|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Témák | Fogalmak,folyamatok, összefüggések | Tanulói tevékenység | Szemléltetés, eszközök |
| 1. | **A dohányzás története** | A dohány és a nikotin összefüggései.  1999. évi XLII törvény,  Szokások változásai, környezetszennyezés. | Soroljátok fel milyen drogokat ismertek!  Szituációs játék: A szülők észreveszik, hogy gyermekük dohányzik (szülő- gyerek reakciója). | Szakirodalmi könyvek  IKT eszközhasználat, ppt |
| 2. | **A dohányzás okozta betegségek- következmények, hatások** | A dohányzás élettani hatásai, rövid és hosszú távú hatások; következmények.  Fogamzás, várandóság.  A dohányfüst útja a szervezetben. | Irányított beszélgetés, ötletbörze, csoportmunka:  Szerinted miért dohányoznak? És miért nem dohányzik valaki? Igazak-e az érveik? Milyen betegségeket okoz? Hogyan fest egy dohányos ember?  Csoportmunka: Antireklám készítése, szlogenírás; | Képek, fotók  IKT eszközhasználat (ppt, kisfilmek)  https://www.youtube.com/wach?v=ewoBFSFSTO8  https://www.youtube.com/wach?v=zbaid93tLIg |
| 3. | **Mi van a cigiben?** | A cigaretta káros anyagainak összefüggése az egyes betegségek kialakulásával.  Hatóanyagok, hatások.  Tévhitek, döntések és választások. | "Dohányzógép" szemléltetése  Feladatlap kitöltése (1. számú melléklet) | IKT eszközhasználat (ppt, kisfilmek)  https://www.youtube.com/watch?v=hGz001RAg6g |
| 4. | **A passzív dohányzás káros hatásai** | Mi a passzív dohányzás?  A passzív dohányzás következményei, tünetek.  Hogyan kerülheted el a passzív dohányzást? | Helyes döntések gyakorlása.  Szituációs játék: Autóval utaztok, egyik társatok ráakar gyújtani a kocsiban. Kérd meg, hogy ne tegye! | IKT eszközhasználat (ppt)  https://www.youtube.com/watch?v=4tBD8xpq3Vo |
| 5. | **A nemdohányzó életmód előnyei** | Lehetőségek és döntések.  Gazdasági hatások. | Csoportmunka: mi az előnye a nemdohányzó életmódnak a dohányzóval szemben? Szedjetek össze minél több előnyt!  Költségvetés készítése. Mennyit spórolok, ha... | IKT eszközhasználat (ppt) |
| 6. | **Függőség, leszokás** | Fizikai és lelki függés.  Motiválás.  Leszokást segítő eszközök, gyógyszerek. Szemléletváltás, magatartásváltoztatás.  E-cigi, vízipipa | Csoportmunka: szedjétek össze, milyen tevékenységekkel tudnátok felváltani a rágyújtási kényszert!  Szemléltető eszközök bemutatása. | IKT eszközhasználat (ppt)  https://www.youtube.com/watch?v=ise4xeJ5wdQ |