



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.



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

Eredménytermék készítésének dátuma:
2019.03.20.

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Szociális
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE



Foglalkozásterv 45 perces tanóra

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

Modul megnevezése: Egészségügyi szolgáltatások

Témakör megnevezése: Mindenki egészséges szeretne lenni

Órakeret/Időtartam: 45 perces tanóra

1. Kulcsfogalmak, ismeretek: Egészség – betegség elkülönítése. Egészséget fenyegető veszélyek felismerése, balesetek, fertőzések megelőzése. Egészségügyi ellátásban résztvevők: orvosok, ápolók, védőnők, mentősök szerepe és a velük való együttműködés. Fogalmak tisztázása: egészség, betegség, tisztaság, érzések, tünetek, panaszok, normális, gyanús, szívritmus, testhőmérséklet, védőnő, iskolaorvos, védőoltás, fogorvos, fogváltás.

2. Kapcsolódás a tantárgyak között: Technika, életvitel és gyakorlat:

Tisztaság és rend, személyes higiéné, tisztálkodás szabályainak ismerete, testápolás, higiéné.

Környezetismeret:

A helyes higiénés szokások tudatosítása, alkalmazása a napi gyakorlatban.

Egészségtan: Egészségem érdekében

Egészség – betegség elkülönítése. Egészséget fenyegető veszélyek felismerése, balesetek, fertőzések megelőzése.

Egészségügyi ellátásban résztvevők: orvosok, ápolók, védőnők, mentősök szerepe és a velük való együttműködés, segítség kérése.

3. Kapcsolódás a többi modul között: Egészséges Környezet, 1.-2. évf.; a tisztaság szerepe Mozgás és gerincvédelem, 1.-2. évf.; a mozgás közben tapasztalt érzések

4. A foglalkozás fejlesztési eredményei: Meg tudja fogalmazni a hétköznapi érzéseket: éhség, álomosság, szomjúság, fáradtság, frissesség, öröm, szomorúság, bosszúság, harag, jókedv, derű stb. Meg tudja fogalmazni a leggyakoribb tüneteket: fájdalom – hol, milyen; nátha, köhögés, hasmenés, székrekedés, gyengeség, láz stb. Érti az egészségügyi szűrővizsgálatok (fogászati, iskolavédőnői, iskolaorvosi) jelentőségét, ismeri a viselkedési szabályokat.



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
		<p>Ezt az órát lehetőleg szeptember első felében kell megtartani.</p> <p>Óra előtti szervezés: szellőztetés, eszközök, képek, vetítés előkészítése, a terem elrendezése csoportos munkához: 4-6 fős kiscsoportok lesznek.</p> <p>Előre megkérni a gyerekeket, hogy hozzanak be nagyobb (, kb. 40-60 cm nagyságú) bábú/játékabát a mai órára, vendégségbe.</p>	Frontális	Képek az egészséges és beteg emberről, on-line játék előkészítése, orvosos játékok, bébi-Doppler, szülői tájékoztató cédula a védőnő és a fogorvos elérhetőségeivel. Egy kb. 40-60 cm nagyságú bábú/játékba.
1 perc		<u>I. Az óra/foglalkozás bevezetése, köszönés</u>		
2 perc		<u>II. Az óra/foglalkozás témájának bevezetése és ismeretátadás</u> <i>Mai témánk az egészség.</i> Kérjen egy „önkéntes” bábát, aki segíteni fog neki. A báb tulajdonosa elmond róla pár szót: ki ő, hány éves, mi a neve. Utána átveszi a tanító és ő játszik vele tovább.	frontális – párbeszéd	



		<p>Elmeséli, hogy pár nappal az iskolakezdés előtt megbetegedett. Megkérdezi: <i>Ki emlékszik rá, hogy beteg volt?</i> <i>Hogyan érezte magát?</i> <i>Tudott focizni/kint játszani?</i> <i>Mindenki szeretne egészséges lenni, betegnek lenni rossz.</i></p>	irányított kérdések	
5 perc	Az egészséges ember jellemzői: testi, lelki, szociális harmónia	<p>III. A tananyag feldolgozása, új ismeretek:</p> <p>1. A bábu folytatja és eljuttatja az egyes jellemzőket: <i>Beszéljük meg mik az egészség jelei. Honnan tudhatjuk/gondolhatjuk egy emberről vagy magunkról, hogy egészséges? Milyen a kedve? Milyenek az izmai? Milyen a haja? Milyen az arcszíne? Mit csinál? Vannak barátai?</i></p>	<p>frontális, párbeszéd</p> <p>irányított kérdések, ha nehezen megy, ki lehet tenni a képet és megmondani, mit ábrázol.</p>	<p>Az egészséges embert jelképező képeket kirakni, amikről a kérdések szólnak: sportoló, pirosposztag, izmos, vidám, ép fogak, tanuló alak, dolgozó alak, szép hajú stb.</p>
		<p>Ha van az osztályban krónikus beteg, mozgássérült, fogyatékos tanuló, külön ki kell térni az ő állapotukra: bár nem épek, de ők is lehetnek egészségesek</p>		(1. Melléklet)
		<p>2. <i>Beszéljük meg mik a betegség jelei! Honnan tudhatjuk/gondolhatjuk egy emberről vagy magunkról, hogy beteg?</i></p>	<p>Ha nehezen megy: mit éreztek, mikor betegek voltak? Mire panaszkodnak szüleik, nagyszüleik, ha</p>	<p>A beteg embert jelképező képeket kirakni: fájdalmas arckifejezés, lázas, tüsszentő, köhögő,</p>



5 perc	Fogorvos megismerése, bizalmi légkör kialakítása. Fogorvosi szűrés, fogváltás, a tejfogak lehetőleg épségben megőrzése és a konzervatív gyógyítás menete.	<p>A bábu mesélje el, hogy neki bizony a foga fájt az iskolakezdés előtt. Vallja be, hogy nem nagyon törődött a fogmosással, hiába mondták szülei. De járt a fogorvosnál, aki segített neki. El kell még mennie néhányszor, míg teljesen meggyógyul, és később is, rendszeresen.</p> <p><i>Egy vendégünk érkezett! Bemutatom nektek dr.....-t, az iskola fogorvosát! Éppen a fogfájásról beszéltünk, itt járt (a bábu neve), aki elmesélte, mi történt vele pár hete. Átadom a szót a fogorvosnak.</i></p> <p>Az iskola fogorvos röviden összefoglalja a fogorvosi szűrés, fogváltás, a tejfogak lehetőleg épségben megőrzését és a konzervatív gyógyítás menetét.</p> <p>Köszönjük a fogorvos bemutatkozását! Búcsúzzunk el. Legközelebb a rendelőjében, a szűrésen találkozunk.</p>	<p>betegek? Vagy, mint az egészségnél: ki lehet tenni a képet és megmondani, mit ábrázol.</p> <p>frontális előadás, eszközös bemutatás</p>	<p>hasmenéses, hányós, hasfájós, náthás, sebesült, kiütéses, magányos, sebesült, gipszelt kezű, fogfájós stb. (2. Melléklet)</p> <p>fogsor modell, eldobható műanyag tükrök, szondák</p>
5 perc	Testem, érzéseim felismerése.	<p>A bábu: <i>sokkal jobb egészségesnek lenni, mint betegnek!</i></p> <p><i>Nem fáj a fogam, most már vidám vagyok! Legyünk együtt vidámak!</i></p> <p><i>Vannak más érzések is. Gyűjtsünk össze néhányat!</i></p> <p>Példák: éhség; álmoság; szomjúság; fáradtság;</p>	<p>Mindenki mutassa meg, a babájával, milyen vidámnak lenni</p> <p>Frontális Jelentkezések szerint. Az érzések „gazdái”</p>	<p>A bemutatott érzés után lehet egy illusztrációt (képet, rajzot) vetíteni, bemutatni. (3. Melléklet)</p>



		<p>frissesség; öröm, szomorúság, bosszúság, harag, jókedv, derű.</p> <p><i>Most mutasd meg, hogy néz ki a jókedvű, a fáradt, a szomorú, a haragos, nyugodt, féltő, vidám stb.</i></p> <p><i>Most legyen mindenki fáradt/friss/szomorú/vidám/haragos/kedves/éhes/álmos!</i></p> <p>A pozitív és negatív érzéseket felváltva játszassák, utoljára hagyva a vidámságot/örömet.</p> <p>Az érzések bemutatása után: üljön vissza mindenki a helyére.</p> <p>Hogyan érezték magukat, mikor a jókedvet/örömet/vidámat játszották el?</p> <p>Hogyan érezték magukat, mikor a dühöt/haragot/szomorúságot játszották el?</p>	<p>álljanak fel és menjenek a terem két ellenkező oldalára aszerint, hogy szeretik a felidézett érzést vagy sem.</p> <p>Szerepjáték, egyéni megtapasztalás: lehet egyénileg is, az adott érzést megnevező által, lehet csoportos is: az egész osztály csinálja együtt, egymás felé fordulva (pl. kört alkotva)</p> <p>Frontális párbeszéd.</p>	
--	--	--	--	--



3 perc	Az iskolavédőnő megismerése	<p>Melyik tetszett jobban? <i>Érzéseink sokszor „maguktól” jönnek, de az előbb kipróbáltuk, hogy mi is fel tudjuk kelteni azokat. Érdeemes irányítani az érzéseket és igyekezni, hogy ne uralkodjanak rajtunk a rossz érzések. Az egészséghez persze azok is hozzá tartoznak, de nem kell belőlük túl sok. A jó érzések pedig segítenek egészségesnek lenni.</i></p> <p><i>Vendégünk érkezett! Bemutatom nektek XY-t, az iskola védőnőjét. Átadom neki a szót.</i></p> <p>A védőnő elmondja, hogy hol, mikor lehet megtalálni, milyen kérdésekkel fordulhatnak hozzá a gyerekek.</p> <p>A továbbiakban a védőnő az osztályban marad, segíti a foglalkozást.</p>	Frontális párbeszéd.	iskolavédőnő
10-12 perc	A leggyakoribb panaszok (fáj , köhögés, megfázás, láz, hasmenés stb.) verbalizációja. Együttműködés az orvossal.	<p><i>Most pedig játszani fogunk!</i></p> <p>Csoportképzés, 5 csoport: 2 gyerek, szülő, orvos, fogorvos</p> <p>Minden csoport más feladatot kap. Játsszák el: 1. csoport: beteg gyereket játszanak mindjárt el, mondják el, hogy érzik magukat, mi fáj nekik; másik gyerekcsoport: fáj a foga; 3. csoport: szülők, akik beteg gyereküket viszik az orvoshoz, mondják el, mit látnak a gyerekükön, mi változott meg; 4. csoport: orvos, vizsgálja meg, kérdezzen és esetleg javasoljon;</p>	<p>Húznak a képek közül, akiknél egyforma van, azok 1-1 csoport.</p> <p>kiscsoportos játék: „orvososi” az érzések megfogalmazására, a panaszok kifejezésére.</p>	Csoportképzés: beteg és fogfájós gyereket, orvost, szülőt, fogorvost ábrázoló kártyák, mindegyikből annyi egyforma, hogy 5 csoport legyen az osztályban. (4. Melléklet)



5-8 perc	Szívritmus A szív pumpálja a vért az izmainkba – ha nyugalomban vagyunk, kevés is elég, de ha gyorsan mozgunk, több kell, ezért a szív szaporábban ver.	<p>5. csoport: fogorvos.</p> <p>A tanító és a védő végig járja a csoportokat, 1-2 perc felkészülési időben és segít, amiben kell. Pl. megmutatja az egyes eszközök használatának módját. Sűg a panaszok megfogalmazásában és segít a kis „doktoroknak” helyes ajánlásokat tenni.</p> <p>Ha felkészültek a csoportok, irányítva játssza el mindenki a szerepét.</p> <p><i>Kíváncsiak vagytok, mit hall az orvos, mikor fonendoszkóppal (megmutatja) meghallgatja a „beteg” szívét?</i></p> <p><i>Van nálam egy egyszerű eszköz, amivel mindnyájan meg tudjuk hallgatni, hogyan ver a szívünk.</i></p> <p>Önként jelentkezők szívhangját kihangosítja a bébi-Doppler készülékkel.</p> <p>Ha van idő:</p> <p><i>Hallgassuk meg együtt (egyik gyerek) szívhangját. Figyeljük a ritmust! Tapsoljunk együtt ... szívével!</i></p> <p><i>Elég. Most ... guggoljon le gyorsan 10-szer és hallgassuk meg újra a szívét. Van különbség? Miért lett gyorsabb? Magyarázat: a szívünk pumpálja a vért az izmainkba – ha nyugalomban vagyunk, kevés is elég, de ha gyorsan mozgunk, több kell, ezért a szív szaporábban ver.</i></p>	frontális párbeszéd	egy „orvosos” és esetleg „fogorvosos” játékkészlet: hőmérő, fonendoszkóp, gégetükör, fecskendő stb. bébi-Doppler
----------	--	--	---------------------	---



2-3 perc		<p><u>IV. Óra végi összefoglalás.</u></p> <p><u>Ismétlés, gyakorlás:</u> ismeretek alkalmazása.</p> <p>Otthoni feladat kijelölése</p> <p><i>Nagyon ügyes volt mindenki!</i></p> <p><i>Köszönöm az XY babának a segítséget!</i></p> <p><i>Most igaz-hamis kérdések lesznek. Ha igaz, emeljétek magasra a babát, ha hamis, dugjátok el a pad alá.</i></p> <ul style="list-style-type: none">- A beteg ember sokat focizik.- A fájós fogat a védőnő gyógyítja.- A fájós hasat a fogorvos gyógyítja.- Az egészségünk tőlünk függ.- Naponta fogat kell mosni!- A hasfájás nagyon jó dolog!- A jókedv ragadós: ha nevetünk, a barátaink is vidámak lesznek!- A szívdobogásunk lassabb lesz, ha gyorsan futunk. <p>Házi feladat: rajzolja le mindenki azt a részt, ami a legjobban tetszett neki a mai órából.</p>	frontális előadás, nagy csoportos foglalkozás	A használt képeket, eszközöket felmutatja, mikor arról a részről beszél
----------	--	---	---	--



10 PERCES kiemelhető blokk

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

Modul megnevezése: Egészségügyi szolgáltatások

Témakör megnevezése: Segítőink az egészségünk fenntartásában: az iskolai védőnő és a fogorvos bemutatkozása.

Órakeret/Időtartam: 10 perc

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
4 perc	Az egészségüket saját maguk, szüleik, tanító, védőnő, orvos, fogorvos, gyógyszerész segíti fejleszteni, fenntartani.	<u>I. Az óra/foglalkozás bevezetése (hogyan vezetnénk be a 10 perces blokkot)</u> Csoportképzés: <i>Kik azok az emberek, akiknek fontos, hogy ti is egészségesek legyetek? Most pedig rakjuk a képeket fontossági sorrendbe! Szerintetek ki a legfontosabb? Jelentkezzen azok, akik úgy gondolják, az ő kártyájuk ábrázolja a legfontosabb személyeket. szülők, tanító, saját maguk – utána tetszőleges</i>	Frontális párbeszéd Csoportmunka	Csoportképzés: gyereket, orvost, szülőt, fogorvost, védőnőt, gyógyszerészt ábrázoló kártyák, mindegyikből annyi egyforma, hogy 6 csoport legyen az osztályban. (5. Melléklet) A táblán sorba rendezni az egyes szereplőket ábrázoló képeket.



VAGY: 5 perc	Az iskolavédőnő megismerése	<u>II. Az óra/foglalkozás témájának bevezetése és az ismeret/tudásátadás (megvalósítás)</u> Vendégünk érkezett! Bemutatom nektek XY-t, az iskola védőnőjét. Átadom neki a szót. A védőnő elmondja, hogy hol, mikor lehet megtalálni, milyen kérdésekkel fordulhatnak hozzá a gyerekek. Köszönjük XY-nak a bemutatkozást! Búcsúzzunk el. Legközelebb találkozunk.	Frontális párbeszéd	iskola védőnő
VAGY: 5 perc	Fogorvos megismerése, bizalmi légkör kialakítása. Fogorvosi szűrés, fogváltás, a tejfogak lehetőleg épségben megőrzése és a konzervatív gyógyítás menete.	Még egy vendégünk érkezett! Bemutatom nektek dr XY-t, az iskola fogorvosát! Átadom neki a szót. Az iskola fogorvos röviden összefoglalja a fogorvosi szűrés, fogváltás, a tejfogak lehetőleg épségben megőrzését és a konzervatív gyógyítás menetét. Köszönjük a fogorvos bemutatkozását! Búcsúzzunk el. Legközelebb a rendelőjében, a szűrésen találkozunk.	Frontális párbeszéd	iskola fogorvos fogsor modell, eldobható műanyag tükrök, szondák
1 perc		<u>III. Összefoglalás:</u> A védőnő neve, a szobájának helye. VAGY: A fogorvos neve, elérhetősége. Ha ismert, a fogászati szűrés ideje.		szülői tájékoztató cédula a védőnő és a fogorvos elérhetőségeivel, ha ismert, a fogászati szűrés idejével

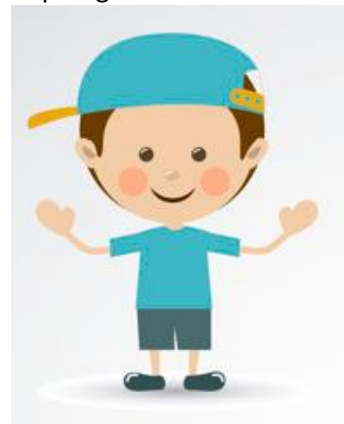


1. Melléklet – egészséghez köthető képek

Sportol:



Pirosposztság:



Izmos:



Boldog:





Szép, ép fogak:



Tanuló:



Dolgozó:



Képek forrása: freepik.com



2. Melléklet – beteg embert ábrázoló képek

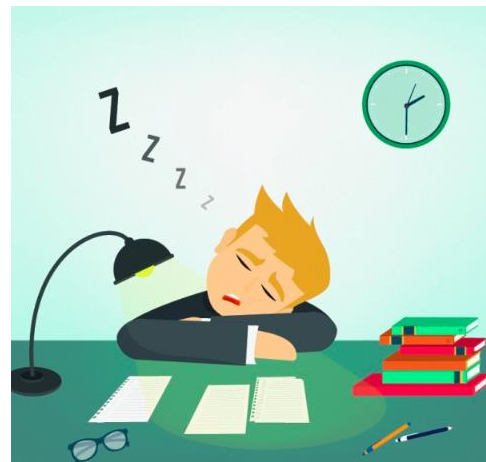




Képek forrása: freepik.com



3. Melléklet – érzések





4. Melléklet – kártyák

1. Beteg gyerek:



2. Fogfájós gyerek:



3. fogorvos



orvos:



szülő(k):





5. Melléklet – 4. melléklet képei plusz gyógyszerész

gyógyszerész:

