GÅ OP
I RØG

Lærerark / SSF

Hvordan siger man nej til rygning?

Læringsmål på forløbet

Eleverne lærer at forberede og opføre et rollespil, hvor forskellige strategier til at sige "nej" til rygning demonstreres.

Kort om opgaven

Læreren holder et kort oplæg om forskellen på direkte og indirekte gruppepres. Derefter deles eleverne op i grupper, hvor de svarer på spørgsmål omkring gruppepres og alternative til at ryge. Efterfølgende skal de lave et rollespil, der demonstrerer, hvordan man kan sige nej. Efter rollespillet skal de ud i grupper igen og diskutere egne forståelser af og oplevelser med gruppepres. Slutteligt samler læreren op i plenum.

Vejledende tid: 3 lektioner á 45 minutter.

Sådan gør du

Lektion 1
Læreren holder et kort oplæg om forskellen på direkte og indirekte gruppepres. Du finder inspiration til dit oplæg på følgende side:
http://www.op-i-roeg.dk/hvem-bestemmer-dine-valg/hvorfor-goer-vi-som-vi-goer/foeler-du-dig-presset/

Lektion 2
Eleverne skal i grupper udvikle et rollespil om at sige nej til rygning. Eleverne skal bruge deres viden fra de første spørgsmål og selv finde inspiration på Gå op i Røg.

Lektion 3
Grupperne skiftes til at komme op og vise deres rollespil.

Når eleverne har fremført deres rollespil foran klassen, skal de ud i grupper igen, hvor de skal diskutere egne oplevelser og forståelser med gruppepres. Her kan de bruge nogle af de redskaber, som de har fået fra den første del af øvelsen. De konkrete spørgsmål finder du under trin fire på elevarket.

Når grupperne er færdige med gruppearbejdet samler læreren op ved at skrive forskellige situationer op, hvor man føler sig presset til noget. Situationerne kan handle om alt, men find også et eksempel med rygning. Sammen udvælger klassen de værste situationer. Her skal eleverne forklare i plenum, hvorfor de synes nogle situationer er værre end andre.

Forslag til opfølgning og evaluering

Forslag til tegn på læring

- Eleven kan beskrive, hvad gruppepres er
- Eleven kan gøre rede for henholdsvis direkte og indirekte pres
- Eleven kan definere forskellige alternativer til at ryge
- Eleven kan skelne mellem forskellige måder at sige "nej" på
- Eleven kan anvende strategier til at fastholde et "nej"

Forslag til opfølgning

- Læreren lytter efter i elevernes gruppearbejde om de beskriver gruppepres
- Læreren lytter efter i elevernes gruppearbejde om eleverne redegør for forskellen på direkte og indirekte pres
- Når eleverne opfører deres rollespil, lytter læreren efter, om de kan formulere og anvende strategier til at sige nej til rygning

Forslag til færdigheds- og vidensmål for SSF efter 9. klassetrin

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

Hvordan siger man nej til rygning?

Det lærer du

Du lærer at forberede og opføre et rollespil om at sige "nej" til rygning. Her igennem lærer du at skelne mellem forskellige strategier til at sige "nej" til rygning.

Kort om opgaven

Læreren holder kort et oplæg, og derefter deles I ud i grupper, hvor I skal svare på nogle spørgsmål om gruppepres. Derefter skal I planlægge og fremføre et rollespil, hvor I viser, hvordan man kan sige nej. Øvelsen slutter af med, at I får nogle diskussionsspørgsmål, som I skal diskutere i grupperne.

Sådan gør du

Trin 1
I grupper skal I svare på nedenstående spørgsmål om gruppepres:

- Hvordan kan man blive presset til noget, fx at ryge?
- Hvad er direkte gruppepres?
- Hvad er indirekte gruppepres?

Trin 2
I skal nu definere forskellige alternativer til at ryge.
Skriv først en række grunde til, at nogen får lyst til at ryge. Find så alternative handlinger, hvor man kan opnå det samme som ved at ryge.

Et eksempel på en grund kunne være, at man gerne vil have opmærksomhed til en fest. Et alternativ kunne så være, at være god til at danse eller have noget musik med til festen.

Trin 3
I skal lave et rollespil, hvor I viser, hvordan man kan sige nej til rygning, hvis man føler sig presset. I rollespillet skal I skelne mellem forskellige måder at sige "nej" til rygning på. I kan bruge de eksempler, som I har snakket om på trin 1 og 2. I kan også finde mere inspiration på: http://www.op-i-roeg.dk/hvem-bestemmer-dine-valg/hvorfor-goer-vi-som-vi-goer/foeler-du-dig-presset/

Trin 4

Vis rollespillet foran klassen.

Trin 5
Efter rollespillet skal I gå ud i grupper igen, hvor I skal anvende den viden, som I har fået fra de fire ovenstående trin til at diskutere nedenstående spørgsmål i gruppen:

- Tænk på tre situationer, hvor man kan føle sig presset til at gøre noget, man ikke har lyst til. Hvilken er den allerværste?
- I hvilke situationer har du prøvet at føle dig presset til noget? Hvordan føles det?
- Har du gode idéer til, hvordan man kan håndtere gruppepres?
- Hvorfor kan andre påvirke dit valg?