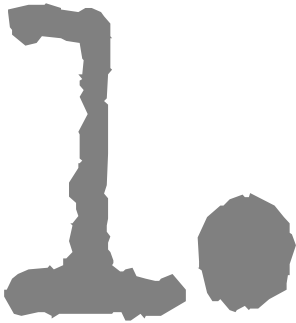


Kynning á námsefninu



HUGMYNDAFRÆÐILEGUR GRUNNUR OG HELSTU MARKMIÐ

MIKILVÆGI FORVARNA

Af einstökum orsökum heilsuleysis og ótímabærs dauða sem unnt er að fyrirbyggja vegur tóbakið þyngst. Takist að koma í veg fyrir að fólk byrji að reykja, stuðlar það ekki einungis að betra lífi hvers einstaklings heldur hefur það einnig í för með sér gífurlegan heilsufarslegan og fjárhagslegan ávinning fyrir þjóðfélagið.

Vandamálið er að nokkrar alvarlegustu afleiðingar reykinga koma ekki fram fyrr en eftir að tóbaks hefur verið neytt í langan tíma og þær eru því lítt sýnilegar unglíngum. Á sama tíma sýna rannsóknir að hugmyndir fólks um þau áhrif tóbaksins sem koma strax fram ráða mun meiru um gjörðir þess. Það eru ekki síst ungmenni sem stjórna þannig af nútíðinni.

Forvarnastarf með grunnskólanemendum á unglíngastigi þarf að snúast um nútíðina. Skírskota þarf til þess sem skiptir unglíngana mestu máli: Að vera viðurkenndur í vinahópnum, að vera sjálfstæður, að prófa eitthvað nýtt, gera ýmislegt eftir sínu eigin höfði og þar fram eftir götunum. Það er á valdi kennarans að sýna fram á að öll þessi atriði geta farið saman við það að hafna reykingum. Það krefst þess hins vegar að skapaður sé jákvæður hópþrýstingur um reykleysi.

VIÐ ÞURFUM AÐ NÁLGAST UNGLINGA Á ÞEIRRA FORSENDUM

Meginhugmynd námsefnisins er að miðla því til nemenda hvað í því felst að vera frjáls, heilbrigð og sjálfstæð manneskja. Við viljum að unglíngarnir haldi áfram að vera reyklusir við aðstæður þar sem reykingar gætu freistað. Markmiðið er að 9. bekkingar líti á reykingar sem heimskulegt athæfi og tákni um ósjálfstæði, þannig að þá langi til að koma þeirri afstöðu á framfæri við aðra.

Það eru margar ranghugmyndir ríkjandi um útbreiðslu reykinga og afleiðingar þeirra. Í fyrstu tveim kennslustundunum er þess vegna fjallað um goðsagnir og varpað fram staðreyndum um reykingar.

Vitneskjan um skaðsemi reykinga aftrar ekki öllum frá því að prófa að reykja. Margir láta freistast til þess. Í 3.-5. kennslustund er fjallað um hvernig sjá má í gegnum freistinguna og standast hana, hvort sem það eru nú tóbaksframleiðendurnir sem eiga sök á henni, jafnaldrarnir, fyrirmyndirnar eða bara forvitnin.

NÁMSEFNIÐ Á AÐ VEKJA ALLA TIL UMHUGSUNAR

Námsefni 9. bekkinga á enn frekar en 8. bekkjarnámsefnið að vekja alla nemendur til umhugsunar. Það fjallar um að finna sína eigin aðferð til að takast á við mismunandi aðstæður, um að velja sjálfur og vera frjáls.

Kynning á námsefninu

Í 9. bekk höfum við valið að fjalla ákveðnar um tóbaksneysluna sem slíka. Það gerir þá kröfu til kennarans að hann leggi áherslu á að frelsi, sjálfstæði og félagsleg færni séu allt jafnmikilvægir þættir, hvort sem reyklausir eða þeir sem reykja eiga í hlut. Við reynum að gæða námsefnið lífi með því að tengja það raunverulegum aðstæðum með dæmum og hlutverkaleik. Því virkari sem nemendur eru í verkefnavinnu þeim mun betra. Hlutverk kennarans felst að mestu í því að koma nemendum af stað og leiðbeina þeim. Nánari upplýsingar um skaðsemi tóbaks er að finna í **Tóbak** sem Krabbameinsfélagið og Tóbaksvarnanefnd gáfu út árið 1998.

JAFNINGJAFRÆÐSLA

Í 5. og síðustu kennslustundinni er ætlast til að nemendur undirbúi fræðslu til yngri nemenda sem ætlað er að þeir framkvæmi í 10. bekk. Þessi hugmynd byggist á kenningum um jafningjafræðslu. Kennarar eru vel meðvitaðir um hópamyndun í nemendahópnum og geta bent á „fyrirmyndir“ og „leiðtoga“ sem af meðfæddum hæfileikum rísa upp úr jafningjahópnum. Jafningja má nýta til að styðja aðra nemendur í námi og þeir geta skipt máli til að ná settum námsmarkmiðum. Í jafningjafræðslu fá nemendur jákvæð tækifæri til að vera ábyrgir fyrir sjálfum sér og öðrum með því að taka virkan þátt í kennslunni.

Jafningjafræðsla er ekki ný af nálinni og í sagnfræði Wagners er þróun hugtaksins rakín frá 1. öld eftir Krist. Hugmyndir um jafningjaleiðtoga höfðu sterk áhrif í Bretlandi snemma á 19. öldinni og vöktu athygli í öðrum löndum. Stofnandi skátahreyfingarinnar, Baden Powell, grundvallaði starfseiningar skátanna, skátaflokkana, á þessum hugmyndum. Í seinni tíð hafa flestar rannsóknir á jafningjum sem leiðtogum verið gerðar í Bandaríkjunum. Niðurstöðurnar sýna að það sé bæði félagslega og vitsmunalega til góðs að nýta börn og unglinga sem fyrirmyndir og kennara.

Þessi afstaða til fræðslu kemur báðum til góða, þeim sem kenna og þeim sem læra. Þeir sem kenna læra af kennslunni og geta eftl sjálfstraust sitt. Þeim sem kennslunnar njóta er þetta einnig til gagns því að þeir sjá jafningjana ekki sem ímynd valds heldur sem samverkamenn. Allt bendir því til að góður árangur náist í tóbaksvörnum þegar þær byggjast á jafningjafræðslu.



KJARNINN Í BOÐSKAPNUM TIL NEMENDA

Okkur hættilir til að greina ekki aðalatriðin frá aukaatriðunum. Þess vegna er ef til vill rétt að lýsa í stuttu máli þeim boðskap sem kennurum er ætlað að miðla nemendum sínum í 8.-10. bekk. Í hnotskurn má segja að hann sé þessi:

VERTU FRJÁLS!

Losaðu þig undan áhrifum þeirra afla sem vilja hneppa þig í fjötra. Gefðu hugmyndafluginu lausan tauminn og veldu þær lausnir sem ekki hefta athafnafrelsi þitt síðar meir.

Með því að eittra fyrir þér með nikótíni ertu að svipta sjálfa(n) þig frelsinu. Þú verður fljótlega þræll nikótínsins. Að launum fyrir tryggðina við tóbakið hlotnast þér heilsuleysi og bágari fjárhagur.

ÞAÐ ERT ÞÚ SEM RÆÐUR!

Við njótum lífsins betur ef við ráðum ferðinni sjálf, erum sjálfráða gerða okkar, höfum eigið val. Val um það hvernig við viljum vera, hvernig við leitum örvunar, hvernig við nálgumst aðra, hvað við gerum til að umbuna okkur, hvernig við förum að því að skapa visst andrúmsloft, hvaða fyrirmyndir við veljum. Í stuttu máli: Það er undir okkur sjálfum komið að fjölga valmöguleikum fremur en fækka þeim.

Að vera reyklus snýst um að velja aðra og jákvæðari leið en reykingar. Það snýst um að fara sínar eigin leiðir.

Með öðrum orðum:

Sá sem er reyklus gætir betur að einstaklingsfrelsi sínu og nýtir það betur.

Sá sem er reyklus ræður sjálfur hvernig hann lætur sér líða vel.

LÝSTU YFIR SJÁLFSTÆÐI!

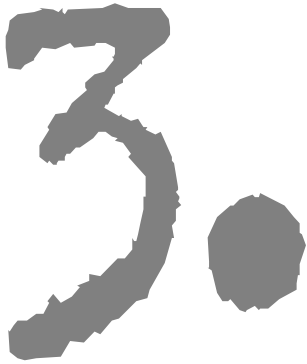
Það er full ástæða til að vorkenna þeim sem reykja. Þeir mega ekki vera hvar sem er. Það er vond lykt af þeim. Margir reykingamenn geta ekki unnið nema taka sér fimm mínútna hlé á hverri klukkustund. Þeir eru fljótari að þreytast. Þeir eru verr á sig komnir líkamlega. Þeir eru iðulega hand- og fótkaudir. Þeir hafa ljótari húð. Þeir eru verr settir fjárhagslega. Þeir eru háðir nikótíni og mörgum reykingamönnum reynist erfiðara að hætta að reykja en heróíníklum að hætta að sprauta sig. Allt of margir verða krabbameini, kransæðastíflu, heilablóðfalli, lungnaþembu eða öðrum dæmigerðum reykingasjúkdómum að bráð áður en þeim tekst að hætta.

Hugleiddu kostinn:

Að geta alltaf hagað lífi þínu nákvæmlega eins og þér hentar.

Hnepptu þig ekki í fjötra sem þú losnar ekki úr fyrir en það er um seinan.

Gerðu allt sem í þínu valdi stendur til að fá aðra til að forðast tóbakið.



FRAMKVÆMD

UPPBYGGING OG LENGÐ NÁMSEFNISINS

Námsefnið VERTU FRJÁLS – reyklus er þriggja vetra efni. Það tekur sjö kennslustundir í 8. bekk, fimm í 9. bekk og fimm kennslustundir til eftirfylgdar í 10. bekk.

Námsefnið er byggt þannig upp að alltaf er komið aftur að þeim þemum sem fjallað hefur verið um áður og þau brotin æ betur til mergjar. Þetta þarf að gera á þann máta að ekki sé um endurtekningu að ræða heldur ný tilbrigði við sama stefið. Þannig geta nemendurnir tileinkað sér þekkinguna af meiri þroska eftir því sem á líður.

HVAÐ ÁTTU NEMENDUR AÐ LÆRA Í 8. BEKK?

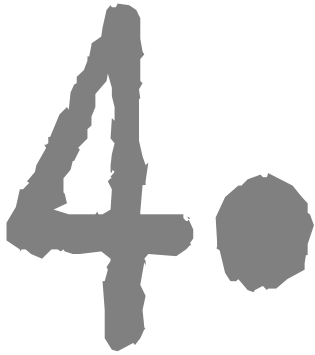
- Að vita hvað þau sjálf vilja.
- Að greina milli óskar og leiðarinnar sem farin er til að láta óskina ræstast.
- Að viðurkenna að það eru margar aðferðir til að öðlast það sem maður sækist eftir.
- Að ákveða sína eigin valkosti í stað reykinga við tiltekna aðstæður.
- Að tileinka sér jákvæðar aðferðir við að hafna reykingum.
- Að gera sér grein fyrir þeim aðferðum sem tóbaksframleiðendur beita, leynt og ljóst.
- Að sjá í gegnum og verjast tilraunum tóbaksframleiðenda til að hafa áhrif á fólk.
- Að gera sér ljósar afleiðingar reykinga í bráð.
- Að meta gildi sjálfstæðis og frelsis einstaklingsins.

HVAÐ EIGA NEMENDUR AÐ LÆRA Í 9. BEKK?

- Að átta sig betur á og þróa frekar sínar eigin aðferðir til að velja áfram reykleysi.
- Að mikill meirihluti fólks velur að reykja ekki.
- Að það er erfiðara en margir halda að hætta að reykja.
- Að lungnakrabbamein er bara ein af mörgum afdrifaríkum afleiðingum reykinga.
- Að geta staðið andspænis reykingamönnum og látið heyra í sér þegar þeir koma með rökleysur og gera lítið úr hættunni.
- Að geta staðist þá freistingu að prófa.
- Að átta sig á því hvað vakir fyrir tóbaksframleiðendum með því að skoða hvernig þeir markaðssetja reykingar í Austur-Evrópu.
- Að það má beita sömu brögðum og tóbaksframleiðendur til að berjast fyrir reykleysi.
- Að brögð auglýsingaiðnaðarins geta nýst til að koma á framfæri hvaða boðskap sem er.
- Að þeir geta notað sum þessara bragða er þeir reyna að hafa áhrif á 8. bekkina.

HVAÐ EIGA NEMENDUR AÐ LÆRA Í 10. BEKK?

- Að ganga djarflega fram í því að hvetja aðra til reykleysis.
- Að öðlast dýpri skilning á því hvað það merkir að hafa stjórn á eigin lífi og hafa jákvæð áhrif á aðra.
- Að gera sér, í krafti hins nýja hlutverks, skýrari grein fyrir sinni eigin afstöðu til reykinga.
- Að „eignast“ meira í þeirri hugmynd að vera reyklus, með því að vinna úr boðskapnum og miðla honum til annarra.
- Að auka líkurnar á traustri andstöðu við reykingar.
- Að hafa áhrif á afstöðu og atferli yngri nemenda.



MARKMIÐ HVERRAR KENNSLUSTUNDAR

Hér á eftir fer yfirlit yfir þau markmið sem liggja til grundvallar hverri kennslustund. Mikilvægt er að þeir sem kenna námsefnið geri sér ljósa grein fyrir markmiðunum og beiti þeim kennsluháttum sem þeim eru eiginlegir. Við viljum að þú lítir á tilögur okkar sem hugsanlega möguleika, bæði hvað varðar aðferðir og inntak hvers tíma. Hver kennari verður að hafa sinn eigin hátt og hraða á kennslu námsefnisins. Það skiptir meira máli en að efninu sé fylgt staf fyrir staf. Aðalatriðið er að miðla boðskap hvernar kennslustundar eins og honum er lýst í inngangi hverju sinni.

Ef til vill á einhverjum eftir að finnast efni sumra kennslustunda of mikið til að hægt sé að gera því öllu skil. Í sumum bekkjum eru nemendur alvanir umræðum og mjög virkir í tímum. Í öðrum tilvikum er líklegt að umræðurnar taki ekki langan tíma. Við teljum að efnismagnið sé í flestum tilvikum hæfilegt fyrir eina kennslustund. Við viljum hins vegar leggja áherslu á að viðkomandi kennari er sá sem þekkir bekkinn best og á því að geta fundið þann hraða sem hentar best í yfirferðinni.

BYRJUN: UNGLINGUR - Á PINN HÁTT

Nemendur eiga að:

- 1) reyna að setja sig inn í hvað er mikilvægast í augum aðeins eldri unglinga.
- 2) hugleiða hvernig þeir vilja vera og hvernig þeir vilja ekki vera.
- 3) hugleiða rök sín fyrir því að vera reyklus eða reykja.

1. KENNSLUSTUND: UM ÚTBREIÐSLU REYKINGA OG ÁVANAMYNDUN

GOÐSAGNIR EÐA STAÐREYNDIR - 1

Nemendur eiga að:

- 1) leiðrétta ranghugmyndir um útbreiðslu reykinga.
(Mikill meirihluti fólks er reyklus alla ævi.)
- 2) læra að reykingar eru á undanhaldi um allan hinn vestræna heim.
- 3) reyna að setja sig inn í hversu erfitt er að hætta að reykja þegar fólk er byrjað.

2. KENNSLUSTUND: UM ÁHRIF LANGVARANDI TÓBAKSNEYSLU

GOÐSAGNIR EÐA STAÐREYNDIR - 2

Nemendur eiga að:

- 1) gera sér glögga grein fyrir afleiðingum þess að ánetjast tóbaki.
- 2) læra að reykingar eru heilsuspillandi.
- 3) æfa sig í að bregðast við rökleysum varðandi reykingar.

Kynning á námsefninu

3. KENNSLUSTUND: ER SAMT SEM ÁÐUR FREISTANDI AÐ PRÓFA?

Nemendur eiga að:

- 1) skilja að freistingar eru eðlilegar.
- 2) átta sig á að þeir geta lært að standast freistingar.
- 3) læra að ráðið til að standast þá freistingu að reykja er að taka sér eitthvað spennandi fyrir hendur.
- 4) átta sig á að það er viss sigur fólgin í því að standast freistingu.

4. KENNSLUSTUND: HVERNIG TÓBAKSFRAMLEIÐENDUR HERÐA TÖKIN

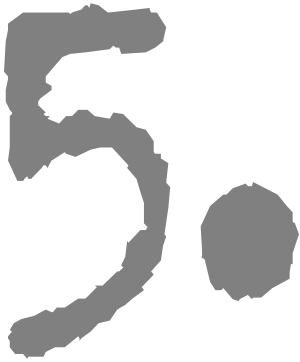
Nemendur eiga að:

- 1) læra að sjá í gegnum ófyrirleitni tóbaksframleiðenda.
- 2) skilja betur hvaða langanir og þarfir ungs fólks það eru sem tóbaksframleiðendur reyna að höfða til.
- 3) láta þennan kaldranalega leik egna sig til andstöðu.
- 4) öðlast dýpri skilning á muninum á ætlun og athöfnum.

5. KENNSLUSTUND: TIL ATLÖGU GEGN TÓBAKINU - Á PINN HÁTT

Nemendur eiga að:

- 1) öðlast innsýn í það hvernig þeir sem hafa atvinnu af því að móta skoðanir fólks (markaðsfræðingar og auglýsingahönnuðir) vinna.
- 2) skilja að hægt er að nota sömu tækni og tæki og auglýsendur til að koma hvaða vöru eða skoðun sem er á framfæri – bæði til góðs og illis.
- 3) þreifa sig áfram með að nota tæki auglýsingaiðnaðarins í baráttunni gegn reykingum.



FRAMKVÆMD KENNSLUNNAR Í 9. BEKK

• UPPBYGGING OG LENGÐ NÁMSEFNISINS

Við mælum með því að farið verði í gegnum efnið á u.þ.b. tveim mánuðum og ein til tvær vikur líði á milli kennslustunda. Reynslan sýnir að nemendur læra meira ef efninu eru gerð skil í hæfilega stórum skömmtum en ekki allt tekið fyrir í einu. Heimaverkefni eru mikilvægur hluti námsefnisins og þarf nemendum að gefast góður tími til að vinna þau. Miðað við námsefnið í 8. bekk krefst efni 9. bekkjar minni heimavinnu fyrir kennarann. Nemendur vinna langmest sjálfir.

Kjarnaviðfangsefni hvers tíma eru merkt með stjörnu í kennsluáætlun. Við viljum samt sem áður undirstrika að kennari verður að finna þann hraða og þann takt sem honum er eiginlegur við yfirferðina. Það skiptir meira máli en að fylgja námsefninu eftir staf fyrir staf.

• „AD LÆRA MEIRA OG MEIRA ...“

Námsefnið er byggt á ákveðnu lögmáli sem gerir það að verkum að sömu grunnþemu eru tekin fyrir aftur og aftur, en á nýjan hátt hverju sinni. Þannig er þess vænst að nemendurnir öðlist æ meiri innsýn. Endurtekningarnar gera kennaranum jafnframt kleift að taka aftur fyrir eitthvað sem e.t.v. hefur gefist lítill tími til að melta fyrir.

„AD LÆRA MEIRA OG MEIRA ...“ Eftir því sem nemendurnir eldast og þroskast öðlast þeir nýjan skilning á viðfangsefninu og sífellt meiri möguleika til að takast á við það í daglegu lífi.

• HALTU ÞIG VIÐ KJARNA MÁLSINS. LEGGÐU ÁHERSLU Á STUND OG STAÐ

Í 9. bekk fjöllum við um alvarlegar afleiðingar langvarandi tóbaksneyslu. Þær vega þungt, eins og gefur að skilja og eru í raun höfuðástæða þess að menntamálaráðuneytið ætlar skólum yfirleitt að blanda sér í tóbaksvarnastarf. Rannsóknir sýna hins vegar að námsefni sem aðeins fræðir nemendur um langtímaafleiðingar reykinga skilar óverulegum árangri. Það er vænlegra að ganga út frá því sem skiptir nemendurna mestu máli hér og nú: að vera viðurkenndur í hópnum, vera gjaldgengur, sýnast eldri en maður er o.s.frv. Því er námsefninu fyrst og fremst ætlað að auka lífsleikni nemenda svo að þeir séu hæfari til að taka ábyrgar ákvarðanir hvað varðar neyslu tóbaks og annarra fíkniefna.

• NOTKUN HJÁLPARGAGNA OG ÍTAREFNIS

Upplýsingar um það sem til þarf í hverri kennslustund er að finna í kennsluáætlun.

Með efninu fylgja möppur handa nemendum og er þeim ætlað að geyma verkefnablöð, svarblöð og minnisþunkta í möppunum. (Ljósrita þarf verkefnablöð eftir frumritum, sem fylgja gögnum hverrar kennslustundar.) Glærur eru aftast í kennaramöppunni.

Kynning á námsefninu

• SAMSTARF VIÐ AÐRA KENNARA

Í 3. kennslustund getur verið nauðsynlegt að fá fullorðinn einstakling til liðs við hópinn vegna hlutverkaleiks. Viðkomandi á að varpa fram rökleysum um reykingar. Það getur verið áhrifaríkara að fá utanaðkomandi aðila til þess. Aðstoðarmaðurinn gæti verið úr röðum kennara, annars starfsfólks skólans eða starfsfólks félagsmiðstöðvar.

Sumir kennararnir vilja kannski brydda upp á einhverjum þemum sem tengjast námsfninu:

- Í íslensku og erlendum tungumálum mætti yrkja ljóð eða skrifa ritgerð um vandann að velja sjálfur, einnig má vinna með dagblöð og tímarit o.s.frv.
- Í stærðfræði væri hægt að vinna tölfræðilega með reykingar.
- Í náttúrufræði, íþróttum og heimilisfræði má fjalla um tengsl reykinga og heilsu.
- Í tölvukennslu er hægt að kanna upplýsingar á www.tobak.is og öðrum vefslóðum.
- Í samfélagsfræði er hægt að fjalla frekar um markaðssetningu tóbaksframleiðenda.

Upplýsingar um það tóbaksvarnanámsefni sem skólum stendur til boða er að finna á vefslóðinni www.krabb.is/skolar

• SAMNINGUR VIÐ FORELDRA OG FORRÁÐAMENN

Nemendur verða fyrir áhrifum úr öllum áttum. Foreldrar og forráðamenn gegna mikilvægu hlutverki í tengslum við námsefnið *VERTU FRJÁLS – reyklus*. Á skólaárinu fá foreldrar sendan bækling. Í honum eru heilræði og leiðbeiningar til foreldra og forráðamanna um hvernig þeir geta hjálpað barni sínu að halda sig frá reykingum. Þá gefur bæklingurinn einnig góð ráð um umræðuefni sem taka má fyrir á heimilinu út frá ýmsum sjónarhornum. Honum fylgir einnig samningur sem nemendur og foreldrar/forráðamenn geta gert með sér. Þeir nemendur sem skrifa undir samning eru með í happdrætti sem Krabbameinsfélagið og Tóbaksvarnanefnd standa fyrir.

• ÞÁTTTAKA NEMENDA

Við erum þeirrar skoðunar að virk þátttaka nemendanna sjálfra, hvort sem hún felst í hópvinnu, umræðum, hlutverkaleikjum eða heimaverkefnum, sé mikilvægasti þáttur námsefnisins. Það eru þessir þættir sem hjálpa nemendum best að tileinka sér boðskapinn. Fjallað er um að vera frjáls og sjálfstæður. Þess vegna er mikilvægt að nemendurnir fái ráðrúm til að átta sig á því hver afstaða þeirra er og hvernig þeir vilja haga sínum málum.

• HEIMAVERKEFNI

Heimaverkefni eiga að gera nemendum kleift að íhuga og vinna úr því sem fram fór í kennslustundinni á undan. Um leið eru þau hugsuð sem undirbúningur fyrir næstu kennslustund. Við höfum reynt að gera verkefni þannig úr garði að það kosti kennarann sem minnsta vinnu að fara yfir þau.

• HÓPVINNA

Til að tryggja að allir nemendurnir séu virkir í kennslustundum leggjum við til að þeir vinni í litlum hópum: tveggja, þriggja eða í mesta lagi fjögurra manna. Þegar hóparnir eru stærri vill alltaf vera einn og einn óvirkur „laumufarþegi“. Hugsanlega getur verið ákjósanlegt að breyta samsetningu hópanna frá einni kennslustund til annarrar.

Kynning á námsefninu

- **MAT Á NÁMSEFNINU**

Það er ósk okkar að námsefnið *VERTU FRJÁLS – reyklus* reynist gagnlegt verkfæri þeim sem með það vinna. Því langar okkur til að heyra álit þitt á hverri kennslustund. Aftast í möppunni finnurðu blað sem við biðjum þig að fylla út. Ef til vill er best að gera það strax eftir hverja kennslustund, meðan hún er enn fersk í minni.

- **HAFÐU SAMBAND VIÐ OKKUR!**

Ef þú vilt spyrja einhvers um námsefnið *VERTU FRJÁLS – reyklus* geturðu haft samband við fræðslufulltrúa Krabbameinsfélagsins í síma 562 1414.

Gangi þér vel!

Inngangur og kennsluáætlun

BYRJUN

UNGLINGUR - Á ÞINN HÁTT

VERTU FRJÁLS, reyklus - á þinn hátt hefst á því að nemendur hita upp fyrir fyrsta tímann með svolitlu „heimatrimmi“. Í því felst að nemendur fá í hendur fjögur viðtöl við 15-17 ára gamla unglinga ásamt verkefninu SVONA ER ÉG. Nemendur eiga að lesa viðtölin og gera verkefnið síðan heima. Viðtölin eru byggð á samtölum við unglinga, en notuð eru tilbúin nöfn.

Taktu frá nokkrar mínútur í lok tíma, áður en kemur að 1. kennslustund, til að kynna námsefnið VERTU FRJÁLS, reyklus - á þinn hátt og dreifa verkefnablaðinu.

Nemendur eiga að:

- 1) reyna að setja sig inn í hvað er mikilvægast í augum aðeins eldri unglinga.
- 2) hugleiða hvernig þeir vilja vera og hvernig þeir vilja ekki vera.
- 3) hugleiða rök sín fyrir því að vera reyklus eða reykja.

Hjálpargögn:

Ljósrit af viðtölum við fjóra heldur eldri unglinga (hér að aftan), ljósrit af verkefninu SVONA ER ÉG og eitt umslag fyrir hvern nemanda. (Sé ekki hægt að útvega umslög geta nemendur brotið blöðin saman.)

NR.	VERKEFNI	AÐFERÐ / EFNI
1.	Kynning Viðtölum og verkefni fyrir fyrstu kennslustund dreift	Fjögur viðtöl Verkefnið SVONA ER ÉG ásamt umslögum