

DUM 019 / VYDMUCHOV / BALONOVÁ / ČLOVĚK A ZDRAVÍ/ 2012

ŽIVOT BEZ ZÁVISLOSTI

Anotace	Aktivita je zaměřena na podporu života bez závislosti. Úkolem žáků je sestavit rozstřížený pracovní list a nalepit jej na čistý list papíru. Po sestavení a přečtení musí žáci doplnit chybějící údaje, zvýraznit informace, které jsou podle nich důležité. Aktivita je zaměřena na škodlivost kouření.
Autor	Bc. Balonová Soňa
Sada DUM	Člověk a zdraví
Předmět	Výchova ke zdraví
Očekávaný výstup	Dát do souvislosti zdravotní a psychosociální rizika spojená se zneužíváním návykových látek.
Klíčová slova	Závislost, kouření, cigarety, nikotin, pasivní kouření.
Druh učebního materiálu	Aktivita
Cílová skupina	Žák základní školy praktické
Stupeň a typ vzdělávání	2.stupeň, 7. ročník
Použité zdroje	Microsoft Word, Klipart
Ověřeno	Datum:7.3.2012 ročník: VII.D pracoviště: SŠ, ZŠ a MŠ Karviná, přís.or.

- Postup při aktivitě:
1. Připravený pracovní list rozstříháme podle naznačených čar a rozdáme žákům.
 2. Žáci mají za úkol sestavit text správně.
 3. Potom složený text nalepí na čistý list papíru.
 4. Jejich úkolem je přečíst text a zvýraznit či podtrhnout důležité údaje.
 5. Je nutné, doplnit chybějící slova v textu. V tomto případě se jedná o slova **ZÁVISLOST A NIKOTIN.**
 6. Nakonec si žáci svou práci nalepí do sešitu.

*Drogy - jsou látky, které působí
na naše prožívání, na náš tělesný
a duševní stav a vyvolávají **ZÁVISLOST.***

V cigaretách je obsažena návyková
látka, která se jmenuje **NIKOTIN.**

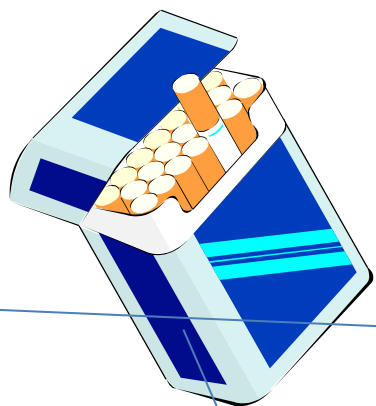
Život bez závislosti

Pozor na DROGY!!!!
O nebezpečí drog slyšíme každý den - doma, ve škole, ve sdělovacích prostředcích.

Drogy - jsou látky, které působí na naše prožívání, na náš tělesný a duševní stav a vyvolávají

Chcete se vyhnout závislosti na drogách? **POZOR** i na kouření tabáku a pití alkoholu!!!

Kuřáci vědí, že kouření poškozuje jejich zdraví i zdraví lidí v jejich okolí.



V cigaretách je obsažena návyková látka, která se jmenuje

Jak se pozná závislost??

1. Látka je užívána déle a ve větším množství.
2. Přestat s užíváním je velmi obtížné, nebo se to nedaří vůbec.
3. Závislý člověk látku užívá i přesto, že zná její škodlivé účinky.
4. Při přerušení užívání vznikají abstinenční příznaky.



Každá krabička cigaret obsahuje varování o škodlivosti užívání. Je tam napsáno, např. **KOUŘENÍ ZPŮSOBUJE RAKOVINU** nebo **KOUŘENÍ VÁŽNĚ POŠKOZUJE ZDRAVÍ.**