



Samlet temapakke

Hvem bestemmer dine valg?

Vejledende klassetrin: 7. klasse

I dette dokument finder du lærer- og elevark til alle øvelser tilhørende temapakken "Hvem bestemmer dine valg?".

Om temapakken

Eleverne lærer at identificere mekanismer, der har betydning for deres egne og andres valg i dagligdagen. Eleverne får redskaber til at træffe beslutninger om rygning ved at arbejde med bl.a. pres, flertalsmisforståelser og risikovillighed. Temaet giver et indblik i ydre faktorer, som fx reklamer og lovgivning, der kan påvirke unge. Eleverne vil også kunne beskrive rygningens betydning for krop, sundhed og kondition samt vurdere, om dette kan have betydning for, om man prøver at ryge.

Temapakken er især relevant for fagene: dansk, matematik, samfundsfag og sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab (SSF).

Øvelser

Dansk: Erfaringer med tobak.....	3
Dansk: Tobaksreklamernes magt.....	8
Dansk: Rygning på film og TV.....	17
Matematik: Hvor mange unge ryger eller snuser?.....	20
SSF: Flertalsmisforståelser.....	25
SSF: Sandt eller falsk om snus.....	29
SSF: Hvordan siger man nej til rygning?.....	34
SSF: Risikoadfærd og rygning.....	38
SSF: Hvad gør rygning ved kroppen, når man er ung?.....	42
Samfundsfag: Skolens ryge- og snusregler.....	45
Samfundsfag: Den danske rygelov.....	50

Til hver øvelse knytter der sig et lærer- og elevark. I lærerarkene er der forslag til læringsmål på klasseniveau, tegn på læring med forskellige faglige niveauer, samt forslag til evaluering og opfølgning. På elevarkene er der tydelige læringsmål og beskrivelse af opgaven.



Brug indholdet på opiroeg.dk i undervisningen

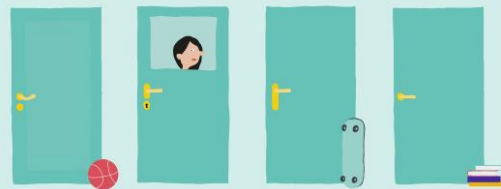
Hjemmesiden op-i-roeg.dk kan inddrages aktivt i undervisningen, alene eller som et supplement til øvelserne i denne temapakke. Du kan fx vælge at inddrage elementer fra hjemmesiden i din undervisning, eller du kan lade dine elever gå på opdagelse selv og dermed understøtte deres faglige fordybelse.

Bag døren "Hvem bestemmer dine valg?" på op-i-roeg.dk finder du:

- Hvorfor gør vi, som vi gør?
 - Sætter fokus på spørgsmålet: Hvad er det, der får unge til at tænde den første cigaret? Om flertalsmisforståelse, pres og risikovillighed.
- Reklamer, medier og lovgivning
 - Hvordan kan fx reklamer, film og TV påvirke om vi begynder at ryge? Herunder lovgivningens forsøg på at styre dette.
- Din krop, dit valg?
 - Hvad sker der i kroppen når man begynder at ryge – på kort og langt sigt?

Under de enkelte temaer på hjemmesiden findes tekster, refleksionsspørgsmål, quizzer og tests.

God fornøjelse ☺



Lærerark / Dansk

Erfaringer med tobak

Læringsmål på forløbet

Eleverne lærer at gennemføre et interview. Eleverne lærer derudover også vælge en metode til at præsentere deres interview – fx en videoptagelse eller en avisartikel.

Kort om opgaven

Eleverne skal lave et interview om en persons erfaring med tobak (herunder cigaretter, snus og vandpibe) eller e-cigaretter, og hvilke valg han eller hun har truffet i forhold til produktet. Læreren holder et oplæg om interviewteknikker, og eleverne laver ud fra dette en interviewguide og interviewer deres udvalgte interviewperson. Til sidst præsenterer de deres pointer fra interviewet gennem et kreativt produkt, som fx en videoptagelse eller en avisartikel.

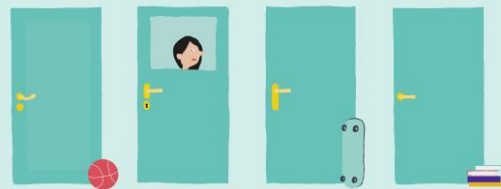
Vejledende tid: 5 lektioner á 45 minutter.

Sådan gør du

Lektion 1

Hold et oplæg om spørgeteknikker, de seks hv-spørgsmål og interviewmetode. Eleverne skal vælge, hvilket produkt, de vil spørge ind til. Eksempler på spørgsmålene finder du i boksen:

- Hvem er du?
- Hvad synes du om snus/cigaretter/vandpibe/e-cigaretter?
- Hvor prøvede du det første gang?
- Hvornår begyndte du at bruge det?
- Hvordan var det at bruge det første gang/sige nej til det?
- Hvorfor begyndte du på det/valgte du det fra?



Herefter skal eleverne i gang med deres interviews om en persons erfaring med produktet. De bestemmer hver især, om de vil interviewe en, der fx bruger snus, er holdt op med at bruge det eller aldrig har prøvet det før. De kan vælge at interviewe nogen de kender. Fx kammeraters forældre, forældres venner, en lærer på skolen eller lign.

Derudover skal de vælge en metode til at præsentere interviewet. Mind dem om, at præsentationen er en del af forberedelsen, så de fx husker et kamera, hvis de vil lave en video.

Når eleverne har valgt interviewperson og metode til at præsentere interviewet, skal de udforme deres egen interviewguide.

Lektion 2

Eleverne skal ud og interviewe deres udvalgte interviewperson.

Lektion 3 + 4

Eleverne arbejder med deres interview og udformer deres interviewpræsentation.

Lektion 5

Eleverne skiftes til at vise deres præsentation af interviewet for resten af klassen.

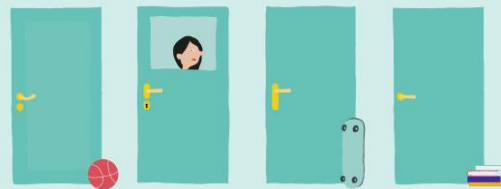
Forslag til opfølgning og evaluering

Forslag til tegn på læring

- Eleven kan formulere hv-spørgsmål til at interviewe en person
- Eleven kan gengive interviewets pointer
- Eleven kan fortolke interviewet og fortælle, hvorfor personen begyndte at bruge produktet/ikke begyndte
- Eleven kan producere en kreativ præsentation af interviewet

Forslag til opfølgning

- Læreren læser elevernes interviewguides og tjekker, om de har alle seks hv-spørgsmål med.
- Når eleverne præsenterer deres interviews, spørger læreren ind til, om de fik svar på det de ønskede.
- Læreren lytter efter i præsentationen om der er en sammenkobling mellem interviewets svar, og hvorfor personen bruger produktet/ikke bruger det.



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

Fag

Dansk

Kompetenceområde

Fremstilling

Videns- og færdighedsområde

Forberedelse

Færdighedsmål

Eleven kan indsamle oplysninger og disponere indhold

Vidensmål

Eleven har viden om spørgeteknikker og observationsmetoder



Elevark

Erfaringer med tobak



Det lærer du

Du lærer at gennemføre et interview. Du lærer derudover også at vælge en metode til at præsentere dit interview – fx en videooptagelse eller en avisartikel.

Kort om opgaven

Du skal lave et interview om en persons erfaring med tobak (cigaretter, snus, vandpipe) eller e-cigaretter, og hvilke valgt han eller hun har truffet i forhold til det. Du skal vælge, om du vil interviewe en person, der bruger produktet, er holdt op med at bruge det eller aldrig har prøvet det før. Du skal lave en interviewguide, interviewe din interviewperson og derefter skal du præsentere dit interview fx gennem en videooptagelse eller avisartikel.

Sådan gør du

Trin 1

På dette trin skal du vælge, hvem du vil interviewe, og hvilken metode, du senere vil præsentere det gennem.

- Du skal beslutte om du vil interviewe en person, der bruger det valgte produkt, er holdt om med at bruge det eller aldrig har prøvet det. Det kan være en du kender. Fx dine venners forældre, forældres venner, en lærer på skolen eller lign. Det vil være interessant at spørge, hvad han/hun tænker om, at unge begynder at bruge produktet.

Du kan finde inspiration til din udvælgelse af interviewperson her:

Bruger det valgte produkt: Du kan fx spørge om, hvorfor personen bruger det, hvorfor han/hun begyndte, hvornår han/hun gør det, og om han/hun gerne vil stoppe.

Har aldrig prøvet det valgte produkt: Du kan fx spørge om, hvorfor personen har valgt ikke at prøvet det, og hvilke holdninger han/hun har til det. Spørg også gerne om hans eller hendes erfaringer med produktet.

Er holdt om med at bruge det valgte produkt: Spørg fx ind til, hvorfor personen



er holdt op med at bruge det, og hvordan han/hun gjorde det.

Vælg en metode til at præsentere interviewet. Det kan fx være som en video med et TV-interview eller reportage, eller det kan være et skriftligt produkt i form af en avisartikel eller et portræt.

Trin 2

Formulér en interviewguide. Tænk på, hvilken person du vil interviewe, og hvad du vil have ud af interviewet. Tag udgangspunkt i lærerens oplæg om interviewteknikker. Du skal huske at komme rundt om de seks hv-ord. Du kan finde inspiration til din interviewguide i boksen.

- **Hvem** er du?
- **Hvad** synes du om snus/cigaretter/vandpibe/e-cigaretter?
- **Hvor** prøvede du det første gang?
- **Hvornår** begyndte du at bruge det?
- **Hvordan** var det at bruge det første gang/sige nej til det?
- **Hvorfor** begyndte du på det/valgte du det fra?

Trin 3

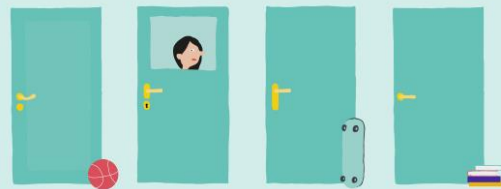
Du skal nu lave selve interviewet. Under interviewet er det en god idé at skrive noter eller optage interviewet. Optagelsen kan både være med video eller kun lyd.

Trin 4

Du skal nu fortolke dit interview ved at lave en præsentation af interviewet. I din præsentation skal du gengive interviewets pointer og præsentere, hvorfor personen begyndte at bruge det valgte produkt eller ikke begyndte at bruge det.

Trin 5

Præsenter din interviewpræsentation for klassen.



Lærerark / Dansk

Tobaksreklamernes magt

Læringsmål på forløbet

Eleverne lærer at identificere reklamer for cigaretter og kunne forklare, hvordan tobaksreklamer har haft betydning for befolkningens rygning gennem tiden. Eleverne lærer at udarbejde en reklameanalyse af en reklame relateret til rygning.

Kort om opgaven

Læreren holder et oplæg om virkemidler i reklamer og hvordan, man kan analysere reklamer. Eleverne skal herefter spore sig ind på tobaksreklamer og undersøge tobaksindustriens metoder til at få flere til at ryge. Der vises derefter en film, der sætter fokus på tobaksindustriens metoder. Efterfølgende skal eleverne gennemgå de forskellige virkemidler i reklameanalyse i grupper. Til slut skal eleverne enkeltvis lave en reklameanalyse af en tobaksreklame.

Vejledende tid: 4 lektioner á 45 minutter.

Sådan gør du

Lektion 1

Læreren holder et oplæg om virkemidler i reklamer og analysemodeller til at analysere reklamer. Du kan finde et eksempel på en analysemodel bagerst i lærerarket. Tal med eleverne om kendisser, sexappeal, grafiske udtryk, sprogbrug og hvilke virkemidler, der især henvender sig til de unge. I plenum beder du eleverne komme med eksempler på, hvilke reklamer, som påvirker dem, eller som de har lagt mærke til. Derefter taler I om, hvorvidt man altid selv ved, om man bliver påvirket af en reklame.

Eleverne søger derefter information på nettet om tobaksindustriens metoder i reklamer, og læreren samler op i klassen ved at gennemgå en reklameanalyse af en tobaksreklame. Du kan finde eksempler på gamle tobaksreklamer her:

- [http://www.reminiscens.dk/node/166:](http://www.reminiscens.dk/node/166)
- <http://www.dr.dk/nyheder/kultur/historie/billeder-husker-du-marlboro-man-og-de-andre-tobaks-ansigter>

Her kan du læse om tobaksreklamers virkemidler gennem tiden:

- <https://samvirke.dk/artikler/retroreklamer-saa-dan-tobaksreklamerne-ud#slide-0>



Lektion 2

Som en opsamling på elevernes informationssøgning vises der en film, der viser tobaksindustriens metoder til at få flere unge til ryge.

Filmen: Child Labour in New Packaging: "Tobacco-Free" Products Exposed (18 minutter): Er en film om børnearbejde i tobaksindustrien og de sundheds- og miljømæssige konsekvenser forbundet med tobaksproduktion. Filmen er på engelsk. Du finder filmen her: www.op-i-roeg.dk/ekstra-materialer/

I samler efter filmen kort op på, hvilke hovedpointer, der er i filmen.

Lektion 3

Eleverne fordeles i grupper, hvor de hver især skal vælge et virkemiddel og fortælle, hvordan det kan bruges i tobaksreklamer. De andre elever skal godkende beskrivelsen.

Efter de har beskrevet virkemidlerne i grupper, skal eleverne udvælge, hvilken reklame for tobak, som de vil analysere. Eleverne kan vælge en af de reklamer, de finder på linkene under lektion 1 eller nogen, de selv finder.

Lektion 4

Eleverne arbejder på deres reklameanalyse. Til at analysere deres udvalgte tobaksreklame, kan de bruge den analysemodel, som findes bag i lærer- og elevarket. Læreren bestemmer om reklameanalysen skal være en aflevering eller fremlæggelse. Hvis det skal være en fremlæggelse, kræver det en **ekstra lektion**.



Forslag til opfølgning og evaluering

Forslag til tegn på læring

- Eleven kan beskrive, hvordan tobaksreklamer har været med til at udbrede rygning
- Eleven kan beskrive virkemidler, som bliver brugt til at påvirke unge, og som tobaksindustrien har brugt
- Eleven kan identificere afsender og modtager i en reklame
- Eleven kan fortolke afsenderens hensigt med reklamen
- Eleven kan gengive den historie, som reklamen ønsker at fortælle
- Eleven kan vurdere, hvordan han/hun selv bliver påvirket af reklamer

Forslag til opfølgning

- Når eleverne inddeles i grupper og hver især skal beskrive, hvordan forskellige virkemidler kan bruges i en tobaksreklame, skal eleverne godkende hinandens beskrivelser af virkemidlerne
- I elevens reklameanalyse ser du efter, om han eller hun kan
 - beskrive de virkemidler, som tobaksindustrien har brugt
 - identificere afsender og modtager af reklamen
 - fortolke afsenderens hensigt med reklamen
 - relatere reklamens virkemidler til tobaksindustriens hensigter med modtageren

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

<p>Fag Dansk</p> <p>Kompetenceområde Læsning</p> <p>Videns- og færdighedsområde Finde tekst</p>	<p>Færdighedsmål Eleven kan kildekritisk vurdere bruger- og ekspertproduceret indhold</p> <p>Vidensmål Eleven har viden om afsenderforhold og genrer på nettet</p>
--	--



FORSLAG TIL ANALYSEMODEL

Afsender og modtager for reklamen

Hvem siger hvad til hvem?

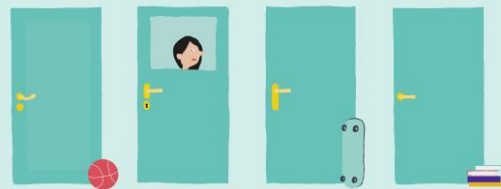
- Hvad vil reklamen gerne sælge eller have modtageren til at gøre?
- (Afsender) Hvem er reklamens afsender?
- (Modtager) Hvem henvender reklamen sig til – og hvordan kan man se det på billedet, på ordvalg og sætninger?

Reklamens virkemidler

Hvilke virkemidler bruger reklamen for at fange og fastholde modtagerens opmærksomhed?

Virkemidler i reklamer kan f.eks. være:

- *Blikfang* f.eks. med dristige billeder eller fængende overskrifter
- *Grafiske udtryk* som kan være flotte eller harmoniske og lever op til "Det gyldne snit"
- *Spille på drømme, vaner, idealforestillinger og forbrug ved at sætte produktet ind i en livsstilsammenhæng* med personer, der ligner målgruppen
- *Bruge sexappeal* og henvende sig til modtagerens underbevidsthed
- *Henvende sig til målgruppens følelser og drømme*
- *Appellere til målgruppens ønske om at være en del af et fællesskab*
- *Bruge positive ord og knytte gode værdier til produktet*
- *Bruge kendte mennesker* til at reklamere for et produkt. På den måde kobles produktet indirekte til en bestemt livsstil og til kvalitet
- *Bruge musik- og lydeffekter* til at understøtte reklamens budskab og fange målgruppen
- *Skabe troværdighed* for at få os til at tro på budskabet i reklamen
- *Lade tekst og billede understøtte hinanden* for at underbygge budskabet og troværdigheden i reklamen



Reklamens argumenter

Hvilke argumenter bruger reklamen for at overbevise modtageren om, at produktet er godt?

Argumenter kan opdeles i tre:

- *Afsenderargumenter* – i reklamen lovpriser afsenderen produktet, der reklameres for f.eks. via troværdige personer.
- *Modtagerargumenter* – reklamen fokuserer på modtagerens fordele ved at købe det produkt, der reklameres for.
- *Sagargumenter* – reklamen præsenterer produktet med tal, analyse af fortiden, forudsigelser om fremtiden eller sammenligninger med andre produkter.

Reklamer kan endvidere groft inddeles i to kategorier:

- Reklamer, der appellerer til modtagerens følelser
- Reklamer, der appellerer til modtagerens fornuft

Reklamens fortælling

Hvad er budskabet i reklamen?

Hvad lover reklamen, at modtageren kan opnå ved at købe produktet?

Hvordan passer reklamens fortælling til den opfattelse, du har af rygning?



Elevark

Tobaksreklamernes magt



Det lærer du

Du lærer at identificere tobaksreklamer og forklare, hvordan tobaksreklamer har haft betydning for rygning gennem tiden. Du lærer også at beskrive de virkemidler, tobaksreklamer anvender samt at udarbejde en reklameanalyse.

Kort om opgaven

Læreren holder først et oplæg om virkemidler i reklamer og reklameanalyse. Du skal derefter selv søge information om, hvordan tobaksreklamer har forsøgt at påvirke folks adfærd gennem tiden. Derefter skal I arbejde i grupper, hvor I hver især beskriver et virkemiddel i reklamer. Til sidst skal du lave en reklameanalyse af en tobaksreklame.

Sådan gør du

Trin 1

Hør lærerens oplæg om virkemidler i reklamer og reklameanalyse. Notér evt. ned undervejs, hvilke virkemidler, læreren beskriver, da du skal bruge dem senere til gruppearbejde og reklameanalyse.

Trin 2

- Du skal beskrive, hvordan tobaksindustrien gennem tiden har forsøgt at påvirke folks adfærd. Du kan tage udgangspunkt i lærerens oplæg eller den film, læreren viser. Du kan læse mere her: <http://www.op-i-roeg.dk/hvem-bestemmer-dine-valg/reklamer-tv-og-lovgivning/> eller her: <http://www.op-i-roeg.dk/for-eller-imod-tobak/hvilke-kraefter-er-paa-spil/tobakindustriens-metoder/> eller her: <https://samvirke.dk/artikler/retroreklamer-saa-tobaksreklamerne-ud#slide-0>

Trin 3

I grupper skal I nu skiftes til at beskrive et virkemiddel i reklamer. De andre elever i gruppen skal godkende din beskrivelse af virkemidlet. Det er godt at notere undervejs, da I skal bruge virkemidlerne senere i jeres analyse. I kan finde information om virkemidler bagerst på elevarket.



Trin 4

Du skal vælge en tobaksreklame, som du vil analysere. Du kan finde eksempler på gamle tobaksreklamer her:

- <http://www.reminiscens.dk/node/166>:
- <http://www.dr.dk/nyheder/kultur/historie/billede-husker-du-marlboro-man-og-de-andre-tobaks-ansigter>

Trin 5

Du skal lave en reklameanalyse. I analysen skal du:

- identificere afsender og modtager
- gengive den historie, reklamen ønsker at fortælle
- forklare, hvordan reklamen bruger forskellige virkemidler
- fortolke afsenderens hensigt med reklamen

Du kan evt. tage udgangspunkt i lærerens oplæg eller den analysemodel, du finder bag øvelsesarket. Læreren giver besked, om det skal være en fremlæggelse eller en aflevering.



FORSLAG TIL ANALYSEMODEL

Afsender og modtager for reklamen

Hvem siger hvad til hvem?

- Hvad vil reklamen gerne sælge eller have modtageren til at gøre?
- (Afsender) Hvem er reklamens afsender?
- (Modtager) Hvem henvender reklamen sig til – og hvordan kan man se det på billedet, på ordvalg og sætninger?

Reklamens virkemidler

Hvilke virkemidler bruger reklamen for at fange og fastholde modtagerens opmærksomhed?

Virkemidler i reklamer kan f.eks. være:

- *Blikfang* f.eks. med dristige billeder eller fængende overskrifter
- *Grafiske udtryk* som kan være flotte eller harmoniske og lever op til "Det gyldne snit"
- *Spille på drømme, vaner, idealforestillinger og forbrug ved at sætte produktet ind i en livsstilsammenhæng* med personer, der ligner målgruppen
- *Bruge sexappeal* og henvende sig til modtagerens underbevidsthed
- *Henvende sig til målgruppens følelser og drømme*
- *Appellere til målgruppens ønske om at være en del af et fællesskab*
- *Bruge positive ord og knytte gode værdier til produktet*
- *Bruge kendte mennesker* til at reklamere for et produkt. På den måde kobles produktet indirekte til en bestemt livsstil og til kvalitet
- *Bruge musik- og lydeffekter* til at understøtte reklamens budskab og fange målgruppen
- *Skabe troværdighed* for at få os til at tro på budskabet i reklamen
- *Lade tekst og billede understøtte hinanden* for at underbygge budskabet og troværdigheden i reklamen



Reklamens argumenter

Hvilke argumenter bruger reklamen for at overbevise modtageren om, at produktet er godt?

Argumenter kan opdeles i tre:

- *Afsenderargumenter* – i reklamen lovpriser afsenderen produktet, der reklameres for f.eks. via troværdige personer.
- *Modtagerargumenter* – reklamen fokuserer på modtagerens fordele ved at købe det produkt, der reklameres for.
- *Sagargumenter* – reklamen præsenterer produktet med tal, analyse af fortiden, forudsigelser om fremtiden eller sammenligninger med andre produkter.

Reklamer kan endvidere groft inddeles i to kategorier:

- Reklamer, der appellerer til modtagerens følelser
- Reklamer, der appellerer til modtagerens fornuft

Reklamens fortælling

Hvad er budskabet i reklamen?

Hvad lover reklamen, at modtageren kan opnå ved at købe produktet?

Hvordan passer reklamens fortælling til den opfattelse, du har af rygning?



Lærerark / Dansk

Rygning på film og TV

Læringsmål på forløbet

Eleverne lærer, at personer på film og TV kan påvirke elevernes egen adfærd i forhold til rygning. Derudover lærer de, hvordan rygning påvirker en skuespillers fremstilling på film og TV.

Kort om opgaven

Eleverne skal arbejde i grupper med spørgsmål om sammenhængen mellem rygning, identitet, film og TV. Til sidst samles op i klassen.

Vejledende tid: 1 lektion á 45 minutter.

Sådan gør du

Lektion 1

Start ud med kort at forklare, hvad begrebet normalisering betyder i forhold film og TV. Når unge ser rygning på film og TV, virker rygning mere udbredt end det er i virkeligheden, og det kan medføre, at de selv er mere tilbøjelige til også at ryge. Du kan finde inspiration til det her:

<http://www.op-i-roeg.dk/hvem-bestemmer-dine-valg/reklamer-tv-og-lovgivning/>

<http://www.op-i-roeg.dk/hvem-bestemmer-dine-valg/hvorfor-goer-vi-som-vi-goer/>

Derefter inddeles eleverne i grupper. Eleverne arbejder med spørgsmålsark, hvor de først skal forholde sig til rygning på skærmen, og derefter relatere det til virkeligheden.

Til sidst samles der op i klassen, hvor læreren gerne må komme omkring, hvilket signaler det sender, når man ryger i virkeligheden. Er det det samme signal, som dem på film og TV udsender?



Forslag til opfølgning og evaluering

Forslag til tegn på læring

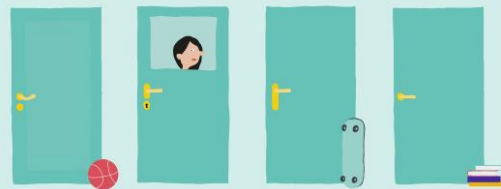
- Eleven kan beskrive karakteristika ved personer, der ryger på film og TV
- Eleven kan genfortælle, hvad normalisering betyder
- Eleven kan fortolke sammenhængen mellem rygning og fremstilling af identitet
- Eleven kan vurdere, om der er forskel på dem, der ryger på film og TV sammenlignet med dem, der ryger i virkeligheden

Forslag til opfølgning

- Læreren lytter efter, om eleverne kan præsentere en person, der ryger på film, TV, PlayStation eller andet og forklare, hvad rygning gør for denne persons identitet.
- Få eleverne med egne ord til at beskrive begrebet normalisering.
- Læreren lytter efter, om eleverne selv nævner en sammenhæng mellem rygning og identitet
- Læreren lytter efter, om eleverne kan differentiere mellem signaler ved rygning på TV og i virkeligheden.

Forslag til færdigheds- og vidensmål for dansk efter 9. klasse

Fag Dansk	Færdighedsmål Eleven kan fortolke egne og andres fremstillinger af identitet i tekster
Kompetenceområde Fortolkning	Vidensmål Eleven har viden om identitetsfremstillinger
Videns- og færdighedsområde Fortolkning	



Elevark

Rygning på Film og TV



Det lærer du

Du lærer, hvordan personer på film og TV kan påvirke din adfærd i forhold til rygning. Derudover lærer du, hvordan rygning påvirker en skuespillers fremstilling på film og TV.

Kort om opgaven

I skal arbejde i grupper, hvor I skal svare på spørgsmål om sammenhængen mellem rygning, identitet, film og TV. Til sidst samles op i klassen.

Sådan gør du

Trin 1

- Nævn min. tre eksempler på nogle personer, der ryger på film og TV. Det skal være nutidseksempler.
- Beskriv, hvad det gør ved skuespillernes karakter, at han eller hun ryger.

Trin 2

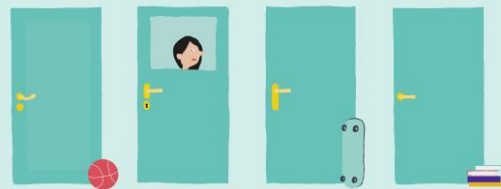
Tal i gruppen om, hvilket signal, det sender, hvis man ryger i virkeligheden? Er man fx cool? Eller er det dumt?

Trin 3

- Sammenlign dem, der ryger på film og i virkeligheden. Er der forskel?
- Hvordan påvirker det unge, at der er så meget rygning på film og TV?

I kan finde mere information her:

<http://www.op-i-roeg.dk/hvem-bestemmer-dine-valg/reklamer-tv-og-lovgivning/film-og-tv/>



Lærerark / Matematik

Hvor mange unge ryger eller snuser?

Læringsmål for opgaven

Eleverne lærer at gennemføre en undersøgelse om en vane blandt unge. De lærer også at søge information gennem statistikker på nettet samt at analysere og præsentere data grafisk.

Kort om opgaven

Eleverne skal lave en spørgeskemaundersøgelse af, hvor mange af deres jævnaldrende på skolen, der bruger cigaretter, snus, e-cigaretter eller vandpibe. De skal først udvælge, hvilket produkt, de ønsker at undersøge. Derefter skal de analysere og præsentere deres data fra undersøgelsen grafisk. De skal også lave en informationssøgning, hvor de finder ud af, hvor mange af deres jævnaldrende, der bruger cigaretter, snus, e-cigaretter eller vandpibe på landsplan.

Vejledende tid: 3 lektioner á 45 minutter.

Læringsforudsætninger

- Eleverne kan gennemføre en spørgeskemaundersøgelse, og kan stille spørgsmål, der giver kvalificerbare svar.
- Eleverne kan anvende Excel eller tilsvarende databehandlingsprogram.

Sådan gør du

Lektion 1

Inddel eleverne i to- eller tremandsgrupper. Eleverne udarbejder et spørgeskema med kvalificerbare svarkategorier, der indeholder følgende

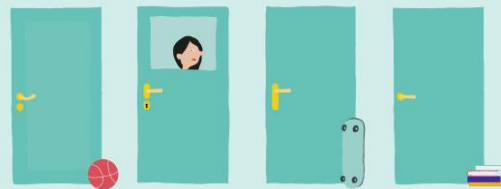
- Køn og alder.
- Om vedkommende bruger cigaretter, snus, e-cigaretter eller vandpibe.
- Hvor ofte vedkommende bruger det.

Eleverne anvender deres spørgeskema til at indsamle data fra skolens andre udskolingselever.

Hver elev skal indhente fx fem eller ti besvarelser af spørgeskemaet, afhængig af, hvor mange elever der er i udskolingen.

Lektion 2

Eleverne indtaster deres spørgeskemadata i Excel (eller andet databehandlingsprogram) og vælger en grafisk metode til at fremstille resultaterne.



Derefter skal de udregne, hvor stor en procentdel af skolens udskolingselever, der bruger cigaretter, snus, e-cigaretter eller vandpibe hhv. hver dag eller en gang i mellem.

Bagefter skal eleverne undersøge, hvor mange af deres jævnaldrende der bruger enten cigaretter, snus, e-cigaretter eller vandpibe på landsplan. Dette skal de gøre ved at søge information på nettet.

Eleverne skal nu sammenligne deres egne resultater med de landsdækkende resultater. De kan evt. sammenligne dem grafisk.

Lektion 3

Imens eleverne arbejder med deres egne analyser, kan læreren forberede en samlet analyse med alle elevernes data, som I gennemgår i klassen i slutningen af forløbet.

Læreren kan stille spørgsmål til, om undersøgelserne stemmer overens med elevernes egne opfattelser. Hvis eleverne tidligere har arbejdet med begrebet "flertalsmisforståelser", kan dette med fordel inddrages.

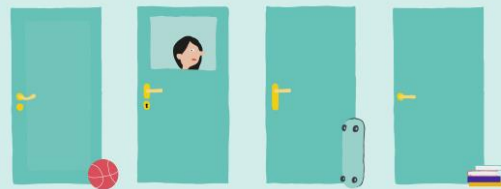
Forslag til opfølgning og evaluering

Forslag til tegn på læring

- Eleven kan formulere et simpelt spørgeskema med kvalificerbare svarkategorier om fx tobaksvaner.
- Eleven kan anvende sit spørgeskema til at indsamle interviewdata fra andre elever.
- Eleven kan bearbejde og beskrive data fra spørgeskemaer
- Eleven kan anvende procentregning og ud fra dette vælge en passende grafisk præsentation af resultaterne
- Eleven kan fortolke deres resultater.

Forslag til opfølgning

- Læreren læser elevernes spørgeskemaer igennem inden deres interviews og vurderer, om de stiller præcise og letforståelige spørgsmål om køn, alder og vaner
- Læreren ser om eleverne kan overføre deres data til et diagram eller anden grafisk fremstilling
- Læreren vurderer, om eleverne har valgt en grafisk fremstilling, der fremhæver data bedst muligt
- Læreren tjekker, at eleverne har fundet information om, hvor mange elever, der bruger cigaretter, snus, e-cigaretter eller vandpibe på landsplan



Forslag til færdigheds- og vidensmål for matematik efter 9. klasses trin

Fag

Matematik

Kompetenceområde

Statistik og sandsynlighed

Videns- og færdighedsområde

Statistik

Færdighedsmål

Eleven kan vælge relevante deskriptioner og diagrammer til analyse af datasæt.

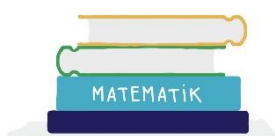
Vidensmål

Eleven har viden om statistiske deskriptioner, diagrammer og digitale værktøjer, der kan behandle store datamængder.



Elevark

Hvor mange unge ryger eller snuser?



Det lærer du

Du lærer at gennemføre en undersøgelse om en vane blandt unge. Samtidig lærer du at sammenligne dine resultater fra undersøgelsen med landsdækkende statistikker, ved at lave en informationssøgning på nettet. Du lærer desuden at analysere og præsentere dine data grafisk.

Kort om opgaven

Du skal lave en spørgeskemaundersøgelse af, hvor mange af dine jævnaldrende, der bruger cigaretter, snus, e-cigaretter eller vandpipe på skolen. Derefter skal du analysere og præsentere undersøgelsen grafisk. Du skal også finde ud af, hvor mange af dine jævnaldrende, der bruger det i hele Danmark og sammenligne disse data med dine egne.

Sådan gør du

Trin 1

Vælg om du vil undersøge hvor mange der bruger cigaretter, snus, e-cigaretter eller vandpipe.

Formulér et spørgeskema, der skal undersøge de andre udskolingselevs vaner. I dit spørgeskema skal du komme rundt om følgende:

- 1) Alder og køn
- 2) Om vedkommende bruger cigaretter, snus, e-cigaretter eller vandpipe
- 3) Hvor ofte vedkommende bruger det

Du bestemmer selv, hvordan du sætter dit spørgeskema op.

Trin 2

Anvend dit spørgeskema til at indsamle data fra skolens elever i udskoling. Din lærer fortæller, hvor mange elever du skal spørge.

Trin 3

Du skal indtaste dit spørgeskemadata i Excel (eller tilsvarende databehandlingsprogram) og derefter vælge, hvilken grafisk metode du vil bruge til at fremstille dine data. Det kan fx være et lagkagediagram, søjlediagram eller histogram.

Trin 4

Udregn, hvor mange procentdel af skolens elever, der bruger det produkt, du har valgt, henholdsvis hver dag og en gang i mellem. Vis det gennem den grafiske metode, du har valgt.



Trin 5

Lav en informationssøgning på nettet og undersøg hvor mange jævnaldrende i Danmark, der bruger det produkt, du har valgt. Sammenhold statistikkerne med dine egne resultater.



Lærerark / SSF

Flertalsmisforståelser

Læringsmål på forløbet

Eleverne lærer at forstå og forklare begrebet flertalsmisforståelser. De får samtidig viden omkring unges rygevaner i Danmark.

Kort om opgaven

Eleverne giver deres egne bud på, hvor mange unge der ryger dagligt. Derefter præsenteres eleverne for de korrekte tal. Med udgangspunkt i elevernes egne bud og de korrekte tal introduceres og diskuteres begrebet flertalsmisforståelser.

Vejledende tid: 1 lektioner á 45 minutter.

Det skal du bruge

- Tape, kridt eller lign. til at lave en streg på gulvet.
- Post-it blok (en post-it pr. elev)
- De korrekte tal: <https://www.op-i-roeg.dk/7-klassetrin-hvem-bestemmer-dine-valg/hvorfor-goer-vi-som-vi-goer/alle-andre-goer-det-jo/>
Du kan også læse om flere tal, f. eks. på snus, e-cigaretter her: https://www.sdu.dk/da/sif/rapporter/2022/paragraf_roeg_en_undersogelse_af_tobak_adfaerd_og_regler

Sådan gør du

Lektion 1

Lav en lang linje på gulvet med tape, kridt eller lignende. Fortæl eleverne at linjens interval er 0-100 %.

Hver elev skal nu svare på spørgsmålet: Hvor mange unge på 15-17 år ryger hver dag? Svaret skal være i procent.

Eleverne skriver deres svar ned på en post-it, som placeres på linjen. Når alle elever har givet deres bud, kan de (hvis der er plads) stå i nærheden af deres post-it. Læreren kan herefter spørge ind til, hvorfor de enkelte elever har svaret som de har. Du kan supplere med flere tal på området (se under 'det skal du bruge').

Læreren forklarer om flertalsmisforståelser (når man tror, at flertallet mener eller gør bestemte ting, men i virkeligheden er det kun de færreste, der mener eller gør det). Læreren kan blandt andet komme ind på, hvordan det kan påvirke vores adfærd, hvis vi tror at mange andre handler på en bestemt måde. Ofte vil eleverne tro, at cigaretter eller snus er mere udbredt end det egentlig er. Det kaldes en



flertalsmisforståelse (eller sociale overdrivelser), og er en vigtig årsag til, at unge begynder at bruge cigaretter eller snus. Inddrag også gerne sociale medier og selviscenesættelse.

Refleksionsøvelse

Øvelsen kan enten gennemføres som en klassediskussion, eller ved brug af en CL-struktur, fx dobbeltcirkler.

1. Hvad gættede I på, da I selv skulle svare på spørgsmålet om, hvor mange unge der ryger hver dag. Hvad tænker I, nu I har fået det rigtige svar?
2. Hvad kan det betyde for unges adfærd og rygevaner, hvis de tror at flertallet ryger?
SVAR: At flere unge begynder at ryge, fordi de tror, at det er normen.
3. Giv eksempler på anden adfærd, der kan blive forstærket af flertalsmisforståelser.
SVAR: 1) Risikoadfærd; fx alkohol, snus, stoffer, ekstrem adfærd. 2) Anden adfærd; fx sengetider, lomme penge, antal venner, festvaner osv.

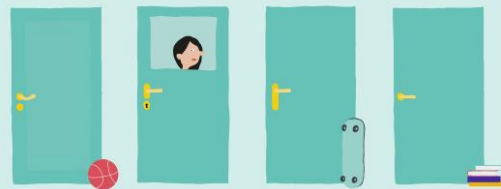
Forslag til opfølgning og evaluering

Forslag til tegn på læring

- Eleven kan beskrive begrebet flertalsmisforståelse og nævne eksempler på det.
- Eleven kan forklare, hvilken betydning flertalsmisforståelser har for unges brug af cigaretter eller snus.

Forslag til opfølgning

- Læreren vurderer, om eleverne har forstået begrebet flertalsmisforståelser, og kan give eksempler på det.
- Eleverne skal kunne forklare, at man har lettere ved at begynde at bruge cigaretter eller snus, hvis man tror, at der er flere af ens jævnaldrende, der bruger det, end der i virkeligheden er.



Forslag til færdigheds- og vidensmål for SSF efter 9. klasses trin

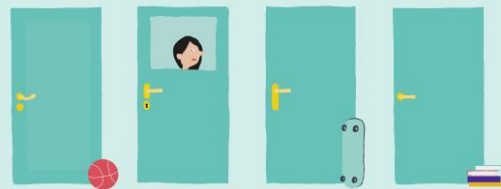
Fag
SSF

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

Flertalsmisforståelser



Det lærer du

Du lærer, hvor mange unge, der ryger i Danmark og hvad en flertalsmisforståelse er.

Kort om opgaven

Du bliver introduceret til begrebet flertalsmisforståelser. Du skal nu tage stilling til, hvor mange unge, du tror, der ryger. Bagefter skal du diskutere svaret ud fra nogle spørgsmål, som din lærer stiller.

Sådan gør du

Trin 1

Din lærer fortæller om begrebet flertalsmisforståelser.

Trin 2

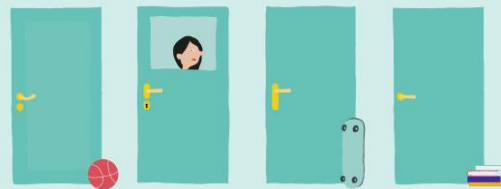
Du skal vurdere, hvor mange unge, du tror, ryger hver dag. Dit svar skal du skrive ned, og placere på linjen, som din lærer har lavet. Svaret skal være i procent.

Trin 3

Du skal sammen med dine klassekammerater diskutere nedenstående spørgsmål om filmen, rygning og flertalsmisforståelser.

Spørgsmål

1. Hvad gættede I på, da I selv skulle svare på spørgsmålet om, hvor mange unge der ryger hver dag. Hvad tænker I nu, når I har fået det rigtige svar?
2. Hvad kan det betyde for unges adfærd og rygevaner, hvis de tror at flertallet ryger?
3. Giv eksempler på anden adfærd, der kan blive forstærket af flertalsmisforståelser.



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-klassetrin-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.

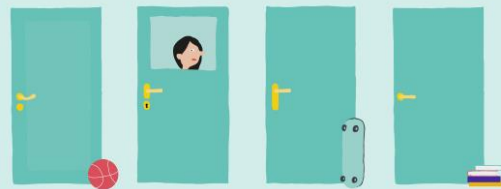
9. Snus skader tænderne

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.

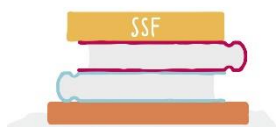
Forslag til færdigheds- og vidensmål for SSF efter 9. klassetrin

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



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.



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-preset/>

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

<p>Fag SSF</p>	<p>Færdigheds mål Eleven kan vurdere sundhedsfaktorer ift. eget liv</p>
<p>Kompetenceområde Sundhed og trivsel</p>	<p>Vidensmål Eleven har viden om sundhedsfaktorer, som er særligt relevante for unge</p>
<p>Videns- og færdighedsområde Livsstil og levevilkår</p>	



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-preset/>

Trin 4

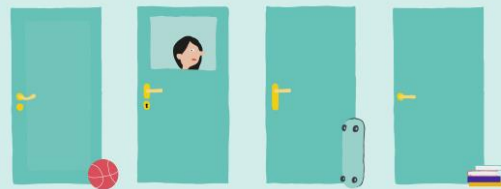


Vis rollespillet foran klassen.

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?



Lærerark / SSF

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:

- <https://www.op-i-roeg.dk/7-klasetrin-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 forskellige holdninger til risikoen ved at ryge.

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

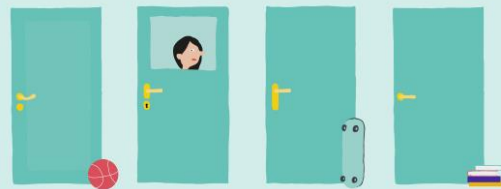
- Eleven kan beskrive sammenhænge mellem risiko og helbred ift. rygning.
- Eleven kan forklare, hvorfor mange unge har risikoadfærd som f. eks. rygning.
- Eleven kan vurdere sin egen og andres risikoadfærd.

Forslag til opfølgning

- Ved gruppearbejdet lytter læreren efter, om eleverne nævner helbreds-konsekvenser 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.

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

<p>Fag SSF</p> <p>Kompetenceområde Sundhed og trivsel</p> <p>Videns- og færdighedsområde Livsstil og levevilkår</p>	<p>Færdighedsmål Eleven kan vurdere sundhedsfaktorer ift. eget liv</p> <p>Vidensmål Eleven har viden om sundhedsfaktorer, som er særligt relevante for unge</p>
--	---



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 u hensigtsmæssig 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 der kan ske, hvis man prøver at ryge? Du kan finde information her: <https://www.op-i-roeg.dk/7-klasetrin-hvem-bestemmer-dine-valg/din-krop-dit-valg/> eller her: <https://www.op-i-roeg.dk/8-klasetrin-hvilke-konsekvenser-har-rygning-dig-og-din-krop/>

Trin 2

- Forklar, hvad der kan være godt ved at løbe en risiko.
- Løber man en risiko ved at prøve rygning en enkelt gang?
- 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:

<https://www.op-i-roeg.dk/7-klasetrin-hvem-bestemmer-dine-valg/hvorfor-goer-vi-som-vi-goer/risiko/>

Trin 3

Du skal nu læse om forskellige holdninger til risikoen ved at ryge. Holdningerne finder du her: <https://www.op-i-roeg.dk/7-klasetrin-hvem-bestemmer-dine-valg/hvorfor-goer-vi-som-vi-goer/risiko/>. Tal i gruppen om de forskellige holdninger til risikoen ved at ryge. Hvordan ville du rådgive personer med disse holdninger, 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.



Lærerark / SSF

Hvad gør rygning ved kroppen, når man er ung?

Læringsmål på forløbet

Eleverne lærer, hvordan rygning påvirker helbredet allerede kort tid efter, man er begyndt at ryge. De lærer også at skelne mellem de kortsigtede og langsigtede konsekvenser ved rygning.

Kort om opgaven

Læreren holder et oplæg om konsekvenserne ved rygning. Derefter skal eleverne arbejde i grupper, hvor de skal svare på spørgsmålsark, tegne en menneskekrop og illustrere, hvad der sker med kroppen, når man ryger.

Vejledende tid: 3 lektioner á 45 minutter.

Sådan gør du

Lektion 1

Hold et kort oplæg om, at der er forskel på kortsigtede og langsigtede konsekvenser ved rygning. Du kan finde viden om konsekvenserne her:

- <https://www.cancer.dk/forebyg/undga-roeg-og-rygning/fakta-om-rygning/rygning-og-helbred/>
- <http://www.op-i-roeg.dk/hvilke-konsekvenser-har-rygning/dig-og-din-krop/>
- <http://www.op-i-roeg.dk/hvem-bestemmer-dine-valg/din-krop-dit-valg/>

Eleverne deles op i mindre grupper, hvor de selv skal undersøge rygningens konsekvenser og skelne mellem de kort- og langsigtede.

Lektion 2

I grupperne skal eleverne illustrere en menneskekrop. På menneskekroppen skal de illustrere og forklare, hvad der sker med kroppen, når man begynder at ryge. De skal fokusere på de kortsigtede konsekvenser, dvs. hvad der kan ske med kroppen inden for de første 1-10 år efter, at man er begyndt at ryge.

Lektion 2

Grupperne hænger deres illustrationer op og skiftes til at stille spørgsmål til de forskellige illustrationer.



Forslag til opfølgning og evaluering

Forslag til tegn på læring

- Eleven kan redegøre for sundhedsskadelige konsekvenser ved rygning
- Eleven kan skelne mellem kort- og langsigtede konsekvenser
- Eleven kan relatere konsekvenser ved rygning til egen sundhed
- Eleven kan producere en illustration af de kortsigtede konsekvenser ved rygning

Forslag til opfølgning

- Læreren lytter efter i gruppearbejdet om eleverne fokuserer på sundhedsskadelige konsekvenser
- Læreren ser på elevernes illustrationer om de har fokuseret på kortsigtede konsekvenser frem for langsigtede (se listen til sidst på lærerarket)

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

<p>Fag SSF</p> <p>Kompetenceområde Sundhed og trivsel</p> <p>Videns- og færdighedsområde Livsstil og levevilkår</p>	<p>Færdighedsmål Eleven kan vurdere sundhedsfaktorer ift. eget liv</p> <p>Vidensmål Eleven har viden om sundhedsfaktorer, som er særligt relevante for unge</p>
--	---



Elevark

Hvad gør rygning ved kroppen, når man er ung?



Det lærer du

Du lærer, hvordan rygning påvirker helbredet allerede kort tid efter, at man er begyndt at ryge. Du lærer også, at der både er kortsigtede og langsigtede konsekvenser ved rygning, og at skelne mellem dem.

Kort om opgaven

Du skal først høre lærerens oplæg om konsekvenserne ved rygning. Derefter skal I arbejde i grupper, hvor I skal svare på spørgsmålsarket, tegne en menneskekrop og illustrere, hvad der sker med kroppen, når man ryger.

Sådan gør du

Trin 1

Redegør for de forskellige sundhedsskadelige konsekvenser, der er ved rygning. Du kan tage udgangspunkt i lærerens oplæg eller finde mere viden her:

- <http://www.op-i-roeg.dk/hvilke-konsekvenser-har-rygning/dig-og-din-krop/>
- <http://www.op-i-roeg.dk/hvem-bestemmer-dine-valg/din-krop-dit-valg/>
- Tobacco Body: <http://www.tobaccobody.fi/>

Trin 2

I skal skelne mellem de konsekvenser, der kommer inden for de første 1-10 år efter, at man er begyndt at ryge og de konsekvenser, der først kommer senere i livet, når man ryger.

Trin 3

I skal tegne en menneskekrop, hvor I illustrerer de konsekvenser, der kommer inden for de første 1-10 år ved rygning på kroppen.

Trin 4

Gå rundt og kig på hinandens illustrationer, og spørg ind til de andre elevers illustrationer. Vær nysgerrig på, hvorfor de har nogle konsekvenser med, som I ikke har eller de ikke har taget nogle af de konsekvenser med, som I har.



Lærerark / Samfundsfag

Skolens ryge- og snusregler

Læringsmål på forløbet

Eleverne lærer at redegøre for, hvilke ryge- og snusregler der gælder på skolen, og hvem der er med til at bestemme dem.

Kort om opgaven

Eleverne skal undersøge den danske rygelov og skolens ryge- og snusregler. Herudover skal eleverne tage stilling til hvad skolen ellers kan gøre for at forebygge, at børn og unge begynder at ryge eller tage snus.

Vejledende tid: 1 lektion á 45 minutter.

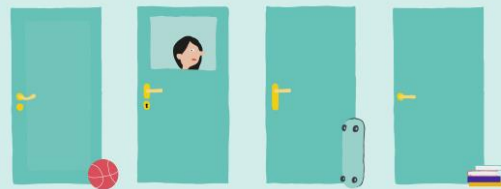
Sådan gør du

Lektion 1

Eleverne skal først læse om rygeloven i Danmark. På www.opiroeg.dk finder de information om, hvorfor loven er indført, og hvilke regler, der gælder. Derefter skal de redegøre for den. Suppler evt. med øvelsen "Den danske rygelov".

I grupper skal eleverne redegøre for skolens ryge- og snusregler ud fra følgende spørgsmål:

- Må elever og ansatte ryge på skolens område?
- Må elever og ansatte tage snus på skolens område?
- Må elever ryge eller tage snus, mens de er i skole?
- Må lærere ryge eller tage snus i arbejdstiden?



Røgfri skoletid

Fra den 1. januar 2021 er røgfri skoletid for elever et lovkrav på alle grundskoler, kostskoler og efterskoler. Røgfri skoletid betyder, at der ikke må ryges, dampes eller snuses i skoletiden – hverken på eller uden for matriklen.

Ifølge loven omfatter røgfri skoletid alle tobaksrelaterede produkter, dvs. alle produkter med tobak og nikotin, der ikke er godkendt som lægemidler. Det omfatter også øvrige relaterede produkter som fx e-cigaretter uden nikotin.

Derudover er det ikke tilladt at ryge eller anvende andre tobaksrelaterede produkter på skolens område. Dette gælder alle – både ansatte og andre besøgende såsom forældre.

Herefter skal eleverne diskutere, hvad skolen ellers kan gøre for at forebygge, at børn og unge begynder at ryge eller tage snus. De kan tage udgangspunkt i følgende spørgsmål:

- Skal skolen inddrage forældre mere for at forhindre, at deres børn begynder at ryge eller tage snus? Hvordan?
- Skal skolen undervise i tobak og konsekvenserne af at ryge og tage snus?
- Andre forslag til, hvad skolen kan gøre?

Til sidst gennemgår I elevernes forslag til, hvad skolen ellers kan gøre for at forebygge, at børn og unge begynder at ryge eller tage snus i plenum.

For selv at få mere viden om lovgivning på rygeområdet kan du gå ind på følgende links:

- <https://www.op-i-roeg.dk/7-klasetrin-hvem-bestemmer-dine-valg/reklamer-medier-og-lovgivning/>
- Loven om røgfri miljøer:
<https://www.retsinformation.dk/Forms/R0710.aspx?id=11388>
- Den nationale handleplan mod børn og unges rygning:
<https://www.regeringen.dk/nyheder/2019/handleplan-mod-boern-og-unges-rygning/>



Forslag til opfølgning og evaluering

Forslag til tegn på læring

- Eleven kan redegøre for den gældende danske rygelov
- Eleven kan gengive, hvilke ryge- og snusregler en skole yderligere kan vælge at vedtage
- Eleven kan skelne mellem den nationale lovgivning og de lokale ryge- og snusregler på en skole

Forslag til opfølgning

- Læreren tjekker om eleven kan nævne elementer af den danske rygelov
- Læreren lytter efter, om eleverne kan skelne mellem den nationale lovgivning og regler, som skoler selv kan vælge at vedtage, som noget ekstra

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

<p>Fag Samfundsfag</p> <p>Kompetenceområde Politik</p> <p>Videns- og færdighedsområde Det politiske system, retsstat og rettigheder</p>	<p>Færdighedsmål Eleven kan redegøre for politiske beslutningsprocesser i Danmark og forholdet mellem stat, region og kommune</p> <p>Vidensmål Eleven har viden om det politiske system og beslutningsprocesser i Danmark</p>
<p>Forudsætninger for at eleven kan løse opgaven Eleven skal vide, hvad en lov er.</p>	



Elevark

Skolens ryge- og snusregler



Det lærer du

Du lærer at redegøre for, hvilke ryge- og snusregler der gælder på skolen, og hvem der er med til at bestemme dem.

Kort om opgaven

I skal undersøge den danske rygelov og skolens ryge- og snusregler. Bagefter skal I diskutere hvad skolen ellers kan gøre for at forebygge, at børn og unge begynder at ryge eller tage snus.

Sådan gør du

Trin 1

Læs om den danske rygelov og lokale rygeregler. Du finder information her: <https://www.op-i-roeg.dk/7-klasetrin-hvem-bestemmer-dine-valg/reklamer-medier-og-lovgivning/>

Du skal redegøre for den danske rygelov: hvilke regler gælder nu, og hvorfor er rygeloven indført?

Trin 2

I grupper skal I undersøge skolens ryge- og snusregler ud fra følgende spørgsmål:

- Må elever og ansatte ryge på skolens område?
- Må elever og ansatte tage snus på skolens område?
- Må elever ryge eller tage snus, mens de er i skole?
- Må lærere ryge eller tage snus i arbejdstiden?

Trin 3

I skal diskutere, hvad skolen ellers kan gøre for at forebygge, at børn og unge begynder at ryge eller tage snus. I kan tage udgangspunkt i disse spørgsmål:

- Skal skolen inddrage forældre mere for at forhindre, at deres børn begynder at ryge eller tage snus? Hvordan?
- Skal skolen undervise i tobak og konsekvenserne af at ryge og tage snus?
- Andre forslag til, hvad skolen kan gøre?



Trin 4

Sammen med jeres lærer gennemgår I jeres forslag til, hvad skolen ellers kan gøre for at forebygge, at børn og unge begynder at ryge eller tage snus.



Lærerark / Samfundsfag

Den danske rygelov

Læringsmål på forløbet

Eleverne lærer den danske rygelov at kende og kan forklare, hvorfor den findes. De lærer at argumentere for deres egne holdninger til rygeloven.

Kort om opgaven

Eleverne skal enkeltvis søge information om den danske rygelov. Derefter skal de i grupper diskutere lovens regler, undtagelser og deres egne holdninger til den.

Vejledende tid: 2 lektioner á 45 minutter

Sådan gør du

Lektion 1

Eleverne starter med individuelt at søge information om rygeloven i Danmark. De kan blandt andet søge information på www.opiroeg.dk, hvor det står beskrevet, hvorfor den er indført, og hvilke regler, der gælder nu. Her kan de også læse om lokale rygeregler.

Du kan selv læse mere om den danske rygelov på nedenstående links:

- <https://www.op-i-roeg.dk/7-klasetrin-hvem-bestemmer-dine-valg/reklamer-medier-og-lovgivning/>
- <https://www.cancer.dk/forebyg/undga-roeg-og-rygning/lovgivning/rygeloven/>
- <https://www.regeringen.dk/nyheder/2019/handleplan-mod-boern-og-unges-rygning/>

Lektion 2

Eleverne deles op i grupper, hvor de skal diskutere lovens regler og undtagelser.

Eleverne slutter øvelsen af med i grupperne at diskutere og argumentere for deres egne holdninger til rygeloven. De har to konkrete spørgsmål, som de skal diskutere ud fra. De findes på elevarket.

Slut timen af med at samle op i klassen og spørg eleverne ind til deres holdninger.



Forslag til opfølgning og evaluering

Forslag til tegn på læring

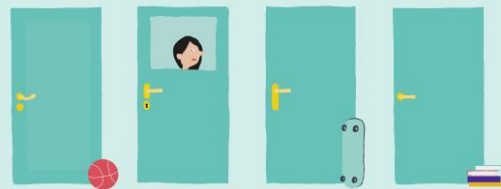
- Eleven kan redegøre for den gældende danske rygelov og nævne undtagelser i loven
- Eleven kan forklare, hvorfor rygeloven findes
- Eleven kan argumentere for deres egne holdninger til rygeloven

Forslag til opfølgning

- Læreren lytter efter, om eleverne kan forklare, hvorfor rygeloven findes og om de kan nævne undtagelser i lovgivningen

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

<p>Fag Samfundsfag</p> <p>Kompetenceområde Politik</p> <p>Videns- og færdighedsområde Det politiske system, retsstat og rettigheder</p>	<p>Færdighedsmål Eleven kan redegøre for politiske beslutningsprocesser i Danmark og forholdet mellem stat, region og kommune</p> <p>Vidensmål Eleven har viden om det politiske system og beslutningsprocesser i Danmark</p>
<p>Forudsætninger for, at eleven kan løse opgaven Eleven skal vide, hvad en lov er.</p>	



Elevark

Den danske rygelov



Det lærer du

Du lærer den danske rygelov at kende, og kan forklare, hvorfor den findes. Du lærer derudover at argumentere for dine egne holdninger til rygeloven.

Kort om opgaven

Du skal først selv finde information om den danske rygelov. Derefter skal I i grupper diskutere lovens regler, undtagelser og jeres egne holdninger til den.

Sådan gør du

Trin 1

Du skal redegøre for den danske rygelov, og hvorfor den er blevet indført. Du kan læse mere om rygeloven her: <https://www.op-i-roeg.dk/7-klasse-trin-hvem-bestemmer-dine-valg/reklamer-medier-og-lovgivning/>. Her finder du både information om, hvilke regler, der gælder nu og lokale rygeregler.

Trin 2

I grupper skal I diskutere og forklare lovgivningens regler og undtagelser. Her kan I f. eks. snakke om, hvorfor man må ryge på de små værtshuse men ikke de store?

Trin 3

I grupper skal I diskutere og argumentere for jeres egne holdninger til den danske rygelov.

Tag udgangspunkt i følgende spørgsmål:

- Ville du blive væk fra en café, fordi der blev røget? Hvorfor/hvorfor ikke?
- Ville du holde fest et sted, hvor gæsterne ikke må ryge? Hvorfor/hvorfor ikke?

GÅ OP I RØG

