



ÁLTALÁNOS ISKOLA 1. ÓRA

Készítette az EFOP 1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

„Egészségügyi ellátórendszer szakmai módszertani fejlesztése” című projekt

Népegészségügyi alprojekt A/III. munkacsoportja.

A projekt a Széchenyi 2020 program keretében valósul meg

Eredménytermék készítésének dátuma:
2019.03.20.



Egészségügyi Ellátórendszer
Szakmai Módszertani Fejlesztése
EFOP-1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

SZÉCHENYI  2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



FOGLALKOZÁSTERV 45 perces tanóra

Célcsoport/osztály: 6. évfolyam (1. óra)

Modul megnevezése: Egészséges Környezet

Témakör megnevezése: Allergia, mint népbetegség

Órakeret/Időtartam: 45 perces tanóra

1. Feldolgozandó ismeretek: Az allergia a fejlett országokban manapság népbetegségnek számít. Por, pollen, étel, macskaszőr, stb. Szinte nincs olyan ember, aki ne tudna olyan ismerőst megnevezni, aki ne szenvedne valamifajta allergiás megbetegedéstől. Az allergia kialakulásának hátterében sok esetben szervezetünk túlzott „környezetterhelése” és a stressz állnak. A foglalkozás célja az allergiáról ismeretek közlése, a különböző allergiák, legfőbb allergizáló növények megismertetése. Megelőző rendszabályok ismerete.

2. Kulcsfogalmak: allergia, az allergia tünetei, kiváltó okok, csalánkiütés, sokkos állapot, allergizáló anyagok (allergének) pl.: por, pollen (fű,ogyoró, parlagfű csalán stb.) állatszőr, penész, poratka

3. Kapcsolódás a tantárgyak között: Magyar nyelv és irodalom, technika, életvitel és gyakorlat, egészségtan, természetismeret

4. Kapcsolódás a többi modul között: Társas kapcsolatok

A foglalkozás fejlesztési eredményei: A foglalkozás fejlesztési eredményei (Képes az allergia tüneteinek azonosítására, az allergiát okozó növények felismerésre, az allergiát okozó egyéb anyagok azonosítására. Képes az allergiát kiváltó anyagok elkerülésére, ezzel az allergiás ártalom mérséklésére. Az allergia, mint népbetegség értelmezésén keresztül fejlődik a diák egészséges, tiszta környezet iránti igénye, az egymás iránt érzett felelőssége.

5. Témakörhöz kapcsolódó, felhasználható források a pedagógusnak:

<http://tudasbazis.sulinet.hu/hu/szakkepzes/egeszsegneveles/egeszsegtan/allergia>



Időkeret	Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak /célok	Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/tanulói tevékenységek	Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák	Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök
1 perc	Érdeklődés felkeltés.	<p>Motiváció.</p> <p>A tanár (szigorúan zsebkendő használata mellett!!!) tüsszögve bejön (ez citrompótló, vagy bors, esetleg egy vöröshagyma segítségével könnyen megoldható).</p> <p>Ezzel a modellel a tanár, demonstrálja az allergia egyik tünetét.</p> <p>A diákok meg fogják kérdezni, hogy a tanár megfázott?</p> <p>- Nem ez csak allergia!</p>	frontálisan	tanárnak 1db. papír-zsebkendő



1 perc	Ismerkedés az allergiával, mint korunk egyik népbetegségével.	Ráhangolás. Saját élmények feldolgozása. A megbeszélés irányvonala: <ul style="list-style-type: none">- Ki szenved valami allergiától?- Ki ismer olyat családjából, aki szenved valami allergiától?	frontális megbeszélés, tanári kérdések irányításával	
2 perc	Allergia definiálása: Ókori görög eredet, mely azt jelenti, hogy eltérő működés. Allergia az immunrendszer kóros reakciója, melynek következtében az egyébként „ártalmatlan anyagokra” túlzott immunválasszal reagál. Ezeket az anyagokat allergéneknek	Az allergia definiálása, fogalomkialakítás. <ul style="list-style-type: none">- De mi is az az allergia? Az, amikor a saját védekező rendszerünk „túlfélt” minket és olyan dolgok ellen is „intézkedik, amik ellen nem kellene.	frontálisan, tanári magyarázat	



	<p>(allergiát kiváltó anyagoknak) nevezzük. Allergia esetén tehát a szervezet immunrendszere lép akcióba.</p> <p>„Az allergia az immunrendszer túlérzékenységi reakciója.”</p>			
15 perc	<p>Az allergia tünetei: légúti: folyik az orra, eldugul, bedagadnak és kipirosodnak a nyálkahártyái, köhög, tüsszent, fullad bőr: feldagad, kiütései lesznek (csalánkiütés), foltjai lesznek, viszket a bőre szem: szeme viszket, könnyezik, piros közérzet: levert, bágyadt, fáradt,</p>	<p>A tünetek azonosítása. 5-6 fős csoportokban a diákok egy nagy csomagolópapírra felírják az allergia általuk ismert tüneteit.</p> <p>Mint a világvilágkávészó (world café) módszer változatában a csoportoknál egy csoportvezető az asztalnál marad, a többiek pedig körbe mennek és minden asztalnál meghallgatják az ottani vezetőt, hogy eddig milyen tünetek kerültek fel a papírra. Amit ők tudnak, de</p>	<p>csoportmunka: (world café) módszer (~3 perc/asztal)</p>	<p>csomagolópapír, színes filctollak</p>



	<p>ingerlékeny, olyan, mintha jól megfázott volna, de nincs láza, sokkos állapotba kerül, stb.</p>	<p>nincs a lapon, azzal kiegészítik, ami meg ott van, de ők nem tudták, azt meg feljegyzik.</p> <p>Továbbmenve ugyanez a feladat, míg mindenki vissza nem tér eredeti asztalához. Így többször is hallják a tüneteket és a végén mindenkinek ugyanaz lesz a lapján.</p>		
3 perc	<p>A tanár felhívja a figyelmet, hogy az allergia tünetei az enyhe kellemetlen érzéstől, egészen az életveszélyes állapotig, a sokkig (anafilaxiás sokk) terjedhet.</p>	<p>Eredmények bemutatása.</p> <p>Egy választott csoportvezető összegzi az eredményeket, a tanár javít, ha kell.</p>	<p>csoportbemutatás frontálisan, tanári magyarázat</p>	



10 perc	<p>Kiváltó okok:</p> <p>folyik az orra, eldugul: por, pollen (fű, mogyoró, parlagfű, csalán, stb.) állatszőr, toll, penész, poratka</p> <p>bedagadnak és kipirosodnak a nyálkahártyái, a szeme viszket, könnyezik: por, pollen (fű, mogyoró, parlagfű, csalán, stb.) állatszőr, toll, penész, poratka</p> <p>köhög, tüsszent, fullad: por, pollen (fű, mogyoró, parlagfű, csalán, stb.) állatszőr, toll, penész, poratka</p>	<p>Kiváltó okok azonosítása.</p> <p>Összegyűjteni a lehetséges kiváltó okokat. Ezeket a táblára rögzítik. Szükség szerint a tanár kiegészít!</p> <p>Minden csoport kap egy tünetet, tünet-együttest.</p> <p>pl.:</p> <ol style="list-style-type: none">1) folyik az orra, eldugul,2) bedagadnak és kipirosodnak a nyálkahártyái, a szeme viszket, könnyezik3) köhög, tüsszent, fullad,4) feldagad, sokkos állapotba kerül5) olyan, mintha jól megfázott volna, de nincs láza,6) kiütései lesznek, foltjai lesznek, viszket a bőre	<p>frontálisan,</p> <p>differenciált csoportmunka</p>	
---------	--	--	---	--



feldagad, sokkos állapotba kerül:
mogyoró, parlagfű, étel, gyógyszer

olyan, mintha jól megfázott volna, de nincs láza: por, pollen (fű, mogyoró, parlagfű, csalán, stb.) állatszőr, toll, penész, poratka,

kiütései lesznek, foltjai lesznek, viszket a bőre:
ékszer, gyógyszer, rovarcsípés, napsütés, egyes kozmetikumok, mosószeres, öblítők, stb.

Ezeket a tüneteket bekarikázzák a csoport asztalán lévő lapon és mellé írnak olyan dolgokat, melyek ezeket a reakciókat kiválthatják. Ezt is írják oda, hogy hol, milyen körülmények között találkozhatnak az adott allergénnel. Pl.: otthon, iskolába jövet, az iskolaudvaron, stb.



<p>10 perc</p>	<p>Szóba kerülhet még az emésztési problémák háttérében álló tejallergia és a lisztérzékenység is. A tanár hívja fel a diákok figyelmét, hogy a köznyelv ezt is allergiának nevezi, de tévesen!</p> <p>Ezek nem allergiák (az immunrendszer nem érintett), hanem úgynevezett intoleranciák, melyet bizonyos emésztőenzimek zavara/hiánya okozhat. Ezekről majd a felsőbb évfolyamokon fognak bővebben tanulni.</p>	<p>Eredmények bemutatása. Minden csoportból egy szóvivő ismerteti az „ő tüneteit” kiváltó dolgokat, a többiek ezeket felvezetik saját lapjukra a megfelelő tünetek mellé. A tanár javít, kiegészít, ha kell.</p>	<p>csoportszóvivők beszámolóit frontálisan</p>	
----------------	--	--	--	--



3 perc	Megelőzés (prevenció) Kerülni kell az allergizáló dolgokkal való érintkezést, minél stresszmentesebben kell élni, stb.	Az allergia megelőzése. <ul style="list-style-type: none">- Mivel előzhető meg az allergia? Példák felsorakoztatása: <ul style="list-style-type: none">- nem tartózkodom a szabad téren, ha virágzik az allergiát kiváltó növény,- pollenmaszkot használok,- reggel, este locsolok, ez megköti a szálló pollent,- ékszer, kozmetikai szer vásárlása előtt bőrteszt végzése (nem feltűnő helyen egy kis mintát ken az anyagból a bőrre és 5- 10 perc múlva megnézi lett e bőrpír)- orvoshoz fordulok, stb. sport, relaxáció, stb.	frontálisan kérve kifejtés	
--------	---	---	----------------------------	--



10 perces kiemelhető blokk

Célcsoport/osztály: 6. évfolyam (1. óra)

Modul megnevezése: Egészséges Környezet

Témakör megnevezése: Allergia, mint népbetegség

Órakeret/Időtartam: 10 perces blokk (45 perces órából/foglalkozásból kiemelve)

Időkeret	Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok	Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/ tanulói tevékenységek	Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák	Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök
1 perc	Érdeklődés felkeltés.	Motiváció. A tanár (szigorúan zsebkendő használata mellett!!!) tüsszögve bejön (ez citrompótló, vagy bors, esetleg egy vöröshagyma segítségével könnyen megoldható). Ezzel a modellel a tanár demonstrálja az allergia egyik tünetét. A diákok meg fogják kérdezni, hogy a tanár megfázott? - Nem ez csak allergia!	frontálisan	tanárnak 1db. papír-zsebkendő



1 perc	Ismerkedés az allergiával, mint korunk egyik népbetegségével.	Ráhangolás. Saját élmények feldolgozása. A megbeszélés irányvonala: -Ki szenved valami allergiától? Ki ismer olyat családjából, aki szenved valami allergiától?	frontális munka tanári kérdések irányításával	
1 perc	Ókori görög eredet, mely azt jelenti, hogy eltérő működés. Allergia az immunrendszer kóros reakciója, melynek következtében az egyébként „ártalmatlan anyagokra” túlzott immunválasszal reagál. Ezeket az anyagokat allergéneknek (allergiát kiváltó anyagoknak) nevezzük. Allergia esetén tehát a szervezet immunrendszere lép akcióba. „Az allergia az immunrendszer túlérzékenységi reakciója.”	Az allergia definiálása, fogalomkialakítás - De mi is az az allergia? Az, amikor a saját védekező rendszerünk „túlfélt” minket és olyan dolgok ellen is védekezik, ami ellen nem kellene.	frontálisan, tanári magyarázat	



6 perc	<p>Tünetek és kiváltó okok:</p> <ul style="list-style-type: none">- folyik az orra, eldugul: por, pollen (fű, mogyoró, parlagfű, csalán, stb.) állatszőr, toll, penész, poratka- bedagadnak és kipirosodnak a nyálkahártyái, a szeme viszket, könnyezik: por, pollen (fű, mogyoró, parlagfű, csalán, stb.) állatszőr, toll, penész, poratka- köhög, tüszent, fullad: por, pollen (fű, mogyoró, parlagfű, csalán, stb.) állatszőr, toll, penész, poratka- feldagad, sokkos állapotba kerül: mogyoró, parlagfű, étel, gyógyszer- olyan, mintha jól megfázott volna, de nincs láza: por, pollen (fű, mogyoró, parlagfű, csalán, stb.) állatszőr, toll, penész, poratka,- kiütései lesznek, foltjai lesznek, viszket a bőre: ékszer, gyógyszer,	<p>A tünetek és az okok azonosítása.</p> <ul style="list-style-type: none">- A diákok körülállják a csomagolópapírt, kezükben egy-egy filctollal.- Körbemenve mindenki mond egy tünetet. Ezt felírja a papírra, ha nem tud, vagy már szerepel a lapon amit mond, a következő diák ír.- Miután elfogytak a tünetek áttérünk a következő körre, amely a kiváltó okokkal foglalkozik.	frontális munka	csomagolópapír, színes filctollak
--------	--	--	-----------------	-----------------------------------



	rovarcsípés, napsütés, egyes kozmetikumok, mosószeres, öblítők, stb.			
1 perc	Megelőzés (prevenció) Kerülni kell az allergizáló dolgokkal való érintkezést, minél stressz-mentesebben kell élni, stb.	Az allergia megelőzése. - Mivel előzhető meg az allergia? Példák felsorakoztatása: - nem tartózkodom a szabad téren, ha virágzik az allergiát kiváltó növény, - pollenmaszkot használok, - reggel, este locsolok, ez megköti a szálló pollent, - ékszer, kozmetikai szer vásárlása előtt bőrteszt végzése (nem feltűnő helyen egy kis mintát ken az anyagból a bőrre és 5-10 perc múlva megnézi lett e bőrpír) - orvoshoz fordulok, stb. - sport, relaxáció stb.	frontálisan kérdve kifejtés	