

PEPPP

RUSMEDELSFÖREBYGGANDE MODELLEN

Årsklocka

för rusmedelsförebyggande undervisning

åk 7-9

Instruktioner

Årsklockan innehåller tips på rusmedelsförebyggande material för skolan. Fundera på vilka delar av materialet ni eventuellt redan gör på er skola och vilka nya delar ni vill testa på. Om ni väljer att använda endast en del av materialet, rekommenderar vi att ni satsar på oktober och mars, som är temamånader. På temamånaderna behandlas specifikt rusmedel och beroenden. De övriga månaderna fokuserar främst på livskunskapsfärdigheter som också är en del av det rusmedelsförebyggande arbetet.

Temat på våren upprepas på hösten, så att till exempel årskurs 7 har alkohol som tema på hösten, då årskurs 6 hade alkohol som tema på våren. Upprepning och uppföljning behövs för att den rusmedelsförebyggande verksamheten ska vara effektiv.

Ansvar ska helst delas mellan hela skolpersonalen, så att alla sköter någon del av årsklockan och den övriga rusmedelsförebyggande verksamheten. Ha gärna ett planeringsmöte där ni kommer överens om vem som tar vilken del för vilken klass och årskurs. Skolans pedagogiska stödgrupp kan till exempel ha ansvaret för att koordinera arbetet.

Tidsåtgången är allt från femton minuter till flera lektioner med det material som föreslås, men det går också bra att ta idéer från eller delar av materialet. Alternativt kan man planera en temadag på våren och en på hösten, och använda vårens och höstens material som helheter. I så fall är det viktigt att också ha annan rusmedelsförebyggande verksamhet under läsåret, eftersom enskilda temadagar lätt blir punktinsatser, som visats ha ingen eller liten effekt.

Tanken med årsklockan är att alla barn och unga i Österbotten ska få ta del av en liknande rusmedelsförebyggande verksamhet från årskurs tre i grundskolan till slutet av andra stadiet.

Allt material som föreslås kan ersättas, tanken är att man håller sig till temat för månaden. Tips på annat material kan skickas till info@pepp.fi. Problem med länkar kan skickas till samma adress.

Material

Största delen av materialet i årsklockan är kostnadsfritt.
Material som kostar och rekommenderas köpa är:

Åk 7-9

- Människor emellan
Länk: <https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/manniskor-emellan/2452390>
- Film: Insidan ut (2015)
T.ex. <https://www.koulukino.fi/oppimateriaalit/inside-out-mielen-sopukoissa/>
- Film: Tyttö nimeltä Varpu (Little Wing) (2016)
T.ex. <https://www.koulukino.fi/oppimateriaalit/tytto-nimelta-varpu/>

Kom ihåg filmlicens
för skolan, ifall ni
köper filmerna.



Svenska
kulturfonden

Årsklocka för rusmedelsförebyggande undervisning

Grundskolan, årskurs 7

Diskutera i kollegiet vem som ansvarar för vilken del.

Månad	Tema	Materialförslag	Länk
Augusti	Skolan börjar: tobak & snus	EHYT: diskussion om nikotinprodukter	https://ehyt.fi/sv/produkt/diskussion-om-nikotinprodukter-lektionsmaterial/
September	Självkänedom	Välj några för gruppen passande övningar, som finns i dokumentet ->	https://mieli.fi/sv/julisteet-ja-kortit/styrkokorten
Oktober	Alkohol	PEPP prat om alkohol. Se på videon tillsammans och diskutera sedan vidare i gruppen.	https://www.pepp.fi/peppalkohol
November	Emotionella färdigheter	Genom samtalskort kan kommunikation och förändringsprocesser uppmuntras	https://alltomart.se/webbshop#!/?search=k%C3%A4nslor
December	Sociala färdigheter	Övningar ur boken Människor emellan (ungdomar). Välj några för din grupp relevanta övningar.	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/manniskor-emellan/2452390
Januari	Media och välmående	Nätlivet: berättelsen för elever i klasserna 5-7.	https://www.mediataitokoulu.fi/natlivet.pdf
Februari	Rusmedel allmänt	Rusfenomenet-videoklipp med diskussionsfrågor.	https://ehyt.fi/sv/produkt/videon-rusfenomenet-och-diskussionsfragor/
Mars	Reklam / källkritik	Övning och diskussion om hur influencers kan marknadsföra till exempel snus på sociala medier. Har ni sett rusmedel marknadsföras på sociala medier?	https://www.statensmedierad.se/download/18.91d19d217638286b77f148/1607517157383/Bilder%20och%20verkligheter_kap4.pdf
April	Främjande av psykiskt välbefinnande	Mieli: Övningsbok för ett positivt sinne, sid 4-7. Gör alla uppgifter eller välj vissa.	https://mieli.fi/sv/material-och-utbildningar/material/ovningsbok-for-ett-positivt-sinne-2/
Maj	Skolavslutning och sommar	Film: Insidan ut (Inside out, 2015). Diskussionsfrågor >	http://bit.ly/PEPPinsidanut



Årsklocka för rusmedelsförebyggande undervisning

Grundskolan, årskurs 8

Diskutera i kollegiet vem som ansvarar för vilken del.

Månad	Tema	Materialförslag	Länk
Augusti	Skolan börjar: tobak & snus	EHYT: diskussion om nikotinprodukter - fördjupad.	https://ehyt.fi/sv/produkt/diskussion-om-nikotinprodukter-lektionsmaterial-fordjupad/
September	Självkänedom	Mieli: Övningsbok för ett positivt sinne, sid 9-11. Gör alla uppgifter eller välj vissa.	https://mieli.fi/sv/material-och-utbildningar/material/ovningsbok-for-ett-positivt-sinne-2/
Oktober	Rusmedel i media	PEPP prat om rusmedel och reklam. Se på videon tillsammans och diskutera sedan vidare i gruppen.	https://www.pepp.fi/peppreklam
November	Emotionella färdigheter	Genom samtalskort kan kommunikation och förändringsprocesser uppmuntras	https://alltomart.se/webbshop#!/?search=k%C3%A4nslor
December	Sociala färdigheter	Övningar ur boken Människor emellan (ungdomar). Välj några för din grupp relevanta övningar.	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/manniskor-emellan/2452390
Januari	Media och välmående	Nätlivet: Han bara spelar. Filmklipp och diskussion.	https://www.mediataitokoulu.fi/hanbaraspelar.pdf
Februari	Rusmedel allmänt	Ett skuggfritt sinne -materialet: missbruk och psykisk ohälsa i hemmen.	http://www.varjotonmieli.fi/materiaalit/
Mars	Digi- och penningspel	EHYT:s filmklipp och diskussion: Varför pratas det om stora vinster och förluster? Hur fungerar penningspel?	https://www.youtube.com/watch?v=SWqBaTadxbc
April	Främjande av psykiskt välbefinnande	Mieli: Övningsbok för ett positivt sinne, sid 12-18. Gör alla uppgifter eller välj vissa.	https://mieli.fi/sv/material-och-utbildningar/material/ovningsbok-for-ett-positivt-sinne-2/
Maj	Skolavslutning och sommar	Folkhälsan, avslappning. T.ex. 8 Avslappningsresa Genom Kroppen - Lugn Version (18 min)	https://soundcloud.com/folkhaelsan-i-finland/8-avslappningsresa-genom



Årsklocka för rusmedelsförebyggande undervisning

Grundskolan, årskurs 9

Diskutera i kollegiet vem som ansvarar för vilken del.

Månad	Tema	Materialförslag	Länk
Augusti	Skolan börjar: tobak & snus	EHYT: diskussion om snus	https://ehyt.fi/sv/produkt/diskussion-om-snus-lektionsmaterial/
September	Sociala färdigheter	Mieli: Övningsbok för ett positivt sinne, sid 20-23. Gör alla uppgifter eller välj vissa.	https://mieli.fi/sv/material-och-utbildningar/material/ovningsbok-for-ett-positivt-sinne-2/
Oktober	Digi- och penningspel	Film: Världen Online - spel (29min), med diskussionsfrågor.	www.bit.ly/varldenonline
November	Emotionella färdigheter	Genom samtalskort kan kommunikation och förändringsprocesser uppmuntras	https://alltomart.se/webbshop#!/?search=k%C3%A4nslor
December	Sociala färdigheter	Övningar ur boken Människor emellan (ungdomar). Välj några för din grupp relevanta övningar.	https://verkkokauppa.oph.fi/sivu/tuote/manniskor-emellan/2452390
Januari	Media och välmående	Nappade du på klickbetet? -materialet	https://kavi.fi/sites/default/files/documents/menitkoklikkiin_sv.pdf
Februari	Rusmedel allmänt	PEPP diskussionskort	https://drive.google.com/file/d/1DE4PNUvLPf8rKMjxD7y-kwtlx4FUvwDL/view
Mars	Olagliga droger: cannabis	PEPP prat om cannabis. Se på videon tillsammans och diskutera sedan vidare i gruppen.	https://www.pepp.fi/peppcannabis
April	Främjande av psykiskt välbefinnande	Mieli: Övningsbok för ett positivt sinne, sid 24-27. Gör alla uppgifter eller välj vissa.	https://mieli.fi/sv/material-och-utbildningar/material/ovningsbok-for-ett-positivt-sinne-2/
Maj	Skolavslutning och sommar	Film: Tyttö nimeltä Varpu	https://www.filminstitutet.se/globalassets/2.-fakunskap-om-film/filmpedagogik/filmhandledningar/filmhandledningar-pdf/little-wing.pdf

