

3. kennslustund

1. UPPRIFJUN Á 2. KENNSLUSTUND

Spyrðu: Hvað lærðum við í síðasta tíma?

Aðalatriði: Að til eru margar jákvæðar leiðir til að öðlast það sem maður óskar sér. Að hafa a.m.k. þrjá valkosti aðra en reykingar við mismunandi aðstæður.

Samantekt úr heimaverkefnum

Spyrðu: Kannist þið við að hafa orðið fyrir einhvers konar þrýstingi frá öðrum? Hvernig fóru þið að því að gera öðrum ljóst hvar mörkin lægju?

2. HVATT TIL REYKINGA - HVERNIG VIÐ FÖRUM AÐ ÞVÍ AÐ SEGJA NEI TAKK

Spyrðu: Hvenær og hvar er líklegt að einhver reyni að freista ykkar til að reykja? Hverjir freista ykkar? Hvað sögðu viðmælendur ykkar eftir 1. kennslustund?

Ef til vill er hægt að afþakka á einhvern þann hátt sem kemur bæði ykkur og „freistaránunum“ til góða. Ef til vill getum við nýtt okkur aðstæðurnar til að ná sambandi við viðkomandi, vera skemmtileg, hreykin, finnast við „ráða“ o.s.frv.

Nemendur setjast saman tveir og tveir og koma sér saman um tvær til fimm góðar leiðir til að segja nei takk. Blað með dæmum er aftast í gögnum þessarar kennslustundar. Dreifðu því og biddu nemendurna að velja dæmi af blaðinu eða semja ný. (1. verkefni – 3. kennslustund.) Láttu nemendurna sviðsetja aðstæðurnar og prófa sig áfram með því að leika hvor fyrir annan. Þeir sem hafa áhuga á því geta leikið fyrir allan bekkinn. Það er mjög mikilvægt að hver finni góða leið til að segja nei.

Minntu nemendur á að oft þarf meiri kjark til að segja nei en já.

Leiðbeiningar um verkefni

3. HLUTVERKALEIKUR

Hópar nemenda fara afsíðis, eða allur bekkurinn og undirbúa leikið atriði út frá dæmigerðum reykingaaðstæðum. Tilgangurinn er auðvitað sá að þau afþakki þegar þeim er boðið að reykja. Einnig er hægt að nota 2. verkefni með þessum kafla. Þar er að finna inngang að hlutverkaleik og nemendur eiga síðan að spinna hann áfram. Leyfðu hverjum hópi að leika sitt atriði. Þeir sem vilja geta leikið atriðið fyrir allan bekkinn. Leyfðu nemendum að lýsa aðstæðum þangað til þar er komið að einhver býður þeim sígarettu. Þá getur þú stöðvað leikinn, áður en boðinu er svarað, og boðið öðrum að koma upp og taka við og sýna hvernig hver og einn brygðist við í þessari stöðu. Bentu þeim á að það sé líka hægt að segja nei án þess að nota orð. Segðu þeim ennfremur að séu aðstæður mjög hremmandi og nemendur komnir í nauðavörn sé stundum réttlætanlegt að segja: "Nei takk, ég er með asma" eða "Nei, ég er í straffi, mamma tryllist ef hún finnur lykt".

4. HEIMAVERKEFNI KYNNT

Dreifðu heimaverkefni og svaraðu hugsanlegum spurningum nemenda um það.

1. verkefni - 3. kennslustund

AFÞAKKAÐ Á ÝMSAN HÁTT

„Nei takk, ég reyki ekki.“

„Sama og þegið. Viltu ekki frekar kyssa mig?“

„Geturðu ekki boðið mér eitthvað betra?“

„Já takk, ég þigg hana ef ég má gera það sem mér sýnist við hana.“ (Hann/hún stingur sígarettunni í eyrað, þegir drygklanga stund og kremur hana svo ofan í öskubakkann.)

„Næst þegar þú vilt gefa mér eitthvað skaltu athuga fyrst hvað mig langar í.“

„Jæja, svo þig langar til að gefa mér eitur?“

„Morðtilraun!“

„Ég kann betri aðferðir til að kynnast öðrum.“

„Mér finnst þú æði, en samt hef ég meiri áhuga á minni eigin heilsu.“

„Ef þú hættir að reykja gæti ég hugsað mér að fara oftast með þér í bíó.“

„Er ekki nóg að annað okkar eyðileggi heilsuna?“

„Nei takk. Ég kæri mig hvorki um beinar né óbeinar reykingar. Ef þú vilt reykja skaltu setjast annars staðar.“

„Hvað vakir fyrir þér með því að bjóða mér sígarettu?“

„Nei takk, en verði þér að góðu!“

„Nei takk, en ég lofa að heimsækja þig á spítalann.“

„Ég myndi gera allt fyrir þig nema að reykja.“

Dettur þér fleira í hug?



2. verkefni – 3. kennslustund

Hlutverkaleikur 1:

Maggi og Arna ætla í bíó. Sigga langar með en finnst asnalegt að vera „varadekk“. Þá stingur Arna upp á að bjóða Lindu bekkjarsystur sinni með. Hún minnti Sigga á hvernig hann hefði horft á hana á seinasta skólaballi. Siggi roðnar, en samþykkir tillöguna. Þau koma sér saman um að hittast við bíóið. Áður en þau kaupa miðana tekur Linda upp sígarettupakka og býður Sigga.

Siggi segir: ... Haldið sögunni áfram

Hlutverkaleikur 2:

Inga og Stína eru nýbyrjaðar með Tomma og Andrésí. Þeir eru í 9. bekk í öðrum skóla. Strákarnir bjóða þeim með sér í partý sem bekkjarsystir strákanna ætlar að halda heima hjá sér um helgina. Fyrir utan strákana þekkjja Inga og Stína ekkert af krökkunum og finnst þær dálítið utanveltu þegar þær mæta á staðinn. Þær setjast í sófann hjá Tomma og Andrésí. Tommi tekur upp sígarettupakka og býður Ingu.

Inga segir: ... Haldið sögunni áfram

Hlutverkaleikur 3:

Það er fimmtudagur. Kiddi og Biggi ganga út af fyrsta diskóteki vetrarins. Byrjunin lofar góðu, þeir ætla sko báðir að taka þátt í félagsstarfinu í skólanum. – Geðveik tónlist maður, ég ætla sko að komast í diskóráðið – hugsar Kiddi með sér. Þeir ákveða að vera aðeins með krökkunum eftir diskótekið. „Þú segir mömmu þinni bara að diskótekið hafi verið framlengt“, segir Kiddi. Krakkarnir safnast saman í portinu og nokkrir 9. bekkingar taka upp sígarettupakka. „Vilt þú?“, spyr einn 9. bekkingur sem er diskótekarari og réttir Bigga pakkann. „Nei, takk“, segir Biggi. „Ég sagði það“, sagði diskótekarinn glaðhlakkalega við hina í hópnum, „þetta eru algjör smábörn, hugsa bara um heilsuna“. „Þorir þú“, segir diskótekarinn og réttir Kidda pakkann.

Kiddi segir: ... Haldið sögunni áfram

Þegar allar tillögur eru komnar fram skuluð þið ræða hverjar komi að bestum notum í þessari stöðu. Spjallið einnig um hvernig það er að lenda í þessari aðstöðu.



Heimaverkefni - 3. kennslustund

NEI TAKK!

Segðu frá einu til þrem tilvikum á síðustu vikum, þar sem einhver hefur hvatt þig til að gera eitthvað sem þér er á móti skapi. Ef til vill hefur einhver boðið þér sigarettu, en það getur líka hafa verið eitthvað allt annað sem um var að ræða.

Láttu þess getið hverju þú svaraðir. Notaðirðu einhverjar af hugmyndunum úr síðasta tíma, „Hvernig maður fer að því að segja nei takk?“

Hver varð árangurinn?

Hver urðu viðbrögð þess sem átti í hlut?

Hvernig leið þér við þessar aðstæður?

Hefðirðu getað svarað öðruvísi, og þá hvernig?

