#IGŁOwaSpokojna

szczepienia.psserzeszow.pl

MATERIAŁY DLA NAUCZYCIELA DO PREZENTACJI DLA UCZNIÓW KLAS IV-VI

Szczepienia ochronne - jak pomagają chronić zdrowie?

Pakiet zawiera: wskazówki do każdego slajdu, pytania aktywizujące, komentarze nauczyciela, karty pracy dla uczniów i klucz odpowiedzi.

Materiał ma charakter pomocniczy. Jest przeznaczony do wykorzystania przez nauczyciela w ramach edukacji zdrowotnej. Nie służy do zbierania informacji o stanie zdrowia uczniów ani o decyzjach zdrowotnych rodzin.

1. Jak korzystać z materiału

- Przed lekcją nauczyciel drukuje wybrane karty pracy albo wyświetla je na ekranie.
- Materiały są zaplanowane na jedną lekcję 45-minutową, ale można je podzielić na dwa krótsze spotkania.
- Do każdego slajdu przygotowano: cel, czas, metodę, komentarz nauczyciela, pytania do klasy i wskazówkę metodyczną.
- Karty pracy można realizować indywidualnie, w parach albo w małych grupach.
- Zajęcia nie wymagają ujawniania prywatnych informacji zdrowotnych przez uczniów.

Zakładany efekt lekcji

- Uczeń prostymi słowami wyjaśnia, czym są szczepienia.
- Uczeń wyjaśnia, że szczepienia są jednym z elementów profilaktyki zdrowotnej.
- Uczeń wskazuje, do kogo można zwrócić się z pytaniami o szczepienia i zdrowie.
- Uczeń rozpoznaje, że nie każda informacja o zdrowiu w internecie jest wiarygodna.

2. Podstawa metodyczna i programowa

Temat szczepień w klasach IV–VI należy prowadzić prosto, konkretnie i bez nadmiaru szczegółów medycznych. Kluczowe są: pojęcie profilaktyki, podstawowy sens szczepień, rola zaufanych dorosłych i specjalistów oraz krytyczne podejście do informacji o zdrowiu.

Powiązanie z edukacją zdrowotną:

- zdrowie fizyczne i profilaktyka chorób zakaźnych,

- kształtowanie odpowiedzialności za zdrowie własne i innych,
- korzystanie z wiarygodnych źródeł informacji o zdrowiu,
- wspieranie sprawczości ucznia bez przenoszenia na niego decyzji medycznych dorosłych.

Plan lekcji 45 minut

1–5 min	Slajd 1–2. Wprowadzenie i burza mózgów: co pomaga nie chorować?
6–12 min	Slajd 3–4. Proste wyjaśnienie: czym są szczepienia i po co się szczepimy?
13–20 min	Slajd 5. Quiz: prawda, fałsz czy nie wiem?
21–27 min	Slajd 6–7. Zdrowie jako zespół działań i osoby, które mogą pomóc.
28–35 min	Slajd 8–9. Internet o zdrowiu i sytuacje do omówienia w parach.
36–40 min	Slajd 10. Hasło na plakat: pytaj mądrze o zdrowie.
41–45 min	Slajd 11–12. Podsumowanie, karta 3–2–1 i zamknięcie zajęć.

3. Pomoc nauczyciela do każdego slajdu

Poniższe wskazówki można traktować jako gotowe notatki prowadzącego. Nauczyciel może skracać komentarze zależnie od czasu, wieku klasy i poziomu aktywności uczniów.

Slajd 1. Szczepienia ochronne - jak pomagają chronić zdrowie?

Cel slajdu	Ustawienie bezpiecznej atmosfery i określenie celu lekcji.
Czas	2–3 min
Metoda	wprowadzenie nauczyciela

Proponowany komentarz nauczyciela

- Dziś porozmawiamy o szczepieniach jako jednym ze sposobów dbania o zdrowie.
- Nie będziemy pytać nikogo o prywatne decyzje zdrowotne. Nie rozmawiamy o tym, kto był szczepiony, a kto nie.
- Naszym celem jest zrozumienie, czym są szczepienia, po co istnieją i gdzie sprawdzać informacje o zdrowiu.

Pytania aktywizujące

- Dlaczego warto uczyć się o zdrowiu w szkole?
- Co oznacza „dbać o zdrowie” w codziennym życiu?

Oczekiwane odpowiedzi uczniów / kierunek podsumowania

- Zdrowie to codzienne wybory i umiejętność pytania właściwych osób.
- Uczeń nie musi znać wszystkich odpowiedzi — ma umieć zapytać i sprawdzić.

Przejście do kolejnego slajdu: Za chwilę uczniowie przypomną sobie, jakie codzienne działania pomagają rzadziej chorować.

Slajd 2. Co pomaga nam nie chorować?

Cel slajdu	Pokazanie szczepień jako jednego elementu profilaktyki, a nie jedynego sposobu dbania o zdrowie.
Czas	5 min
Metoda	burza mózgów

Proponowany komentarz nauczyciela

- Zapiszmy wszystkie pomysły, które pomagają nam chronić zdrowie.
- Szczepienia są jednym z elementów profilaktyki. Obok nich ważne są higiena, sen, ruch, jedzenie, woda, odpoczynek i wietrzenie pomieszczeń.

Pytania aktywizujące

- Co robisz na co dzień, żeby rzadziej chorować?
- Które z tych działań zależą od nas każdego dnia?
- Co może zrobić dziecko, a w czym potrzebuje dorosłego?

Oczekiwane odpowiedzi uczniów / kierunek podsumowania

- mycie rąk, sen, ruch, jedzenie, woda, odpoczynek, pytanie specjalisty, szczepienia.
- Szczepienia nie zastępują innych zasad higieny i zdrowego stylu życia.

Przejście do kolejnego slajdu: Skoro wiemy, że szczepienia są częścią profilaktyki, wyjaśnijmy, czym są.

Slajd 3. Czym są szczepienia?

Cel slajdu	Zbudowanie podstawowego, zrozumiałego modelu działania szczepień.
Czas	5–6 min
Metoda	mini wyjaśnienie z analogią

Proponowany komentarz nauczyciela

- Szczepienie można porównać do treningu dla układu odpornościowego.
- Układ odpornościowy to taka drużyna obronna organizmu.
- Szczepienie pomaga organizmowi przygotować się do obrony przed wybranymi wirusami lub bakteriami.
- Nie mówimy, że szczepienie zawsze daje 100% ochrony. Mówimy, że pomaga zmniejszyć ryzyko choroby albo ciężkiego przebiegu.

Pytania aktywizujące

- Dlaczego słowo „trening” może pasować do układu odpornościowego?
- Czym różni się przygotowanie od gwarancji 100% ochrony?

Oczekiwane odpowiedzi uczniów / kierunek podsumowania

- Organizm uczy się rozpoznawać zagrożenie.
- Szczepienie pomaga szybciej reagować, jeśli organizm spotka prawdziwą chorobę.

Przejście do kolejnego slajdu: Teraz przejdziemy od pytania „czym są?” do pytania „po co się je wykonuje?”.

Slajd 4. Po co się szczepimy?

Cel slajdu	Uczniowie rozumieją trzy podstawowe cele szczepień.
Czas	5 min
Metoda	rozmowa kierowana

Proponowany komentarz nauczyciela

- Szczepienia pomagają zmniejszyć ryzyko zachorowania na wybrane choroby zakaźne.
- Mogą też zmniejszać ryzyko ciężkiego przebiegu choroby.
- W niektórych sytuacjach pomagają chronić również osoby bardziej wrażliwe, na przykład małe dzieci, seniorów czy osoby przewlekle chore.

Pytania aktywizujące

- Co oznacza „profilaktyka”?
- Dlaczego czasem działamy zanim pojawi się problem zdrowotny?
- Kto w naszym otoczeniu może potrzebować szczególnej ochrony?

Oczekiwane odpowiedzi uczniów / kierunek podsumowania

- Profilaktyka to zapobieganie.
- Niektóre osoby chorują ciężej i dlatego ważna jest ochrona całego otoczenia.

Przejście do kolejnego slajdu: Sprawdźmy teraz, co już wiemy i co warto doprecyzować.

Slajd 5. Quiz: prawda, fałsz czy nie wiem?

Cel slajdu	Diagnoza rozumienia i utrwalenie kluczowych informacji bez oceniania.
Czas	7–8 min
Metoda	quiz ruchowy lub kartki P/F/Nie wiem

Proponowany komentarz nauczyciela

- Za chwilę przeczytamy pięć zdań. Można odpowiedzieć: prawda, fałsz albo nie wiem.
- Odpowiedź „nie wiem” jest dobra, jeśli czegoś nie jesteśmy pewni. W zdrowiu lepiej sprawdzić informację niż zgadywać.

Pytania aktywizujące

- Co sprawiło, że wybraliście tę odpowiedź?
- Jak można sprawdzić to zdanie?
- Kogo zapytamy, jeśli nie jesteśmy pewni?

Oczekiwane odpowiedzi uczniów / kierunek podsumowania

- 1 - prawda; 2 - fałsz; 3 - prawda; 4 - prawda; 5 - fałsz.
- Internet może być pomocny, ale nie każda treść jest wiarygodna.

Przejście do kolejnego slajdu: Skoro szczepienia są częścią profilaktyki, zobaczmy, z czym jeszcze tworzą zespół działań dla zdrowia.

Slajd 6. Zdrowie to zespół działań

Cel slajdu	Wzmocnienie całościowego rozumienia zdrowia i profilaktyki.
Czas	4–5 min
Metoda	porządkowanie wiedzy

Proponowany komentarz nauczyciela

- Zdrowie nie zależy od jednej rzeczy. To wiele codziennych działań.
- Szczepienia są ważne, ale nie działają zamiast higieny, snu, ruchu, jedzenia czy odpoczynku.
- Każdy element pomaga w inny sposób.

Pytania aktywizujące

- Które działania z tego slajdu są codzienne?
- Które wymagają pomocy dorosłych lub specjalisty?
- Co możesz zrobić już dziś po lekcji dla swojego zdrowia?

Oczekiwane odpowiedzi uczniów / kierunek podsumowania

- mycie rąk, ruch, sen, woda, odpoczynek są codzienne; szczepienia i sprawy medyczne wymagają dorosłych/specjalisty.

Przejście do kolejnego slajdu: Skoro nie wszystko robimy samodzielnie, sprawdźmy, kogo można pytać o szczepienia.

Slajd 7. Kogo zapytać o szczepienia?

Cel slajdu	Uczeń wskazuje osoby i instytucje, które są właściwym źródłem informacji.
Czas	5 min
Metoda	analiza źródeł osobowych

Proponowany komentarz nauczyciela

- Nie musimy wiedzieć wszystkiego samodzielnie.
- W sprawach zdrowia dziecko może pytać rodzica lub opiekuna, lekarza, pielęgniarkę albo farmaceutę.
- Decyzje zdrowotne dziecka podejmują rodzice/opiekunowie we współpracy z personelem medycznym.

Pytania aktywizujące

- Z czym można zwrócić się do rodzica/opiekuna?
- O co można zapytać lekarza?
- W czym może pomóc pielęgniarka albo farmaceuta?

Oczekiwane odpowiedzi uczniów / kierunek podsumowania

- Rodzic/opiekun pomaga i decyduje; lekarz odpowiada na pytania medyczne; pielęgniarka wyjaśnia przebieg; farmaceuta pomaga w informacjach i dostępności.

Przejście do kolejnego slajdu: Wiele informacji o zdrowiu uczniowie widzą też w internecie - sprawdźmy, jak je oceniać.

Slajd 8. Internet o zdrowiu: sprawdź, zanim uwierzysz

Cel slajdu	Rozwijanie umiejętności świadomego korzystania z informacji dotyczących zdrowia oraz krytycznej oceny ich wiarygodności.
Czas	6–7 min
Metoda	cztery pytania kontrolne

Proponowany komentarz nauczyciela

- W internecie można znaleźć dużo informacji, ale nie wszystkie są prawdziwe albo pełne.
- Szczególnie ostrożnie traktujemy treści, które bardzo straszą, obiecują cudowne rozwiązanie albo nie podają autora i źródła.
- Warto zadać cztery pytania: kto to napisał, czy jest źródło, czy wypowiada się specjalista, czy tekst nie manipuluje emocjami.

Pytania aktywizujące

- Po czym poznajemy, że informacja może być niewiarygodna?
- Czy popularność filmiku oznacza, że jest prawdziwy?
- Jakie źródła są bezpieczniejsze?

Oczekiwane odpowiedzi uczniów / kierunek podsumowania

- Popularność nie oznacza prawdziwości.
- Lepsze są: specjaliści, rodzice/opiekunowie, oficjalne strony instytucji zdrowia publicznego.

Przejście do kolejnego slajdu: Teraz przećwiczymy reakcje w kilku codziennych sytuacjach.

Slajd 9. Sytuacje do omówienia w parach

Cel slajdu	Ćwiczenie życzliwej, bezpiecznej reakcji na pytania i obawy.
Czas	7 min
Metoda	praca w parach

Proponowany komentarz nauczyciela

- Przeczytajcie sytuację i porozmawiajcie, jaka reakcja byłaby pomocna.
- Szukamy odpowiedzi spokojnej i wspierającej, nie takiej, która kogoś zawstydza.
- Po rozmowie jedna lub dwie pary podzielą się propozycją.

Pytania aktywizujące

- Kogo może zapytać Kuba?
- Co powinna zrobić Zosia, zanim uwierzy filmikowi?
- Czy Michał powinien decydować sam?
- Jak odpowiedzieć komuś, kto boi się zastrzyków?

Oczekiwane odpowiedzi uczniów / kierunek podsumowania

- Kuba: rodzic, lekarz, pielęgniarka, farmaceuta.
- Zosia: zapytać dorosłego, sprawdzić źródło, nie wierzyć od razu.
- Michał: nie decyduje sam; decyzje podejmują rodzice/opiekunowie z personelem medycznym.
- Strach przed zastrzykiem jest normalny; warto powiedzieć o nim dorosłym lub pielęgniarce.

Przejście do kolejnego slajdu: Na koniec zamienimy wiedzę w krótkie, pomocne hasło.

Slajd 10. Mini zadanie: hasło na plakat

Cel slajdu	Utrwalenie przekazu i przekładanie wiedzy na prosty komunikat prozdrowotny.
Czas	5 min
Metoda	praca twórcza w parach

Proponowany komentarz nauczyciela

- W parach wymyślcie krótkie hasło zachęcające do mądrego sprawdzania informacji o zdrowiu.
- Hasło ma być spokojne, życzliwe i pomocne. Nie może straszyć ani wyśmiewać.
- Możecie skorzystać z przykładów na slajdzie albo stworzyć własne.

Pytania aktywizujące

- Co sprawia, że hasło jest pomocne?
- Czy hasło nie straszy i nie ocenia?
- Czy zachęca do pytania właściwych osób?

Oczekiwane odpowiedzi uczniów / kierunek podsumowania

- Krótkie hasła: „Pytaj specjalistę”, „Sprawdź źródło”, „Zdrowie warto sprawdzać”.

Przejście do kolejnego slajdu: Przypomnijmy najważniejsze zdania z lekcji.

Slajd 11. Co warto zapamiętać?

Cel slajdu	Utrwalenie pięciu kluczowych wniosków.
Czas	3–4 min
Metoda	podsumowanie kierowane

Proponowany komentarz nauczyciela

- Szczepienia są jednym z elementów profilaktyki zdrowotnej.
- Pomagają przygotować organizm do obrony przed wybranymi chorobami.
- Nie zastępują higieny, snu, ruchu i zdrowego stylu życia.
- Pytania o szczepienia warto kierować do dorosłych i specjalistów.
- Informacje o zdrowiu trzeba sprawdzać w wiarygodnych źródłach.

Pytania aktywizujące

- Które zdanie jest dziś dla was najważniejsze?
- Które zdanie można powiedzieć młodszemu koledze lub koleżance?

Oczekiwane odpowiedzi uczniów / kierunek podsumowania

- Najważniejsze jest rozumienie, a nie pamięciowe powtarzanie definicji.
- W sprawach indywidualnych pytamy rodzica/opiekuna i personel medyczny.

Przejście do kolejnego slajdu: Zrobimy krótkie podsumowanie 3–2–1.

Slajd 12. Podsumowanie 3-2-1

Cel slajdu	Sprawdzenie, co uczniowie zapamiętali i zakończenie lekcji.
Czas	4–5 min
Metoda	bilet wyjścia

Proponowany komentarz nauczyciela

- Zapiszcie trzy rzeczy, które zapamiętaliście, dwa pytania, które warto zadać specjaliście, i jedno wiarygodne źródło informacji o zdrowiu.
- Nie oceniamy pisowni ani długości odpowiedzi. Chodzi o sprawdzenie, co zostało po lekcji.

Pytania aktywizujące

- Co było dla was nowe?
- Jakie pytania warto zadać lekarzowi, pielęgniarce lub farmaceucie?
- Jakie źródło informacji można uznać za wiarygodne?

Oczekiwane odpowiedzi uczniów / kierunek podsumowania

- Uczeń powinien wskazać co najmniej jedno źródło: rodzic/opiekun, lekarz, pielęgniarka, farmaceuta, oficjalna strona instytucji zdrowia publicznego.

Przejście do kolejnego slajdu: Zakończ zdaniem: „Pytania o zdrowie są ważne - warto zadawać je odpowiednim osobom”.

4. Klucz odpowiedzi i wskazówki do kart pracy

Karta pracy 1

- Możliwe odpowiedzi: mycie rąk, sen, ruch, zdrowe jedzenie, woda, odpoczynek, wietrzenie, szczepienia, pytanie specjalisty.
- Profilaktyka: działania, które pomagają zapobiegać chorobom albo dbać o zdrowie.

Karta pracy 2

- Szczepienie jako trening dla układu odpornościowego.
- Układ odpornościowy: „drużyna obronna” organizmu.
- Profilaktyka: działanie zapobiegające chorobie.
- Wiarygodne źródło: osoba lub instytucja, która podaje sprawdzone informacje.

Karta pracy 3

Nr	Odpowiedź	Wyjaśnienie
1	Prawda	Szczepienia są jednym z elementów ochrony zdrowia.
2	Fałsz	Nie zastępują higieny; higiena i szczepienia są różnymi elementami profilaktyki.
3	Prawda	Pytania medyczne kierujemy do specjalistów.
4	Prawda	Obawy traktujemy z szacunkiem.

5	Fałsz	Informacje internetowe wymagają sprawdzenia autora i źródła.

Karta pracy 4

- Kuba: rodzic/opiekun, lekarz, pielęgniarka, farmaceuta.
- Zosia: nie wierzyć od razu, zapytać dorosłego, sprawdzić źródło, porozmawiać ze specjalistą.
- Michał: nie decyduje sam; decyzje zdrowotne dziecka podejmują rodzice/opiekunowie w kontakcie z personelem medycznym.
- Strach przed zastrzykiem: odpowiedź życzliwa, np. „To normalne, że można się bać. Powiedz o tym dorosłemu albo pielęgniarce”.

Karta pracy 5

- Akceptuj krótkie odpowiedzi. Nie wymagaj prywatnych deklaracji zdrowotnych.
- Jeżeli wielu uczniów wpisuje „nie wiem”, wróć do tematu źródeł informacji na kolejnej lekcji.

5. Trudne pytania uczniów - bezpieczne odpowiedzi nauczyciela

Pytanie ucznia	Odpowiedź nauczyciela
Czy szczepienia zawsze chronią w 100%?	Nie. Lepiej mówić, że szczepienia pomagają zmniejszyć ryzyko zachorowania lub ciężkiego przebiegu wybranych chorób.
Czy po szczepieniu można źle się czuć?	Czasem mogą wystąpić krótkotrwałe, łagodne reakcje, np. ból ręki lub gorsze samopoczucie. W sprawach indywidualnych pytamy personel medyczny.
Czy ja muszę się szczepić?	To pytanie należy omówić z rodzicem/opiekunem i personelem medycznym. Na lekcji nie podejmujemy decyzji indywidualnych.
A co, jeśli ktoś się boi?	Strach jest normalny. Warto powiedzieć o nim dorosłemu albo pielęgniarce/lekarzowi. Nie wyśmiewamy takich obaw.
Widziałem filmik, że szczepienia są złe. Co z tym?	Filmik trzeba sprawdzić: kto go stworzył, czy podano źródła, czy wypowiada się specjalista i czy nie używa straszenia. Warto zapytać dorosłego lub specjalistę.

Sformułowania zalecane

- „Szczepienia pomagają chronić przed wybranymi chorobami zakaźnymi.”
- „W sprawach indywidualnych najlepiej porozmawiać z rodzicem/opiekunem i personelem medycznym.”
- „Nie musimy znać odpowiedzi od razu. Możemy sprawdzić informację w wiarygodnym źródle.”
- „Pytania i obawy traktujemy spokojnie i z szacunkiem.”

6. Źródła dla nauczyciela

- Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 6 marca 2025 r. - podstawa programowa edukacji zdrowotnej dla szkoły podstawowej: https://dziennikustaw.gov.pl/D2025000037801.pdf;
- Ministerstwo Edukacji Narodowej - informacje o edukacji zdrowotnej i materiałach dla nauczycieli: https://www.gov.pl/web/edukacja/edukacja-zdrowotna;
- Ministerstwo Edukacji Narodowej - edukacja zdrowotna od roku szkolnego 2026/2027: https://www.gov.pl/web/edukacja/edukacja-zdrowotna-od-1-wrzesnia-bedzie-przedmiotem-obowiazkowym;
- Ministerstwo Zdrowia - szczepienia obowiązkowe i zalecane: https://www.gov.pl/web/zdrowie/szczepienia-obowiazkowe-i-zalecane;
- Główny Inspektorat Sanitarny - szczepienia obowiązkowe i zalecane: https://www.gov.pl/web/gis/szczepienia-obowiazkowe oraz https://www.gov.pl/web/gis/szczepienia-zalecane;
- Szczepienia.info - portal wiedzy NIZP PZH-PIB: https://szczepienia.pzh.gov.pl/;
- Portal kampanii #IGŁOwaSpokojna: https://szczepienia.psserzeszow.pl.