



ZAKRES
ROZSZERZONY

JOANNA
GAŁUSZKA

SCENARIUSZ LEKCJI

Program nauczania biologii dla III etapu edukacyjnego w szkole
ponadpodstawowej

opracowany w ramach projektu

„Tworzenie programów nauczania oraz scenariuszy lekcji i zajęć wchodzących w skład zestawów narzędzi edukacyjnych wspierających proces kształcenia ogólnego w zakresie kompetencji kluczowych uczniów niezbędnych do poruszania się na rynku pracy”

dofinansowanego ze środków Funduszy Europejskich w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, 2.10 Wysoka jakość systemu oświaty

Warszawa 2019

Strona redakcyjna

Redakcja merytoryczna – dr Agnieszka Jaworska

Recenzja merytoryczna – dr Alina Stankiewicz
dr Anna Pietryczuk
Katarzyna Szczepkowska-Szczęśniak
dr Beata Rola

Redakcja językowa i korekta – Altix

Projekt graficzny i projekt okładki – Altix

Skład i redakcja techniczna – Altix

Warszawa 2019

Ośrodek Rozwoju Edukacji
Aleje Ujazdowskie 28
00-478 Warszawa
www.ore.edu.pl

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach wolnej licencji Creative Commons –
Użycie niekomercyjne 4.0 Polska (CC-BY-NC).
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.pl>

Temat lekcji

Anatomia stresu i depresji.

Cel ogólny

Poznanie podłoża depresji i nabywanie umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach stresogennych.

Cele szczegółowe

Wiadomości: uczeń definiuje pojęcia: emocje, stres, nerwice, depresja i sen. Uczeń przedstawia czynniki zewnętrzne i wewnętrzne generujące powstawanie stresu, opisuje fizyczne i psychiczne objawy długotrwałego stresu, wymienia fazy stresu, wymienia objawy depresji, podaje przyczyny powstawania depresji, wymienia zawody, którym często towarzyszy stres. Uczeń z SPE podaje przykłady różnych stanów lękowych i fobii i wymienia własne przykłady działań przyczyniających się do niwelowania skutków stresu.

Umiejętności: uczeń klasyfikuje objawy stresu na poznawcze, fizyczne, emocjonalne i zachowawcze, porównuje emocje pozytywne z negatywnymi, wyjaśnia mechanizm odpowiedzi organizmu w poszczególnych fazach reakcji stresowej, analizuje mechanizm odpowiedzi organizmu po wygenerowaniu czynników depresyjnych, proponuje sposoby profilaktyki dla osób narażonych na stres. Uczeń z SPE analizuje wykres przedstawiający zachorowalność na depresję w różnych przedziałach wiekowych oraz ze względu na płeć.

Postawy: przekonanie o konieczności dbania o własne zdrowie psychiczne, wykorzystanie zdobytej wiedzy w życiu codziennym do dokonywania właściwych wyborów życiowych, kreatywne wyrażanie własnych opinii i poglądów, przekonanie o negatywnym wpływie działania stresu na zdrowie człowieka, kształtowanie umiejętności współpracy w grupie, rozwijanie kompetencji społecznych, osobistych i obywatelskich, podejmowanie decyzji w zakresie działań prozdrowotnych.

Metody/techniki pracy: burza mózgów, mapa mentalna, pogadanka, rybi szkielet, drzewo decyzyjne, wywiad z psychologiem szkolnym lub zaproszenie na lekcję lekarza psychiatry.

Formy pracy: indywidualna i grupowa.

Środki dydaktyczne: podręcznik, komputer lub tablica interaktywna, plansza „Budowa mózgu”, edukacyjne strony internetowe, literatura medyczna, literatura z dziedziny neurologii.

Faza wprowadzająca – 10 min. Sprawdzenie wiedzy uczniów z budowy i funkcji układu nerwowego człowieka. Pogadanka wstępna na temat nowoczesnej dziedziny medycyny, jaką jest neurologia i psychologia. Podanie tematu i celu lekcji.

Faza realizacyjna – 30 min. Burza mózgów na temat emocji (radość, szczęście, smutek, rozpacz, miłość, przyjaźń, nienawiść, agresja). Dyskusja nad zewnętrznymi i wewnętrznymi przyczynami stresu, wykonanie zapisu w formie rybiego szkieletu na tablicy. Podział klasy na 4 grupy: 1. – faza I-alarm, 2. – faza II-adaptacja, 3. – faza III-wyczerpanie. 4., utworzona z uczniów z SPE –leki i fobie oraz własne przykłady działań przyczyniających się do niwelowania skutków stresu. Uczniowie w grupach opracowują mechanizm odpowiedzi organizmu i dane przedstawiają na drzewie decyzyjnym. Omówienie zadań grupowych przez liderów. Zaproszenie do klasy psychologa szkolnego lub lekarza psychiatrii, który zaprezentuje diagnostykę, objawy, leczenie i profilaktykę depresji.

Faza podsumowująca – 5 min. Ocena wkładu poszczególnych członków grupy, dyskusja nad wykorzystaniem zdobytej wiedzy podczas dzisiejszej lekcji w życiu codziennym do dokonywania właściwych wyborów życiowych. Nauczyciel upewnia się, że uczniowie zostali przekonani o konieczności dbania o własne zdrowie psychiczne. Zadawanie dodatkowych pytań skierowanych do zaproszonego gościa (psycholog, lekarz psychiatra) przez uczniów.

Komentarz metodyczny

Lekcja zaplanowana została według schematu modelu konstruktywistycznego w pięciu fazach. Faza pierwsza – rozpoznanie wiedzy poprzedzone pogadanką wstępną na temat nowoczesnej dziedziny medycyny, jaką jest neurologia i psychologia. Faza druga to wzbudzenie ciekawości wśród uczniów oceną swojego stanu zdrowia psychicznego i poziomu odporności na stres. Faza trzecia – restrukturyzacja, czyli włączanie do wiedzy ogólnej o chorobach układu nerwowego nowych informacji o podłożach stresu, jego objawach i skutkach. Na tym etapie zastosuje się metodę drzewa decyzyjnego z uwzględnieniem wszystkich faz reakcji stresowej. Uczniowie z SPE opracują rodzaje lęków i fobii oraz zaproponują własne przykłady działań przyczyniających się do niwelowania skutków stresu. Faza czwarta to rozpracowanie diagnostyki, objawów, leczenia i profilaktyki depresji dzięki zaproszeniu psychologa szkolnego lub lekarza psychiatrii (ewentualnie udanie się do najbliższej przychodni zdrowia celem przeprowadzenia wywiadu z lekarzem). W tej fazie zachodzi sprzężenie zwrotne między wiedzą wyjściową a nową, którą uczeń zastosuje w codziennym życiu i podejmie stosowne dla siebie działania profilaktyczne podczas radzenia sobie ze stresem i w innych trudnych sytuacjach życiowych.

Po przeprowadzeniu wywiadu/prelekcji uczniowie chętni sporządzają raport na ocenę celującą podsumowujący stopień zachorowalności na choroby układu nerwowego, w tym nerwice i depresje w Polsce oraz na świecie i przedstawiają go na następnej lekcji w formie prezentacji multimedialnej. W ostatniej fazie wystąpią elementy interdyscyplinarne z dziedziny matematyki (analizują danych statystycznych przez uczniów z SPE). Nauczyciel ewaluuje zajęcia, ankietując pytaniami: Dziś na lekcji czułem się... Podobało mi się... Do działania pobudziło mnie... Czynniki stresogenne to... Lekarz/psycholog uzmysłowił mi, że....