

# OSVĚTOVÁ ČINNOST PRO ŽÁKY

## ZÁVISLOST NA NIKOTINU, TABÁKU, NIKOTINOVÝCH SÁČČÍCH

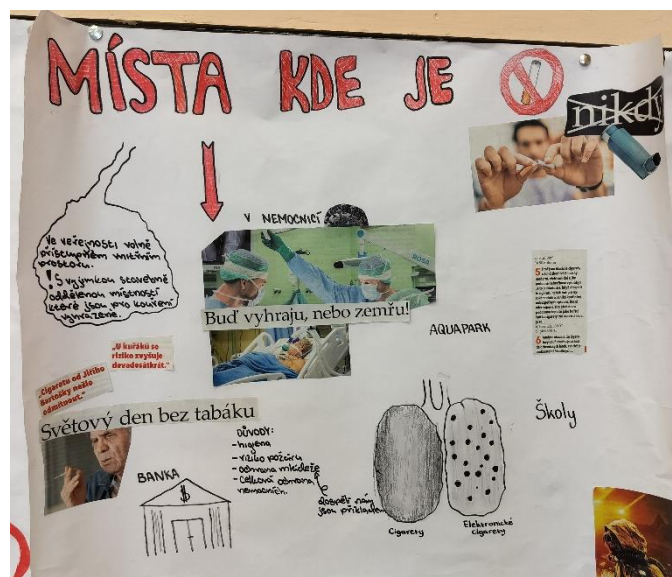
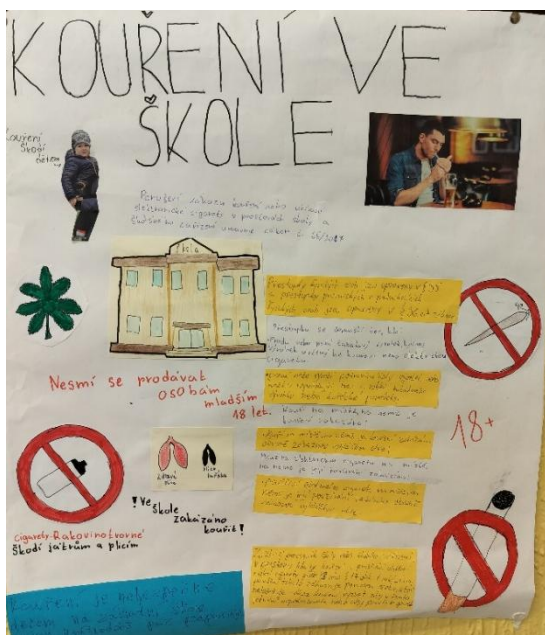
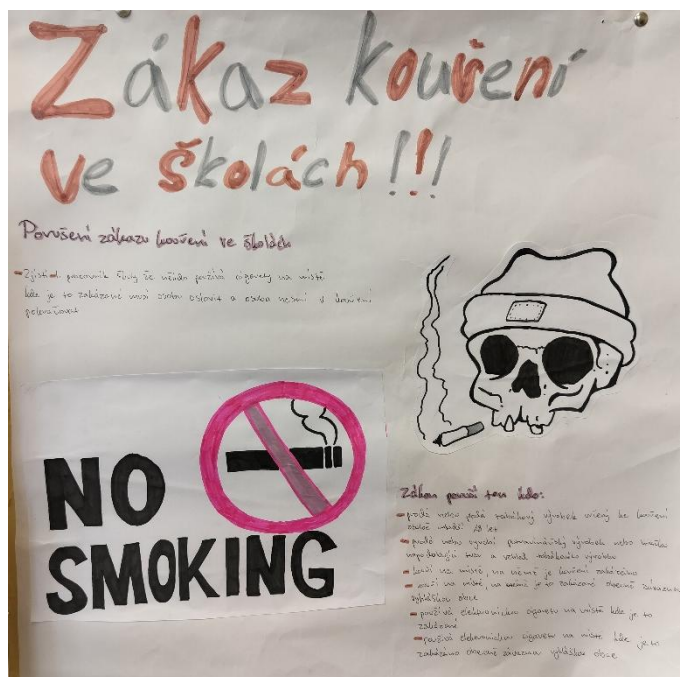
(leden, únor – 2. stupeň)

Začátek nového kalendářního roku jsme zahájili preventivními aktivitami zaměřenými na velmi častý problém – užívání tabáku či nikotinu. Na 1. stupni se tématu věnovaly paní učitelky třídní, na 2. stupni jsme téma probírali napříč předměty. Přikládáme ukázky prací z různých ročníků a tříd.

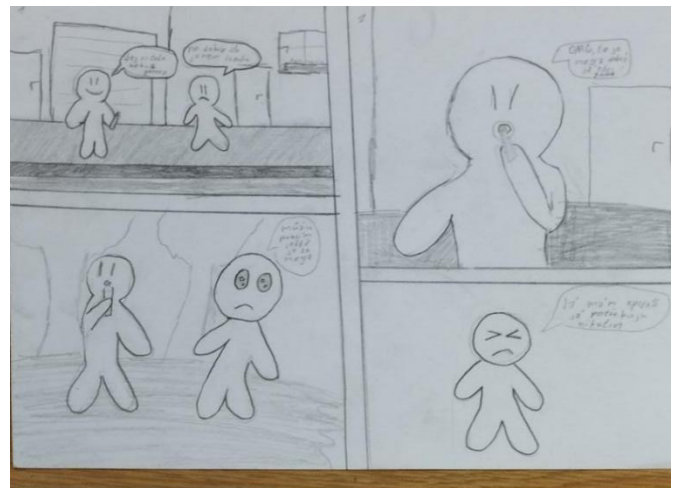
Vzhledem k tomu, že problematika se týká především starších žáků, pozvali jsem na 2. stupeň také odborníka z ABATOPU z.s., který naši snahu o smysluplné působení na žáky podpořil. S jakým zájmem se jeho přednáška setkala, můžete vidět ve starším příspěvku na našem webu (16.2.2025, v sekci *Preventivní poradenství - anketa*).

### Výchova k občanství

V rámci předmětu se žáci seznamovali s legislativou našeho státu související s tabákovými výrobky. Zjišťovali, kde se mohou tabákové výrobky prodávat a kde ne; kdo se dopouští porušování zákona při jejich prodeji či distribuci; kdo smí či nesmí tabákové výrobky užívat. **Věříme, že snad konečně někteří pochopili, proč jim ve škole opravdu nemůžeme zřídit kuřárnu ani jim kouření dovolovat.**



V některých třídách se děti zaměřily na tvorbu komiksů → příběhy o důsledcích kouření.



Jinde vznikaly kreativní vizuály.

**ŠKOLA A VĚKOVÁ OMEZENÍ**

Ve všech příslušných částech zákona, zákaz platí v celém areálu školy. Ve škole je zakázáno používat elektronické cigarety.

**ZÁKAZ VĚKOVÉ OMEZENÍ**

ŠKOLA MÁ PŮVĚSTI ZA PŘESTUPKOVÉ ČINNOSTI ŽÁKŮ.

**PŘESTUPKY A TRESTY**

- Porušení zákazu kouření je přestupkem.
- Přestupku se dopouští ten, kdo prota tabak osobě mladší 18 let.
- Přestupky tří přiblížené osoby.
- Za přestupek může být uloženo pokuta.
- Výše pokuty se řídí platným zákonem.

**Věk a zákaz**

- Kouření tabákových výrobků je povoleno až od 18 let!
- Stejný zákaz platí i pro elektronické cigarety.
- Nežletilim dospělým je zakázáno tabákové výrobky užívat - i kopat!
- Porušení tohoto zákazu je považováno za přestupek.

**LEPŠÍ NEŽ UBRÁČEK ZA CIGARETY A ŠKODLÍ SVĚTMU**

Zdraví si jí koupit, třeba ho někdo má nebo ho jí má zmrázit...

**Kouření - životu nebezpečný zlozvyk**

Kouření je vlastně vdechování jedovatého kouřového kouřového vzduchu, který obsahuje nejnebezpečnější chemikálie. Každý rok umírá na lidské tabákové závislosti přes 6 milionů lidí. Dnes už bezpečnější cigarety neexistují. Kouření je bezprostřední příčinou mnoha vážných onemocnění a často také způsobí vlivy na zdraví lidí v blízkosti. Kouření dává smysl jen v případě, kdy dává smysl i kouření ve své době roční 4 mil.

**VELO**

**A STOJÍ TO VŮBEC ZA TO?**

STOJÍ TO 150 Kč

TO NEJLEHČEJI SI

HEJ!

VAŽNĚ SE TÍM LE BUDEŠ PUSTVAT ZABÍJET, JEROM TO TO ADY JSI BYL PRAJEA?

TELO

NABÍJENÍ

NEKDO BY AKY ŽE TO NE MĚLO ALE VAŽNĚ CHCES PRATÍ ZA VĚC KTERÁ TE ROUVNĚ ZABÍ

15 LET DOZ VĚJI...

PROČ JSEM TO DE LAL NE MŮŽU POKALV DÝCHAT.

VOJTA STEJNATEL 2012-2014 ZEMŘEL NA NÁKŮVNU PLIC

**KONEC**

AK JESŤE JEDNA VĚC NEKOUŘÍŠTE VÁŠA ANI CIGARA

**ZÁVISLOST**

HLAVA ZA HAVNÍ

MŮŽE SPŮSOBIT ZÁVISLOST KDYŽ TO FAK NE MÁTE FAK MŮŽETE PANIKARIT

PROLETA LIJÍ PANIKARÍ KDYŽ HO NECHÁJÍ NABÍJIT!

DOPLNĚNÍ

MŮŽE TE ZATU ZAPLATIT AŽ 332 Kč ROLNĚ

POUŽÍVA SE JAKO TRAJ

POUŽÍVA SE JAKO TRAJ

JE TO ZAVIČENÍ ALE DOBRÝ (smil)

**JE TO VŠUDE NA INTERNETU???**

Nezačínáme s tím tak???

Je to fenomén mezi teenagery, myslí si že je to frajma ale je to droga která má následky.

**Děle vám to víc než si myslíte**

SKONČTE S TÍM JED?

**NORMÁLNÍ JE NEKOUŘIT**

**X Kouření ničí:**

- plíce
- srdce
- zuby
- peněženku

**✓ když nebudu kouřit budu mít:**

- svěží dech
- lepší kůže
- zdravější vzhled
- více peněz

Normální plíce vs. kuřácké plíce

**NEKUR - DÝCHEJ SVOBODNĚ A ŽIJ NAPLNO!**

**Zákaz Kouření a užívání e-cigaret - přestupky**

**Kdo**

Žáci, studenti a další osoby, které poruší zákaz kouření nebo vapoání.

**Kde**

Ve škole a jejím areálu a na dalších místech kde je kouření zakázáno.

**Když**

Kdykoliv - během vyučování i mimo něj

**Jaký přestupek**

Kouření nebo užívání e-cigaret na zakázaných místech, případně prodej těm, kterým to zákon zakazuje.

**Ve světě zabije každoročně asi 6 milionů lidí. Z toho přes 5 milionů umírají jsou umrti kurači. As 600 tisíc umírají ročně je způsobeno nekuračím kteří dýchají epidemie kouření jiných.**

**50%** Kurači 5 mil. NeKurači 600 tis.

**15 000 / rok**

**-Kouření-**

**NEKUR - DÝCHEJ SVOBODNĚ A ŽIJ NAPLNO!**

## Český jazyk

V rámci českého jazyka psali ve vyšších ročnících úvahy na téma „Vapování“ nebo „Proč děti začínají kouřit?“

### Vapování u mladých lidí

V dnešní době se mezi mladými lidmi hodně mluví o vapování. Mnoho lidí si myslí, že je to neškodné a moderní, ale tak to není. Vapo často obsahuje nikotin, který je velmi návykový. Závislost může vzniknout v kterémkoliv věku, ale nejvíce u dospívajících. A kromě toho mohou vapovací příchutě lákat děti.

Dalším problémem je tlak okolních lidí. Někteří začnou vapovat jen kvůli tomu, aby zapadli do party nebo aby nebyli považováni za divny. Často si ale neuvědomí, že riskují jejich zdraví. Nejčastěji se s vapováním začne ve škole, právě proto aby zapadli do party. Vapování způsobuje spánek, dýchání, bolest hlavy nebo kašel. Podle mého názoru si myslím, že by se o vapování mělo mluvit více, jak ve škole tak i doma. Je důležité, aby mladí lidé měli dostatek informací o vapování a dokázali se samostatně rozhodnout. Vapování sice vypadá neškodně, ale jeho následky mohou být vážné.

### Vapování

Vapování je velká kontroverze, ale pro většinu je to tražerství, ale také tražerství není. Jenom si tihle zřizují svůj život na přístroji. Štve mě když za někým jdu a nziedou bilej vrak jak kampaň doma, která oni jako mladí. Nic sice nefeknu, ale zřehu se dusit jako někdy předtím. Štve mě i když jedu autobusem, a je tam matkas kočiren a kouří. Štve mě, když jedu autobusem, a za mnou sedí "tražeri" a kouří. Štve mě, že jsme brzo jako nejhorší třída jen kvůli nějaké věci, která kouří na WC. Štve mě, když jedu na kole lesem a všude se vřelí batouno valesky, které tam nějaké prase nechala. Ano, někteří to mají "propristresu", ale to se dá řešit i jinak. Zřívání to musí být strašně prachyné! Kde nato bereš?! PS: Čistě můj názor.

### Proč děti začínají kouřit?

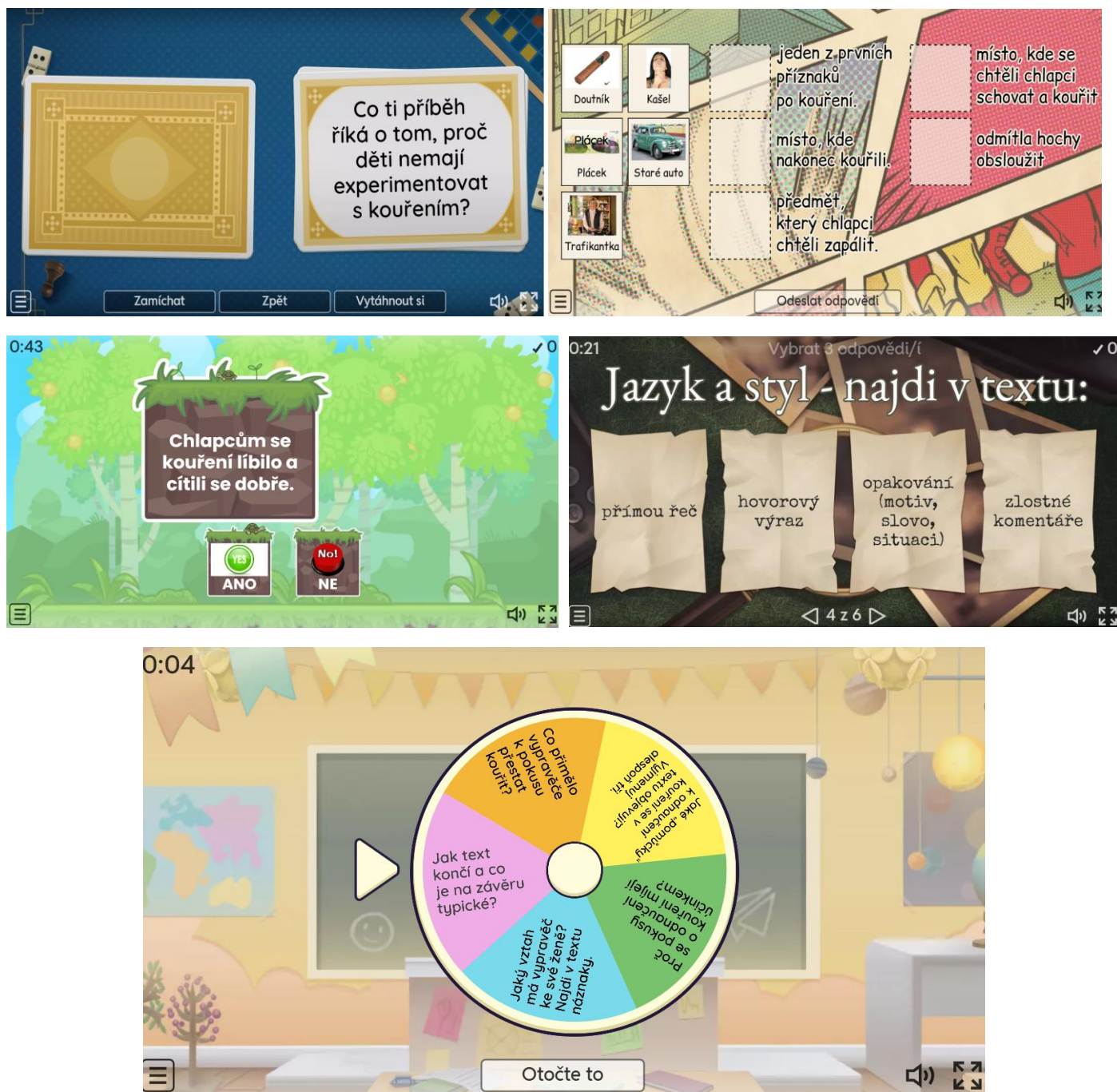
V dnešní době děti začínají kouřit proto že často jejich kamarádi si to chválí. Důležitá Nejčastěji chodí s nějakou skupinou ven a všichni vapují a ti kteří nevědí se často cítí blbě, že do skupiny nepatří a chtějí zapadnout. Všechno tu jsou dvě nejčastější důvody, a to vliv rodičů a krizová situace. Vliv rodičů je pochopitelný. Když vám oba rodiče kouří a vy to dýcháte od narození je větší procento šance že kouřit budete i vy. Krizová situace, je např. ve škole nedáří se vám, ale vůbec nemusí to být jen škola. Může to být, že se s jistě se rozešli s partnerem nebo vám umře blízký. Děti Bohatí děti, od rodičů dostávají dost peněz a hodně utrácejí za zbytečnosti. Mezi těmi zbytečnosti často může být cigareta. Zase u vap, děti mají důvod si kupovat a kvůli příchuti, alespoň tato výmluva je často dnes u dětí. Děti chtějí být "COOL" cítit se před ostatními povšene.

### Proč děti začínají kouřit?

Nejčastějším důvodem je to že to někde děti viděli například sociální sítě rodiče kamarádi a cizí lidi. Někteří si říkají že "za mých mladých let, kdyby nás někdo viděl, tak by nás stříškaly jak psy, a ne chodíš s cigaretama a ještě se ptáš". No náš pohled na věc je že pokud nechcete, být zdravý a s velkou možností zemřít tak hudiš ale rozdíl je když někdo si dá jednou za čas na chuť a ne na potlačení potřeby. Vapo je stejně škodlivé jako cigarety takže věci jako "vědyt je to jen ochucený vzduch" jsou kravinny je to výpar a usazuje se tímto voda na plicích.

V hodinách **literatury** jsme využili texty související s tématem.

**I. Kraus:** Jak jsem se odnaučoval kouřit“ , **R. Goscinni:** „**Kouřím**“ – četli jsme příběhy a ve Wordwallu si ověřovali porozumění textu.



## Anglický jazyk

V anglickém jazyce se žáci seznamovali se slovní zásobou související s tématem. Např. žáci VI. A vytvořili celotřídní plakát s názvem Anti-smoking campaign, který je tvořen reklamní slogany v anglickém jazyce doprovázené českým překladem. Texty mají evokující slovní i vizuální charakter se snahou zaujmout kolemjdoucí, zastavit se a číst informaci o škodlivosti kouření v cizím jazyce. Doplňkem jsou i výtvarné piktogramy, které zdůrazňují text.



# Matematika

V hodinách matematiky počítali některé třídy tematické příklady. Zjišťovali, kolik žáků ve třídě zná ve svém okolí kuřáka a počítali jejich procentní zastoupení. Dále se zaměřili na finanční stránku kouření. Kalkulovali, kolik peněz v součtu kuřák utratí po malých částech za krabičku cigaret.

Pracovní list - matematika 6. třída

1) Počet žáků ve třídě: 20 žáků  
Počet žáků ve třídě, kteří znají alespoň jednoho kuřáka: 18 žáků  
Napište tento poměr pomocí zlomku:  $\frac{18}{20} = \frac{9}{10}$

2) Krabička cigaret stojí průměrně 145 Kč. Běžný kuřák vykouří 1 krabičku denně, silný kuřák dokonce 2 krabičky denně. Vypočítejte kolik korun utratí:  
Běžný kuřák: 145 Kč  
Silný kuřák: 290 Kč  
Za týden: 1015 Kč  
Za měsíc (30 dní): 4350 Kč  
Za rok (360 dní): 13050 Kč  
Za pět let: 65250 Kč

Co by bylo možné si za tyto za 5 let našetřené peníze koupit?  
52000 Kč

3) Pan Novák si přeje vidět Londýn. Jeho výsňový zájezd stojí 20 000 Kč. Pan Novák vykouří denně 30 cigaret, cena krabičky je 160 Kč (v krabičce je 20 cigaret). V případě, že by přestal kouřit, ušetří na tento zájezd za 3 měsíce?  
160 - 200 = 40 Kč  
10. ⇒ 8 Kč  
10. ⇒ 80 Kč  
37. ⇒ 30 240 = 21000

Pracovní list - matematika 6. třída

1) Počet žáků ve třídě: 20  
Počet žáků ve třídě, kteří znají alespoň jednoho kuřáka: 18  
Napište tento poměr pomocí zlomku:  $\frac{18}{20} = \frac{9}{10}$

2) Krabička cigaret stojí průměrně 145 Kč. Běžný kuřák vykouří 1 krabičku denně, silný kuřák dokonce 2 krabičky denně. Vypočítejte kolik korun utratí:  
Běžný kuřák: 145 Kč  
Silný kuřák: 290 Kč  
Za týden: 1015 Kč  
Za měsíc (30 dní): 4350 Kč  
Za rok (360 dní): 13050 Kč  
Za pět let: 65250 Kč

Co by bylo možné si za tyto za 5 let našetřené peníze koupit?  
52000 Kč

3) Pan Novák si přeje vidět Londýn. Jeho výsňový zájezd stojí 20 000 Kč. Pan Novák vykouří denně 30 cigaret, cena krabičky je 160 Kč (v krabičce je 20 cigaret). V případě, že by přestal kouřit, ušetří na tento zájezd za 3 měsíce?  
160 - 200 = 40 Kč  
10. ⇒ 8 Kč  
10. ⇒ 80 Kč  
37. ⇒ 30 240 = 21000

Pracovní list - matematika 6. třída

1) Počet žáků ve třídě: 20  
Počet žáků ve třídě, kteří znají alespoň jednoho kuřáka: 18  
Napište tento poměr pomocí zlomku:  $\frac{18}{20} = \frac{9}{10}$

2) Krabička cigaret stojí průměrně 145 Kč. Běžný kuřák vykouří 1 krabičku denně, silný kuřák dokonce 2 krabičky denně. Vypočítejte kolik korun utratí:  
Běžný kuřák: 145 Kč  
Silný kuřák: 290 Kč  
Za týden: 1015 Kč  
Za měsíc (30 dní): 4350 Kč  
Za rok (360 dní): 13050 Kč  
Za pět let: 65250 Kč

Co by bylo možné si za tyto za 5 let našetřené peníze koupit?  
52000 Kč

3) Pan Novák si přeje vidět Londýn. Jeho výsňový zájezd stojí 20 000 Kč. Pan Novák vykouří denně 30 cigaret, cena krabičky je 160 Kč (v krabičce je 20 cigaret). V případě, že by přestal kouřit, ušetří na tento zájezd za 3 měsíce?  
160 - 200 = 40 Kč  
10. ⇒ 8 Kč  
10. ⇒ 80 Kč  
37. ⇒ 30 240 = 21000

Pracovní list - matematika 6. třída

1) Počet žáků ve třídě: 20  
Počet žáků ve třídě, kteří znají alespoň jednoho kuřáka: 18  
Napište tento poměr pomocí zlomku:  $\frac{18}{20} = \frac{9}{10}$

2) Krabička cigaret stojí průměrně 145 Kč. Běžný kuřák vykouří 1 krabičku denně, silný kuřák dokonce 2 krabičky denně. Vypočítejte kolik korun utratí:  
Běžný kuřák: 145 Kč  
Silný kuřák: 290 Kč  
Za týden: 1015 Kč  
Za měsíc (30 dní): 4350 Kč  
Za rok (360 dní): 13050 Kč  
Za pět let: 65250 Kč

Co by bylo možné si za tyto za 5 let našetřené peníze koupit?  
52000 Kč

3) Pan Novák si přeje vidět Londýn. Jeho výsňový zájezd stojí 20 000 Kč. Pan Novák vykouří denně 30 cigaret, cena krabičky je 160 Kč (v krabičce je 20 cigaret). V případě, že by přestal kouřit, ušetří na tento zájezd za 3 měsíce?  
160 - 200 = 40 Kč  
10. ⇒ 8 Kč  
10. ⇒ 80 Kč  
37. ⇒ 30 240 = 21000