

Lærerark / SSF

Sandt eller falsk om snus

Læringsmål med opgaven

Eleverne lærer hvilke myter om snus, der er sande og falske. Derudover lærer eleverne at tage stilling til et emne med betydning for egen krop.

Kort om opgaven

Eleverne tilegner sig først viden om snus gennem Gå Op i Røgs hjemmeside. Derefter bliver eleverne præsenteret for udsagn / myter om snus, som de skal tage aktiv stilling til ved at flytte sig rundt mellem to felter. Når alle elever har taget stilling til udsagnet, læses svaret op.

Vejledende tid: 1 lektion á 45 minutter.

Det skal du bruge

- Gulvplads (opgaven kan med fordel gennemføres udenfor)
- Tape, kridt eller lignende til at tegne en streg på gulvet/jorden.

Sådan gør du

Lektion 1

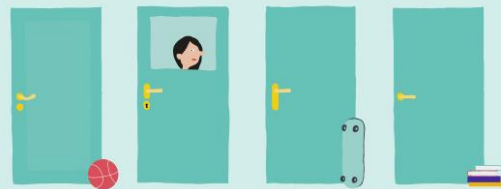
Eleverne får 15 minutter til at undersøge fakta om snus på <https://www.op-i-roeg.dk/9-klasse-trin-for-eller-imod-tobak/nye-kunder/snus/>. Eleverne kan tage udgangspunkt i følgende spørgsmål:

- Hvad består snus af?
- Hvad er forskellen på snus, tyggetobak og nikotinposer?
- Hvilke konsekvenser kan snus have for dit helbred?

Når eleverne har tilegnet sig viden om snus, deler læreren gulvarealet op i to med en streg, der indikerer to felter; sandt og falsk. Læreren forklarer aktiviteten for eleverne:

- På gulvet er der et "sandt" og et "falsk" felt.
- Når eleverne har hørt et udsagn om snus blive læst op, skal de flytte sig til det felt, de tror er rigtigt. Tror de, at udsagnet både er sandt og falsk, skal eleverne stille sig på stregen.

Når alle elever står stille igen, læser læreren svaret og den uddybende tekst. Læreren kan med fordel lade elever fra forskellige felter give deres argument for deres placering, før svaret læses højt.



Vurderes det, at eleverne tager for meget tid til at tage stilling, eller lader sig påvirke af hinanden, kan der tælles ned, eller der kan gives et signal efter lidt betænkningstid, hvor eleverne på samme tid skal flytte sig.

De 9 myter, som eleverne skal tage stilling til er følgende:

1. Snus er ulovligt

Sandt

Det er ikke ulovligt at bruge snus, men det er ulovligt at sælge snus i Danmark. Både som butik og som privatperson. Sverige har som det eneste land i EU en undtagelse for forbuddet, så i Sverige er det tilladt at sælge snusposer med tobak. Norge er ikke medlem af EU, så i Norge er det også tilladt at sælge snusposer med tobak. Dog må man gerne sælge tyggetobak og nikotinposer.

2. Nikotin er skadeligt

Sandt

Der er mistanke om, at nikotin påvirker udviklingen af din hjerne. Du bliver nemt afhængig, hvilket gør det svært at stoppe med at tage snus.

3. Snus er mindre skadeligt end cigaretter

Både sandt og falsk (eleverne, der står på stregen, har dermed ret)

Ligesom cigaretter indeholder snus kræftfremkaldende stoffer og nikotin. Nikotin kan gøre dig afhængig og påvirke din hjerne. Cigaretter slår hver anden bruger ihjel og er det mest skadelige produkt, du overhovedet kan købe. Snus er ikke lige så skadeligt, men begge produkter er dårlige for dig.

4. Der er glasskår i snus

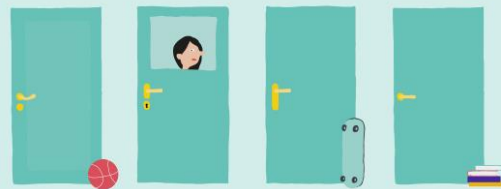
Falsk

Der er ikke glasskår i snus. Men der er salte i snus, som kan ligne glasskår, når saltet tørrer ind. Saltet opløser nikotinen hurtigere i blodet.

5. Snus afstresser mig

Falsk

Nikotinen i snus snyder din hjerne til at frigive stoffer, som får dig til at føle dig godt tilpas og afslappet. Problemet er, at din hjerne nemt bliver afhængig af nikotin. Hvis du er blevet afhængig, har din hjerne nu brug for nikotinen for at føle sig almindeligt godt tilpas. Hvis den ikke får nikotin, kan du opleve, at du bliver irriteret og i dårligt humør.



6. Snus giver kræft

Både sandt og falsk (eleverne, der står på stregen, har dermed ret)

Røgfri tobak øger risikoen for kræft i bugspytkirtlen, spiserøret og mundhulen. Snus er en af mange typer røgfri tobak. Andre former for røgfri tobak er for eksempel nikotinposer, tobakspastiller, tyggetobak og pulvertobak. Ser man alene på svensk snus, er sammenhængen mellem snus og kræft uklar, fordi der ikke findes tilstrækkeligt med undersøgelser af svensk snus. Nikotinposer er så nyt et produkt, at man ikke ved om det giver kræft.

7. Få unge bruger snus

Sandt

- 10 % af de 15-17 årige bruger snus, tyggetobak eller nikotinposer (5 % dagligt, 5 % lejlighedsvist)
- 15 % af de 18-24-årige bruger snus, tyggetobak eller nikotinposer (9 % dagligt, 5 % lejlighedsvist)

Størstedelen af unge i Danmark, bruger altså ikke snus.

8. Snus kan bruges til rygestop

Falsk

Det er ikke en god idé at bruge snus som hjælp til rygestop. Snus er forbundet med en helbredsrisiko, da det indeholder skadelige stoffer og nikotin, der kan gøre dig afhængig.

Der findes en lang række sikre alternativer, der kan hjælpe dig med et rygestop. Du kan ringe til Stoplinien eller downloade appen XHALE.

9. Snus skader tænderne

Sandt

Snus skader dine tænder. Det kan misfarve dine tænder og skade dit tandkød. Snus kan også farve dit spyt brunt. Derudover kan snus få dit tandkød til at trække sig tilbage, så mere af dine tænder bliver synlige. Når først tandkødet har trukket sig tilbage, vokser det ikke op igen.

Opgavens indhold kan også findes i online-version på Kræftens Bekæmpelses side om snus:

<https://www.cancer.dk/snusfornuft/sandt-eller-falsk/>



Forslag til opfølgning og evaluering

Forslag til tegn på læring

- Eleven kan vurdere udsagn og myter om snus.
- Eleven kan selvstændigt tage aktiv stilling til udsagnet / myten.
- Eleven kan vurdere korrektheden af eget svar, efter det er givet.

Forslag til opfølgning

- Læreren observerer, hvordan elevernes svar fordeler sig.
- Læreren giver eleverne svarene på myten / udsagnet.
- Læreren spørger ind til elevernes valg af svar.

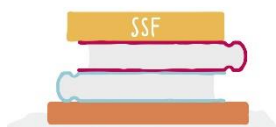
Forslag til færdigheds- og vidensmål for SSF efter 9. klassetrin

Fag SSF	Færdighedsmål Eleven kan vurdere sundhedsfaktorer i relation til eget liv.
Kompetenceområde Sundhed og trivsel	Vidensmål Eleven har viden om sundhedsfaktorer, som er særligt relevante for unge.
Videns- og færdighedsområde Livstil og levevilkår	



Elevark

Sandt eller falsk om snus



Det lærer du

Du lærer hvilke myter om snus der er sande og falske. Du lærer også at tage stilling til et emne med betydning for egen krop.

Kort om opgaven

Først skal du undersøge fakta om snus. Derefter præsenterer din lærer dig for udsagn / myter om snus, som du skal tage aktiv stilling til ved at flytte dig rundt mellem to felter. Når alle har taget stilling til udsagnet, læser din lærer svaret op.

Sådan gør du

Trin 1

Du skal undersøge fakta om snus. Du kan læse om snus på <https://www.op-i-roeg.dk/9-klasse-trin-for-eller-imod-tobak/nye-kunder/snus/>. Du kan tage udgangspunkt i følgende spørgsmål:

- Hvad består snus af?
- Hvad er forskellen på snus, tyggetobak og nikotinposer?
- Hvilke konsekvenser kan snus have for dit helbred?

Trin 2

Din lærer præsenterer dig for 9 myter om snus. Når du har hørt et udsagn om snus blive læst op, skal du flytte dig til det felt, du tror er rigtigt. Hvis du tror, at udsagnet både er sandt og falsk, skal du stille dig på stregen. Når alle står stille igen, læser din lærer svaret op.