

## **SCENARIUSZ LEKCJI WYCHOWAWCZEJ** **(PROGRAM PROFILAKTYKI WYCHOWAWCZEJ)**

**Opracowanie: mgr Andrzej Buława**

**TEMAT:** „Palenie albo zdrowie – wybór należy do Ciebie”.

### **Cele:**

- poszerzenie wiedzy na temat skutków i szkodliwości palenia tytoniu
- uświadomienie młodzieży, że palenie tytoniu powoduje uzależnienie
- rozwój empatii i współpracy w grupie
- integracja grupy i rozwój kontaktów interpersonalnych w grupie
- rozwijanie umiejętności komunikowania się
- zapobieganie wzrostowi i rozszerzaniu się nikotynizmu
- pokonywanie lęku przed publicznym wystąpieniem
- uzewnętrznienie swoich odczuć przez wypowiedź plastyczną, rozwijanie wyobraźni i wychowanie estetyczne.
- odreagowanie napięć
- stworzenie miłej i przyjaznej atmosfery podczas zajęć

**Metody pracy:** praca w zespołach, prowadzenie zajęć metodami aktywnymi pobudzającymi do kreatywnego myślenia i angażującymi uczniów do myślenia i formułowania własnej opinii. Wprowadzanie elementów wychowania estetycznego (twórczość plastyczna).

**Pomoce dydaktyczne:** arkusze papieru (format A3), długopisy, flamastry, tablica, kreda, gąbka, film wideo na podsumowanie zajęć.

**Miejsce spotkania:** świetlica szkolna lub klasa.

**Ilość uczestników:** 20 osób.

**Czas spotkania:** 45’

**Organizacja zajęć:** Zajęcia odbywają się w kręgu, nie w ławkach lekcyjnych. Prowadzący uczestniczy w nich wspólnie z młodzieżą.

### **I. Powitanie, sprawdzenie obecności, podanie tematu spotkania.**

#### **II. Wprowadzenie do zajęć.**

- czy warto sięgać po papierosy.
- wpisanie na tablicy chorób które kojarzą się z paleniem papierosów.
- nie bójmy się powiedzieć nie „depopularyzacja stereotypu palacza”.
- jak można wpłynąć na palenie (w domu, szkole).

#### **III. Umowa, kontakt grupowy.**

- nie wyśmiewamy się z wypowiedzi innych.
- nie komentujemy, nie krytykujemy złośliwie.
- każdy kieruje swoim poziomem aktywności na ile uważa to za stosowne.
- zachowujemy dyskrecję – to co powiemy sobie tutaj zostanie między nami.
- jesteśmy szczerzy, serdeczni wobec siebie, myślimy o sobie pozytywnie.
- w przypadku przeszkadzania, prowadzący przerywa zajęcia, aż grupa się uspokoi.

Umowa kontakt grupowy jest otwarty, napisany na arkuszu. Każdy może dopisać inne propozycje, które zostaną przyjęte przez klasę i wniosą coś pozytywnego.

**IV. „Burza mózgów”-** co rozumiemy pod pojęciem „nikotynizm”, z czym kojarzy się to słowo?

- wszystkie pomysły zapisujemy na tablicy.
- wybieramy najbardziej realistyczne i omawiamy.

**V. „Plusy i minusy”-** tablica zostaje podzielona na dwie połowy z jednej strony zapisane zostają korzyści z palenia papierosów, a z drugiej negatywne skutki palenia tytoniu. Zadaniem prowadzącego jest kierowanie grupą i dbanie o organizację zajęć. Na zakończenie ćwiczenia grupa ustala, na którą stronę szala przeważała i dlaczego tak jest.

**VI. „Jesteśmy ekonomistami”-** uczniowie zajmują się liczeniem strat finansowych poniesionych przez palacza i jego rodzinę w tydzień, miesiąc, rok itp. Cała klasa wspólnie liczy i zapisuje na tablicy wyniki. Celem ćwiczenia jest wygenerowanie opinii na temat zgubnego finansowego wpływu palenia tytoniu. Co można byłoby kupić za te pieniądze jeżeli zostałyby one odłożone – pytania do grupy.

**VII. „Jesteśmy ekspertami”** - dzielimy klasę na 4 grupy. Kierujemy określone zadania do każdej z grup, praca w zespołach polega na opracowaniu pytań.

- 1 grupa – Dlaczego młodzi ludzie sięgają po papierosy?.
- 2 grupa – Jakie znasz negatywne skutki palenia tytoniu?.
- 3 grupa – Jakie znasz sposoby odmawiania, czym motywujesz, jeśli ktoś proponuje ci papierosa.
- 4 grupa – Jakie czynniki wpływają na zdrowe i długie życie.

Klasa pracuje w zespołach, po upływie określonego czasu wszyscy siadają w kręgu, a wybrani wcześniej liderzy grup przedstawiają odpowiedzi. Faza końcowa polega na wysunięciu komplementarnych wniosków praktycznych.

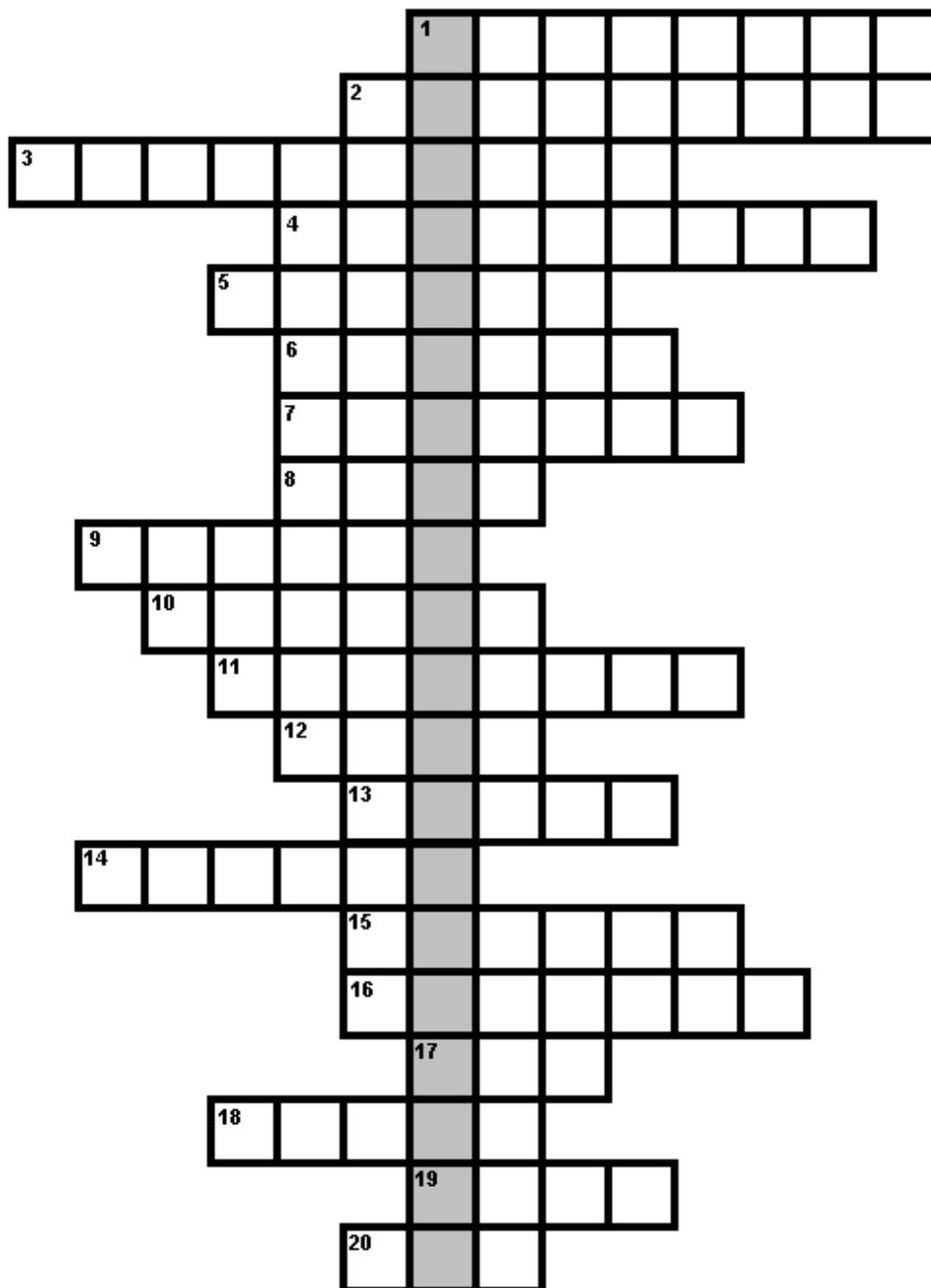
**VIII. „Jestem Picassem”-** każdy z uczniów maluje plakat reklamowy, który mógłby być wykorzystany w kampanii antynikotynowej. Po wykonaniu zadania każda praca wywieszona zostaje na tablicy i poddana zbiorowej ocenie, należy pozytywnie akcentować wszystkie prace, ale te które wygrają zostaną wywieszane na korytarzach szkolnych.

**IX. „Krzyżówka antynikotynowa”-** ten z uczniów który jako pierwszy rozwiąże krzyżówkę otrzyma w nagrodę drobny upominek (np. czekoladę).

#### **Pytania:**

1. Substancja znajdująca się w papierosach.
2. Wydajesz je kupując papierosy.
3. Najcenniejsze dla człowieka jest...
4. Są używką uzależniającą.
5. Sproszkowany tytoń.
6. Osoba paląca tytoń.
7. Inaczej skazany.
8. W zdrowym ciele, zdrowy...
9. U palacza jest nie świeży.
10. Część fajki w kształcie rurki łączącej ustnik z główką.
11. Odmawiając mówię...
12. Państwo słynące z wyboru cygar.
13. Palenie tytoniu skraca...
14. 50 mg nikotyny stanowi dla człowieka...
15. Młody człowiek między innymi sięga po papierosa dla...
16. Papierosy szkodzą...

17. Jedna z chorób powodowanych przez palenie.
18. Roślina używana do produkcji papierosów.
19. Chcąc rzucić palenie musisz mieć silną...
20. Z palącego papierosa wydziela się...



**X. „Zajęcia pozwoliły mi ...”**- podsumowanie zajęć każdy z uczestników wypowiada się na temat zajęć i co one wniosły nowego do jego świadomości.

**XI. Zakończenie lekcji** - podziękowanie, pożegnanie i apel końcowy.

---

Piśmiennictwo:

1. Moszczyński P. „Choroby tytoniowo zależne”, Lider nr 1/2003.

2. Rymuza H. 2002 „Domowy poradnik lekarski”, Wyd. JMP , Warszawa.