	Februāris	Matemātika. Tēma: "Statistikas metodes un elementi" Izglītojamie veiks pētījumu "Atkarību izraisošo vielu lietošana vienaudžu vidū"	I.Karse
11.	Novembris	Klases stunda Tēma: "Kā atbrīvoties no atkarībām?" Skolēni veidos vizuālus plakātus un prezentēs idejas par iespējamo atbrīvošanos no atkarībām.	R.Tenis
11.	05.12.2022. 06.12.2022.	Angļu valoda Tēma: "Rakstītprasmes apguve - argumentētā esēja" Esejas tēma: "Kā cīnīties ar atkarībām?" Esejas tēma: "Alkohola, cigarešu, narkotiku atkarības, to postošā ietekme."	J.Babre-Laime
11.	Marts, Aprīlis	Vēsture un sociālās zinības Tēma: "Sociālā uzņēmējdarbība" Izzinoša saruna par sociālās atstumtības risku mazināšanu valstī ar sociālo palīdzību, iesaistot darba tirgū personas, kuras ārstējas vai jau ir izārstējušās no alkoholisma, narkotiku atkarības.	S.Mežiniece
12.	17.11.2022. 21.11.2022.	Angļu valoda Tēma: "Rakstītprasmes apguve - argumentētā esēja" Pirms esejas rakstības zinātnisku pētījumu lasīšana, analīze. Esejas tēmas: "Kā cīnīties ar atkarībām?" "Izglītība un informētība kā rīks cīņā pret narkotikām." "Kā pateikt nē?"	J.Babre-Laime
12.	Decembris	Klases stunda Tēma: "Atkarības vai sports?" Skolēni diskusijā prezentēs argumentus par labu sportam."	E.Šefanovskis