

Szczepienia – tarcza ochronna dla naszego zdrowia

SCENARIUSZ DO ZAJĘĆ EDUKACYJNYCH OBSZAR: ZDROWIE FIZYCZNE

Scenariusz zajęć został opracowany do wykorzystania na przedmiocie **Edukacja zdrowotna**. Nauczyciel może elastycznie dostosować zaproponowane tutaj treści do specyfiki grupy, z którą pracuje. Scenariusz opiera się na sytuacjach codziennych i realnych wyborach, co sprzyja budowaniu samodzielności oraz odpowiedzialności za własne zdrowie. Nauczyciel decyduje, w jaki sposób wykorzysta ten materiał, uwzględniając potrzeby i możliwości swoich uczniów.



Treści programowe

Treści zawarte w scenariuszu odnoszą się do podstawy programowej z zakresu przedmiotu Edukacja zdrowotna, **Dział 2. Zdrowie fizyczne, punkt 7**. [uczeń] *wyjaśnia, czym są szczepienia; wyjaśnia, dlaczego warto się szczepić*. Koncentrują się na pytaniu przewodnim: „Jak kształtować postawy i umiejętności w zakresie dbania o zdrowie oraz systematycznego monitorowania zdrowia fizycznego i stosowania podstawowej profilaktyki zdrowotnej?”.

Scenariusz jest przeznaczony do wykorzystania w klasach IV–VI.



Pojęcia kluczowe: szczepienia, zdrowie, choroby, profilaktyka



Cel główny

Kształtowanie pozytywnego podejścia do szczepień oraz rozwijanie wiedzy uczniów o ich roli w ochronie zdrowia własnego i całego społeczeństwa poprzez budowanie odporności zbiorowej.



Cele operacyjne

Wiedza i umiejętności

Uczeń:

- wyjaśnia pojęcia: szczepienia, epidemia, profilaktyka, choroby zakaźne, odporność zbiorowa;
- opisuje, jak przenoszą się bakterie i wirusy oraz w jaki sposób szczepionki pomagają zatrzymać ich rozprzestrzenianie się;
- wymienia zagrożenia i skutki wynikające z braku szczepień;
- potrafi wyjaśnić, czym się różnią bakterie i wirusy;
- zna podstawowe zasady profilaktyki chorób i zaburzeń zdrowia (zdrowa dieta, higiena, sen, aktywność fizyczna, szczepienia).

Postawy

Uczeń:

- kształtuje pozytywne nastawienie do szczepień jako elementu profilaktyki;
- potrafi krytycznie podejść do mitów i lęków związanych ze szczepieniami;
- ma świadomość odpowiedzialności za zdrowie całej społeczności, nie tylko swoje.



Formy pracy

- praca indywidualna;
- praca w parach;
- praca w grupach.



Metody i techniki pracy

- metody asymilacji wiedzy – rozmowa kierowana;
- metody samodzielnego dochodzenia do wiedzy – analiza przypadków, analiza filmu edukacyjnego;
- metody praktyczne – mapa myśli, piramida profilaktyki, komiks, listy;
- metody aktywizujące: „Łańcuch choroby”, gra decyzyjna „Zdrowe czy ryzykowne?”.



Pomoce dydaktyczne

- prezentacja „Szczepienia – tarcza ochronna dla naszego zdrowia”;
- flipchart, mazaki, długopisy;
- czerwone i zielone karteczki samoprzylepne (ewentualnie wstążki/naklejki);
- czerwone i zielone kartki A4;
- kartki z zeszytu (A5).



Ewaluacja osiągnięć

- obserwacja i ocena aktywności uczniów podczas pracy w grupach;
- gotowość uczniów do dzielenia się swoimi przemyśleniami;
- sprawdzenie listów napisanych do „młodszych kolegów” w celu zweryfikowania, co uczniowie zapamiętali zajęć.

OPIS PRZEBIEGU ZAJĘĆ

1

Wprowadzenie

Nauczyciel zapisuje na tablicy temat lekcji i odczytuje go na głos:
Szczepienia – tarcza ochronna dla naszego zdrowia.



Następnie wprowadza uczniów w temat lekcji. Mówi:

„Dzisiaj porozmawiamy o tym, czym są szczepienia, dlaczego są ważne i jak chronią nas przed chorobami. Zastanowimy się też, co się dzieje, gdy ludzie się nie szczepią i jak możemy dbać o zdrowie swoje i innych”.

Następnie zachęca uczniów do podzielenia się swoimi refleksjami, prowadząc burzę mózgów. Uczniowie opowiadają, co kojarzy im się ze szczepieniami. Mogą odwoływać się do przykładów i sytuacji z własnego życia lub skojarzeń. Nauczyciel zapisuje na tablicy dużymi literami słowo „szczepienia” i wizualizuje pomysły uczniów w formie mapy myśli.

Następnie nauczyciel dzieli klasę na cztery grupy i rozdaje każdej z nich karteczkę z jednym z pojęć: epidemia, profilaktyka, choroby zakaźne, odporność zbiorowa. Zadaniem każdej z grup jest opisanie, jak rozumieją te pojęcia i jak są one związane ze szczepieniami. Uczniowie po krótkiej naradzie w grupach dzielą się swoimi pomysłami na forum klasy.

Po wykonanej pracy nauczyciel wyświetla slajd **Wprowadzenie** z definicjami tych pojęć i prosi o porównanie podanych wcześniej pomysłów z tymi wyświetlonymi na prezentacji. Dodatkowo uczniowie porównują również swoje propozycje zapisane na tablicy w formie mapy myśli z definicją szczepień.

2 Jak działają szczepionki? – film edukacyjny

Nauczyciel zaprasza uczniów do obejrzenia filmu „Jak działa szczepionka?”, dostępnego w lekcji „[Jak działa szczepionka?](#)” na Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej (czas trwania: 4:26).

Przed projekcją filmu wyświetla slajd **Jak działają szczepionki?** z trzema pytaniami:

- Jak organizm zabezpiecza się przed wirusami, bakteriami, grzybami i pasożytami (wymień co najmniej 2 metody)?
- Dlaczego wrodzony układ odpornościowy nie zawsze radzi sobie ze zwalczaniem chorób?
- Dlaczego szczepionki są skuteczne?

Zadaniem uczniów jest uważne obejrzenie filmu i zanotowanie na kartkach odpowiedzi na pytania. Następnie uczniowie, pracując w parach, porównują swoje notatki. Nauczyciel prosi chętnych o podzielenie się swoimi odpowiedziami na forum klasy, ocenia ich poprawność, może dodać własne refleksje.

Poprawne odpowiedzi:

1. Organizm chroni się przed drobnoustrojami na różne sposoby – tworzy bariery, które nie pozwalają im dostać się do środka. Taką barierą jest przede wszystkim skóra (osłania ciało z zewnątrz), a także śluz w jamie ustnej i nosie (zatrzymuje zanieczyszczenia). Dodatkowo kwas solny w żołądku niszczy bakterie, a pożyteczne bakterie w organizmie pomagają zwalczać te szkodliwe. (0:35–1:30)
2. Niektóre wirusy i bakterie mają nietypową budowę, przez co organizm nie potrafi ich rozpoznać, jeśli wcześniej nie miał z nimi kontaktu. (2:43–2:54)
3. Szczepionki uczą układ odpornościowy, jak rozpoznawać i zwalczać choroby, zanim naprawdę zaatakują organizm. Dzięki temu, gdy pojawi się prawdziwy wirus, organizm wie, jak się obronić. (3:07–3:45)

3

Łańcuch choroby

Nauczyciel wybiera trzy chętne osoby, którym następnie nakleja na koszulki czerwone karteczki samoprzylepne (alternatywnie mogą być to też czerwone wstążki/naklejki) i daje im kilka dodatkowych karteczek do ręki. Następnie tłumaczy klasie, że ci uczniowie reprezentują wirusy. Ich zadaniem jest zarazić jak najwięcej osób w jak najkrótszym czasie, poprzez dotknięcie ręką swoich kolegów i naklejenie im na koszulkę czerwonej karteczki. Zarażeni również stają się wirusami i sami mogą zarażać.

Po zakończonym ćwiczeniu, kiedy wszyscy są już „zarażeni”, nauczyciel przeprowadza to zadanie jeszcze raz, jednak w zmienionej wersji – tym razem wręcza trzem innym uczniom czerwone karteczki, a połowie klasy zielone karteczki. Te osoby nie mogą zostać zarażone, ponieważ są zaszczepione. Nauczyciel kończy ćwiczenie, kiedy wszyscy mają karteczkę: tym razem połowa grupy jest zarażona, a druga połowa – zdrowa (dzięki szczepieniom).

Następnie nauczyciel wyświetla slajd **Łańcuch choroby** i zadaje uczniom pytania:

- Co się zmieniło w drugiej rundzie, gdy część osób miała zielone karteczki, czyli szczepionkę?
- Co by się stało, gdyby zaszczepionych osób było jeszcze więcej?
- Czy zmieniło się tempo zarażania?
- Czego uczy nas to ćwiczenie?

Nauczyciel podsumowuje ćwiczenie słowami:



„To ćwiczenie pokazało nam, że szczepienia chronią nie tylko osobę, która je przyjmuje, ale też całą grupę. Dzięki szczepieniom wirusy nie mogą tak szybko się rozprzestrzeniać i wiele osób pozostaje zdrowych. Właśnie tak działa odporność zbiorowa”.

4 Gra decyzyjna „Zdrowe czy ryzykowne?”

Nauczyciel rozdaje każdemu uczniowi jedną czerwoną i jedną zieloną karteczkę (mogą to być te same karteczki, co w poprzednim zadaniu, jednak lepiej, żeby były większe i bardziej widoczne). Następnie czyta przykłady z życia nawiązujące do szczepień (lub wręcza karty pracy). Zadaniem każdego ucznia jest zdecydować, czy taka sytuacja jest zdrowa, czy ryzykowna dla bohatera, a następnie podnieść właściwą karteczkę (sytuacja zdrowa – zielona karteczka; sytuacja ryzykowna – czerwona karteczka).

Nauczyciel prosi uczniów o wyjaśnienie, dlaczego podjęli właśnie taką decyzję, a następnie wyświetla slajd **Zdrowe czy ryzykowne** z przykładowymi sytuacjami.

1. **Zdrowe** – należy ufać lekarzowi, a nie plotkom.
2. **Ryzykowne** – brak szczepienia u Marka oznacza, że sam nie ma ochrony przed chorobą i może się zarazić, zwłaszcza jeśli spotka osobę zakażoną spoza klasy.
3. **Zdrowe** – to normalna reakcja organizmu na szczepionkę.
4. **Ryzykowne** – nie powinno się wykonywać szczepień się w trakcie choroby; organizm jest wtedy zbyt osłabiony.
5. **Zdrowe** – Zosia nie może przyjąć szczepionki, ale działa na nią odporność zbiorowa.
6. **Ryzykowne** – niektóre szczepionki trzeba powtarzać, żeby właściwie działały.

5 Piramida profilaktyki

Nauczyciel dzieli uczniów na grupy (po 3–4 osoby). Każda z grup otrzymuje kartkę z flipcharta wraz z mazakami i długopisami. Nauczyciel tłumaczy, że szczepionki są tylko jednym z elementów powstrzymujących zachorowanie – dbanie o zdrowie i wzmocnienie swojego organizmu również jest bardzo ważne.

Zadaniem uczniów jest narysować piramidę (na wzór piramidy żywieniowej), do której dopasują elementy profilaktyki chorób i zaburzeń zdrowia. U podstaw powinny znaleźć się najważniejsze nawyki i zachowania (takie jak higiena czy sen), a wyżej – te istotne w mniejszym stopniu, co nie znaczy, że nieistotne (np. regularne badania lekarskie).

Po wykonaniu zadania uczniowie dzielą się swoimi pomysłami na forum klasy i wspólnie odpowiadają na pytanie, co jest fundamentem zdrowia. Mogą udzielić odpowiedzi w nawiązaniu do wykonanej piramidy bądź używając przykładów z życia.

6

Komiks o szczepieniach

Uczniowie pracują w parach. Każda para otrzymuje kartki A5 (można wyrwać z zeszytu), mazaki i długopisy. Zadaniem uczniów jest narysować krótki komiks (składający się z 4–5 kadrów), w którym przedstawiają sytuację związaną ze szczepieniami (opcjonalnie może być to również obrazek/rysunek). Każda z par otrzymuje kartę pracy z sytuacjami do wyboru.

Po zakończonym zadaniu nauczyciel wrywa kartkę z flipcharta i dużymi literami zapisuje na górze pytanie: „Dlaczego warto się szczepić?”. Następnie prosi uczniów o przyklejenie kartek z komiksami/rysunkami na większy arkusz. Dobrze, jeśli tali plakat zostanie w sali na dłużej – dzięki temu uczniowie lepiej utrwalą wiedzę o szczepieniach i zapamiętają swój wkład w lekcję.



Nauczyciel mówi:

„Wasze komiksy pokazują, że szczepienia pomagają chronić nas i innych. Warto ufać lekarzom, dbać o zdrowie i pamiętać, że dzięki szczepieniom cała społeczność jest bezpieczniejsza”.

7

Podsumowanie i zakończenie zajęć



Nauczyciel podsumowuje zajęcia słowami:

„Dzisiaj dowiedzieliśmy się, czym są szczepienia, dlaczego są ważne i jak chronią nas oraz innych przed chorobami. Zrozumieliśmy też, co to jest odporność zbiorowa i profilaktyka zdrowotna. Dzięki Waszym rysunkom, dyskusjom i ćwiczeniom widać, że każdy z nas może dbać o zdrowie swoje i społeczności, podejmując świadome i bezpieczne decyzje”.

Następnie wyświetla slajd **Podsumowanie**, rozdaje uczniom karteczki i prosi o napisanie krótkiego listu do młodszego kolegi, w którym w prostych słowach wytłumaczą, czym jest szczepienie i dlaczego warto się szczepić (nauczyciel zbiera podpisane listy i sprawdza je).

Nauczyciel zachęca również uczniów do wykonania opcjonalnej pracy domowej – zapytania rodziców, na jakie choroby są zaszczepieni.



Sposoby dostosowania przebiegu zajęć w zakresie uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi

- Należy dostosować tempo i czas pracy tak, aby osoby ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi (SPE) mogły pracować w poczuciu komfortu i bezpieczeństwa.
- Przy organizacji pracy w grupach warto zadbać o to, by uczniowie ze SPE współpracowali z rówieśnikami neurotypowymi, co sprzyja integracji i wzajemnemu uczeniu się.
- Przed pracą w grupach nauczyciel sam organizuje zespoły, aby uniknąć pominięcia lub przeciążenia uczniów ze specjalnymi potrzebami.



Komentarz metodyczny dla nauczyciela

Celem lekcji z wykorzystaniem scenariusza nie jest jedynie przekazanie wiedzy o szczepieniach, ale także kształtowanie u uczniów pozytywnych postaw wobec profilaktyki zdrowotnej, świadomości znaczenia szczepień oraz odpowiedzialności za zdrowie własne i innych.

Zajęcia wykorzystują różnorodne metody aktywizujące – pracę w parach, burzę mózgow, gry dydaktyczne oraz wizualizacje (mapa myśli, piramida zdrowia, komiksy) – co sprzyja zarówno przyswajaniu wiedzy, jak i rozwijaniu praktycznych umiejętności w zakresie dbania o zdrowie.

Realizując treści zawarte w scenariuszu, można skorzystać z rekomendowanych zasobów Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej (zpe.gov.pl) dostępnych w następujących lekcjach [online, dostęp dn. 1.10.2025]:

- [„Co nam zagraża?”](#);
- [„Szczepienia – film edukacyjny szkoła podstawowa”](#).



Bibliografia

- [„Szczepienia – co o nich wiesz?”](#), (2025), artykuł na stronie akademia.nfz.gov.pl [online, dostęp dn. 1.10.2025].
- [„Szczepienia: Fakty i mity – co każdy powinien wiedzieć?”](#), (2024), artykuł na stronie eklinika.pl [online, dostęp dn. 1.10.2025].
- Wydział Wychowania i Profilaktyki Ośrodka Rozwoju Edukacji, Główny Inspektorat Sanitarny, (2021), [„Szczepienia – profilaktyka chorób zakaźnych. Materiały edukacyjne”](#), Warszawa: Ośrodek Rozwoju Edukacji [online, dostęp dn. 1.10.2025].

Komiks o szczepieniach

KARTA PRACY

Wybierzcie sytuację, którą przedstawicie w formie krótkiego komiksu:

1. **Antek boi się szczepienia**, ale tata tłumaczy mu, że to normalne i potrzebne.
2. **W klasie pojawia się ospa**. Niektórzy uczniowie są zaszczepieni, inni nie. Krystian uczy się, dlaczego szczepienia chronią całą grupę.
3. **Ania zapomina o myciu rąk**, potem choruje, ale szczepienie chroni ją przed poważniejszą chorobą.
4. **Ola słyszy plotki o szczepionkach w internecie** i zastanawia się, komu ufać – lekarzowi czy znajomym.
5. **Michał nie chce się zaszczepić**, bo boi się igły. Marysia, jego koleżanka z klasy, pokazuje mu, że wizyta u lekarza może być szybka i bezpieczna.
6. **Kasia pomaga młodszemu bratu zrozumieć**, czym jest szczepienie i dlaczego warto dbać o zdrowie.

Dodatkowe wskazówki:

- Zadbajcie, by w komiksie znalazły się dialogi, emocje i rozwiązanie problemu.
- Możecie użyć kolorów, symboli lub krótkich podpisów, by lepiej oddać przekaz.
- Na końcu dodajcie krótkie zdanie z morałem lub przesłaniem, np. „Szczepienia pomagają chronić nas wszystkich”.

