



<https://verktygsladanhbq.se>

## Tobak Kluring & Diskussion

### Elevmaterial

Årskurs: åk 6 - 9

Lektionslängd: ca 30 - 40 min

Innehåll: Tobak

#### Instruktion:

1. I texten saknas vissa ord. Din uppgift är att sätt in rätt ord på rätt plats.
2. När du är klar, jämför gärna dina svar med bordskamraten.
3. Pedagoger kommer att gå igenom texten gemensamt.
4. Övning två diskuteras i klassen.

### Övning 1 – hälsa, statistik & ekonomi

**Död**  
0,5 av 100

**Nikotin**  
1 på 1000

**Smakämne**  
kondition

**6 miljoner**  
gemenskap

Vi vet att rökning är den enskilt största orsaken till sjukdom och för tidig ..... Antalet tobaksrelaterade dödsfall beräknas vara ..... varje år i världen. Hälften av dem som röker kommer att dö en allt för tidig död. Det finns också ett samband mellan rökning och till exempel cancer, försämrat immunförsvar, sämre muskeltillväxt och ..... Dessutom får en rökare/snusare dålig andedräkt, gula tänder och mindre pengar i plånboken.

I cigaretter/snus finns ..... och andra giftiga ämne vilket påverkar individen negativt. Dessutom är det beroendeframkallande vilket innebär att rökaren/snusaren kan få svårt att leva utan cigaretter/snus. De flesta som rökt/snusat en tid vill sluta men då är det svårare att sluta. Forskningen visar att nikotin är lika ..... som narkotika/droger.

E-cigaretter och vattenpipor kan rökas med och utan nikotin. Forskare säger att ..... kan orsaka mer skada än vad nikotin gör. Det kan skada hjärnan och ge sämre minne och inlärningsförmåga.

De främsta orsakerna till att någon testar cigaretter/snus är kompisars påverkan (gruppsyck) och för att man vill tillhöra en ..... Årskurs 6 i Helsingborg svarade 2 av 100 att de har rökt år 2012 medan år 2016 var det ..... Den dagliga rökningen för årskurs 6 elever var ..... år 2016.

För årskurs 9 svarade 16 av 100 att de har rökt år 2012. Denna siffra sjönk år 2016 till 7 av 100. Daglig rökning för årskurs 9 elever var 2,5 av 100 år 2016. Att vara rökare eller snusare är ....., en cigarettpaket eller en snusdosa kostar cirka 50 kronor.

## Övning 2

### Diskussionsfrågor

1. Gruppptryck och viljan att passa in i något sällskap är de vanligaste orsak till att någon testar röka/snus fast det är farligt. Varför är det så?
2. Rökning har minskat de senaste åren, vad beror det på?
3. Vad kan göras för att barn/ungdomar ska förbli tobaksfria?
4. Vad skulle du göra om du fick reda på att någon i din klass rökte/snusede?
5. Vad kan ni i klassen göra för att ingen av era kompisar ska börja röka/snusa?
6. Vad tycker du skolan ska göra för att ingen röker på/vid skolan?
7. Vad skulle du göra om du blev bjuden på en cigarett/snus?
8. Vad vinner vi som individer på att fortsätta vara tobaksfria?