

## KONSPEKT ZAJĘĆ WYCHOWAWCZYCH

**Prowadząca:**

**Temat: Jestem odpowiedzialna za życie mojego dziecka-zajęcia aktywne z grupą wychowanek.**

**Cele:**

- Zapoznanie się ze skutkami teratogennego działania alkoholu
- Poszerzenie wiedzy na temat ciąży
- Poznanie pojęcia FAS
- Kształtowanie postawy prozdrowotnej oraz odpowiedzialnego i świadomego rodzicielstwa
- Uświadamianie sobie jak ważne i odpowiedzialne jest rodzicielstwo
- Stworzenie miłej atmosfery i możliwości ekspresji

**Metody:**

- Asymilacja wiedzy
- Swobodnej ekspresji słownej
- Decyzji grupowej

**Formy:**

- Zbiorowa
- Indywidualna

**Zadanie:** Przeprowadzenie zajęć profilaktycznych.

**Środki dydaktyczne:** kłębek nici, małe kartki samoprzylepne, mazaki, balony, arkusze szarego papieru, gąbka, miska z wodą, płyn do mycia naczyń, informacja ze skutkami oddziaływania alkoholu na płód

### **PRZEBIEG ZAJĘCIA**

1. Powitanie grupy.
2. Wprowadzenie do tematyki – odpowiedzialność , dyskusja.

Prowadząca zawiązuje wokół palca kawałek nici i nie przerywając jej rzuca do innego uczestnika zajęć. Następnie prosi o powtórzenie czynności. W ten sposób tworzy się sieć.

Wychowawca mówi iż wszystkie decyzje jakie podejmujemy mają swoje konsekwencje. Mogą być one dobre lub złe, bliższe bądź dalsze. Należy jednak pamiętać o tym, że jakiej decyzji nie podejmiemy, skutki dotyczą nie tylko nas ale też osoby nam bliskie. Tak jak z nicią gdy puści jedna osoba, nie wszyscy odczuwają poluzowanie nici, najbardziej jednak ci którzy do nas rzucili i którym odrzuciliśmy. Tak też wygląda życie.

Kto ponosi największą odpowiedzialność za drugą osobę, za was?

Rodzice

Człowiek nie rodzi się jako czysta kartka. To kim jest, jak będzie się zachowywał zależy od jego rodziców od genów jakie mu przekażą. Kobieta przygotowując się do urodzenia potomstwa już dwa lata wcześniej powinna przyzwyczajać do tego faktu swój organizm: odżywia się prawidłowo, spożywa kwas foliowy, nie pija alkoholu, nie pali a to wszystko po to aby przekazać dziecku idealne geny.

Reasumując kiedy zaczyna się odpowiedzialność rodzica za przyszłość swojego dziecka??? Już w momencie kiedy jest ono w zamyśle rodziców. Dlatego tak ważne jest by zaplanować ten ważny moment.

3. Jakie powinno urodzić się moje dziecko – gwiazda.

Wychowawca rozdaje po trzy małe karteczki. Zadaniem wychowanków jest wypisanie odpowiedzi na pytanie Jakie powinno urodzić się moje dziecko?

Następnie kartki z podobnymi odpowiedziami umieszczane są w ramionach gwiazdy.

Najważniejszą wartością powinno być zdrowie.

4. Recepta na zdrowie dziecka – praca w dwóch grupach.

Zadaniem uczestników jest wypisanie na szarych arkuszach papieru recepty jaką mógłby wydać lekarz kobiecie która chce zostać matką?

Na koniec zadania poinformuję wychowanków o teratogennym działaniu alkoholu. Skutkiem może być FAS – alkoholowy zespół płodowy. Choroba ta występuje u dzieci których matki spożywały alkohol w czasie ciąży. To choroba nieuleczalna ale można jej w 100% zapobiec.

5. Doświadczenie. Pogląd iż kobieta jest inkubatorem dla własnego dziecka jest błędny, gdyż łożysko nie chroni dziecka w 100%. Proszę o zanurzenie gąbki w wodzie i nalanie na nią płynu do naczyń. Zauważmy iż płyn został nalany z jednej strony ale po kilkakrotnym zgniataniu gąbka cała jest w płynie. Próbując ją płukać nie tak łatwo jest usunąć z niej płyn a nawet gdy wyschnie nosi zapach płynu. W taki sam sposób działa łożysko – nasza gąbka i alkohol – płyn do naczyń. Organizm dorosłej osoby jest w stanie wyeliminować alkohol dwukrotnie szybciej niż robi to organizm dziecka. Oznacza to że gdy matka pozbywa się alkoholu ze swojego organizmu dziecko jeszcze przez długi czas znajduje się w stanie upojenia. Dzieje się tak dlatego ponieważ mały organizm nie posiada odpowiednich enzymów aby poradzić sobie z trucizną.
6. Skutki oddziaływani alkoholu na płód – kolejno czytanie
7. Marzenia – jakie powinno być moje dziecko, kim z zawodu powinno być. Wychowanki dostają balony do nadmuchania i proszone SA o zapisanie na nich jakie mamy marzenia dotyczące przyszłości naszego dziecka np. Kim z zawodu chcieliby sie aby było, jakie powinno mieć zdolności. Następnie balony przyklejają do tablicy. Pytam: jak myślą co może stać się z marzeniami w chwili gdy kobieta spożywa alkohol. Marzenia pryskają tak szybko jak pękają balony. Wychowanki przekłuwają balony.
8. Wniosek: nie ma bezpiecznej dawki alkoholu którą mogłaby zażyć kobieta będąc w ciąży.  
Podsumowanie – rozdanie kalendarzyków menstruacyjnych.
9. Ewaluacja i zakończenie zajęcia.

## **SKUTKI ODDZIAŁYWANIA ALKOHOLU NA PŁÓD.**

1. Sporadyczne wypicie alkoholu w trzecim trymestrze ciąży prowadzi do samobójczej śmierci komórek nerwowych.
2. Sporadyczne wypicie alkoholu w trzecim trymestrze ciąży prowadzi do tworzenia się niewłaściwych połączeń nerwowych w mózgu dziecka.
3. Spożycie alkoholu w drugim trymestrze ciąży prowadzi do anomalii w budowie twarzy.
4. W czasie pierwszych 6-8 tygodni życia płody alkohol działa najsilniej. Wtedy organizm dziecka rozwija się najszybciej. Dochodzi do wielu ważnych podziałów komórek i wykształcenia podstawowych narządów m.in. serca, nerek.
5. Podczas 9 lub 10 tygodnia ciąży następuje przełom wzrostowy dziecka. Masa ciała zwiększa się o 75%. Spożycie alkoholu prowadzi do opóźnienia wzrostu i niskiej wagi urodzeniowej.
6. Do około 12 tygodnia ciąży dochodzi do kostnienia kości, a kończyny prawie osiągają swoją właściwą długość. Spożycie alkoholu do tego czasu może doprowadzić do hipoplazji stawów.
7. Spożycie alkoholu w 3 tygodniu ciąży może uszkodzić rozwijające się już serce.
8. Od 6-8 tygodnia ciąży rozwija się podniebienie. Spożycie alkoholu może doprowadzić do jego rozczepienia.
9. Od 3 tygodnia następuje podział mózgu, alkohol może powodować w nim ogromne szkody.
10. Uszkodzenie pnia mózgu może doprowadzić do zaburzenia funkcji życiowych: oddychania, pracy serca, widzenia, słyszenia, trawienia, odbioru bodźców.
11. Następstwem słabego rozwinięcia płatów czołowych jest: brak kontroli własnych emocji, problem z nawiązywaniem kontaktów, brak motywacji, problem z pamięcią.
12. Uszkodzenie hipokampu powoduje: trudności z myśleniem przyczynowo – skutkowym, abstrakcyjnym, impulsywność, trudności z pamięcią.
13. Alkohol może prowadzić do śmierci dziecka.
14. Alkohol może prowadzić do wcześniactwa.
15. Alkohol może prowadzić do zatrucia ciążowego.

Opracowała:

mgr Marzena Myk