

ویژه مناطق محروم



درسنامه درسی ۵ مطالعات
پایه هشتم

تهیه کننده: **سمیه شریف پور**
شهرستان مهاباد
مرداد ۹۹



اهداف درس پر اساس محیطه شناختی پلوم

اهداف درس : آسیب های اجتماعی * و پیشگیری از آنها

دانش آموز عزیز شما در پایان این درس با این اهداف آشنا می شوید



۱: **حیطه شناختی:** آشنایی با دوران حساس نوجوانی

۲: آشنایی با انواع آسیب های اجتماعی

۳: شناخت درجات پر خاشگری

۴: آشنایی با مواد مخدر و مهارت های نه گفتن

حیطه نگرشی:

۱: با خصوصیات خود در دوران نوجوانی آشنا و با تسلط بر خشم و الگو قرار دادن بزرگان دین بتواند این دوره را با موفقیت پشت سر بگذراند

حیطه ارزشی:

۱: با راههای کنترل خشم آگاه و ان را در زندگانی واقعی بکار ببندد

آسیب های اجتماعی* و پیشگیری از آنها

خلاصه درس

نوجوانان، گروه سنی دوازده تا هجده سال را تشکیل می دهند . در این دوره، افراد از نظر جسمانی دچار تغییراتی می شوند گویند.

علاوه بر تغییرات جسمانی از نظر جسمی و ذهنی نیز تغییر پیدا می کند



پرخاشگری و نزاع، نتیجهٔ کنترل مهار نکردن خشم است

- نوجوانی، فرصتی برای کسب شایستگی‌ها و مهارت‌های زندگی است و این فرصت کوتاه را باید غنیمت شمرد، اما در این دوره به دلیل برخی خصوصیتی که در دوران بلوغ به وجود می‌آید

حس تلافی
جویانه



احساس ضایع
شدن حق

احساس
تحقیر

آسیب های اجتماعی و پیامدها



افرادی که راه های درست ابراز خشم را یاد نگرفته و نمی توانند به طور معمول خشم خود را کنترل مهار کنند افراد پرخاشگر تبدیل می شوند و ممکن است در بزرگسالی نیز به این رفتار ادامه دهند



درجات پرخاشگری

تحقیر دیگران، بی ادبی نمودن

ناسزا
گفتن و شکستن و تخریب وسایل،

آزار و اذیت،

کتک زدن ، مسخره کردن

عاقبت پر خاشگری در زندگی فردی



تحمل کمی دارند.

پر خاشگری

همچنین مشکلاتی را در یادگیری و تحصیل به وجود می آورد
و زمینه را برای سایر آسیب های اجتماعی فراهم می کند.



از دیگر عوارض خشم

عوارض خشم و عصبانیت

تبدیل شدن رفتار بد به عادت

آسیب رساندن به روابط
خانوادگی و دوستی ها

افزایش هیجان و آسیب های
اجتماعی

چگونه خشم خود را کنترل کنیم



بچه‌ها!

- این سه قاعده را در هنگام خشم و عصبانیت به خاطر بسپارید :
- ۱- نباید به وسایل یا اموال خودم و دیگران، صدمه بزنم.
 - ۲- نباید به دیگران صدمه بزنم.
 - ۳- نباید به خودم صدمه بزنم.

● گاهی اوقات ما از یک موضوع یا رفتار دیگران، عصبانی می‌شویم. در اینجا باید یاد بگیریم که خشم خود را کنترل (مهار) و از راه‌های صحیح، عصبانیت خود را ابراز کنیم.

● گاهی اوقات ما در معرض عصبانیت دیگران قرار می‌گیریم، یعنی با فردی مواجه می‌شویم که از دست ما خشمگین است. در اینجا نیز باید یاد بگیریم چگونه برخورد مناسب داشته باشیم.

مهارت های زندگی (کنترل خشم و مهارت نه گفتن)

راه های کنترل خشم



۴- برای آرام کردن خود از گفت و گو و مشورت با بزرگترها کمک بگیریم

برای رهایی از خشم امتحان کنید



آرام باشید و
یک نفس
عمیق بکشید

الْبِدْرِ كَرِ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ
آگاه باش که بیاد فردا دل‌ها آرامش می‌یابد

stickernames.ir



مواد مخدر

مواد مخدر، موادی هستند که مصرف آنها تغییراتی روی دستگاه عصبی ایجاد می کند و باعث کم شدن هوشیاری و بی حسی و بی حالی می شوند اما پس از تمام شدن اثر آن روی مغز فرد حال بسیار بدی پیدا میکند، و مجبور است دوباره به سمت آن ماده برود

. به عبارت دیگر فرد به آن وابستگی پیدا می کند و حاضر است برای به دست آوردن آن ماده، هر کاری بکند.



مهارت های زندگی (کنترل خشم و مهارت نه گفتن)



عوامل مهم در بروز اعتیاد

چرا عده ای از نوجوانان فریب می خورند

« جوانان که جرأت و مهارت نه گفتن را ندارند **فریب می خورند**. بعضی دیگر از افراد از روی کنجکاوی یا خودنمایی و اینکه نشان دهند، دیگر بچه نیستند، سیگار و مواد مخدر را تجربه آزمایش می کنند.



مهارت های زندگی (کنترل خشم و مهارت نه گفتن)

چگونه بگوییم نه؟ مهارت نه گفتن



گریز از دام اعتیاد

- مهارت نه گفتن
- عدم کنجکاوی
- عدم خودنمایی

خود سنجی؟

- ۱: آسیب های اجتماعی را نام ببرید
- ۲: درجات پر خاشگری را بنویسید
- ۳: مواد مخدر چه موادی هستند

