

Moje ciało się zmienia – poznaję jego budowę

SCENARIUSZ DO ZAJĘĆ EDUKACYJNYCH

OBSZAR: ZDROWIE SEKSUALNE

Scenariusz zajęć został opracowany do wykorzystania na przedmiocie **Edukacja zdrowotna**. Nauczyciel może elastycznie dostosować zakres treści i słownictwo do wieku, tempa rozwoju uczniów, z którymi prowadzi zajęcia. Scenariusz wprowadza uczniów w temat budowy i podstawowych funkcji narządów płciowych, określanych jako miejsca intymne, a także zasad higieny i akceptacji zmian zachodzących w okresie dojrzewania. Nauczyciel adekwatnie dobiera formy i zakres treści, uwzględniając potrzeby, wiek oraz gotowość emocjonalną swoich uczniów.



Treści programowe

Treści zawarte w scenariuszu odnoszą się do podstawy programowej z zakresu przedmiotu Edukacja zdrowotna, **Dział 8. Zdrowie seksualne, punkt 2.** [uczeń] *omawia budowę i podstawowe funkcje narządów płciowych wewnętrznych i zewnętrznych*. Koncentrują się na pytaniu wiodącym: „Jak kształtować pozytywną postawę wobec seksualności człowieka wraz z respektowaniem autonomii cielesnej swojej i innych osób?”.

Scenariusz jest przeznaczony do wykorzystania w klasach IV–VI szkoły podstawowej.



Pojęcia kluczowe: miejsca intymne, narządy rozrodcze



Cel ogólny

Uświadomienie uczniom, że chłopcy i dziewczynki mają wiele wspólnych cech budowy ciała, ale różnią się narządami rozrodczymi, które pełnią określone funkcje biologiczne.



Cele szczegółowe

Wiedza i umiejętności

Uczeń:

- rozróżnia podstawowe różnice w budowie ciała dziewcząt i chłopców;
- potrafi wymienić podstawowe narządy rozrodcze kobiety i mężczyzny;
- rozumie, że różnice w budowie wynikają z naturalnych procesów biologicznych;
- zna poprawne słownictwo dotyczące budowy ciała człowieka i narządów rozrodczych.

Postawy

Uczeń:

- używa prawidłowych nazw anatomicznych narządów rozrodczych;
- mówi o ciele innych osób z taktem i szacunkiem;
- okazuje szacunek wobec ciała własnego oraz ciała innych osób, respektując granice prywatności i intymności.



Formy pracy

- praca indywidualna;
- praca grupowa;
- praca zbiorowa.



Metody i techniki pracy

- metody asymilacji wiedzy – rozmowa kierowana, prezentacja multimedialna, pokaz;
- metody samodzielnego dochodzenia do wiedzy – zabawa problemowa, odkrywanie poprzez działanie.



Pomoce dydaktyczne

- dwa kontury postaci;
- zestaw karteczek z nazwami części wspólnych ciała;
- zestaw karteczek z nazwami narządów rozrodczych;
- 2 pudełka lub pojemniki do losowania;
- prezentacja multimedialna „Budowa narządów rozrodczych człowieka”;
- tablica, magnesy, markery.



Ewaluacja osiągnięć

Analiza poprawności wykonania zadań.

OPIS PRZEBIEGU ZAJĘĆ

1

Wprowadzenie

Nauczyciel wita się z uczniami i zapowiada, że temat lekcji jest wyjątkowy, ale zdradzi go dopiero po krótkiej zabawie. Na tablicy (lub ścianie) umieszcza neutralny kontur postaci dziecka, a do pudełka wkłada karteczki z nazwami wspólnych dla mężczyzn i kobiet części ciała (karta pracy nr 1).

Następnie nauczyciel przechodzi do wyjaśnienia zasad zabawy. Zwraca uwagę uczniów na kontur postaci wywieszony na tablicy. Wyjaśnia, że przedstawia on dziecko, ale nie wiadomo jeszcze, czy jest to chłopiec, czy dziewczynka. Podkreśla, że zadaniem klasy będzie stopniowe odkrywanie tej informacji.

Nauczyciel wskazuje pudełko z karteczkami i mówi, że znajdują się w nim nazwy różnych części ciała. Uczniowie będą je losować po kolei, a następnie decydować, czy dana część ciała pozwala określić płeć przedstawionej postaci, czy nie.

Zadaniem uczniów będzie przyklejenie lub przyłożenie karteczki we właściwym miejscu na konturze oraz wspólne zastanowienie się, czy dana informacja przybliży ich do rozwiązania zagadki.



Nauczyciel pyta: „Czy udało się rozpoznać, czy to chłopiec, czy dziewczynka?”. Gdy uczniowie stwierdzą, że odgadnięcie płci postaci było niemożliwe na podstawie wylosowanych części ciała, nauczyciel może zadać pytanie pogłębiające: „Jakie nazwy części ciała musiałyby znaleźć się w pudełku, żebyście mogli rozpoznać, czy to jest chłopiec, czy dziewczynka?”.

Uczniowie najczęściej wskażą, że byłyby to narządy płciowe, ponieważ to one różnią dziewczynki i chłopców. Gdy padnie taka odpowiedź, nauczyciel potwierdza ją i przechodzi do kolejnego etapu zajęć, mówiąc, że właśnie teraz zajmą się poznawaniem nazw i wyglądu narządów rozrodczych człowieka oraz ich funkcji.

2 Prezentacja multimedialna

Nauczyciel wyświetla materiał multimedialny dotyczący budowy układu rozrodczego człowieka. Po zakończeniu prezentacji nauczyciel metodą pogadanki podsumowuje treści zawarte w obejrzanym materiale.

3 Zabawa „Drugi kontur”

Po krótkim podsumowaniu nauczyciel płynnie przechodzi do kolejnego ćwiczenia. Umieszcza w widocznym miejscu drugi kontur postaci. Następnie zwraca się do uczniów, mówiąc, że ma przed sobą jeszcze jedno pudełko, a w nim karteczki z nazwami narządów rozrodczych człowieka (karta pracy nr 2). Wyjaśnia, że teraz sprawdzą wspólnie, ile z prezentacji udało im się zapamiętać.

Nauczyciel zaprasza chętnych uczniów do podejścia, wylosowania jednej karteczki i przeczytania znajdującej się na niej nazwy. Zadaniem każdego ucznia jest określenie, czy dany narząd należy do układu rozrodczego kobiety, czy mężczyzny, a następnie przyłożenie lub przyklejenie karteczki na odpowiednim konturze postaci. Pierwszy losujący karteczkę decyduje, która z dwóch postaci będzie dziewczynką, a która chłopcem. Kolejni uczniowie przypinają wylosowane nazwy do właściwej postaci, kierując się tym, czego dowiedzieli się z prezentacji.

Po przypięciu wszystkich kartek nauczyciel omawia krótko, że obie postacie mają inne narządy rozrodcze, ale obydwa układy są równie ważne i pełnią tę samą funkcję – umożliwiają przekazywanie życia.

4 Inne różnice

Po zakończeniu zabawy z przypinaniem nazw narządów nauczyciel wyświetla uczniom **slajd z ilustracją przedstawiającą dorosłego mężczyznę i dorosłą kobietę** (ok. 30 lat, w codziennym ubraniu, w plenerze – końcowy slajd prezentacji).



Nauczyciel mówi: „Zobaczcie teraz, jak wyglądają dorosły mężczyzna i dorosła kobieta. Widzimy, że różnią się nie tylko narządami rozrodczymi, o których dziś mówiliśmy, ale także budową całego ciała. Te różnice pojawiają się stopniowo w okresie dojrzewania – czyli właśnie w wieku, w którym Wy teraz jesteście.

Narządy rozrodcze, które poznaliście, zaczynają wtedy pełnić także inną funkcję – wytwarzają hormony, czyli specjalne substancje, które kierują rozwojem ciała. U dziewcząt hormony powodują, że rozwijają się piersi, ciało staje się bardziej zaokrąglone i miękkie. U chłopców natomiast hormony sprawiają, że pojawia się zarost, obniża się głos, a mięśnie stają się silniejsze. Te zmiany są całkowicie naturalne i każdy przechodzi je w swoim tempie. Nie ma więc dwóch osób, które dojrzewają dokładnie tak samo”.

5 Podsumowanie



Nauczyciel mówi: „Podczas dzisiejszej lekcji poznaliśmy budowę i podstawowe funkcje żeńskiego oraz męskiego układu rozrodczego. Dowiedzieliśmy się, że narządy te współpracują ze sobą jak zespół i że ich rozwój oraz działanie rozpoczynają się stopniowo w okresie dojrzewania.

Na zakończenie chciał(a)bym, abyście chwilę się zastanowili i odpowiedzieli na pytanie: Co było dla Was ważne na dzisiejszej lekcji?”.



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

Lekcja zaplanowana jest w taki sposób, by przekaz wiedzy o budowie i funkcjach narządów rozrodczych miał charakter aktywizujący i angażujący uczniów. Nie jest to rozmowa o intymności, lecz rzetelna edukacja biologiczno-zdrowotna prowadzona w bezpiecznej, szkolnej formie. Konstrukcja zajęć – oparta na zabawie w losowanie karteczek i stopniowe odkrywanie informacji – sprzyja ciekawości poznawczej i stopniowemu przełamywaniu napięcia związanego z tematem. Najpierw uczniowie losują nazwy części ciała wspólnych dla obu płci, a następnie stopniowo poznają te, które różnicują dziewczęta i chłopców. Dzięki temu naturalnie odkrywają, że większość naszego ciała jest wspólna, a różnice dotyczą jedynie określonego obszaru odpowiedzialnego za funkcje rozrodcze.

Metoda losowania i dopasowywania karteczek angażuje emocjonalnie, ale w sposób kontrolowany, utrwała wiedzę poprzez aktywność uczniów, którzy uczą się przez działanie i współpracę, co zwiększa trwałość zapamiętywania (tzw. uczenie przez doświadczenie). Po zabawie następuje wprowadzenie multimedialne, które porządkuje poznane treści i pozwala połączyć nazwy z ich funkcjami. Całość zamyka rozmowa podsumowująca, która kieruje uwagę uczniów na zależność między dojrzewaniem a zmianami w wyglądzie ciała dorosłego człowieka.

Wymiar wychowawczy i prewencyjny tej lekcji jest równie istotny jak aspekt poznawczy. Uczniowie, którzy potrafią nazywać części ciała językiem naukowym, łatwiej opisują dolegliwości, zmiany zdrowotne czy sytuacje niepokojące. Prawidłowe nazewnictwo zwiększa bezpieczeństwo, bo pozwala dziecku jasno i skutecznie zakomunikować, co się dzieje.

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]:

- [„Budowa i funkcjonowanie układu rozrodczego człowieka”](#);
- [„Żeński i męski układ rozrodczy”](#).

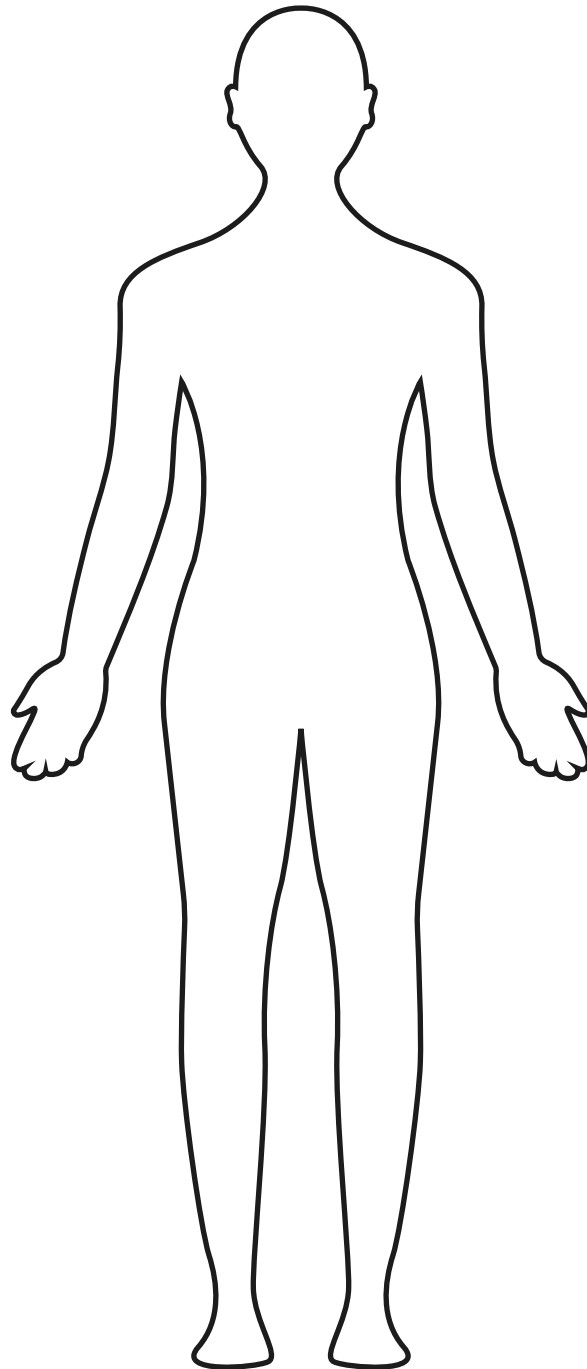


Bibliografia

- Bochenek A., Reicher M. (red.), (2018), „Anatomia człowieka”, Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL.
- Lew-Starowicz Z., Skrzypulec-Plinta V., Jarząbek-Bielecka G. (red.), (2017), „Seksuologia. Podręcznik dla studentów medycyny i lekarzy”, Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL.
- Sokołowska-Pituchowa J. (red.), (2020), „Anatomia człowieka. Podręcznik dla studentów medycyny”, Warszawa: Wydawnictwo Lekarskie PZWL.

Części ciała

KARTA PRACY NR 1



Części ciała wspólne dla kobiet i mężczyzn

KARTA PRACY NR 2



głowa	włos	czoło	oko prawe
oko lewe	brew prawa	brew lewa	rzęsa
ucho prawe	ucho lewe	nos	policzek prawy
policzek lewy	usta	ząb	język
broda	szyja	bark prawy	bark lewy
ramię prawe	ramię lewe	klatka piersiowa	żebro
plecy	brzuch	pępek	biodro prawe
biodro lewe	łokiec prawy	łokiec lewy	przedramię prawe
przedramię lewe	nadgarstek prawy	nadgarstek lewy	dłoń prawa
dłoń lewa	paznokieć	udo prawe	udo lewe
kolano prawe	kolano lewe	łydka prawa	łydka lewa
kostka prawa	kostka lewa	stopa prawa	stopa lewa
palec u stopy	pięta	mózg	serce
płuco prawe	płuco lewe	żołądek	wątroba
nerka prawa	nerka lewa	jelito	mięsień
kość			



srom	pochwa
macica	jajowody
jajniki	prącie
moszna	jądra
najądrza	nasieniowody
pęcherzyki nasienne	prostata