

ACTIVITATS
PER A ALUMNES DE PRIMÀRIA
CICLE MITJÀ



EL TABAC,

BEN

LLUNY



Activitat	Pàgina
1. El fumador passiu.....	2
2. El fum del tabac embruta el nostre cos	5
3. Tabac i esport.....	7
4. Fotògrafs	9



Activitat 1

El fumador passiu

Objectius:

- Conèixer i reflexionar sobre el concepte de fumador passiu.
- Difondre la idea que no es permès fumar a tot arreu: el respecte de les normes establertes.
- Potenciar la idea que si es fuma s'ha de pensar amb els que t'envolten: si els molesten o no, la responsabilitat vers els altres.
- Generar habilitats i estratègies que permetin fer respectar els drets dels no fumadors evitant l'enfrontament i el conflicte.

Continguts:

Fets i conceptes	Procediments	Actituds i valors
- El fumador passiu.	- Habilitats i estratègies que permetin fer respectar els drets dels no fumadors.	- Respecte els drets dels altres. - Respecte a les normes.

Descripció de l'activitat

S'inicia l'activitat tot preguntant als alumnes sobre la coneixença d'espais en els quals està prohibit fumar (transports públics, centres mèdics, cinemes, teatres, escola...), i les situacions que hagin vist o experimentat relacionades amb petits conflictes o discussions entre persones a conseqüència del fum del tabac, de manera que algú es queixi per les molèsties d'aquest. D'aquesta manera iniciarem un petit debat coneixent les diverses opinions i vivències dels alumnes sobre aquest fet; al mateix temps és interessant per part del mestre/a, anar introduint punts de reflexió tant en relació amb les afeccions que poden patir els fumadors passius com envers la recerca de solucions de conflictes, de com es poden arribar a acords, etc.

Posteriorment es reparteix la fitxa nº 1 als alumnes; aquesta consta d'una vinyeta mitjançant la qual s'intenta representar un hipotètic cas de fumador passiu.

Concretament es tracta d'un vagó de tren en el qual hi ha dues persones.

A partir de l'observació de les imatges, els nens/es han de reflexionar sobre la situació creada, el respecte de les normes (senyal de prohibit fumar) i la responsabilitat vers els altres. També cal tractar la resolució del conflicte: com es desenvolupa la situació, quin podria ser el desenllaç, etc., tot duent a terme la invenció d'una petita història o un diàleg entre ambdós personatges, etc.

Després del treball individual, cal que es posin en comú les diferents



iniciatives i es completi el debat que al principi de l'activitat s'havia iniciat, ja que els alumnes comprovaran directament i a partir de casos concrets les actituds dels seus companys, i per tant serà el moment d'opinar, fer-ne debat, intercanviar punts de vista, etc.

Bibliografia complementària:

- Els nens/es poden consultar l'annex de la guia didàctica.
 - CATS. *Estratègies per deixar de ser fumadors passius*. Barcelona, Generalitat de Catalunya, Dept. de Benestar Social, 1991.
-



Activitat 1

El fumador passiu



ESTRATÈGIES per deixar de ser FUMADORS PASSIUS. CATS-1991.

1. Penses que el senyor que està fumant té una actitud de respecte per les normes pròpies dels transports públics?
2. Penses que té una actitud responsable vers les altres persones?
3. Creus que la primera mesura que s'ha de prendre és la que ha seguit aquesta senyora?

Què penses que caldria fer en primer lloc?

4. Si estiguessis en el vagó (i fossis un adult) quina actitud tindries?
 Mirar i no dir res Recolzar la senyora
5. Inventa't un possible diàleg entre els dos personatges.



Activitat 2

El fum del tabac embruta el nostre cos

Objectius:

- *Prendre consciència de la relació existent entre el fum del tabac, els seus efectes i conseqüències envers el cos humà.*
- *Conèixer el trajecte que recorre el fum del tabac pel nostre sistema respiratori.*

Continguts:

Fets i conceptes	Procediments	Actituds i valors
<ul style="list-style-type: none"> - Efectes del tabac sobre l'organisme. - Recorregut del fum per les vies respiratòries. 	<ul style="list-style-type: none"> - Representar el recorregut del fum, les vies respiratòries i altres parts de l'organisme gràficament. 	

Descripció de l'activitat

Introduïm l'activitat fent que els alumnes comentin si coneixen gent que tingui problemes derivats del consum del tabac (tos, cansament, dificultat de respirar, etc.) i es va fent una petita llista a la pissarra d'aquest problemes, òrgans afectat, etc.

A partir d'aquí i a la silueta de la fitxa; cal que els nens/es dibuixin el recorregut i els òrgans afectats pel fum del tabac, des que entra per la boca fins que arriba als pulmons.

Bibliografia recomanada:

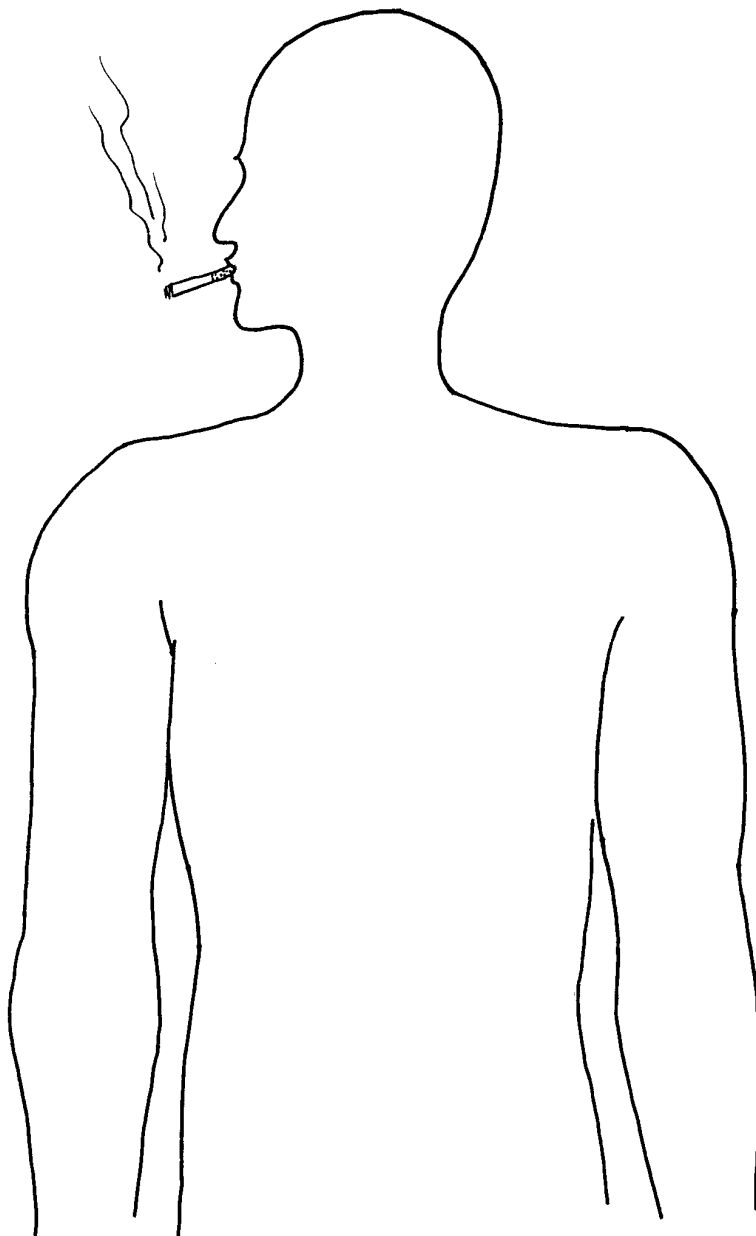
- Els nens/es poden consultar l'annex de la guia didàctica, o altres fonts; la guia didàctica inclou informació sobre les patologies associades al consum del tabac, les complicacions de les mateixes i les diferències envers el risc de patir determinades malalties entre fumadors i no fumadors.



Activitat 2

El fum del tabac embruta el nostre cos

Dibuixa els diferents òrgans del cos humà afectats pel fum del tabac i el recorregut que fa el fum del tabac per l'interior del cos.





Activitat 3

Tabac i esport

Objectius:

- Identificar i relacionar els efectes negatius del tabac envers l'esport
- Promoure estils de vida saludable.

Continguts:

Fets i conceptes	Procediments	Actituds i valors
- Efectes del tabac sobre l'organisme.	- Les relacions entre efectes del tabac i el rendiment esportiu.	- Els estils de vida saludable.

Descripció de l'activitat:

L'activitat podria iniciar-se parlant de la relació entre el tabac, l'esport i l'activitat física, tot proposant la confecció d'una llista d'esports per part de tots els nens/es, i destacar la característica principal de cada un en relació amb la disposició física i corporal, les habilitats, etc.

- **Exemple:** futbol: resistència i treball en equip.

Seguidament i tenint presents els efectes negatius del tabac en l'esport, es tractaria de poder reflexionar sobre les limitacions que poden produir-se en la seva pràctica i desencadenades pel consum de tabac. (En l'activitat "El fum del tabac embruta el nostre cos" s'hi introdueixen algunes de les problemes associats del consum de tabac)

En una segona fase, i individualment, cada nen/a podria treballar amb la fitxa nº 3: aquesta inclou dos quadres, cada un dels quals comprèn una figura amagada; cal pintar les zones marcades amb un punt negre per tal d'obtenir la figura; cal completar les frases referents a cada dibuix. Ambdues figures es corresponen a les associacions treballades anteriorment (l'hàbit tabàquic incideix negativament en la resistència esportiva)

Correcció de l'activitat:

Una de les característiques de ser **fumador** és la **tos** i el mal alè.

Els que **fumen** resisteixen menys en els esports.

Els bons esportistes NO **FUMEN**. Si no es **FUMA** podem practicar millor els esports.



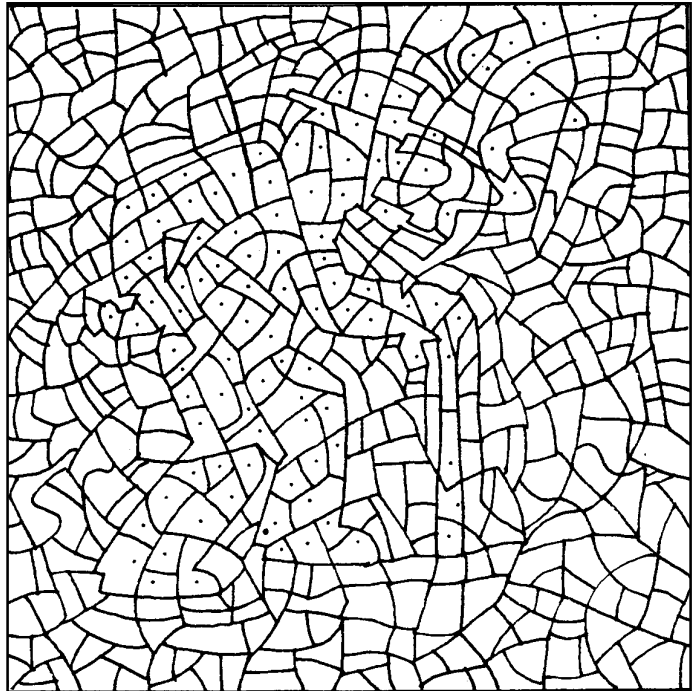
Activitat 3

Tabac i esport

Pinta d'un mateix color els quadrats amb el punt.
Completa les següents frases tenint en compte els dibuixos:

Una de les conseqüències de ser
_____ és la _____ i mal alè

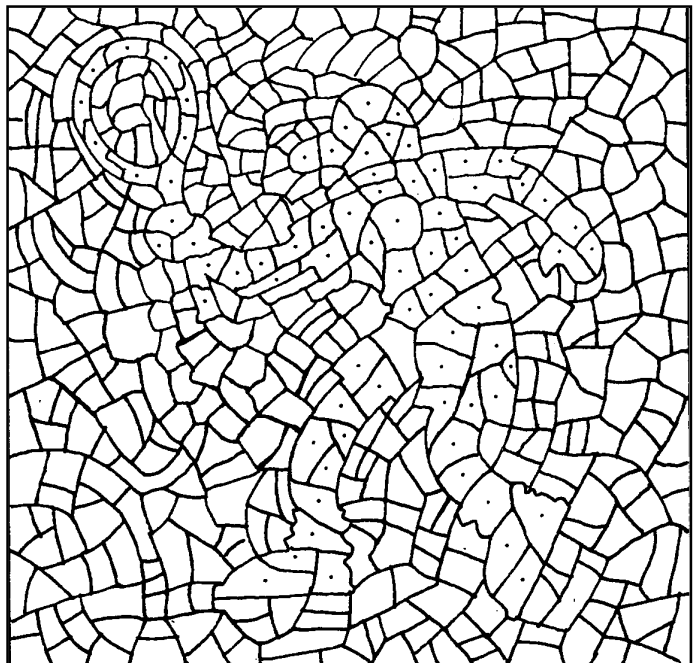
Els que _____
resisteixen menys en els esports.



Els bons esportistes
NO _____

Si no es

_____podem
practicar millor els esports.





Activitat 4

Fotògrafs

Objectius:

- *Reforçar els continguts treballats en les anteriors activitats: identificar i relacionar alguns dels aspectes negatius del consum del tabac en els diferents àmbits d'implicació de la persona: aspectes individuals, la seva relació amb els altres i el grup, el medi ambient, l'esport, el temps lliure, etc.*

Continguts:

Fets i conceptes	Procediments	Actituds i valors
- Efectes del tabac sobre l'organisme.	- Les relacions entre efectes del tabac i diversos àmbits de la persona.	- Els estils de vida saludables.

Descripció de l'activitat

La fitxa de treball recull sis quadres buits, cada un dels quals inclou una nota al peu d'imatge. Cada nen/a ha de dibuixar i pintar (també es pot dur a terme retallant revistes, fotografies, etc.) cada quadre segons les frases corresponents.

Aquesta activitat dona peu a fer un últim debat en el qual es reforcin els conceptes ja introduïts, s'aclareixin dubtes, surtin nous interrogants, etc. Es pot animar l'activitat amb el motiu: som fotògrafs que hem de fer un reportatge fotogràfic sobre el tabac i les seues problemes.

Font:

Droga Arazo Koordinakundea. Los niños y el tabaco. Gobierno Basco: Departamento de Trabajo, Sanidad y Seguridad Social, 1985.



Activitat 4

Els fotògrafs

Hi ha gent que fuma.	El fum del tabac és molest i fa pudor.
El fum del tabac produeix malalties.	El fum molesta i perjudica els que no fumen.
Els bons esportistes no fumen,	Els animals no fumen.