

TABAKOA ETA HAREN OSAERA

Eztabaida eta adierazpen plastikoa

Proposamena :

Gaur egun, gazte asko tabakoa kontsumitzen hasten dira nerabezeroan. Gazteak pixkanaka eskuratzen doaz eragin-pentsamendua, zeinak aukerak hautatzeko eta ondorioak ebaluatzeko gaitasuna dakarkien. Hortaz, beharrezkoa da informazioa ematea tabakoaren ondorio negatiboei buruz.

Informazioa ematerakoan, mezuak positiboak izan behar dira eta ez kontsumitzea sustatuko da, nerabeek ez baitute gustuko osasunaz hitz egitea, are gutxiago epe luzera hitz egitea. Hortaz, gomendioa da zentratzea ez erretzearen alderdi positiboetan, osasunarekin zerikusia dutenetan, baita alderdi estetiko, kiroleko eta ekonomikoekin ere.

Gomendatutako hartzaileak: Jarduera hau bereziki sortu da DBHko

1. mailarako, Biologia eta Geologia eskoletarako.

Behar den materiala: Ikaslearen 1. eta 2. fitxa

Material lagungarria: Irakasleentzako dokumentua: "Erretzearen ondorioak osasunerako".

BIDEOA: ["Wolframa, kimika onekoa"](#)

Helburuak:

- Zigarroen osagarri nagusiak ezagutzea
- Substantzia nagusien ondorioak azaltzea

Jardueraren garapena:

1. Gaiaren aurkezpena egingo da esanez tabakoa droga legala dela eta herritar askok erabiltzen dutela: Euskadin, gutxi gorabehera, pertsonen % 21ek erretzen du egunero (EAEOn datuak, 2013). Nerabeen artean ere, oso zabaldua dago kontsumoa: Bigarren Hezkuntzako drogen erabilerari buruzko Estatuko galdeketa 2016ko txostenaren arabera (ESTUDES), tabakoaren lehen kontsumoa 13,9 urteekin hasten da. Eta egunero



erretzeko ohitura 14,6 urteetan hasten da batez beste, urtebete baino lehenago lehen kontsumoa gauzatu ondoren. Jarduera honetan, gehiago jakingo dugu tabakoari eta haren eraginei buruz.

2. 1. fitxa ematen da: zigarro baten osaera eta osagai nagusien eragina argitzen duen grafikoa dauka, baita osorik bete gabe dagoen taula ere, tabakoaren osagai ezberdinek dituzten erabilerak dituena. Banaka, taula hori osatu beharko dute eta adierazi zein gairi dagozkion esandako erabilerak.

Erantzunak: azetona, mundruna, amoniakoa, artsenikoa, bentzenoa, butanoa, kadmioa, fenola, hexamina, gas metanoa, metanola, karbono monoxidoa, nikotina.

3. Bateratze-lanaren ondoren, talde txikietan lan egitea planteatzen da, talde bakoitzak hausnartu beharko du eta gai hauei buruzko ondorioak atera:
 - a. Erretzen hasteko arrazoi positiboak eta bultzatzaileak.
 - b. Tabakoaren eragin negatiboak (osasuna, estetika, kirol-gaitasuna, ekonomia...)

2. fitxa: Mezu laburra diseinatu behar dute eta fitxan idatzi. Mezuaren edukia osasungarria izan behar du eta bilatu behar du gazteek ez erretzeko edo tabakoa uzteko adorea izatea.