

Scenariusz lekcji na godzinę wychowawczą w programie Dbam o zdrowie

TEMAT LEKCJI: Zdrowe piersi są OK!

Cele ogólne :

- kształtowanie wśród uczennic nawyku pielęgnacji i dbałości o piersi
- budowanie świadomości dotyczącej dbania o zdrowe piersi wśród uczniów (dziewcząt i chłopców) oraz wśród osób z ich najbliższego otoczenia

Cele szczegółowe:

Uczeń :

- zna definicję raka piersi,
- zna dane epidemiologiczne dotyczące zachorowalności i umieralności na raka piersi w Polsce i w Europie,
- podaje czynniki zwiększające ryzyko zachorowania,
- podaje objawy raka piersi,
- zna metody wykrywania raka piersi oraz możliwości działań profilaktycznych dostosowane do wieku kobiety
- zna budowę piersi oraz rolę piersi dla zdrowia i urody kobiety,
- zna zasady właściwej pielęgnacji piersi oraz sposób doboru odpowiedniego biustonosza.
- Zna zasady samobadania piersi, jako skutecznej i taniej metody profilaktycznej

Metody pracy:

zbiorowa, indywidualna, grupowa (grupy czteroosobowe)

wykład aktywizujący – informacje nt.: raka piersi (epidemiologii, profilaktyki) oraz kampanii edukacyjnej „Zdrowe piersi są Ok!”

prezentacja nt. raka piersi, gra internetowa

metoda samobadania piersi – ulotka, film instruktażowy

Środki dydaktyczne:

- film edukacyjny / prezentacja multimedialna
- karty samobadania piersi
- strona internetowa www.gov.pl

Przebieg lekcji

1. Wstęp

- Pytania sprawdzające wiedzę uczniów dotyczącą raka piersi i czynników ryzyka zachorowalności:
Np. Co to jest rak piersi, czy jest groźny? Kto jest narażony na zachorowanie? W jaki sposób zapobiegać rakowi piersi?
- Zapisanie tematu lekcji: **Zdrowe piersi są Ok!**

2. Część realizacyjna

- Nauczyciel przekazuje informację:
co to jest rak piersi, przedstawia dane epidemiologiczne zachorowalności oraz czynników ryzyka – z użyciem prezentacji multimedialnej - [link do prezentacji 1](#)
- Prezentacja dotycząca dbania o piersi i doboru stanika - [link do prezentacji 2](#)
- Zadanie : na rzutniku pokazany jest quiz - gra internetowa i cała klasa lub podzielona na grupy (2-4 osobowe) wykonuje zadanie
<https://quizizz.com/admin/quiz/639ccfd2aec88f001daef01b?searchLocale=>)
- Omówienie wyników quizu i korekta błędnych odpowiedzi

3. Część podsumowująca

- Rozdanie ulotek informacyjnych/ prezentacja ulotek
- Podsumowanie oraz zachęcenie do przekazania informacji rodzicom oraz odwiedzenia strony <https://www.gov.pl/web/psse-warszawa/zdrowe-piersi-sa-ok>

ZAŁĄCZNIKI

- Prezentacje – podstawowe informacje: epidemiologia, grupy ryzyka
- Materiały dydaktyczne – <https://www.gov.pl/web/psse-warszawa/zdrowe-piersi-sa-ok>
- Gra internetowa -
<https://quizizz.com/admin/quiz/639ccfd2aec88f001daef01b?searchLocale=>