

Wirkung und Folgen



Thema	Wirkung und Folgen des Tabakkonsums	
Zeitbedarf	2 Lektion	
Fächer	<ul style="list-style-type: none">> Ethik, Religionen, Gemeinschaft> Wirtschaft, Arbeit, Haushalt> Natur und Technik	
Methoden	<ul style="list-style-type: none">> Exploratives Lernen> Partnerarbeit> Lehrgespräch	
Einsatz	<ul style="list-style-type: none">> Fachspezifischer Unterricht> Altersdurchmischtes Lernen> Lernatelier> Bestandteil von Projekttagen	
Material	> Planung	2
	> Zusatzinformationen	3–4
	> Arbeitsblatt «Internetrecherche»	5
	> Arbeitsblatt «Beurteilung Webseite»	6
	> Merkblatt 1 «Kurz- und langfristige Folgen»	7
	> Merkblatt 2 «Zusätzliche Risiken»	8



- Einführung**
- > Die Wirkung von Tabak ist zwar nicht in dem Ausmass berauschend und die Folgen nicht so unmittelbar wie diejenigen von Alkohol oder Cannabis – trotzdem ist es wichtig, dass sich die Jugendlichen damit auseinandersetzen.
 - > Diese Haupteinheit soll webbasiert stattfinden und ein exploratives Lernen ermöglichen.

- Kompetenzen**
- > Die Schülerinnen und Schüler kennen die wichtigsten Inhalte von www.feel-ok.ch, www.smokefree.ch, www.suchtschweiz.ch.
 - > Sie können eine Webseite beurteilen.
 - > Sie können die Risiken des Tabakkonsums erkennen.
 - > Fachliche Kompetenzen nach Lehrplan 21: ERG.5.1.c, WAH.4.1.b, NT.7.4.b, NMG.1.2.f

- Vorbereitung**
- > Zusatzinformationen lesen und die 3 oben aufgeführten Webseiten besuchen
 - > PC-Raum reservieren
 - > Arbeitsblatt «Internetrecherche» (Seite 5) und Vorlage «Beurteilung Webseite» (Seite 6) kopieren (1 pro Team)
 - > Klassensatz Merkblatt 1 «Kurz- und langfristige Folgen» (Seite 7) und Merkblatt 2 «Zusätzliche Risiken» (Seite 8) kopieren

Ablauf/Module Input Gruppenarbeit Klassenverband

Zeit	Themen/Aufträge	Methode/Form	Material/Hinweise
5'	kurze Einführung in Thema und Kompetenzen	Input	
10'–15'	Internetrecherche in 2er- bis 3er-Gruppen	exploratives Lernen	> S. 5
10'	Beurteilung der Webseiten	bewerten	> S. 6
20'–35'	Zusammentragen und sortieren	sammeln, differenzieren	> S. 5
15'	Merkblätter erstellen	übertragen	> S. 7–8
5'–10'	Die 3 Webseiten vorstellen und Beurteilung vergleichen	austauschen	> S. 6



Wirkung und Folgen

Voraussetzung für diese Arbeit ist, dass die Schülerinnen und Schüler an einem PC mit Internetanschluss arbeiten können. Jeweils 2 bis 3 Schülerinnen und Schülern wird eine Webseite, entweder www.feel-ok.ch, www.smokefree.ch oder www.suchtschweiz.ch, zugeteilt. Sie suchen nach Informationen über die Risiken von Tabak, listen diese stichwortartig im Arbeitsblatt «Internetrecherche» (Seite 5) auf und füllen am Schluss das Arbeitsblatt «Beurteilung Webseite» (Seite 6) aus (jeweils 1 Blatt/Projektionsvorlage pro Team). Dabei lernen sie, bei der Internetrecherche gezielt vorzugehen sowie eine Internetseite differenziert zu beurteilen.

Zusammentragen und Merkblatt erstellen

Die Schülerinnen und Schüler sollen zuerst alle auf dem Arbeitsblatt «Internetrecherche» (Seite 5) gesammelten Risiken aufzählen und an die Wandtafel schreiben. Achten Sie darauf, dass Wiederholungen vermieden werden.

Lassen Sie nun die Risiken gemäss den unten aufgeführten Bereichen je mit einer anderen Farbe unterstreichen und ergänzen Sie fehlende Risiken.

Anschliessend übertragen die Schülerinnen und Schüler sämtliche Risiken thematisch gegliedert auf das Merkblatt 1 «Kurz- und langfristige Risiken» (Seite 7) und das Merkblatt 2 «Zusätzliche Risiken» (Seite 8). Folgende Risiken sollten erwähnt sein:

Die sofortigen Auswirkungen des Rauchens

- > Husten, Halsschmerzen und Erkältungen häufen sich (der Rauch reizt die Atemwege).
- > Die körperliche Leistungsfähigkeit nimmt deutlich ab. Dies ist vor allem bei sportlichen Aktivitäten spürbar. Kohlenmonoxid (CO) behindert den Sauerstofftransport im Blut.
- > Die Zähne verfärben sich vom Nikotin schon nach kurzer Zeit gelblich.
- > Die Haut von Raucherinnen und Rauchern ist oft unrein und blass. Sie altert schneller und wird faltig (das Blut befördert zu wenig Sauerstoff, dafür viele schädliche Stoffe in die Haut).

Die Risiken nach mehreren Jahren

Tabakrauch enthält etwa 4800 aktive Wirkstoffe (Ammoniak, Dioxin, Formaldehyd, Arsen usw.), wovon ca. 90 krebserzeugend sind. Teer, Kohlenmonoxid (CO) sowie die radioaktiven Elemente Polonium und Plutonium und viele andere Giftstoffe im Zigarettenrauch können schwerwiegende Gesundheitsschäden bewirken:

- > Krebserkrankungen (Lungen, Atemwege, Speiseröhre, Nieren, Blase usw.)
- > Entzündungen und Atemprobleme durch Teerablagerungen
- > Kreislaufstörungen mit Folgen
- > Herzinfarkt
- > Asthma
- > Schlaganfall (ein Teil des Gehirns wird nicht mehr durchblutet)
- > Thrombose (Blutgerinnsel in den Venen)
- > Augen- und Sehstörungen sowie 4-fach höheres Risiko, im Alter zu erblinden, als bei Nichtrauchenden
- > Raucherbein durch Gefässverengung (führt bei 10 % zur Amputation des Beines)
- > Erhöhtes Risiko einer Diabeteserkrankung



Spezielle Risiken für rauchende Frauen

- > Raucherinnen, die die Pille nehmen, haben ein erhöhtes Krebsrisiko sowie Risiko für Thrombosen (Blutgerinnsel in den Venen), Schlaganfälle und Herzinfarkte.
- > Schädigung der Eizelle und dadurch mögliche Unfruchtbarkeit
- > Vermindertes Lustempfinden beim Sex aufgrund von Durchblutungsstörungen
- > Risiken während der Schwangerschaft und Stillzeit für das Kind und die Mutter: erhöhte Wahrscheinlichkeit einer Fehlgeburt, höheres Risiko einer Früh- oder Totgeburt, plötzlicher Säuglingstod (SIDS), geringes Geburtsgewicht, kleinerer Kopfumfang und vermindertes Körperwachstum, verzögertes Wachstum der Lungen, verminderte Lungenfunktion, Entstehung von Karies bei den kindlichen Milchzähnen, Erbgutschädigungen, erhöhtes Risiko einer Hirnhautentzündung, geringere Milchproduktion beim Stillen.

Spezielle Risiken für rauchende Männer

- > Erektionsstörungen durch Schädigung der feinen Blutgefäße und vermindertes Lustempfinden beim Sex – bereits ab 30 Jahren erhöht sich das Risiko um 50 %
- > Erbgutschädigungen

Risiken für Nachkommen

- > Nachkommen von Rauchern: 7,7-faches Risiko von Nasenkrebs
- > Nachkommen von Raucherinnen: 3-faches Risiko von Nasenkrebs, ca. 1,5-faches Risiko von Lungen- und Blasenkrebs
- > Höhere Wahrscheinlichkeit des Tabakkonsums im Teenageralter
- > Höheres Risiko einer Leukämieerkrankung

Risiken für Passivrauchende

- > Grundsätzlich gleiche Risiken wie bei Rauchenden
- > Passivrauchende Kinder haben ein erhöhtes Risiko, an Lungen-, Blasen- und Nierenkrebs zu erkranken sowie ein erhöhtes Asthmarisiko
- > Erhöhtes Risiko, selbst mit Rauchen zu beginnen

Webseite vorstellen und bewerten

Bereits bei der Rechercharbeit im Internet soll ein Arbeitsblatt «Beurteilung Webseite» (Seite 6) pro Team zur Verfügung stehen. So können die Schülerinnen und Schüler ihre Eindrücke zur Benutzungsfreundlichkeit, zur Übersicht, zur Gestaltung und natürlich zu den Inhalten festhalten.

Nachdem sie das Merkblatt zu den Risiken ausgefüllt haben, präsentieren einzelne Schülerinnen und Schüler die Webseite anhand ihres Arbeitsblattes «Beurteilung Webseite». Steht kein Beamer zur Verfügung, um die Webseiten zu projizieren, soll unter Anleitung gemeinsam an den PC-Arbeitsplätzen gesurft werden.

Quelle: www.feel-ok.ch, www.smokefree.ch, www.suchtschweiz.ch



Kopiervorlage

Sammelt alle Informationen zu den Folgen des Tabakkonsums, die ihr beim Surfen findet. Sucht ausschliesslich auf den unten angekreuzten Webseiten und notiert die Auswirkungen und Risiken hier stichwortartig.

(Falls der Platz nicht ausreicht, auf der Rückseite weiterschreiben.)

www.feel-ok.ch

www.smokefree.ch

www.suchtschweiz.ch



Kopiervorlage

www.feel-ok.ch www.smokefree.ch www.suchtschweiz.ch

Navigation, Funktionalität, Handhabung

Bitte ankreuzen!

Ist die Navigation übersichtlich und logisch aufgebaut?



Erkennst du sofort, welches die Navigationselemente sind?



Weisst du immer, wo du dich befindest?



Sprache, Inhalt

Wird alles verständlich beschrieben?



Entspricht der Inhalt deinen Erwartungen?



Sind die Informationen aktuell?



Kommunikation/Interaktivität

Kannst du Kontakt aufnehmen (Formulare, Maillinks usw.)?



Kannst du aktiv sein (FAQ, Chat, Blog, Foren, Spiele)?



Design/Style

Spricht dich die Webseite optisch an?



Wird ein einheitliches Design verwendet?



Ist das Bild-Text-Verhältnis ausgewogen?



Technik

Sind die Ladezeiten angemessen?



Funktioniert alles?



Gesamteindruck





Kopiervorlage

Kurz- und langfristige Folgen

Auf diesem und dem nächsten Merkblatt alle Risiken, die auf der Wandtafel notiert wurden, thematisch gegliedert unter die entsprechenden Titel aufschreiben.

Die sofortigen Auswirkungen des Rauchens:

Die Folgen nach mehreren Jahren:

(Merkblatt aufbewahren > Lernüberprüfung)



Kopiervorlage

Zusätzliche Risiken

Zusätzliche Risiken für rauchende Frauen:

Zusätzliche Risiken für rauchende Männer:

Risiken für Nachkommen:

Risiken für Passivrauchende:

(Merkblatt aufbewahren > Lernüberprüfung)