**Scenariusz lekcji godziny wychowawczej w kl. V**

**”Jak ustrzec się przed grypą”**

Cele ogólne:

* kształtowanie nawyku dbania o własne zdrowie,
* poznanie czynników wpływających na zdrowie człowieka,
* wykonywanie plakatu promującego zdrowy styl życia,

Cele operacyjne:

Uczeń:

* poznaje sposób rozprzestrzeniania się bakterii chorobowych drogą kropelkową,
* zyskuje świadomość, w jakich miejscach i sytuacjach może dojść do zarażenia się,
* wie, w jaki sposób można zapobiegać chorobie.
* zna pojęcia: choroba, choroba zakaźna
* wie, co wywołuje choroby zakaźne
* wie, jakie są drogi przenoszenia zakażeń
* wymienia czynniki sprzyjające zakażeniom

Metody pracy:

* pogadanka,
* burza mózgów
* praktyczna

Formy pracy:

* zbiorowa,
* grupowa,
* jednolita indywidualna.

Środki dydaktyczne i materiały:

* karta pracy indywidualnej (dla każdego ucznia)
* arkusze białego bristolu, plakaty o różnej tematyce, flamastry, kredki.

Przebieg zajęć:

1.Wspólne zdefiniowanie pojęcia „choroba” .

**Choroba**, to taki stan, w którym nasz organizm nie funkcjonuje prawidłowo.

2.Wprowadzenie pojęcia „choroba zakaźna”

**Choroby zakaźne**, to choroby wywołane przez drobnoustroje chorobotwórcze (wirusy i bakterie) rozprzestrzeniające się bardzo szybko np. grypa, odra, ospa wietrzna, świnka i różyczka

3. Omówienie czynników sprzyjających zakażeniom

obniżenie odporności przez:

- niewłaściwe odżywianie

- nieodpowiedni ubiór

- brak snu

- brak wypoczynku

- niewłaściwą higienę ciała

- kontakt z osobą chorą

- warunki pogodowe.

4. Uczniowie dyskutują, w jakich miejscach i sytuacjach najczęściej dochodzi do zakażeń bakteriami przenoszonymi drogą kropelkową: w zatłoczonym autobusie, na dyskotece, w kinie, w klasie z chorym kolegą.

Do zakażenia dochodzi:

• **drogą kropelkową** (np. podczas kaszlu lub kichania),

• **przez kontakt bezpośredni** (np. podczas pocałunku),

• **przez kontakt pośredni** (np. picie z jednej butelki, używanie tych samych

sztućców, jedzenie tej samej kanapki).

5. Praca w grupach. Grupy wypisują na arkuszach bristolu i prezentują swoje zadanie

I grupa: Jak można zarazić się grypą?

II grupa: Dlaczego warto szczepić się przed grypą?

III grupa: Jakie są skutki – powikłania grypy?

IV grupa: Jak należy się odżywiać by być zdrowym?

6. Uczniowie uzupełniają kartę pracy indywidualnej. Wskazują, które zdania są fałszywe, a które prawdziwe.

KARTA PRACY INDYWIDUALNEJ

Przeczytaj i wskaż, które zdania są prawdziwe, a które nie, zakreślając odpowiednie słowo: prawda, fałsz

a)Nie unikaj bliskości z chorym, który kaszle. Prawda Fałsz

…………………………………………………………………………………….

b)Nie lekceważ objawów chorobowych, gorączki

lub spadku temperatury ciała, bólów stawów, nudności, Prawda Fałsz

zgłoś się szybko do lekarza.

…………………………………………………………………………………….

c) Gdy jesteś osłabiony nie chodź na wycieczki,

do kina, do dyskoteki. Prawda Fałsz

…………………………………………………………………………………….

d)Nie dawaj *gryza* koledze, gdy rozpocząłeś kanapkę. Prawda Fałsz

…………………………………………………………………………………….

e)Chusteczkę do nosa pożyczaj tylko najlepszemu koledze. Prawda Fałsz

…………………………………………………………………………………….

f) Na infekcje zapadają osoby, których organizm jest osłabiony

np. stresem czy długotrwałym odchudzaniem się. Prawda Fałsz

…………………………………………………………………………………….

g) Pocałunek w usta może być źródłem zakażenia. Prawda Fałsz

16.Uczniowie wykonują plakaty, które będą zachęcały wszystkich do dbania o zdrowie, do aktywnego wypoczynku i prowadzenia zdrowego stylu.

17. Podsumowanie.