

Lærerark

Risikoadfærd og rygning

Læringsmål på forløbet

Eleverne lærer, hvordan vores adfærd og rygning kan påvirke helbredet. Efter forløbet kan de med egne ord forklare, hvorfor mange unge har en risikoadfærd, der er u hensigtsmæssig for helbredet.

Kort om opgaven

Læreren holder et oplæg om risikoadfærd. Derefter skal eleverne i grupper udfylde et spørgsmålsark. Til sidst samles op i plenum.

Vejledende tid: 2 lektioner á 45 minutter.

Sådan gør du

Lektion 1

Læreren holder et oplæg om, hvad det vil sige at løbe en risiko og afsøge grænser. Læg vægt på, at unge ofte afsøger grænser som en del af deres identitetsdannelse.

Til oplægget kan du bruge følgende materialer som inspiration:

- <http://www.op-i-roeg.dk/hvem-bestemmer-dine-valg/hvorfor-goer-vi-som-vi-goer/risiko/>
- <http://www.alkoholdialog.dk/wp-content/uploads/2014/10/RISIKOADF%C3%86RD.-CeFU.pdf>

Derefter arbejder eleverne i grupper med spørgsmålene på elevarket. De kan selv finde information til svarene på Gå op i Røg.

Lektion 2

Eleverne arbejder videre i grupper, hvor de skal forholde sig til fem citater med unges holdninger til risiko.

Afslut forløbet ved, at eleverne sætter sig sammen to-og-to og taler om deres egen risikoadfærd. Saml derefter op i plenum. Her kan I tale om kortsigtede konsekvenser, og risikoen for, at rygning bliver en vane. Det er også relevant at tale om evnen til at sige fra, at turde stå ved sine beslutninger, og hvordan ens relation til venner og familie kan blive påvirket. Er der nogen venner, der synes det er dumt eller kan blive skuffede?



Forslag til opfølgning og evaluering

Forslag til tegn på læring

- Eleven kan beskrive sammenhænge mellem risiko og helbred ift. rygning.
- Eleven kan forklare, hvorfor mange unge har risikoadfærd som f. eks. rygning.
- Eleven kan vurdere sin egen og andres risikoadfærd.

Forslag til opfølgning

- Ved gruppearbejdet lytter læreren efter, om eleverne nævner helbredskonsekvenser som en risiko ved rygning.
- Ved gruppearbejdet lytter læreren efter, om eleverne kan forklare, at nogle unge ryger, fordi de ikke tænker over den risiko det har, og fordi de tænker, at det ikke kan ske for dem, at de bliver syge (mange føler sig udødelige).
- I opsamlingen i klassen er læreren opmærksom på, om eleverne nævner eksempler fra deres eget eller deres venners hverdag.

Fag
SSF

Kompetenceområde
Sundhed og trivsel

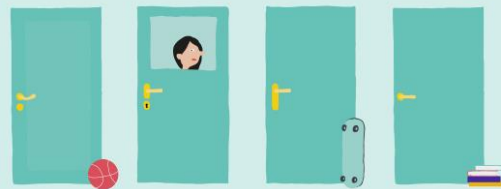
Videns- og færdighedsområde
Livsstil og levevilkår

Færdighedsmål

Eleven kan vurdere sundhedsfaktorer ift. eget liv

Vidensmål

Eleven har viden om sundhedsfaktorer, som er særligt relevante for unge



Elevark

Risikoadfærd og rygning



Det lærer du

Du lærer, hvordan vores adfærd kan påvirke helbredet. Du kan efter forløbet forklare med dine egne ord, hvorfor mange unge har en risikoadfærd, der er uhensigtsmæssig for helbredet.

Kort om opgaven

Du skal høre lærerens oplæg om risikoadfærd, og derefter i grupper udfylde de nedenstående spørgsmålsark. Til sidst skal I to-og-to tale om jeres egen risikoadfærd.

Sådan gør du

Trin 1

- Nævn nogle forskellige måder, som man kan reagere på, hvis ens venner vil have en til at ryge, drikke eller stjæle. Hvornår siger man ja, og hvornår siger man nej?
- Beskriv, hvad kan der ske, hvis man prøver at ryge? Du kan finde information her: <http://www.op-i-roeg.dk/hvem-bestemmer-dine-valg/din-krop-dit-valg/> eller her: <http://www.op-i-roeg.dk/hvilke-konsekvenser-har-rygning/dig-og-din-krop/>

Trin 2

- Forklar, hvad er kan være godt ved at løbe en risiko.
- Løber man en risiko ved at prøve rygning en enkelt gang?
- Forklar, hvad det betyder, når man siger, at unge føler sig udødelige?
- Forklar, hvorfor nogle unge er mere villige end andre til at løbe en risiko ved fx at ryge, køre for stærkt i bil eller drikke sig fuld?
Du kan finde information her:
<http://www.op-i-roeg.dk/hvem-bestemmer-dine-valg/hvorfor-goer-vi-som-vi-goer/risiko/>

Trin 3

Du skal nu læse fem citater med unges holdninger til risiko. Citaterne finder du her: <http://www.op-i-roeg.dk/hvem-bestemmer-dine-valg/hvorfor-goer-vi-som-vi-goer/risiko/>. Tal i gruppen om de fem citater, og vurder, hvordan disse personer forholder sig til risikoen ved at ryge. Hvordan ville du rådgive dem, hvis de var her lige nu?



Trin 4

Sæt jer to-og-to, hvor I taler om jeres egen risikoadfærd. Tænk først selv over, hvad det kan betyde for dig, hvis du løber en risiko og prøver rygning? Fx i forhold til din krop og venner. Derefter taler I sammen om det i par, og til sidst samles der op fælles i klassen.