JEU DE RÔLE ET TABAC

APPRENDRE À AFFIRMER SES CHOIX EN UTILISANT DES ARGUMENTS POUR OU CONTRE L'USAGE DU TABAC.

Prenez connaissance de ces quatre situations.
Choisissez-en une, distribuez-vous des rôles.
Imaginez ce qui pourrait se dire.
Lorsque vous serez prêts, vous pourrez nous la jouer !

Situation 1

À la sortie de l'école, Jérémy nous montre le paquet de cigarettes chipé à son grand frère ...

Situation 2

Dans le bus un adulte allume une cigarette...

Situation 3

Pour les vacances, ma cousine qui est au lycée à Nouméa est rentrée au village, elle a rapporté une cigarette électronique...

Situation 4

Il paraît qu'un « grand » a déjà fumé du cannabis. On en discute

FRANÇAIS
EMC
SCIENCES

JEU DE RÔLE ET TABAC

APPRENDRE À AFFIRMER SES CHOIX EN UTILISANT DES ARGUMENTS POUR OU CONTRE L'USAGE DU TABAC

Entre nous - Après avoir étudié les différentes motivations de l'entrée dans le tabagisme, les élèves vont débattre de leur capacité à résister à la pression ou à une situation dangereuse. Ils dégageront leur propre code de conduite. En jouant les scénarios écrits par eux, ils renforceront leur capacité d'expression et de gestion des émotions pour une meilleure estime d'eux-mêmes.

Entrée dans l'activité santé

S'asseoir en tailleur le dos bien droit, **poser les mains sur les genoux**, paumes tournées vers le ciel. Fermer les yeux et se concentrer sur sa respiration. **Inspirer profondément** pour sentir l'air frais qui entre dans les narines et descend dans la gorge. **Expirer doucement**. L'air qui sort est plus chaud (on peut mettre une main devant le nez pour sentir l'air chaud). **Faire au moins 3 respirations** en se concentrant sur l'entrée d'air frais et la sortie d'air chaud. **Imaginer** le trajet de l'air frais dans son corps : il entre par les narines, passe dans la gorge, puis la trachée, les poumons.
Dans les poumons, l'air va se charger en dioxyde de carbone qui sera rejeté lors de l'expiration. *« Nous respirons pour renouveler l'air de nos poumons, pour apporter du dioxygène à notre corps et rejeter le dioxyde de carbone que nous produisons. Respirons profondément pour favoriser ces échanges. »*

L'activité de découverte

Tabac et jeux de rôles

- Prendre connaissance des situations.
- Par petits groupes choisir une situation et se distribuer les rôles.
- Construire le scénario et les dialogues.
- Mettre en scène. Préparer des accessoires.
- Répéter. Jouer devant ses camarades.
- Exprimer ses ressentis d'acteur et de spectateur.

Une activité complémentaire

Lister et trier les arguments pour inciter à fumer, pour refuser de fumer.

Pour aller plus loin

Consulter la fiche pédagogique Apprendre à faire des choix.

Message pour les élèves

Quelle que soit la situation, commencer à fumer c'est prendre un risque pour sa santé !

Rapport à soi
Rapport aux autres
Rapport à l'environnement

DOMAINES
1 2 3 4 5

Tous droits réservés Gouvernement de la Nouvelle-Calédonie