

Lekcja 6

Temat: Uzależnienia są groźne

1. Proszę przeczytać czytankę z podręcznika strona 134

2. Następnie napisać krótką notatkę:

- 1. Uzależnienie – to niemożliwe do opanowania pragnienie ponownego zażycia jakiejś substancji lub wykonania jakiejś czynności.**
- 2. Uzależnienia są szkodliwe dla zdrowia i psychiki.**
- 3. Przykłady uzależnień:**
 - od alkoholu**
 - od tytoniu**
 - od narkotyków**
 - od napojów energetyzujących**
 - od komputera i telefonu**
- 4. Asertywność – umiejętność kulturalnego ale stanowczego mówienia „NIE” (wykonać zadanie 4, strona 82 w zeszycie ćwiczeń)**

Proszę aby rodzice wspólnie obejrzel filmik i na końcu porozmawiali ze swoim dzieckiem o tym.

<https://www.youtube.com/watch?v=rLHvyud1zYY>

**Dziękuję.
kontakt.geografia@wp.pl**