

SCENARIUSZ LEKCJI
GRYPA – PROFILAKTYKA ZDROWOTNA
„Co robić, aby się nie zarazić?”



TEMAT ZAJĘĆ:

Co robić, aby się nie zarazić?

AUTOR:

Ogólnopolski Program Zwalczenia Grypy

KONSULTACJA MERYTORYCZNA:

dr hab. n. med. Ernest Kuchar

Klinika Pediatrii z Oddziałem Obserwacyjnym, Warszawski Uniwersytet Medyczny,
Polskie Towarzystwo Wakcynologii

KONSULTACJA METODYCZNA:

Anna Rostrygin

Pracownia Wychowania Przedszkolnego i Edukacji Wczesnoszkolnej,
Łódzkie Centrum Doskonalenia Nauczycieli i Kształcenia Praktycznego

Poniższy scenariusz lekcji i ćwiczenia mają na celu wsparcie nauczycieli dzieci w wieku 7-11 lat, w rozwijaniu u uczniów wiedzy na temat grypy i zagrożeń z nią związanych.

POTRZEBNE MATERIAŁY (zapewnione w załącznikach):

- Załącznik: Prezentacja multimedialna
- Karta pracy 1: Przedstawienie wirusa Wincenta
- Karta pracy 2: Objawy przeziębienia i grypy
- Karta pracy 3: Jak możemy zapobiec rozprzestrzenianiu się wirusów?
- Karta pracy 4: Bohaterowie

REKOMENDOWANE MATERIAŁY (we własnym zakresie):

- Bańki mydlane
- Kolorowe karteczki samoprzylepne
- Masa plastyczna, plastelina lub modelina
- Nożyczki, klej, duże arkusze papieru, markery

GŁÓWNE ZAŁOŻENIA:

- Zwrócenie uwagi i edukacja dzieci w wieku 7 – 11 lat na temat grypy
- Kształtowanie prawidłowych nawyków higienicznych
- Propagowanie zachowań prozdrowotnych
- Zwrócenie uwagi czym jest grypa i jakie niesie zagrożenia
- Poznanie metod leczenia i zapobiegania
- Zapoznanie się z zasadami postępowania w razie kataru, gorączki

OBSZARY NAUCZANIA:

- Rozwój osobisty, edukacja społeczna i zdrowotna, edukacja obywatelska, nauka, rozumienie tekstu pisanego
- Powiązania między przedmiotowe: *Sztuka i projektowanie, Muzyka*

BOHATEROWIE:

- **Chusteczka Hania**
- **Kropelka Krzys**
- **Rąsia Radek**
- **Mydełko Monia**
- **Wirus Wincent**

WPROWADZENIE

(W parach lub nie – decyduje nauczyciel)

1. Przedstaw uczniom ilustracje na prezentacji multimedialnej ([Załącznik](#)): obrazki, na których są dzieci w łóżkach, wyglądają na chore.
 - a. Burza mózgów: dzieci zapisują na tablicy/flipchartcie wszystkie słowa, które przychodzą im do głowy, opisujące, jak czuje się dziecko na obrazku (ból głowy, dreszcze, gorączka, kaszel, kichanie, ból brzucha, złe samopoczucie, zmęczenia, gorąco, zimno, niepokój).
 - b. Zadaj pytania: *Co mogłoby im pomóc? Czy znają kogoś kto tak się czuł? Kto im pomógł? Czy potrzebowali lekarstw?*
 - c. Dzieci dzielą się pomysłami, doświadczeniami z całą grupą.
2. Omawiasz z dziećmi słowo: **zarazki**. Moderuj dyskusję - zapytaj dzieci, czym są i co oznaczają? Wyjaśnij, że zarazki to wirusy, które mogą rozprzestrzeniać choroby i są tak małe, że nie można ich zobaczyć.
 - a. Wyjaśnij, że choroby zakaźne, takie jak grypa, są wywoływane przez pewne zarazki (na przykład bakterie i wirusy) i że czasami, gdy zachorujemy na grypę, wbudowany w nasz organizm system obronny - układ odpornościowy uczy się nowego zarazka i staje się nieco silniejszy. Dlatego następnym razem, gdy mamy kontakt z zarazkiem, układ odpornościowy pomoże nam się obronić, ponieważ nasz organizm nauczył się walczyć z tymi zarazkami. Istnieją jednak pewne podstępne zarazki, takie jak wirus grypy, które co roku wyglądają inaczej, co zmusza układ odpornościowy do nowego wysiłku. Ten wirus nazwiemy **Wirusem Grypy**.
 - b. Zaprezentuj rysunek wirusa Wincenta ([Karta pracy 1](#)) z podpisem:

Jestem podstępny, zaraźliwy i szybko się rozprzestrzeniam

Twoich przyjaciół w chorych zamieniam

Będą kichać, kasłać, więc uważaj maluszk,

Bo spędzisz parę dni leżąc w łóżku.

3. Wyjaśnij, że wirus grypy jest niewidzialny, można go zobaczyć tylko przy użyciu mikroskopu i może znajdować się na każdej powierzchni!
 - a. Moderujesz dyskusję z dziećmi. Pytania: *Ale jak to się dzieje, że rozprzestrzenia się tak szybko? Dlaczego jest tak zaraźliwy? Jak może wpływać na nasze samopoczucie? Dzieci dzielą się swoimi pomysłami.*
 - b. Zbierasz i podsumowujesz wypowiedzi dzieci. Zwróć uwagę na to, że wirusy:
 - Mogą rozprzestrzeniać się w powietrzu w małych kropelkach w czasie kaszlu i kichania
 - Są niewidoczne i mogą być przenoszone z rąk na inne osoby podczas gry, pożyczania długopisów lub jedzenia, szczególnie jeśli ludzie zapominają umyć ręce

ĆWICZENIE NR 1

Celem ćwiczenia jest pokazanie różnicy między przeziębieniem a grypą.

(wersja dla kl. III)

1. Wyświetl uczniom prezentację multimedialną ([Załącznik](#)) z tabelką przedstawiającą różnice między przeziębieniem a grypą.
 - a. Omów z dziećmi wszystkie różnice.
 - b. Sprawdź, ile dzieci zapamiętały. Rozdaj uczniom kartkę ([Karta pracy 2](#)) z objawami przeziębienia oraz grypy. Dzieci wycinają hasła i muszą je przyporządkować:
 - Opcja 1: każde dziecko robi to indywidualnie w swoim zeszyte - tabelka z podziałem na: *przeziębienie* i *grypa* i dopasowuje wycięte hasła. Sprawdź efekt pracy uczniów.
 - Opcja 2: dzielisz uczniów na 2 lub 3 zespoły. Każdy zespół dostaje duży arkusz papieru podzielony na pół: *przeziębienie* i *grypa* i przyporządkuje pod odpowiednie hasła z karty pracy. Zrób podsumowanie i zweryfikowanie efektów pracy dzieci.

(wersja dla kl. I i II)

1. Zadajesz dzieciom pytania odnośnie różnic między przeziębieniem a grypą (np. *jakie są oznaki przeziębienia a jakie grypy?*). Dzieci podczas ćwiczenia podają Ci odpowiedzi, a Ty zapisujesz je na tablicy. Następnie nauczyciel przyporządkowuje je razem z dziećmi do chorób oraz podsumowuje zdobyta wiedzę.

2. Rozdaj dzieciom kartkę (*Karta pracy 2*) z objawami przeziębienia oraz grypy. Dzieci na podstawie wcześniejszej dyskusji, przyporządkowują do danej kategorii objawy, wycinając je i przyklejając do zeszytu.

ĆWICZENIE NR 2

Celem ćwiczenia jest zwrócenie uwagi na to, czym są wirusy i jak się rozprzestrzeniają.

Potrzebne akcesoria: bańki mydlane

1. Organizujesz dzieci do zajęcia miejsc w kręgu. Jest w środku i puszczasz bańki. Tłumaczysz, że tak jak rozprzestrzeniają się te bańki, rozprzestrzeniają się wirusy, kiedy np. ktoś kichnie lub kaszle. W ten sposób:
 - pokazujesz, że zarazki rozprzestrzeniają się w powietrzu jak kropelki,
 - pokazujesz, że bąbelki zostają na ubraniach, przedmiotach lub na ciele dzieci taka ścieżka,
 - pokazujesz, jak daleko mogą przemieszczać się zarazki i jak są zaraźliwe.

Takie ćwiczenie zobrazuje dzieciom, jak przemieszczają się wirusy, które stanowią zagrożenie dla ich zdrowia.

ĆWICZENIE NR 3

Potrzebne akcesoria: kolorowe karteczki samoprzylepne

1. Rozdaj każdemu dziecku około 12 małych karteczek do przyklejania. Korzystając z minutnika, poproś dzieci, aby szybko przykleiły karteczki na jak największej liczbie powierzchni w klasie lub przedmiotów, których dotykały tego dnia.
2. Gdy minie czas, dzieci chodzą po klasie przez 30 sekund, licząc tyle karteczek (swoich i innych), ile zdołają. Po tym czasie weryfikujesz z dziećmi, kto znalazł ich najwięcej.
3. Rozdaj dzieciom kartkę z pytaniem: *Jak możemy zapobiec rozprzestrzenianiu się wirusów?* (*Karta pracy 3*).
 - a. Podziel dzieci na grupy.
 - b. Dzieci tworzą w grupach mapę myśli lub wypunktowaną listę, aby przedstawić swoje pomysły na kartce A4. Mogą również narysować swoje pomysły.

- c. Moderujesz burzę mózgów. Dzieci wymieniają się swoimi pomysłami, dodając sugestie innych do swojej listy.
4. Przedstawiasz dzieciom bohaterów: Chusteczkę Hanię, Kropelkę Krzysia, Rąsie Radka, Mydelko Monię, którzy pomagają nam w walce z wirusem. Rozdaj dzieciom plakat z bohaterami ([Karta pracy 4](#)). Omów każdą z postaci, kiedy się z nią spotykamy i jak ważne jest dbanie o higienę.
 5. Na koniec wyjaśniasz, że nawet jeśli robimy wszystkie właściwe rzeczy, takie jak: regularne mycie rąk i korzystanie z chusteczek do nosa, dalej możemy się zarazić, dlatego czasami potrzebujemy dodatkowej pomocy lekarzy i pielęgniarek. Szczepionka przeciw grypie, którą można także przyjąć bezboleśnie jako spray do nosa, pomaga chronić dzieci. Jesienią, zanim wirus grypy pojawi się w okolicy, dzieci mogą otrzymać szczepionkę przeciw grypie, która zmniejsza ryzyko zachorowania na grypę, a jeżeli się nawet zachoruje, to szczepienie złagodzi przebieg choroby.
 6. Pytasz dzieci, czy któreś z nich już miało taką szczepionkę i wie co to jest? Dzieci dzielą się swoimi pomysłami i doświadczeniami. Wyjaśnij, że leki i lekarze mogą pomóc nam poczuć się lepiej, kiedy jesteśmy chorzy, ale także mogą pomóc nam zapobiec zachorowaniu!
 7. Przypomnij dzieciom, że ponieważ Wincent lubi się przebierać, zmieniając się co roku, ważne jest, aby co roku szczepić się przeciwko grypie.

LEKCJA 1

1. Powtarzasz cel zajęć i powtarzasz z dziećmi zdobytą już wiedzę. Pytania: *Co to są zarazki? Jakie są objawy wirusa grypy? Jak rozprzestrzeniają się zarazki? Co to znaczy zaraźliwy? Co mogą zrobić dzieci, aby uchronić wszystkich wokół przed rozprzestrzenianiem się wirusa grypy? Jakie są korzyści ze szczepienia przeciwko grypie? Dlaczego szczepionka przeciw grypie jest ważna, aby chronić nas w miejscach, gdzie przebywa wiele osób, np. w szkołach? Ochotnicy informują, czego nauczyli się podczas lekcji.*
2. Stwórzcie z dziećmi plakat w stylu listu gończego z prośbą o pomoc w znalezieniu wirusa grypy. Na plakacie mogą pokazać różne możliwe przebrania, jakie może się teraz przybierać, np. wąsy, brodę, różne kolory włosów itp. (*Sztuka i projektowanie*)

3. Stwórzcie z dziećmi historyjkę rysunkową z udziałem wszystkich wymienionych wcześniej postaci, która pomoże nauczyć innych, jak trzymać zarazki z daleka i dbać o zdrowie swoje i swojej rodziny. (Umiejętność czytania i pisanie / Sztuka i projektowanie)

LEKCJA 2

Cel lekcji:

- Umiejętność wyjaśnienia, jak ważne jest mycie rąk w pomocy w zapobieganiu rozprzestrzeniania się zarazków.
 - Zrozumienie, dlaczego w przypadku kaszlu i kichania ważne jest, aby je schwytać, schować do torby i wyrzucić!
 - Zrozumienie, że chusteczki higieniczne mogą wylapać zarazki i zmniejszyć szanse na rozprzestrzenienie ich wśród rodziny i przyjaciół.
 - Zrozumieć, że jeśli zachowam zdrowie, nie będę się źle czuć i nie ominą mnie ciekawe zajęcia z przyjaciółmi w szkole lub w domu.
 - Zrozumienie, że szczepionka przeciw grypie może pomóc chronić dzieci i powstrzymać je przed rozprzestrzenianiem wirusa grypy wśród przyjaciół i ich rodzin.
1. Włącz dzieciom jeden z odcinków bajki „Było sobie życie” dedykowany wirusowi w ramach powtórzenia materiału w obrazowy dla dzieci sposób. [Opcjonalnie]
<https://www.youtube.com/watch?v=lu9hFjQrjbc>
 2. Kontynuuj lekcję 1, podsumowując wcześniejszą wiedzę (dodając to, czego dzieci mogły dowiedzieć się z bajki). Przypomnij cel nauki.
 - a. Zadaaj dzieciom pytania: *Kim były postacie z plakatu? W jaki sposób zarazki (np. bakterie i wirusy) mogą się rozprzestrzeniać? Powtórz sylwetki bohaterów i omów ich rolę - kim są i dlaczego są ważni? Dlaczego chusteczki higieniczne, mydło i woda są tak ważne?*
 - b. Powtórz: *Jak rozprzestrzeniają się zarazki? Co możemy zrobić, aby zmniejszyć szanse na rozprzestrzenianie się zarazków? Dlaczego szczepionka przeciw grypie jest ważna, aby nas chronić? Moderuj dyskusję i wymianę myśli z dziećmi.*

3. Zaprojektujcie z dziećmi plakat informacyjny lub historyjkę rysunkową, używając postaci z plakatu lub własnych, aby pokazać innym dzieciom i ich rodzicom/opiekunom, jak zminimalizować ryzyko zachorowania na grypę. Stworzony razem plakat możecie powiesić w swojej klasie lub na korytarzu szkolnym, aby służył wszystkim dzieciom ze szkoły.

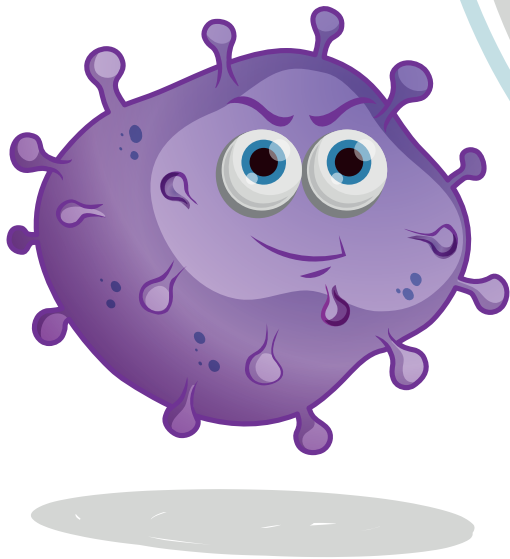
DODATKOWE AKTYWNOŚCI I ĆWICZENIA RUCHOWE:

Uwaga! Przy planowaniu i realizacji tych zajęć należy zapoznać się z najnowszymi wytycznymi dotyczącymi dystansu społecznego. planując i przeprowadzając tę sesję.

1. Podziel klasę na dwa zespoły – „Wirusy Wincenta” i „Chusteczki Hani”.
 - a. Na dźwięk np. tamburyna połowa klasy „Wirusy” biegnie z punktu początkowego przez plac zabaw lub salę w kierunku linii mety, podczas gdy druga połowa „Chusteczki” próbuje ich złapać. Jeśli zostaną złapane, dzieci z drużyny Wirusów powinny udać się do strefy „Kosza”, znajdującej się po przeciwnej stronie. Celem jest, aby drużyna Chusteczek „wyrzuciła” wszystkie Wirusy grypy. Jeśli im się to uda, wygrywają! Po 10 minutach lub gdy wszystkie zostaną złapane, następuje zamiana drużyn.
2. Przygotuj z dziećmi plakat informacyjny, który umieścisz obok kosza i/lub zlewu/kranu, aby przypominał dzieciom, jak ważne jest mycie rąk. Możesz wykorzystać do tego rysunki naszych bohaterów (*Karta pracy 4*).
3. Używając masy plastycznej, plasteliny lub modeliny, dzieci wykonują modele postaci i wyjaśniają, jaką rolę odgrywa ich postać w zapobieganiu rozprzestrzeniania się grypy.

POMOCNE MATERIAŁY DLA NAUCZYCIELA:

1. https://opzg.pl/wp-content/uploads/2022/02/Fakty_mity_nt_grypy_ulotka.pdf
2. <https://opzg.pl/wp-content/uploads/2022/10/Ulotka-Grypa-a-dzieci.pdf>
3. <https://fundacja.imid.med.pl/projects-archive/kampania-edukacyjna-szczepienia-przeciw-grypie-wsrod-dzieci/>



WIRUS WINCENT

JESTEM PODSTĘPNY, ZARAŻLIWY I SZYBKO
SIĘ ROZPRZESTRZENIAM
TWOICH PRZYJACIÓŁ W CHORYCH ZAMIENIAM
BĘDĄ KICHAĆ, KASŁAĆ, WIĘC UWAŻAJ MALUSZKU,
BO SPĘDZISZ PARĘ DNI LEŻĄC W ŁÓŻKU.

ZATKANY NOS

WYSOKA
GORĄCZKA

BÓLE MIĘŚNI
I STAWÓW

DRESZCZE

CIEKNĄCY
KATAR

KICHANIE

KASZEL

WYCZERPANIE

SUCHY
I UCIAŻLIWY
KASZEL

CHRYPKA

BÓL GARDŁA

NIE DAJ SIĘ
GRYPIE!





JAK MOŻEMY ZAPOBIEC ROZPRZESTRZENIANIU SIĘ WIRUSÓW ?





CHUSTECZKA
HANIA



KROPELKA
KRZYŚ

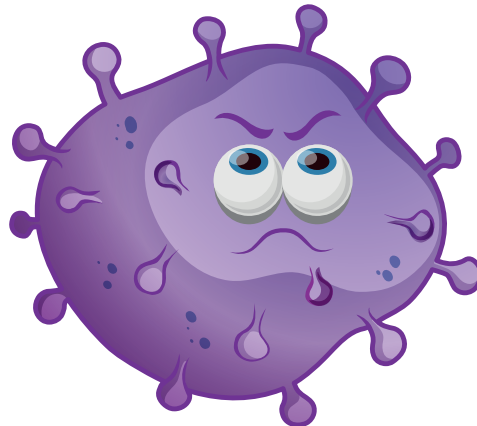


RĄSIA
RADEK

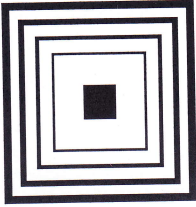


MYDEŁKO
MONIA

I.....



WIRUS WINCENT



**ŁÓDZKIE CENTRUM DOSKONALENIA NAUCZYCIELI
I KSZTAŁCENIA PRAKTYCZNEGO
90-142 Łódź, ul. Kopcińskiego 29**

sekretariat dyrektora tel. 42 678 33 78,
fax. 42 678 07 98

e-mail: kontakt@lcdnikp.elodz.edu.pl

www.wckp.lodz.pl

sekretariat ds. doskonalenia tel. 42 678 10 85 lub 42 678 33 78 w. 105 e-mail: sekretariat@lcdnikp.elodz.edu.pl

Certyfikat ISO
9001:2015-10
(od 2002)



Lider ZZL w kategorii
małych i średnich firm
(ośmiokrotny)



Laureat Konkursu
Lider Zarządzania
Zasobami Ludzkimi
(2002 - 2016)

Akredytacja Łódzkiego
Kuratora Oświaty
dla placówki
doskonalenia
i pozaszkolnych form
kształcenia ustawicznego



Oświadczam, że zapoznałam się ze scenariuszem zajęć dla uczniów „Co robić, aby się nie zarazić?”, dotyczących profilaktyki grypy, przesłanym mi przez przedstawiciela Fundacji Nadzieja dla Zdrowia.

Prowadzenie z małymi dziećmi zajęć profilaktyki grypy uważam za celowe i wartościowe. Rekomenduję realizację Programu. Uwagi i komentarze dotyczące przedstawionych mi scenariuszy przekazałam Organizatorom.

Anna Rostyggin

Konsultant
Pracowni Wychowania
Przedszkolnego i Edukacji
Wczesnoszkolnej LCDNiKP

Łódź, dn. 26.09.2022 r.