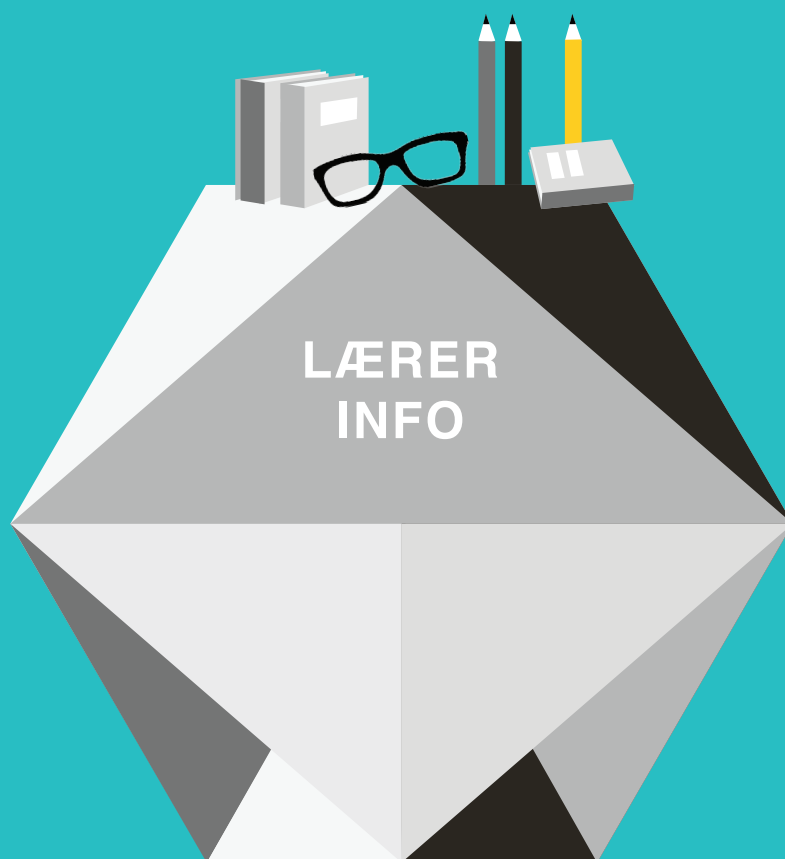


# OM ALKOHOL

Et undervisningsmateriale til unge



# OM ALKOHOL

Et undervisningsmateriale til unge

## INDHOLD

---

<b>Om materialet</b>	<b>03</b>
<b>Formål</b>	<b>04</b>
<b>Indhold</b>	<b>04</b>
<b>Faglig baggrund</b>	<b>05</b>
<b>Temaoversigt og forslag til opbygning af undervisningsforløb</b>	<b>06</b>

---

## KOLOFON

REDAKTION Astrid Dybbro, Anne Friis Krarup, Per Kim Nielsen

DESIGN & ILLUSTRATION LARSEN ET RASMUSSEN ved Lone Elinor Rasmussen

FILMPRODUKTION Millstream Media ved Theis Mølstrøm.

FINANSIERING Produceret med støtte fra Undervisningsministeriets Tips- og Lottomidler samt Ministeriet for Sundhed og Forebyggelses aktivitetspulje, Tips- og Lottomidler samt TrygFonden smba (TryghedsGruppen smba)

TAK TIL Troels Kjær, Alice Grønhøj, elever på Høje Taastrup Gymnasium og Alkohol & Samfund.

# OM MATERIALET

**OM ALKOHOL** er et tværfagligt og interaktivt undervisningsmateriale for elever i 7.-9. klasse med fokus på en bred vifte af problemstillinger om unge og alkohol: livsstil, sundhed, misforståelser, reklamer, markedsføring, lovgivning m.v.

Kræftens Bekæmpelse har udviklet undervisningsmaterialet OM ALKOHOL, som har til formål at bidrage til at udsætte alkoholdebuten, reducere alkoholindtaget og skabe en sundere alkoholkultur blandt unge i Danmark. Materialet tager eleverne med på en rejse, der giver indsigt i relevante emner og problemstillinger om unge og alkohol via fagtekster, avisartikler, film, quizzer og opgaver. OM ALKOHOL skaber en ramme for oplevelse, fordybelse, virkelyst, stillingstagen og handlen. De kundskaber og færdigheder, som eleverne opnår ved at arbejde med materialet, bidrager til alsidig udvikling og rækker langt ud over emnet alkohol.

I lærerinfo findes information om den faglige baggrund for OM ALKOHOL samt undervisningsmaterialets formål og indhold. Desuden er der en præsentation af, hvordan materialet kan bruges i undervisningen.

God arbejdslyst!

**Kræftens Bekæmpelse**



# FORMÅL

## Viden om alkohol

Eleverne bliver klogere på bred vifte af problemstillinger om unge og alkohol: livsstil, sundhed, misforståelser, reklamer, markedsføring mv. via fagtekster, avisartikler, film, quizzer, opgaver og forsøg.

## Eleverne er aktive

Gennem refleksion og diskussion tilegner eleverne sig aktivt viden om unge og alkohol, argumenterer for deres holdninger og lytter til andres synspunkter.

## Brede kompetencer

Materialets pædagogiske mål begrænser sig ikke til emnet alkohol. De kompetencer, eleverne tilegner sig ved at arbejde med OM ALKOHOL, kan de bruge, når de beskæftiger sig med andre fag og andre emner.

# INDHOLD

OM ALKOHOL består af ni forskellige temaer, der indeholder fagtekster, avisartikler, film, quizzer, opgaver og forsøg. Temaerne kan bruges i undervisningen i ét eller flere af de humanistiske eller naturfaglige fag. Der er fem humanistiske temaer i **KULTUR & SAMFUND**, mens der er fire naturfaglige temaer i **KROP & SUNDHED**. Temaerne kan både anvendes særskilt i undervisningen og i forlængelse af hinanden som et kortere temaforløb.

## Online og print

Materialet findes online på [www.omalkohol.dk](http://www.omalkohol.dk), hvor det også er muligt at downloade materialet.

## Tid

Undervisningen i hvert af de ni temaer inkl. opgaver tager *1-2 lektioner* af 45 minutters varighed (se temaoversigten)

## Kilder

Se kilder for de enkelte temaer på hjemmesiden [www.omalkohol.dk/om-alkohol/](http://www.omalkohol.dk/om-alkohol/)

## Andre undervisningsmaterialer

Kræftens Bekæmpelses afdeling for Forebyggelse & Oplysning har udviklet en bred vifte af programmer og undervisningsmaterialer til elever i folkeskolen og forældre, som kan findes her: [www.cancer.dk/skole/undervisningsmaterialer/](http://www.cancer.dk/skole/undervisningsmaterialer/)

# FAGLIG BAGGRUND

## Alkohol og kræft

Alkohol er kræftfremkaldende. Alkohol øger risikoen for kræft i mundhulen, svælget, struben, spiserøret, leveren, brystet, tyk- og endetarmen, og risikoen for kræft stiger med mængden af alkohol, der indtages. Hvert år rammes mindst *1.100 personer* i Danmark af kræft som følge af alkohol. Det svarer til næsten *3 %* af alle kræfttilfælde.

## Unge og alkohol

Alkoholvaner grundlægges i ungdommen. Unge, der i teenageårene har et stort forbrug af alkohol, har en større risiko for senere i livet at drikke mere end andre voksne, og en tidlig alkoholdebut øger risikoen for alkoholafhængighed senere i livet. Desværre drikker danske unge for meget, for ofte og begynder at eksperimentere med alkohol i en tidlig alder. F.eks. har *40 %* af de *15-16-årige* drukket sig fulde mindst én gang i løbet af den seneste måned. Det er mere end i noget andet europæisk land, hvor det tilsvarende gennemsnitlige tal er *13 %*. For at forebygge alkoholrelaterede kræfttilfælde er det derfor vigtigt at udsætte alkoholdebuten, reducere alkoholindtaget og skabe en sundere alkoholkultur blandt børn og unge i Danmark.

## Teorien bag

OM ALKOHOL bygger på **Albert Banduras** teori om social indflydelse, som peger på, at adfærd både handler om personlige og sociale forhold. En indsats, der skal udsætte alkoholdebuten og nedsætte forbruget blandt unge, må derfor rette sig både mod den unges tro på og evne til at tackle situationer omkring alkohol, men i lige så høj grad mod omgivelserne, fordi sociale faktorer som f.eks. påvirkning fra venner, forældre og reklamer spiller en stor rolle for unges alkoholvaner. Forskning viser, at et undervisningsprogram har større chance for at være effektivt, hvis det fokuserer på elementerne i den sociale indflydelsesmodel:

- At give eleverne viden om de kort- og langsigtede virkninger ved alkoholforbrug samt fordelene ved at udskyde alkoholdebut og minimere indtag.
- At sætte eleverne i stand til at gennemskue de mekanismer i sociale netværk og samfundet som helhed, der påvirker dem til at starte med at drikke alkohol.
- At give eleverne specifikke kompetencer til og strategier for at modstå direkte og indirekte pres i forhold til at drikke alkohol fra venner, familie, kampagner og massemedier.

1. Schütze M, Boeing H, Pischon P et al. Alcohol attributable burden of incidence of cancer in eight European countries based on results from prospective cohort study. *BMJ* 2011; 342:d1584.
2. Andersen et al. Tracking drinking behavior from age 15-19 years *Addiction* 2003; 98: 1505-11
3. Hingson RW, Heeren T, Winter MR. Age at drinking onset and alcohol dependence. *Arch Pediatr Adolesc Med* 2006;160:739-46.

# TEMAOVERSIGT OG FORSLAG TIL OPBYGNING AF UNDERVISNINGSFORLØB

---

## TEMA / FAG / LEKTIONER

---

### ER DIN SUNDHED DIT EGET VALG?

Kultur & Samfund s.4 Opgaver s.17

Samfundsfag  
Sundheds- og seksualundervisning

2 lektioner af 45 min. varighed  
Velegnet til 7.-9.klasse

## ELEVERNE FÅR

---

**Viden om** forskellige sundhedsbegreber samt hvordan livsstil og levevilkår spiller sammen og indvirker på sundhed.

**Kendskab til** fordelene ved at udskyde alkoholdebuten og konsekvenserne ved et højt alkoholindtag.

## FORBEREDELSE

---

### Læs:

Den faglige baggrund i lærerinfo og teksten i temaet inkl. opgaver.

### Overvej:

Hvilke uddybende spørgsmål, der er relevante at stille eleverne i forhold til fagtekster, faktabokse og opgaver.

**Medbring:** Post-it-blokke

### Tegn:

En stor kopi af FIGUR 1 på tavlen i forbindelse med **OPGAVE 1**.

## FORSLAG TIL GENNEMGANG AF TEMAET

---

### Eleverne læser fagteksten:

- Hvad er sundhed?

### OPGAVE 1

Eleverne forbereder og præsenterer deres sundhedsopfattelser.

### Eleverne læser faktabokse og fagtekster:

- Hvad påvirker din sundhed?
- Sundhed og alkohol

### OPGAVE 2

Eleverne laver quizen: *Test din viden om alkohol.*

### OPGAVE 3

Eleverne identificerer og præsenterer fordele ved at vente med at drikke alkohol.

Samfundsfag  
Sundheds- og seksualundervisning

2 lektioner af 45 min. varighed  
Velegnet til 7.-9.klasse

### ELEVERNE FÅR

---

**Viden om**, hvad sociale overdrivelser er, og hvordan sociale overdrivelser kan påvirke vores adfærd samt erfaring med hvordan sociale overdrivelser i fællesskab kan forebygges.

### FORBEREDELSE

---

**Læs:**

Den faglige baggrund i lærerinfo og teksten i temaet inkl. opgaver.

**Se videoklipet:** "Kan man feste uden alkohol"?

**Overvej:**

Hvilke uddybende spørgsmål, der er relevante at stille eleverne i forhold til fagtekster og opgaver.

### FORSLAG TIL GENNEMGANG AF TEMAET

---

**OPGAVE 1**

Eleverne besvarer spørgeskemaet og sammenligner deres opfattelse af, hvor mange jævnaldrende unge, der drikker alkohol, med virkeligheden.

**Eleverne læser fagteksterne:**

- Tror du, at de andre er vildere end dig?
- Hvad betyder sociale overdrivelser for vores adfærd?

**Eleverne ser videoklipet sammen:** "Kan man feste uden alkohol?"

**OPGAVE 2**

Eleverne reflekterer over, hvorfor opfattelser og virkelighed ikke altid stemmer overens og præsenterer i grupper deres refleksioner for klassen.

**OPGAVE 3**

Eleverne diskuterer, hvordan overdrivelser og misforståelser kan undgås og præsenterer i grupper deres refleksioner.

Samfundsfag  
Sundheds- og seksualundervisning

2 lektioner af 45 min. varighed  
Velegnet til 7.-9.klasse

### ELEVERNE FÅR

---

Kendskab til unge, der af forskellige årsager har fravalgt at drikke alkohol og deres refleksioner over oplevelse af at skille sig ud og samtidig gerne ville være en del af et fællesskab.

**Erfaring med**, hvordan man kan sige nej til at gøre noget, som man ikke har lyst til.

### FORBEREDELSE

---

**Læs:**

Den faglige baggrund i lærerinfo og teksten i temaet inkl. opgaver og de to artikler, der linkes til i temaet.

**Se videoklipet:** "Hvorfor vælge alkohol fra?"

**Overvej:**

Hvilke uddybende spørgsmål, der er relevante at stille eleverne i forhold til fagtekster og opgaver.

**Medbring:**

Post-it-blokke

### FORSLAG TIL GENNEMGANG AF TEMAET

---

**Eleverne læser fagteksten samt de to artikler, der linkes til:**

*"Derfor ser vi skævt til afholdsfolket" og "Drikker du ikke, bliver du stemplet".*

**OPGAVE 1**

Eleverne diskuterer på baggrund af artiklerne forskellige bevæggrunde for ikke at drikke alkohol samt hvordan der i klassen kan gøres plads til at være forskellig og samtidig være en del af fællesskabet.

**OPGAVE 2**

Eleverne anerkender i grupper forskellige egenskaber ved hinanden.

**Eleverne ser videoklipet sammen:** "Hvorfor vælge alkohol fra?"

**OPGAVE 3**

Eleverne diskuterer i grupper, hvordan man kan sige nej til alkohol og fremlægger deres refleksioner som rollespil i plenum.



Dansk  
Samfundsfag  
Sundheds- og seksualundervisning

4 lektioner af 45 min. varighed  
Velegnet til 8.-9.klasse

### ELEVERNE FÅR

---

**Viden om**, hvordan reklamer og medier har indflydelse på os og forsøger at manipulere til forbrug.

Kompetencer til at analysere og vurdere virkemidler og interesser bag reklamer og anden mediepåvirkning indenfor sundhedsområdet.

### FORBEREDELSE

---

**Læs:**

Den faglige baggrund i lærerinfo og teksten i temaet inkl. opgaver og faktabokse samt besøg Alkohol & Samfunds hjemmeside [www.bad-ad.dk](http://www.bad-ad.dk).

**Find:**

Forskellige alkoholreklamer som eleverne kan bruge til **OPGAVE 1**.

**Overvej:**

Hvilke uddybende spørgsmål, der er relevante at stille eleverne i forhold til fagtekster og opgaver.

### FORSLAG TIL GENNEMGANG AF TEMAET

---

**Eleverne læser fagteksten, faktabokse og ser videoklipet:**

*"Reklamer og forbrug"*

Eleverne besøger Alkohol & Samfunds hjemmeside [www.bad-ad.dk](http://www.bad-ad.dk) og reflekterer over, hvordan alkohol markedsføres, hvordan markedsføringen har indflydelse på unge, og hvordan unge er en særlig målgruppe for alkoholindustrien.

**OPGAVE 1**

I mindre grupper analyserer eleverne en alkoholreklame og fremlægger resultaterne i plenum.

**OPGAVE 2**

**Eleverne læser Alkohol & Samfunds pjece:**

*"Markedsføring af alkohol – beskytter det nuværende regelsæt"* og artiklen *"Reklamer får unge til at drikke"* fra **Magasinet Rus**.

**Eleverne reflekterer** derefter i mindre grupper over, hvordan alkohol markedsføres i Danmark og fremlægger deres refleksioner i plenum.

*Historie og samfundsfag*

*4 lektioner af 45 min. varighed  
Velegnet til 8.-9.klasse*

### ELEVERNE FÅR

---

**Viden om**, hvordan alkoholforbruget ser ud i Danmark samt hvordan alkoholindtaget ser ud blandt unge i Danmark sammenlignet med andre europæiske lande.

**Viden om**, hvorfor alkohol ikke er en almindelig forbrugssvare og kendskab til alkoholpolitiske indsatser, der kan reducere alkoholforbruget.

### FORBEREDELSE

---

**Læs:**

Den faglige baggrund i lærerinfo og teksten i temaet inkl. opgaver.

**Overvej:**

Hvilke uddybende spørgsmål, der er relevante at stille eleverne i forhold til fagtekster og opgaver.

### FORSLAG TIL GENNEMGANG AF TEMAET

---

**OPGAVE 1**

Eleverne beregner på baggrund af tal fra Danmarks Statistik, hvor meget alkohol danskerne drikker.

Eleverne læser fagteksten og faktabokse.

**OPGAVE 2**

**Eleverne analyserer** i mindre grupper seks forskellige indikatorer for danskernes alkoholvaner på baggrund af Sundhedsprofilen og præsenterer resultaterne i plenum.

**OPGAVE 3**

**Eleverne analyserer** i mindre grupper tre forskellige indikatorer for alkoholvaner blandt unge i **Danmark** og andre udvalgte lande i **Europa** og præsenterer resultaterne i plenum.

Kemi / Fysik

4 lektioner af 45 minutters varighed  
Velegnet til 8.-9.klasse

### ELEVERNE FÅR

---

**Viden om** alkohols kemiske struktur og fysiske egenskaber samt hvordan alkohol fremstilles.

**Erfaring med**, hvad der sker ved gæring samt viden om sammenhængen mellem en alkoholblandings massefylde og mængde af alkohol, der er i blandingen.

**Erfaring med** alkoholors opløselighed og egenskaber samt viden om, at alkohol er et organisk opløsningsmiddel.

### FORBEREDELSE

---

**Læs:** Den faglige baggrund i lærerinfo og teksten i temaet inkl. opgaver og forsøg.

**Overvej:** Hvilke uddybende spørgsmål, der er relevante at stille eleverne i forhold til fagtekster, opgaver og forsøg.

**Medbring:** Se beskrivelse af **FORSØG 1** og **FORSØG 2**.

### FORSLAG TIL GENNEMGANG AF TEMAET

---

**Eleverne læser faktaboksene og fagteksterne:**

- Alkohol – et molekyle
- Alkohol er et organisk opløsningsmiddel
- Alkohol i hverdagen

#### OPGAVE 1

Eleverne arbejder med de kemiske strukturer og fysiske egenskaber af alkoholer.

#### FORSØG 1

Eleverne arbejder med forskellige alkoholors opløselighed og egenskaber.

#### OPGAVE 2

Eleverne får erfaring med, at alkohol indgår i mange forskellige produkter, som vi omgiver os med i hverdagen.

**Eleverne læser faktaboksene og fagteksterne:**

- Fremstilling af alkohol
- Destillation af alkohol

#### FORSØG 2

Eleverne arbejder med et gæringsforsøg, hvor de får erfaring med, hvad der sker ved gæring, og hvad der kan påvirke gæring.

#### OPGAVE 3

Eleverne søger på internettet efter, hvad er gæring, og hvor gæringen anvendes.

Biologi / Matematik

4 lektioner af 45 minutters varighed  
Velegnet til 7.-9.klasse

### ELEVERNE FÅR

---

**Viden om**, hvordan alkohol optages og påvirker hjernen og kroppens øvrige organer samt hvorfor børn og unge er særligt udsatte for alkoholens skadelige virkninger.

### FORBEREDELSE

---

**Læs:**

Den faglige baggrund i lærerinfo og teksten i temaet inkl. opgaver, forsøg og faktabokse.

**Se videoklipet:**

"Hvordan påvirker alkohol kroppen?"

**Overvej:**

Om eleverne har den nødvendige kendskab til vandmolekylets polære egenskaber (if. **FORSØG 1**).

Hvilke uddybende spørgsmål, der er relevante at stille eleverne i forhold til fagtekster og opgaver.

### FORSLAG TIL GENNEMGANG AF TEMAET

---

**Eleverne læser fagteksterne:**

- Optagelse af alkohol
- Omsætning af alkohol
- Antabus

**OPGAVE 1**

Eleverne beregner udskillelsen af alkohol per tid for forskellige personer, der har indtaget forskellige mængder alkohol.

**Eleverne læser faktaboksene og fagteksterne:**

- Hvordan påvirker alkohol hjernen og kroppens øvrige organer
- Alkohol og nerver

**Eleverne ser videoklipet sammen:** "Hvordan påvirker alkohol kroppen?"

**ALKOHOL, PROMILLE OG PROCENTER** Krop & Sundhed s.11 Opgaver s.24

---

Matematik

3 lektioner af 45 minutters varighed  
Velegnet til 8.-9.klasse

**ELEVERNE FÅR**

---

**Viden om**, hvad en promille er og erfaring med at beregne promiller.

**Erfaring med** at beregne volumen- og vægtprocent i alkohol samt viden om, hvad lovgivningen er i forhold til alkohol og trafik og baggrunden for denne.

**FORBEREDELSE**

---

**Læs:**

Den faglige baggrund i lærerinfo og teksten i temaet inkl. opgave og faktabokse.

**Overvej:**

Hvilke uddybende spørgsmål, der er relevante at stille eleverne i forhold til fagtekst og opgaver.

**FORSLAG TIL GENNEMGANG AF TEMAET**

---

**Eleverne læser fagteksterne:**

- Hvor meget alkohol er der i?

**OPGAVE 1**

Eleverne beregner vægtprocent i forskellige alkoholiske drikke og erfarer forskellen mellem volumen- og vægtprocent.

**Eleverne læser faktaboksene og fagteksterne:**

- Hvad betyder promille
- Promillen afhænger af flere ting
- Hvor stor forskel er der på mænd og kvinders promille?
- Hvordan tester man en persons promille?

**OPGAVE 2**

Eleverne beregner alkoholpromillen hos personer, der har drukket forskellige mængder alkohol.

**Eleverne læser fagteksterne:**

- Hvad betyder promille
- Promillen afhænger af flere ting
- Hvor stor forskel er der på mænd og kvinders promille?
- Hvordan tekster man en persons promille?

**Eleverne læser fagteksterne:**

- Alkohol kan give mange forskellige symptomer
- Trafik

**Eleverne ser videoen "Bare en lille tur"** fra **Sikker Trafik** og diskuterer i plenum, hvordan spritkørsel blandt unge kan forebygges.

*Biologi*

*3 lektioner af 45 minutters varighed  
Velegnet til 7.-9.klasse*

### ELEVERNE FÅR

---

**Viden om**, hvad kræft er samt kendskab til sammenhængen mellem alkohol og kræft.

Erfaring med at bruge databasen, **NordCan**, i forhold til at kortlægge udviklingen af forskellige alkoholrelaterede kræftformer i Danmark.

### FORBEREDELSE

---

**Læs:**

Den faglige baggrund i lærerinfo og teksten i temaet inkl. opgave og faktabokse.

**Overvej:**

Hvilke uddybende spørgsmål, der er relevante at stille eleverne i forhold til fagtekst og opgaver.

### FORSLAG TIL GENNEMGANG AF TEMAET

---

**Eleverne læser faktabokse og fagteksterne:**

- Hvad er kræft?
- Den normale celle
- Kræftcellen
- Fra normal celle til kræftcelle

**Eleverne ser filmen:** "Hvad er kræft?"

**Eleverne læser fagteksten:**

"Hvad er sammenhængen mellem alkohol og kræft?"

**OPGAVE 1**

Eleverne analyserer i mindre grupper forekomsten af forskellige former for alkoholrelateret kræft i **databasen NordCan** og præsenterer resultaterne i plenum.

