

## Scenariusz godziny wychowawczej w klasie VI z dnia 2 listopada 2011 r.

**Prowadząca:** wychowawca – Małgorzata Olczyk

**Temat:** Poznajemy siebie bliżej.

**Klasa:** VI

**Czas trwania:** 45 min.

### **Cele :**

- integracja grupy,
- wyłonienie liderów,
- poznanie historii o zwyczaju palenia,
- poznanie motywów palenia przez osoby dorosłe i dzieci,
- poznanie nazw substancji zawartych w dymie i w papierosie,
- uzasadnienie i wzmocnienie postaw zobowiązujących do niepalenia,

**Formy:** warsztat,

**Metody:** burza mózgów, praca indywidualna, praca w grupach, mini-wykład, pokaz

**Pomoce dydaktyczne:** paczka papierosów, szary papier, mazaki, załączniki 1-4 .

### **Przebieg zajęć:**

1. Cel i treści zajęć warsztatowych.

Nauczyciel zapoznaje uczniów celem, treścią i formą programu „Znajdź właściwe rozwiązanie”.

Spotykamy się na terenie szkoły. W szkole większość tego, co się robi podlega ocenie. Otóż, chcę, abyście o tym pamiętali – to, czym tutaj będziemy się zajmować nie podlega żadnej ocenie szkolnej. Jeżeli będziecie coś pisać na kartce, to ta kartka zostaje u was i nikt jej nie będzie sprawdzał. Nie będą to więc typowe lekcje, w czasie których nauczyciel mówi. Tu wszyscy powinni być aktywni. Do prowadzenia zajęć będą potrzebni pomocnicy, tzw. liderzy, których teraz wybierzemy spośród was. Każdy z 5 warsztatów będzie inny, stąd potrzeba 5 osób, które razem ze mną przygotowują zajęcia warsztatowe.

(Wybrane osoby powinny cieszyć się autorytetem w klasie, dlatego wyboru liderów powinni dokonać uczniowie. Nazwiska wybranych liderów należy zapisać i ustalić kolejność, w jakiej będą przygotowywali zajęcia) – załącznik 1

Nauczyciel przypina do tablicy potwierdzenie udziału uczniów oraz tematy 5 warsztatów – załącznik 2.

2. Palenie nie jest normą obyczajową.

### **Nauczyciel zadaje pytanie: Czy wiecie skąd się wziął zwyczaj palenia?**

Opowiada krótką historię o zwyczaju palenia.

Nasiona tytoniu, a więc rośliny której wysuszone liście służą do wyrobu papierosów, zostały przywiezione z Ameryki przez jej odkrywców. Zwyczaj palenia nie był wtedy tak popularny jak dzisiaj i był raczej formą ceremoniału, jak np. fajka pokoju u Indian. Częściej natomiast ssano lub żuto liście tytoniu. Później zaczęto tytoń wdychać w postaci tabaki, co może niektórzy widzieli na starych filmach. Najbardziej chyba zaskakujące jest to, że początkowo paleniu tytoniu przypisywano właściwości lecznicze, np. przy migrenie (ból głowy), bólu zębów, zakażeniu dżumą, chorobie stawów, płuc. Raczej domyślano się szkodliwego wpływu tytoniu na zdrowie, niż można to było udowodnić. Dopiero postęp medycyny w XX wieku udowodnił ponad wszelką wątpliwość związek palenia z chorobami nowotworowymi (rakiem), chorobami serca, przewodu pokarmowego i innymi.

Choroby, o których wspomniano, nie rozwijają się od razu. Palaczem również nie zostaje się po pierwszym paleniu.

### **Nauczyciel zadaje pytanie: Czy znacie etapy rozwoju nałogu?**

Nauczyciel prosi 1-lidera, aby rozdał przygotowane karteczki z etapami rozwoju nałogu, a uczniowie muszą je ułożyć w odpowiedniej kolejności – załącznik 3.

#### **FAZA**

- Przygotowywania
- Próbowania
- Eksperymentowania
- regularnego palenia
- uzależnienia

Uczniowie krótko omawiają każdą fazę.

Nauczyciel poleca uczniom zastanowić się, jak wygląda palenie u naszych rodziców i kolegów. Poleca swojemu 1 – liderowi o rozdanie kartek 3 pytaniami dotyczącymi palenia papierosów/fajki przez ojca, matkę i najlepszego kolegę/koleżankę. Prosi o szczere wypełnienie odpowiedzi. – załącznik 4.

Nauczyciel przygotowuje na szarym papierze tabelę do wpisania wyników:

<b>Palenie</b>	<b>ojca</b>	<b>matki</b>	<b>Kolegi/koleżanki</b>
a) pali codziennie			
b) pali od czasu do czasu			
c) rzucił palenie			
d) nigdy nie palił			
e) nie wiem/nie dotyczy			
<b>Ogółem</b>			

Nauczyciel komentuje wyniki, uzasadniając je.

Na ogół jest tak, że częściej palą dzieci palących rodziców. Ponadto, jeżeli ktoś nie pali, ani nie próbował palić w szkole podstawowej, to istnieje duże prawdopodobieństwo, że nie będzie również palił jako osoba dorosła.

3. Dlaczego ludzie palą?

**Nauczyciel zadaje pytania:**

- Dlaczego ludzie palą?

Uczniowie odpowiadają, nauczyciel dopowiada niektóre motywy.

*Przykładowe odpowiedzi:*

- dla przyjemności (w różnych sytuacjach, np. przy oglądaniu TV, czytaniu gazety);
- dla uspokojenia (w chwilach napięcia, zdenerwowania, oczekiwania; jako „efekt smoczka” – niemowlę płaczące uspokaja się włożeniem smoczka do buzi);
- dla pobudzenia (przy wykonywaniu przez dłuższy czas tej samej czynności, np.: prowadzeniu samochodu, pilnowaniu czegoś, żeby nie zasnąć);
- w celach towarzyskich (zamiast mówienia, gdy nie wiem co powiedzieć; albo gdy inni mówią – ja nie mogę, gdyż palę).

- Jak sądzicie, dlaczego uczniowie zaczynają palić?

Uczniowie odpowiadają, nauczyciel dopowiada niektóre motywy. Poleca 1 - liderowi zebrać wszystkie odpowiedzi i zapisać je na kartce.

*Przykładowe odpowiedzi:*

- z ciekawości
- chęci wyglądanania doroślejsz
- chęci pokazania swojej odwagi
- z powodu kolegów, którzy palą
- z nieumiejętności odmówienia
- z powodu wpływu TV, reklamy

4. Co wiemy na temat palenia tytoniu?

**Nauczyciel zadaje pytanie: Co wiemy na temat palenia tytoniu?**

Uczniowie zastanawiają się chwilę i odpowiadają.

**Nauczyciel zadaje pracę domową – Proszę znaleźć odpowiedzi na podane pytania:**

- Jakie substancje są zawarte w dymie tytoniowym?
- Ile składników chemicznych wykryto w dymie?
- Jakie są najczęstsze choroby palaczy?

## Załącznik 1

potwierdzenie udziału – „ZNAJDŹ WŁAŚCIWE ROZWIĄZANIE

Zajęcia warsztatowe będą się odbywać w pierwszą środę każdego miesiąca przez 5 miesięcy. Nasza praca będzie polegać na wspólnym analizowaniu zachowań własnych i zachowań innych ludzi. Będziemy się zastanawiać nad tym, jak najlepiej sobie radzić w trudnych sytuacjach, jak rozwiązywać różne problemy, jak dbać o własne zdrowie i kondycję fizyczną, w tym również, jak unikać nałogów takich, jak palenie tytoniu.

### Liderzy:

1. Patryk Chołuj .....
2. Mariusz Jasiński .....
3. Monika Matczenia .....
4. Katarzyna Pietranik .....
5. Rafał Plichta .....

## Załącznik 2

I - POZNAJEMY SIĘ BLIŻEJ

II – LABORATORIUM CIAŁA

III – NAUCZ SIĘ MÓWIĆ NIE

IV – ZNAJDŹ WŁAŚCIWE ROZWIĄZANIE

V – UWIERZ W SIEBIE

## Załącznik 3

<b>FAZA</b>
przygotowywania
próbowania
eksperymentowania
regularnego palenia
uzależnienia

## Załącznik 4

<b>Czy twój ojciec pali papierosy?</b>	<b>+ lub -</b>
a) pali codziennie	
b) pali od czasu do czasu	
c) rzucił palenie	
d) nigdy nie palił	
e) nie wiem/nie dotyczy	

<b>Czy twoja matka pali papierosy?</b>	<b>+ lub -</b>
a) pali codziennie	
b) pali od czasu do czasu	
c) rzuciła palenie	
d) nigdy nie paliła	
e) nie wiem/nie dotyczy	

<b>Czy twój kolega/koleżanka pali papierosy?</b>	<b>+ lub -</b>
a) pali codziennie	
b) pali od czasu do czasu	
c) rzuciła palenie	
d) nigdy nie paliła	
e) nie wiem/nie dotyczy	