

Prospołeczność w praktyce – jak moje działania mogą wspierać zdrowie publiczne?

SCENARIUSZ DO ZAJĘĆ EDUKACYJNYCH OBSZAR: WARTOŚCI I POSTAWY

Scenariusz zajęć został opracowany do wykorzystania na przedmiocie **Edukacja zdrowotna**. Nauczyciel może elastycznie dostosować zaproponowane 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 1. Wartości i postawy, punkt 5.** *[uczeń] przyjmuje postawę prospołeczną w odniesieniu do zdrowia innych osób; rozumie ideę zachowań prozdrowotnych w kontekście zdrowia publicznego, w tym donacji krwi, szczepień ochronnych, badań profilaktycznych oraz unikania zażywania substancji psychoaktywnych; rozumie, na czym polega kultura wolontariatu i ma świadomość, że służy ona dobru innych osób, w tym działaniom na rzecz ochrony środowiska naturalnego.* Koncentrują się na pytaniu przewodnim: „Jak kształtować postawy i wartości związane z godnością, szacunkiem oraz prospołecznym podejściem do zdrowia i troską o środowisko naturalne?”.

Scenariusz jest przeznaczony do wykorzystania w klasach VII–VIII.



Pojęcia kluczowe: zdrowie publiczne, zachowania prozdrowotne, postawa prospołeczna, donacja krwi, szczepienia ochronne, badania profilaktyczne, unikanie zażywania substancji psychoaktywnych, wolontariat prozdrowotny



Cel główny

Pogłębienie wiedzy i rozumienia idei zachowań prozdrowotnych w zakresie zdrowia publicznego; kształtowanie postawy prospołecznej w odniesieniu do zdrowia innych osób.



Cele operacyjne

Wiedza i umiejętności

Uczeń:

- definiuje pojęcia: prospołeczność, zdrowie publiczne, zachowania prozdrowotne;
- podaje przykłady zachowań prozdrowotnych i omawia szczegółowo wybrane z nich;
- wymienia korzyści dla społeczeństwa płynące z zachowań prozdrowotnych;
- wskazuje możliwości własnego zaangażowania w propagowanie zachowań prozdrowotnych;
- wyjaśnia ideę wolontariatu prozdrowotnego i podaje przykłady inicjatyw z nim związanych.

Postawy

Uczeń:

- własnym postępowaniem daje przykład zachowań prozdrowotnych;
- włącza się w upowszechnianie akcji prozdrowotnych służących zdrowiu publicznemu;
- okazuje otwartość na udział w wolontariacie prozdrowotnym lub innych inicjatywach wspierających promocję zdrowia.



Formy pracy

- praca indywidualna;
- praca w grupach (ewentualnie w parach);
- praca zbiorowa.



Metody pracy

- metody asymilacji wiedzy – miniwykład, film, prezentacja;
- metody samodzielnego dochodzenia do wiedzy – wędrujące plakaty, quiz interaktywny;
- metody praktyczne – ulotka lub komiks.



Pomoce dydaktyczne

- prezentacja „Prospołeczność w praktyce”;
- duże arkusze papieru;
- sprzęt do odtworzenia prezentacji oraz filmów;
- wydrukowane karty pracy;
- kartki dla uczniów do przygotowania ulotek lub komiksów.



Ewaluacja osiągnięć

- analiza wypowiedzi uczniów;
- obserwacja zaangażowania w aktywności;
- analiza prezentacji wyników pracy w grupach i wypełnionych kart pracy oraz ulotek/komiksów.

OPIS PRZEBIEGU ZAJĘĆ

1

Wprowadzenie

Nauczyciel przedstawia i zapisuje temat lekcji: **Prospołeczność w praktyce – jak moje działania mogą wspierać zdrowie publiczne?**

Następnie przybliży uczniom cele lekcji i wprowadza ich w temat. Rozpoczyna rozmowę pytaniem: „Kto powinien dbać o zdrowie ludzi?”. Zapisuje na tablicy odpowiedzi uczniów w kolejności, w jakiej padają. Następnie uczniowie wspólnie porządkują je, zaczynając od osób i instytucji ponoszących największą odpowiedzialność.

Następnie nauczyciel prezentuje slajd 1 prezentacji dołączonej do scenariusza i omawia zmiany, jakie zachodziły w systemie ochrony zdrowia. Następnie wyświetla slajd 2, na którym wskazane są trzy główne cele systemu zdrowotnego: zapobieganie, opieka i leczenie. Prosi uczniów o ich uszeregowanie od najważniejszego do najmniej istotnego (np. poprzez głosowanie i podnoszenie ręki).

W podsumowaniu, w zależności od wyników, nauczyciel zwraca uwagę na profilaktykę, nawiązując do powiedzenia: „lepiej zapobiegać niż leczyć”.

2

Miniwykład

Nauczyciel krótko wyjaśnia pojęcia zawarte w temacie lekcji (slajdy 3, 4 i 5). Podkreśla konieczność angażowania się wszystkich członków społeczności w troskę o zdrowie publiczne i przypomina, że zdrowie jest uniwersalną wartością, której brak ma swoje skutki społeczne. Wyświetla slajd 6 i omawia każdą z kategorii zachowań, zachęcając uczniów do podzielenia się ich rozumieniem tych kategorii.

W kolejnym kroku uczniowie realizują ćwiczenie „[Spadające płatki](#)” – odgadują pojęcia związane ze zdrowiem publicznym.

Następnie nauczyciel wyświetla slajdy 7 i 8 prezentacji, omawiając zachowania wskazane przez uczniów. Może uzupełniać swoją wypowiedź krótkimi filmami [online, dostęp dn. 26.08.2025]:

- film z cyklu „Twoja krew moje życie” – odcinek „[Dawca](#)” na stronie kampanii „Twoja krew, moje życie” (nauczyciel podkreśla, że uczniowie jeszcze nie mogą oddawać krwi, ale mogą zachęcać do tego innych, czas trwania: 2 min 25 s);
- film „[Zapobieganie chorobom #5 \[Moje bezpieczeństwo\]](#)” na kanale Pi-stacja Przyroda na YouTube (czas trwania: 7 min 39 s);
- film „[Lepiej zapobiegać niż leczyć](#)” na kanale Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego na YouTube (fragment od 4:05 do 8:32, czas trwania: 4 min 27 s);
- film „[Jak to działa: dopalacze](#)” na kanale Krajowego Biura ds. Przeciwdziałania Narkomanii KBPN na YouTube (czas trwania: 4 min 51 s).

3

Wędrujące plakaty

Uczniowie dzielą się na cztery zespoły (np. przez odliczanie do czterech) i siadają w osobnych kręgach. Każdy z nich otrzymuje arkusz papieru złożony na pół. Zadaniem uczniów jest wypisanie korzyści i wyzwań związanych z działaniem przypisanym grupie:

- grupa 1 – profilaktyka,
- grupa 2 – krwiodawstwo,
- grupa 3 – szczepienia,
- grupa 4 – unikanie substancji psychoaktywnych.

Korzyści uczniowie zapisują na zewnętrznej stronie arkusza, a wyzwania – wewnątrz. Po zakończeniu pracy arkusze przekazywane są kolejnemu zespołowi. Tam przedstawiciel odczytuje wcześniejsze zapisy i – jeśli zespół ma dodatkowe pomysły – uzupełnia je. W ten sposób każdy arkusz trafia kolejno do wszystkich zespołów. Na koniec przedstawiciele odczytują całość, a plakaty zostają umieszczone w widocznym miejscu w klasie.



Przykłady:

Działanie	Korzyść	Wyzwania
Profilaktyka	<ul style="list-style-type: none"> wczesne wykrywanie chorób lepsze samopoczucie dłuższe życie 	<ul style="list-style-type: none"> konieczność systematyczności koszty niektórych badań brak czasu lub motywacji
Krwiodawstwo	<ul style="list-style-type: none"> ratowanie życia innym poczucie satysfakcji i bycia potrzebnym możliwość bezpłatnych badań krwi 	<ul style="list-style-type: none"> lęk przed igłą konieczność poświęcenia czasu możliwe chwilowe osłabienie po donacji
Szczepienia	<ul style="list-style-type: none"> ochrona przed chorobą zmniejszenie ryzyka epidemii ochrona osób szczególnie narażonych (np. seniorów, niemowląt) 	<ul style="list-style-type: none"> lęk przed bólem możliwe skutki uboczne (zazwyczaj łagodne) dezinformacja i fake newsy w mediach
Unikanie substancji psychoaktywnych (alkohol, narkotyki, papierosy)	<ul style="list-style-type: none"> ochrona zdrowia fizycznego i psychicznego brak ryzyka uzależnienia lepsza kondycja i koncentracja 	<ul style="list-style-type: none"> presja rówieśnicza pokusa „spróbowania” dla zabawy łatwa dostępność niektórych substancji

4**Praca z kartą pracy – zadanie 1**

Nauczyciel rozdaje uczniom kartę pracy, a ci samodzielnie ją uzupełniają, dopisując do każdego z podanych zachowań prozdrowotnych argument, który mógłby zmotywować rówieśników do podobnego działania.

Po wykonaniu zadania chętni uczniowie odczytują swoje odpowiedzi. Podsumowując je, nauczyciel zauważa, że uczniowie mają wielkie możliwości kształtowania zachowań prozdrowotnych u innych – poprzez własny przykład, zachętę, a także bardziej zorganizowane działania w ramach wolontariatu.

Następnie nauczyciel wyświetla slajd 9 prezentacji, wyjaśnia ideę wolontariatu i zachęca uczniów do dzielenia się znanymi im inicjatywami o charakterze prozdrowotnym. W rozmowie warto też zapytać o akcje profilaktyczne, z którymi uczniowie spotkali się w przestrzeni publicznej, medialnej, a także we własnej szkole. Przykłady te mogą być zapisane w karcie pracy (o ile nauczyciel nie przewiduje realizacji zadania 2 i 3 z karty pracy w innym momencie lekcji).

5**Praca twórcza**

Uczniowie w parach lub małych grupach wykonują wybraną pracę twórczą:

- ulotkę „Moje trzy sposoby na wspieranie zdrowia innych”;
- komiks, którego treścią będzie nakłanianie innych do zachowań prozdrowotnych lub opis działalności rówieśnika zaangażowanego w wolontariat prozdrowotny.

O ile uczniowie wyrażą zgodę, zdjęcia lub skany ich prac mogą zostać zaprezentowane np. na gazetce w okolicach gabinetu pielęgniarki lub na stronie szkoły w specjalnej zakładce (lub w lokalnym ośrodku zdrowia).



Sposoby dostosowania przebiegu zajęć w zakresie uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi

- W przypadku uczniów niewidomych/słabowidzących nauczyciel zastępuje materiały wizualne komentarzem, nagraniem lub odczytanym tekstem.
- Dla uczniów w spektrum autyzmu dodaje etap wspólnego omówienia materiałów wizualnych; zainteresowanym tematyką może zaproponować rozszerzenie zagadnienia w wybranej formie na kolejne zajęcia.
- Przed pracą w grupach nauczyciel sam organizuje zespoły, aby uniknąć pominięcia lub przeciążenia uczniów ze specjalnymi potrzebami.



Komentarz metodyczny dla nauczyciela

Ze względu na ilość materiału warto rozważyć przeprowadzenie cyklu lekcji na ten temat – wówczas nauczyciel samodzielnie decyduje o podziale treści stosownie do celów poszczególnych jednostek.

Filmy, które można wykorzystać podczas zajęć [online, dostęp dn. 2.09.2015]:

- film „[Kampania społeczna Planuję długie życie – badania profilaktyczne mężczyzn](#)” na kanale Ministerstwa Zdrowia na YouTube (czas trwania: 30 s);
- short „[Kampania społeczna Planuję długie życie](#)” na kanale Ministerstwa Zdrowia na YouTube (czas trwania: 30 s);
- short „[O jak okresowe badania – Monika Pyrek](#)” (czas trwania: 38 s);
- film „[Ratujmy życie. Razem – ogólnopolska kampania społeczna Ministerstwa Zdrowia](#)” na kanale Ministerstwa Zdrowia na YouTube (czas trwania: 30 s);

- film „[Zaszczep w sobie chęć szczepienia](#)” na kanale Głównego Inspektoratu Sanitarnego na YouTube (czas trwania: 15 s).

Aby ułatwić uczniom zastosowanie zdobytej wiedzy w praktyce, warto – w miarę możliwości – zaprosić do szkoły przedstawiciela lokalnego ośrodka zdrowia lub jednostki samorządu odpowiedzialnej za kwestie zdrowotne. Gość może przybliżyć temat zdrowia publicznego w perspektywie lokalnej i odpowiedzieć na pytania uczniów. Dzięki temu planowane i podejmowane przez młodzież działania będą lepiej odpowiadały realnym potrzebom społeczności.



Bibliografia

- Bejda G., Lewko J., Krajewska-Kułak E. (red.), (2020), „[Zachowania prozdrowotne jako element aktywności życiowej człowieka](#)”, Białystok: Uniwersytet Medyczny w Białymstoku [online, dostęp dn. 26.08.2025].
- Cianciara D., (b.r.), „[Miejsce zdrowia publicznego w systemie zdrowotnym](#)”, artykuł na stronie profibaza.pzh.gov.pl [online, dostęp dn. 23.08.2025].
- „[Czy mogę oddać krew będąc osobą niepełnoletnią?](#)”, (2024), artykuł na stronie twojakrew.pl [online, dostęp dn. 26.08.2025].
- Gruszczyńska M., Bąk-Sosnowska M., Plinta R., (2015), „[Zachowania zdrowotne jako istotny element aktywności życiowej człowieka. Stosunek Polaków do własnego zdrowia](#)”, „Hygeia Public Health” nr 4, s. 558–565 [online, dostęp dn. 25.08.2025].
- Idzikowska A., (2024), „[Jak zachęcać młodzież do działań prospołecznych?](#)”, wystąpienie podczas konferencji INSPIR@CJE 2024].
- Opolski J. (red.), (2021), „[Zdrowie publiczne, wybrane zagadnienia](#)”, t. 1, Warszawa: Szkoła Zdrowia Publicznego CMKP w Warszawie [online, dostęp dn. 24.08.2025].
- „[Prospołeczność](#)”, [hasło w:] sjp.pl [online, dostęp dn. 2.09.2025].

- Szafran J., (2023), „[Prospołeczność jako wyzwanie pedagogiczne](#)”, „Wychowanie w Rodzinie” nr 2, s. 41–56 [online, dostęp dn. 23.08.2025].
- Prokosz M., (2018), „[Prospołeczność dzieci i młodzieży w rodzinie](#)”, „Wychowanie w Rodzinie” nr 3, 3, s. 199–222 [online, dostęp dn. 2.09.2025].
- „[Zdrowie publiczne](#)”, (b.r.), artykuł na stronie lepolek.pl [online, dostęp dn. 24.08.2025].



Zachowania prozdrowotne, wolontariat, akcje profilaktyczne

KARTA PRACY

Zadanie 1.

Do każdego z zachowań prozdrowotnych dopisz argument, który mógłby zmotywować rówieśników do takiego postępowania na rzecz ochrony zdrowia.



DONACJA KRWI



SZCZEPIENIA OCHRONNE



BADANIA PROFILAKTYCZNE



UNIKANIE ZAŻYWANIA SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH



Zadanie 2

Znajdź przykład wolontariatu prozdrowotnego i wykonaj krótką notatkę na jego temat w preferowanej formie.

Zadanie 3

Wskaż akcje profilaktyczne, o których dowiedziałeś(-aś) się z mediów lub innych źródeł (komunikacja miejska, billboardy itp.)

Akcja profilaktyczna (czego dotyczyła, hasło)	Źródło