

Wybieram profilaktykę w trosce o zdrowie

SCENARIUSZ DO ZAJĘĆ EDUKACYJNYCH OBSZAR: ZDROWIE SEKSUALNE

Scenariusz zajęć został opracowany do wykorzystania na przedmiocie **Edukacja zdrowotna**. Nauczyciel może go elastycznie dopasować do potrzeb konkretnej grupy. Opiera się na codziennych sytuacjach i aktywnościach, co sprzyja diagnozie wiedzy, trenowaniu bezpiecznych reakcji i budowaniu poczucia sprawczości. Nauczyciel decyduje o zakresie i tempie pracy, dbając o neutralny język, prywatność, prawo do pauzy oraz jasne zasady zgody i bezpieczeństwa. Elementy lekcji można wykorzystywać modułowo lub skracać/wydłużać zgodnie z możliwościami uczniów.



Treści programowe

Treści zawarte w scenariuszu odnoszą się do podstawy programowej z zakresu przedmiotu Edukacja zdrowotna, **Dział 8. Zdrowie seksualne, punkt 1.** wymagań fakultatywnych: [uczeń] *wymienia infekcje i choroby przenoszone drogą płciową, w tym kiłę, rzeżączkę, chlamydiozę, zakażenie wirusem HPV, HBV, HCV, HIV i HSV; wymienia uniwersalne zasady profilaktyki infekcji i chorób przenoszonych drogą płciową; rozpoznaje objawy wymagające interwencji lekarskiej.* Koncentrują się na pytaniu wiodącym: „Jakie znaczenie ma seksualność w życiu człowieka między innymi w kontekście rozumienia i respektowania autonomii cielesnej własnej oraz innych osób?”.

Scenariusz jest przeznaczony do wykorzystania w klasach VII–VIII szkoły podstawowej.



Pojęcia kluczowe: seksualność, zdrowie seksualne, infekcje i choroby przenoszone drogą płciową, wirus HPV (wirus brodawczaka ludzkiego), wirus HBV (wirus zapalenia wątroby typu B), wirus HCV (wirus zapalenia wątroby typu C), wirus HSV (wirus opryszki pospolitej)



Cel główny

Przekazanie wiedzy na temat infekcji i chorób przenoszonych drogą płciową, zasad profilaktyki w tym zakresie oraz kształtowanie umiejętności rozpoznawania objawów wymagających interwencji lekarskiej.



Cele operacyjne

Wiedza i umiejętności

Uczeń

- definiuje pojęcia: choroby przenoszone drogą płciową, STI, STD;
- zna najczęstsze choroby przenoszone drogą płciową (np. kiła, rzeżączka, chlamydioza, HIV/AIDS, HPV, opryszczka narządów płciowych);
- potrafi wskazać drogi zakażenia i czynniki ryzyka chorób przenoszonych drogą płciową;
- zna zasady profilaktyki infekcji i chorób przenoszonych drogą płciową oraz metody ochrony przed zakażeniem
- potrafi wskazać, gdzie można uzyskać pomoc i diagnostykę (poradnie, badania);
- rozpoznaje sytuacje zwiększające ryzyko zakażenia chorobami wenerycznymi;
- wskazuje zachowania zmniejszające ryzyko infekcji przenoszonych drogą płciową.

Postawy

Uczeń:

- stosuje zasady profilaktyki infekcji i chorób przenoszonych drogą płciową;
- korzysta z pomocy lekarza w sytuacji rozpoznania u siebie objawów sugerujących infekcję przenoszoną drogą płciową.



Formy pracy

- praca indywidualna;
- praca w grupach;
- praca zbiorowa.



Metody i techniki pracy

- asymilacji wiedzy – pogadanka;
- samodzielnego dochodzenia do wiedzy – burza mózgów;
- metoda problemowa.



Pomoce dydaktyczne

- tablica lub flipchart;
- markery;
- prezentacja multimedialna.



Ewaluacja osiągnięć

- obserwacja aktywności uczniów w trakcie wykonywania zadań i prezentowania wniosków;
- sprawdzenie poprawności wykonywanych zadań;
- pytania podsumowujące: „Czy dowiedziałeś(-aś) się dzisiaj czegoś ważnego, czy dzisiejsza lekcja była dla Ciebie wartościowa?”.

OPIS PRZEBIEGU ZAJĘĆ

1 Powitanie i wprowadzenie

Nauczyciel informuje uczniów, że lekcja będzie dotyczyła tematu chorób przenoszonych drogą płciową.



Nauczyciel zadaje pytanie wprowadzające: „Jakie znacie rodzaje zakażeń, do których może dojść podczas aktywności seksualnej?”. Odpowiedzi zapisuje na tablicy (bakteryjne, wirusowe, pasożytnicze, grzybicze). Można doprecyzować i zapytać: „Jakie znacie choroby, które są skutkiem poszczególnych zakażeń?”.

Spośród podanych przez uczniów chorób nauczyciel wybiera te, które będzie omawiał w ramach lekcji, oraz zapisuje na tablicy terminy medyczne, na które chce zwrócić uwagę: kiła, rzeżączka, chlamydioza, wirusy HPV, HBV, HCV, HIV (ludzki wirus niedoboru odporności) i HSV, kandydoza pochwy itp.

2 Karta pracy: Klasyfikacja wybranych chorób wenerycznych – tabela z opisami wybranych chorób

Uczniowie wraz z kartą pracy otrzymują informacje dodatkowe i zapoznają się z nimi. Uzupełniają tabelę – mają na to 7 minut.

Nauczyciel uzupełnia informacje dotyczące chorób i uczniowie mogą sprawdzić poprawność wypełnionego zadania.

Informacje dodatkowe o chorobach przenoszonych drogą płciową

Zakażenie pasożytnicze i grzybicze

Rzęsistkowica to choroba powodująca zwykle bolesne zapalenie pochwy i obfite, pieniste, cuchnące, żółtozielone upławy, w 10–15% przypadków przebiega bezobjawowo, może ułatwić przenikanie wirusa HIV i wywierać szkodliwy wpływ na przebieg ciąży. Leczenie choroby prowadzi się poprzez podanie leków przeciwpasożytniczych. Kuracja powinna dotyczyć pary, która pozostaje w relacji seksualnej.

Kandydoza pochwy to zakażenie grzybicze, które może wystąpić na skutek zniszczenia naturalnej flory bakteryjnej pochwy np. przez zastosowanie antybiotyków o szerokim zakresie działania. Często także zakażenie drożdżakami może wystąpić u osób chorych na cukrzycę, zmagających się z otyłością czy z poważnym spadkiem odporności. Grzybice zdarzają się także w ciąży. Zakażony może być również partner, dlatego skuteczne leczenie kobiety wymaga objęcia kuracją także partnera.

Zakażenia bakteryjne

Rzeżączka to choroba, która u kobiet we wczesnym stadium zwykle przebiega bezobjawowo, więc kobieta może być nieświadomie nosicielem infekcji. U mężczyzn objawy zakażenia są bardziej dotkliwe i mogą powodować zapalenie cewki moczowej, zaburzenia oddawania moczu i wydzielinę ropną. Zdarzają się także zapalenia pęcherza, a nawet może dojść do zakażenia ogólnoustrojowego. W kontaktach homoseksualnych u mężczyzn na skutek infekcji bakterią mogą wystąpić zakażenia odbytu i gardła, które najczęściej przebiegają bezobjawowo.

Kiła to jedna z poważniejszych chorób przenoszonych drogą płciową. Przebieg choroby ma trzy etapy: pierwotny, wtórny i utajony. Pierwsze

objawy to niewielkie uszkodzenia skóry, występuje także wrzód weneryczny. W kolejnym etapie choroba objawia się wysypką na ciele i twarzy, czerwonobrzęzowe plamki występują na dłoniach i podeszwach stóp. Nieleczona kiła uszkadza układ krążenia i układ nerwowy. Dlatego ważne jest jak najszybsze podjęcie leczenia antybiotykami.

Chlamydia to współcześnie bardzo częsta choroba przenoszona drogą płciową. Przebiega zwykle bezobjawowo. Jednak może prowadzić do poważnych konsekwencji. U 10–40% zakażonych kobiet prowadzi do infekcji bakteryjnych narządów rozrodczych i może być przyczyną niepłodności. U mężczyzn chlamydia może wywoływać zapalenie cewki moczowej i zapalenie najądrza.

Zakażenia wirusowe

Brodawki płciowe są wywoływane przez **wirus HPV**, który ma wiele odmian. Niektóre warianty wywołują łagodne zmiany (brodawki, kłykciny) na skórze lub w okolicach narządów płciowych, inne (HPV16 i HPV18) wywołują nowotwory złośliwe, np. raka szyjki macicy, raka prącia, a nawet jamy ustnej i gardła.

Zapalenie wątroby typu B lub C (HBV/HCV) to zakażenia wirusowe o zróżnicowanym przebiegu. Od bezobjawowych, przez epizody ostrego zapalenia wątroby (w pełni uleczalnych) do przewlekłej postaci choroby, niekiedy prowadzącej do śmierci. Typ B częściej przenoszony jest drogą płciową niż typ C (częściej przez kontakt z zakażoną krwią, przez uszkodzoną skórę lub błony śluzowe).

Opryszczkę narządów płciowych powoduje **odmiana wirusa HSV**. Jest to typ 2. HSV1 jest patogenem opryszczki pospolitej występującej w okolicach jamy ustnej. HSV2 wywołuje zwykle opryszczkę na wargach sromowych

lub na szyjce macicy u kobiet. Natomiast u mężczyzn na trzonie lub żołędzi prącia. Zmiany są bolesne i oporne na leczenie. Opryszczka pospolita może się przenosić także na narządy płciowe. Najczęściej do zakażenia dochodzi poprzez kontakty ustno-genitalne w początkowej fazie opryszczki. Wirus HSV jest też niebezpieczny dla kobiet w ciąży i noworodków.

HIV (ludzki wirus niedoboru odporności) jest najbardziej znanym obecnie zakażeniem przenoszonym drogą płciową. Można zarazić się także przez transfuzję zakażonej krwi lub poprzez zakażone igły u osób używających narkotyków. W początkowym etapie infekcji osoba zakażona ma objawy podobne do dolegliwości grypowych. W ponad połowie przypadków na twarzy i tułowi pojawia się plamisto-grudkowa wysypka przypominająca rumień. Okres inkubacji wirusa zwykle przebiega bezobjawowo i może trwać całe lata. Nosiciel lub nosicielka wirusa może funkcjonować i cieszyć się dobrą kondycją, jednak z czasem układ odpornościowy zaatakowany przez HIV jest coraz bardziej uszkodzony. Nielezione zakażenie przechodzi w chorobę AIDS (zespół nabytego niedoboru odporności), który prowadzi do rozwoju poważnych schorzeń, gdyż organizm na tym etapie nie potrafi bronić się przed patogenami. Nie zawsze z wirusa HIV rozwija się AIDS, są duże szanse zahamowania namnażania się wirusa, jeśli terapia rozpocznie się odpowiednio wcześnie. Leki na HIV należy brać do końca życia, są one skuteczne w zatrzymaniu wirusa.

Źródło:

Bancroft J., (2012), „Seksualność człowieka”, Wrocław: Edra Urban & Partner.

3 Praca grupowa: Czynniki chroniące i czynniki ryzyka – profilaktyka chorób wenerycznych

Uczniowie podzieleni na grupy, np. 5-osobowe, na podstawie przeczytanych w prezentacji informacji omawiają, jak skutecznie chronić się przed zakażeniami w kontaktach seksualnych, podają czynniki ryzyka i czynniki chroniące.

Nauczyciel wskazuje, które grupy przygotowują czynniki chroniące, a które czynniki ryzyka. Po ustalonym czasie uczniowie wymieniają się wnioskami z pracy grupowej.

Nauczyciel uzupełnia wnioski uczniów, podając dodatkowe informacje o profilaktyce chorób wenerycznych.

Propozycja omówienia dla nauczyciela

Czynniki ryzyka:

- przygodne stosunki seksualne;
- częsta zmiana partnerów seksualnych, wielu partnerów seksualnych;
- obecność innych infekcji lub uszkodzenia skóry lub błon śluzowych w ciele, a zwłaszcza w okolicach intymnych;
- wczesna inicjacja seksualna, zwłaszcza w przypadku wirusa HPV (prowadzi do raka szyjki macicy), dlatego zaleca się szczepienia ochronne dla dziewczynek, nawet od 9 roku życia;
- używanie substancji psychoaktywnych (alkoholu, narkotyków i innych, które sprzyjają podejmowaniu zachowań ryzykownych także seksualnych);
- różne techniki seksualne (np. oralne, analne);
- niski poziom wiedzy i brak odpowiednich badań (zaleca się na przykład, aby kobiety wykonywały badania cytologiczne co roku,

natomiast test na HIV można wykonać bezpłatnie, anonimowo i bez skierowania, w jednym z punktów konsultacyjno-diagnostycznych (PKD). Ich adresy i godziny pracy można znaleźć na stronie: aids.gov.pl/pkd).

- działanie bez konsultacji z lekarzem w przypadku infekcji lub niepokojących objawów z powodu zawstydzenia, zaniedbania, braku uważności itp.
- brak stosowania zabezpieczenia mechanicznego w postaci prezerwatywy, która zmniejsza ryzyko zakażenia większością chorób wenerycznych, poza tymi, które są przenoszone poprzez kontakt skórny (np. opryszczka narządów płciowych).

Czynniki chroniące:

- stosowanie zabezpieczeń mechanicznych (prezerwatyw), które zmniejszają w pewnym stopniu ryzyko zakażenia;
- wykonywanie badań kontrolnych, a w przypadku infekcji zgłaszanie się do lekarza,
- szczepienia ochronne (HPV, HBV);
- inicjacja seksualna, a następnie aktywność seksualna podejmowana w warunkach bezpiecznych, w poczuciu odpowiedzialności za zdrowie własne i partnerki/partnera;
- unikanie ryzykownych, przygodnych kontaktów seksualnych;
- wybór stałego partnera seksualnego i wierność;
- świadomość własnego zdrowia seksualnego, otwarta rozmowa z partnerem na temat zdrowia intymnego.

4

Podsumowanie

Nauczyciel wyświetla prezentację multimedialną. Uczniowie widzą na slajdzie opis przypadku oraz pytanie: **Co to za choroba, patogen?**, następnie dzielą się swoimi pomysłami. Nauczyciel na tym samym slajdzie

wyświetla poprawną odpowiedź i kolejne pytanie: **Jakie są zalecenia w tym przypadku?** Po propozycjach uczniów wyświetla prawidłową odpowiedź. Każdy wiersz tabeli to osobny slajd, na którym informacje pojawiają się stopniowo, zgodnie z tempem pracy uczniów.

Opis przypadku	Nazwa choroby/ patogenu	Ocena sytuacji/ zalecenie
<p>Slajd 2</p> <p>Okolo trzy tygodnie po spotkaniu towarzyskim pewna kobieta zaczęła czuć się źle. Miała gorączkę, objawy przypominające przeziębienie, silnie się pociła w nocy i zauważyła na skórze drobną, grudkowatą wysypkę na ciele.</p>	HIV – wirus nabytego niedoboru odporności	Konieczna wizyta u lekarza celem konsultacji i wykonania testu
<p>Slajd 3</p> <p>Mężczyzna odczuwa ból i pieczenie przy oddawaniu moczu, od dwóch dni obserwuje wydzielinę ropną z cewki moczowej.</p>	Rzęsistkowica, rzeżączka, chlamydia	Konieczne zgłoszenie do lekarza, celem pobrania materiału do badań (wymaz z cewki moczowej, próbka moczu)
<p>Slajd 4</p> <p>Pacjentka zgłasza się do ginekologa z wrzodziejącą zmianą na wargach sromowych. Zgłasza, że wcześniej w tym miejscu wyczuwała twardą niebolesną grudkę.</p>	Kiła	Wymaga leczenia, antybiotykiem, najczęściej penicyliną

Opis przypadku	Nazwa choroby/ patogenu	Ocena sytuacji/ zalecenie
<p>Slajd 5</p> <p>Pacjent zgłasza się do lekarza z bolesnymi krostkami napełnionymi płynem na wewnętrznej stronie prawego uda oraz w okolicy penisa.</p>	<p>HSV – opryszczka narządów płciowych</p>	<p>Wymaga leczenia lekami przeciwwirusowymi, zadbania o odporność organizmu, aby zapobiegać nawrotom</p>
<p>Slajd 6</p> <p>Pacjentka zgłasza się z problemem długotrwałego spadku apetytu i zmęczenie. Zaalarmowało ją zażółcenie białek ocznych.</p>	<p>Zapalenie wątroby typu B lub C, wirus HBV lub HCV</p>	<p>Wymaga sprawdzenia w kierunku żółtaczki i leczenia przeciwwirusowego</p>
<p>Slajd 7</p> <p>Pacjentka zgłasza się do lekarza z powodu zaobserwowanych zmian na wargach sromowych. Pacjentka wyczuła drobne miękkie, grudkowate zmiany, jakby brodawki.</p>	<p>HPV – wirus brodawczaka ludzkiego</p>	<p>Wymaga leczenia miejscowego, lekarz może też zaproponować usunięcie zmian</p>



Sposoby dostosowania przebiegu zajęć dla uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi

- Dla uczniów z trudnościami w uczeniu się: możliwość pracy z pomocą nauczyciela lub kolegi, wydłużony czas na wykonanie zadania indywidualnego.
- Dla uczniów z dysleksją: zapewnienie czytelnych materiałów edukacyjnych (duża czcionka, kontrast).
- Dla uczniów z nadpobudliwością: zaangażowanie w prowadzenie lekcji, notowanie na tablicy wniosków, włączenie grafik, zdjęć i prezentacji multimedialnej.
- Dla uczniów słabowidzących: możliwość powiększenia slajdów lub materiałów, odczytywanie treści przez nauczyciela.



Komentarz metodyczny dla nauczyciela

Choroby weneryczne to zagadnienie wrażliwe, związane z intymnością i sferą seksualności. Wymaga od nauczyciela taktu, empatii oraz neutralności światopoglądowej. Uczniowie mogą odczuwać skrępowanie, dlatego warto stworzyć atmosferę zaufania i otwartości, ale bez presji do dzielenia się osobistymi doświadczeniami. Głównym celem zajęć nie jest wzbudzanie lęku, lecz przekazanie rzetelnej, aktualnej i medycznie sprawdzonej wiedzy. Istotne jest kształtowanie postawy odpowiedzialności za własne zdrowie seksualne oraz poszanowania zdrowia partnera. Należy unikać oceniania zachowań uczniów, zamiast tego koncentrować się na konsekwencjach zdrowotnych i możliwościach profilaktyki. Trzeba zwracać uwagę na odpowiedzialność i szacunek w relacjach międzyludzkich, nie tylko na samą medycynę. Choroby weneryczne mogą dotyczyć każdego – nie są przypisane do określonych grup.

Scenariusz został przygotowany tak, aby uczniowie mieli możliwość samodzielnie pozyskać wiedzę na temat chorób przenoszonych drogą płciową. Dzięki temu będzie wzrastała ich świadomość w kwestii zdrowia seksualnego, a w dalszej perspektywie poczucie odpowiedzialności za swoje działania w aspekcie tworzenia związków seksualnych.

Realizując treści zawarte w scenariuszu, można skorzystać z rekomendowanych zasobów Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej (zpe.gov.pl) w zakresie edukacji zdrowotnej. Można skorzystać także z treści w następujących lekcjach [online, dostęp dn. 11.12.2025]:

- [„Sprawdź się – treści szkodliwe”](#);
- [„Układ immunologiczny w walce z HIV – wprowadzenie/quiz”](#).



Bibliografia

- Bancroft J., (2012), „Seksualność człowieka”, Wrocław: Wydawnictwo Medyczne EDRA Urban & Partner.
- [„Czy mężczyźni chorują inaczej?”](#), (b.r.), informacje na stronie pacjent.gov.pl [online, dostęp dn. 13.12.2025].
- Janicka I., Szymczak W. (red.), (2019), „Psychologia rodziny”, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Marcinkowski J.T., Boratyńska M., (2015), „Promocja zdrowia seksualnego. Wybrane zagadnienia”, Poznań: Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego.
- [„Nie daj się rakowi szyjki macicy”](#), (b.r.), informacje na stronie pacjent.gov.pl [online, dostęp dn. 13.12.2025].
- Polska Agencja Prasowa, Krajowe Centrum ds. AIDS., (2023), [„Profilaktyka HIV i AIDS w Polsce”](#), informacje na stronie aids.gov.pl [online, dostęp dn. 13.12.2025].

Klasyfikacja wybranych chorób wenerycznych

KARTA PRACY

Uzupełnij tabelę.

Choroba	Rodzaj zakażenia	Patogen
Rzęsistkowica		
Kandydoza pochwy		
Rzeżączka		
Kiła		
Chlamydia		
Brodawki płciowe		
Zapalenie wątroby typu B lub C		
Opryszczka narządów płciowych		
AIDS		

Klasyfikacja wybranych chorób wenerycznych (klucz dla nauczyciela)

KARTA PRACY

Choroba	Rodzaj zakażenia	Patogen
Rzęsistkowica	pasożytnicze	rzęsistek
Kandydoza pochwy	grzybicze	<i>Candida albicans</i>
Rzeżączka	bakteryjne	gonokoki
Kiła	bakteryjne	krętek bładny
Chlamydia	bakteryjne	Chlamydia trachomatis
Brodawki płciowe	wirusowe	HPV
Zapalenie wątroby typu B lub C	wirusowe	HBV/HCV
Opryszczka narządów płciowych	wirusowe	HSV
AIDS	wirusowe	HIV