

SCENARIUSZ ZAJĘĆ Z ZAKRESU PROFILAKTYKI UZALEŻNIEŃ

Temat : Światowy Dzień Rzucania Palenia Tytoniu

Prowadzący: Ewelina Krocak – wychowawca,

Tomasz Pustelnik- wychowawca

Założenia metodyczne:

1.Czas :

- 1,5 godziny

2. Cele i umiejętności:

Cel dydaktyczny:

- Zapoznanie wychowanków z negatywnymi skutkami palenia tytoniu,
- Zapoznanie wychowanków z substancjami chemicznymi, wchodzącymi w skład papierosów i ich wpływie na organizm człowieka,
- Poznanie negatywnych skutków palenia biernego,
- Poznanie negatywnych skutków dla dziecka, urodzonego przez palącą papierosy matkę,

Cel wychowawczy:

- Kształtowanie nawyków zdrowego stylu życia,
- Ukazanie sposobów spędzania czasu wolnego w sposób konstruktywny i społecznie akceptowany,
- Kształtowanie umiejętności asertywnych,
- Utrwalanie umiejętności pracy w grupie,

Cel poznawczy:

- Zapoznanie wychowanków z metodami rzucania palenia tytoniu,
- Zapoznanie wychowanków ze sposobami odmawiania .

Środki dydaktyczne: komputer - [prezentacja multimedialna PowerPoint](#), wykreślanka, rozsypane zdania, kwestionariusz pytań ewaluacyjnych, broszury antynikotynowe.

3. Metody pracy:

- pogadanka,
- prezentacja multimedialna,
- metoda działań praktycznych

4. Formy pracy :

- grupowa

Przebieg zajęć:

1. Czynności organizacyjne.

Powitanie uczniów, przedstawienie tematu i celu zajęć.

2. Pogadanka wprowadzająca

- przedstawienie pojęć: nikotyna, palenie bierne, skutki palenia,

3. Przedstawienie prezentacji multimedialnej

- przypomnienie definicji : nikotyny, biernego palenia, skutków palenia tytoniu

4. Quiz wiedzy

- Wykreślanka – uczniowie otrzymują plansze, na których odnajdują 10 nazw toksyn zawartych w papierosach,
- Rozsypanka – uczniowie układają z pojedynczych wyrazów zdania o tematyce antynikotynowej
 - Dzień Rzucania Palenia Tytoniu ma na celu zachęcić palaczy do rzucenia nałogu oraz zniechęcić młodzież do sięgania po papierosy.
 - Na całym świecie tytoń zabija ponad 5 milionów palaczy każdego roku, w tym ponad 600 tysięcy osób palących biernie.
 - Odstraszacze graficzne np. zdjęcia zniszczonych organów wewnętrznych skutecznie zniechęca młodzież do sięgania po papierosy.
 - Pomysł organizacji Dnia Rzucania Palenia Tytoniu zrodził się w 1974 roku w Stanach Zjednoczonych i miał na celu zachęcić palaczy do odstawienia papierosów na jeden dzień.
 - W trzeci czwartek listopada obchodzimy Dzień Rzucania Palenia Tytoniu, zaś 31 maja obchodzimy Światowy Dzień bez Papierosa.

5. Zabawa w Kalambury

Jeden uczestnik grupy losuje hasło i pokazuje jego treść , pozostali wychowankowie odgadują hasło, związane z tematyką zajęć

Hasła:

- Bierne palenie zabija
- Palenie papierosów zabija nienarodzone dzieci
- Jeden papieros skraca życie o 5 minut
- Palenie tytoniu wywołuje astmę
- Papierosy to trucizna

6. Kształtowanie umiejętności asertywnych- odgrywanie scenek

- Dziękuję, nie palę
- Dziękuję to nie dla mnie
- Dzięki, rzuciłem palenie
- Dzięki, nie chcę się truć
- Dzięki, nie mam ochoty

7. Ewaluacja zajęć: Uczniowie odpowiadają na pytania:

- 1) Co to jest bierne palenie?
- 2) Ile ludzi umiera na świecie każdego roku na skutek palenia tytoniu?
- 3) Ile związków chemicznych zawiera dym tytoniowy?
- 4) Podaj objawy zatrucia nikotyną (5)
- 5) Wymień choroby układu oddechowego (3)
- 6) Wymień objawy alergii u palacza biernego(4)
- 7) Wymień skutki dla dziecka , którego matka paliła papierosy w czasie ciąży(3)
- 8) Wymień choroby układu krążenia
- 9) Wymień sposoby rzucania palenia tytoniu
- 10) Jak nikotyna działa na organizm palacza?

8. Podsumowanie:

- przypomnienie definicji : nikotyna, bierne palenie, sposoby rzucania palenia, skutki palenia,
- ocena pracy wychowanków, podliczenie punktów, wyłonienie zwycięzców konkursu
- wręczenie dyplomów,
- rozdanie broszur antynikotynowych

9. Prace porządkowe.

Wykreślanka

A	A	R	S	E	N	A	T	U	B	C
S	C	D	T	S	I	U	K	W	Y	Z
Y	E	E	G	J	N	A	C	J	Ł	N
U	T	W	H	I	D	J	A	D	B	I
K	O	D	A	M	O	N	I	A	K	K
L	N	S	F	A	O	H	J	F	P	O
M	B	E	I	W	J	L	A	E	S	T
Ł	K	L	O	N	A	T	E	M	G	Y
R	I	D	T	U	I	S	F	D	F	N
D	Ó	H	E	K	S	A	M	I	N	A
R	C	E	Y	U	R	T	I	M	R	P

Rozsypanka

Dzień Rzucania Palenia Tytoniu ma na celu zachęcić palaczy do rzucenia nałogu oraz zniechęcić młodzież do sięgania po papierosy.

Na całym świecie tytoń zabija ponad 5 milionów palaczy każdego roku, w tym ponad 600 tysięcy osób palących biernie.

Odstraszacze graficzne np. zdjęcia zniszczonych organów wewnętrznych skutecznie zniechęca młodzież do sięgania po papierosy.

Pomysł organizacji Dnia Rzucania Palenia Tytoniu zrodził się 1974 roku w Stanach Zjednoczonych i miał ma cel zachęcić palaczy do odstawienia papierosów na jeden dzień.

W trzeci czwartek listopada obchodzimy Dzień Rzucania Palenia Tytoniu, zaś 31 maja obchodzimy Światowy Dzień bez Papierosa.

Kalambury

Bierne palenie zabija

Palenie papierosów zabija nienarodzone dzieci

Jeden papieros skraca życie o 5 minut

Palenie tytoniu wywołuje astmę

Papierosy to trucizna

Zachowania asertywne

Dziękuję, nie palę

Dziękuję to nie dla mnie

Dzięki, rzuciłem palenie

Dzięki, nie chcę się truć

Dzięki, nie mam ochoty

Ewaluacja

1. Podaj definicję biernego palenia

2. Ile ludzi umiera na świecie każdego roku na skutek palenia tytoniu?

Ponad 5 milionów

3. Ile związków chemicznych zawiera dym tytoniowy?

4000 tysięcy

4. Podaj objawy zatrucia nikotyną (5)

Nudności, wymioty, zawroty głowy, drżenie mięśni, osłabienie pamięci

5. Wymień choroby układu oddechowego (3)

Rozedma płuc, astma, przewlekłe zapalenie oskrzeli

6. Wymień objawy alergii u palacza biernego(4)

Łzawienie oczu, podrażnienie śluzówek nosa, kaszel, nawracające zakażenie układu oddechowego

7. Wymień skutki dla dziecka , którego matka paliła papierosy w czasie ciąży(3)

Dziecko nie otrzymuje wystarczającej ilości tlenu, rodzi się mniejsze i lżejsze, podatne jest na choroby wieku niemowlęcego

8. Wymień choroby układu krążenia

Zawał serca, miażdżyca, udar mózgu

9. Wymień sposoby rzucania palenia

Spontanicznie, oczyść mieszkanie, zajmij się czymś, ruch/sport

10. Jak nikotyna działa na organizm palacza?

Zwiększa ciśnienie krwi, zaburza pracę serca, wywołuje choroby