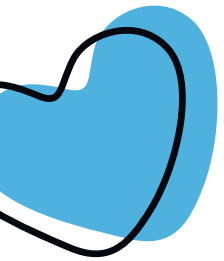
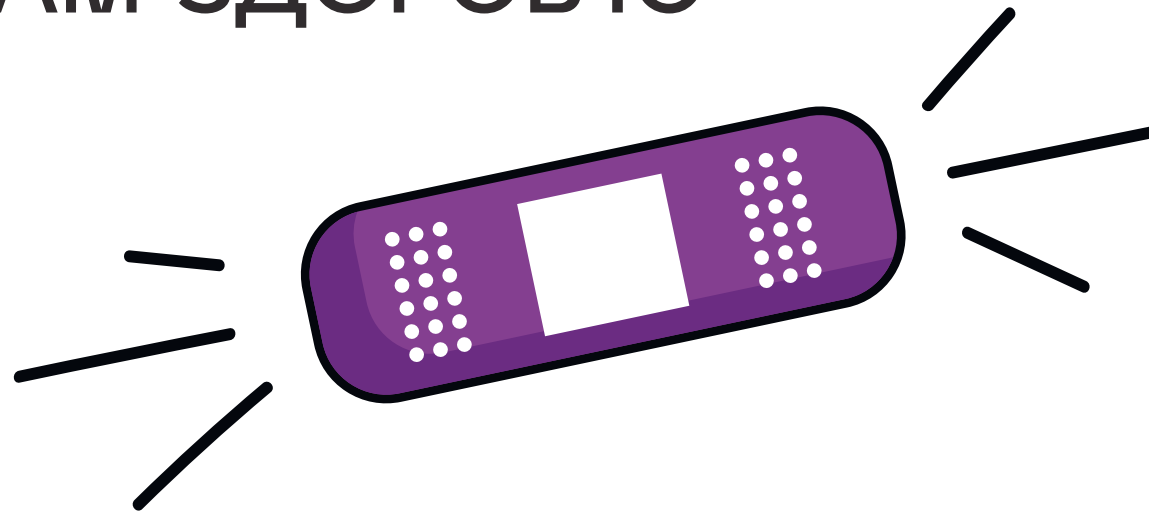


# ОДЯГ, ВАКЦИНАЦІЯ ТА ІНФОГІГІЄНА: ЯК ЛЮДСТВО ПРОТИДІЄ ЗАГРОЗАМ ЗДОРОВ'Ю



ЦЕНТР  
ГРОМАДСЬКОГО  
ЗДОРОВ'Я



# ВІТАННЯ!

Ви тримаєте перед собою сценарний план уроку про захист здоров'я “Одяг, вакцинація та інфогігієна: як людство протидіє загрозам здоров'ю”.

Цей план – помічник для людини, що проводитиме заняття. Ви можете його роздрукувати та мати під рукою, щоб почуватися впевненіше, презентуючи цю важливу тему. Деякі блоки містять декілька варіантів активностей, радимо обирати одну, яка вам більше до вподоби.

## ЦІЛЬОВА АУДИТОРІЯ:

учні 5-8 класу

## ТРИВАЛІСТЬ УРОКУ:

приблизно 40 хвилин

## МАТЕРІАЛИ ТА ОБЛАДНАННЯ:

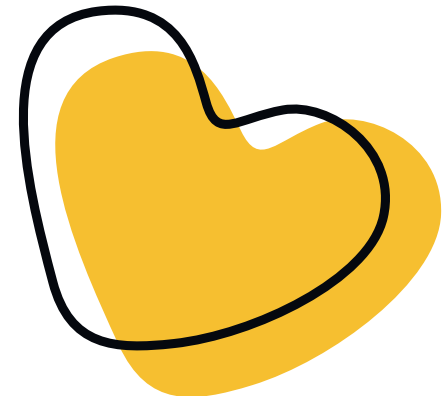
- телевізор або проєктор;
- сценарний план;
- презентація уроку – можна завантажити тут:
  - формат pdf – <https://tinyurl.com/pdf-5-8class>
  - формат онлайн-презентації – <https://tinyurl.com/5-8class>
- посилання на тест після уроку, щоб можна було зручно надіслати його в чат учням: <https://tinyurl.com/opytuvalnyk>

## МЕТА УРОКУ:

- розповісти дітям про важливість вакцинації;
- донести різницю між ГРВІ та інфекційними хворобами, від яких можна захиститись щепленнями;
- обговорити основи інформаційної гігієни та протидію фейкам;
- дати вчителям інтерактивний сформований інструмент для того, щоб піднімати тему вакцинації із учнями;
- сформуванати ключовий висновок – вакцинація = захист.

## РЕЗУЛЬТАТИ УРОКУ:

- учні мають розуміння, що вакцинація важлива для захисту організму від важкого перебігу хвороб та їхніх ускладнень;
- учні розуміють важливість вакцинації як для кожної окремої людини, так і для всього людства;
- учні зафіксували, що важливо перевіряти факти, адже фейки народжуються дуже швидко.



# СЦЕНАРНИЙ ПЛАН УРОКУ ДЛЯ 5-8 КЛАСУ

Час	Частина уроку	Опис	Коментарі
До 5 хвилин	Інтерактив від вчителя, щоб включити увагу слухачів	<p><b>Варіант 1</b> “Давайте посперечаємося з кимось, що я знаю ваш пароль на телефоні?” “На один, два, три пишемо разом і показуємо” “1,2,3 — показуємо!” “Ось тепер весь клас знає ваш пароль. Ось так легко зламати ваш захист. І поки ви його змінюєте, подумаємо, яким був перший захист людей, який ми досі щодня використовуємо?” — питання в клас.</p> <p><b>Варіант 2</b> Показати слайди: 1. Одяг. 2. Щеплення. 3. Заблокований паролем телефон. “Знайдіть зайве” – до класу. Відповідь – “а що, якщо я вам скажу, що тут все є однією темою. Захист себе.”</p> <p><b>Варіант 3</b> Власна історія про щеплення або захист (на вибір). Варіанти: як протікала хвороба, від якої вони мали щеплення, можливо, які спалахи хвороб вони зустрічали у житті, від яких можна було робити щеплення. У контексті захисту. Або історія про захист телефону, паролю, одягу.</p>	<p>Не потрібно зачитувати всі варіанти – оберіть один варіант, який вам до вподоби.</p> <p>Увімкніть слайд 1 на екрані.</p>

		<p><b>Варіант 4</b> Запитати: “Як ви думаєте, чому в пустелі, у спекотних кліматах місцеві завжди ходять вбрані в закритий одяг, якщо ми звикли, що тепло – це про відкритий одяг?”</p>	
До 7 хвилин	Перехід у першу частину уроку	<p><b>Варіант 1:</b> Одяг! Здивовані? Це зараз є для нас чимось звичним, а стародавнім людям одяг дав можливість осісти на певній території, а не кочувати в пошуках кращих температурних умов (від злив чи холоду).</p> <p><b>Варіант 2:</b> Перша картинка показує нам що? Одяг! Здивовані? Це зараз є для нас чимось звичним, а стародавнім людям одяг дав можливість осісти на певній території, а не кочувати в пошуках кращих температурних умов (від злив чи холоду).</p> <p><b>Варіант 3:</b> Історія захисту, який змінив нашу історію, почалася з дуже звичного зараз атрибуту – одягу. Здивовані? Це зараз є для нас чимось звичним, а стародавнім людям одяг дав можливість осісти на певній території, а не кочувати в пошуках кращих температурних умов (від злив чи холоду).</p>	<p>Оберіть варіант продовження відповідно до обраного в попередньому блоці.</p> <p><b>Переключіться на слайд 2 презентації.</b></p>

		<p><b>Варіант 4:</b>          Бо одяг – це один із перших типів захисту, який змінив нашу історію. Здивовані? Це зараз є для нас чимось звичним, а стародавнім людям одяг дав можливість осісти на певній території, а не кочувати в пошуках кращих температурних умов (від злив чи холоду).</p>	
		<p>Уявіть, як під різну погоду треба змінювати не одяг, а місце проживання.</p> <p>Одяг захищає і від травм: дуже давно комусь набридло витягати з ніг колючки й різатися об камені, і стародавня людина обтягнула ноги шкірою, скажімо, вівці, яку плем'я з'їло на обід. З'явилося взуття.</p> <p>Як іще нас захищає одяг?</p>	Слайд 3
		<p>Камуфляж! Камуфляж дозволяє зливатися з навколишнім середовищем. Корисно під час полювання стародавньої людини: здобич тебе не бачить. Корисно як безпосередній захист: хижак тебе не бачить. Корисно на полі бою: дозволяє сховатися від ворогів.</p> <p>Так одяг збільшив шанси людства на виживання.</p>	Слайд 4

		<p>Проте є небезпечні ситуації, коли одяг не здатен захистити все наше тіло, тоді ми використовуємо додаткові засоби захисту.</p> <p>Згадаєте, що це?</p>	Слайд 5  підказка для вчителя: Маски
		<p>Так, маски, які ми використовували у період пандемії COVID-19. Що робить маска? Вона створює фізичний бар'єр для інфекції: якщо хвора людина кашляє або чхає в маску, то краплини слини й шмарклів із вірусом там у масці й залишаються, а не летять на здорового сусіда.</p> <p>Але маски як захист – не ідеальні. В яких випадках маска не працює?</p>	Слайд 6
		<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Коли вона промокла.</li> <li>2. Коли порвалася.</li> <li>3. Коли не прикрили ніс, а прикрили лише рот.</li> <li>4. Коли вона довго не змінювалася.</li> </ol>	Слайд 7
		<p>Усі варіанти правильні. Якщо маска порвалася, промокла, прикрили маскою рот, але не прикрили ніс, або не змінили вчасно – захисту як не було.</p> <p>І маски, і карантин були необхідними, щоб стримати поширення вірусу, доки від ковіду не винайшли надійного захисту – вакцин.</p>	Слайд 8

До 15 хвилин	Основна частина – “Маска і вакцина – різниця і спільне”	Чим, на вашу думку, маска відрізняється від щеплення?	Слайд 9
		Маска — це додатковий захист від вірусів і це видимий захист, який ми бачимо.	Слайд 10
		Щеплення — захист, який ми не бачимо, але який має потужну силу і є вкрай важливим. Винайдення технології щеплення насправду змінило хід історії.	Слайд 11
		Вгадайте, скільки людей хворіють у сучасному світі на натуральну віспу? Це така інфекційна хвороба, від якої лише у 20-му столітті померли близько трьохсот мільйонів людей.	Слайд 12
		У сучасному світі люди більше не хворіють на натуральну віспу. Хворобу вдалося повністю викоринити завдяки вакцинації. Ваших бабусь і дідусів, імовірно, ще вакцинували від віспи – запитайте їх. А от ваших батьків уже, вірогідно, ні – ні у їхнього, ні у вашого покоління потреби у цьому більше немає – бо хвороба ліквідована.  Утім, ще є багато інфекційних хвороб, про подолання яких ми досі мріємо. Цього можна було б досягнути, якби всі отримували щеплення вчасно.	Слайд 13

		Гадаю, ви могли чути про кір або й вакцинацію від кору. Хтось вакцинувався від кору недавно? Скоріше за все, вас вакцинували раніше в дитинстві. У 2017-2019 роках в Україні тривав спалах кору. Минулого року в Україні були випадки захворювання, тому ми просили батьків вакцинувати дітей, які не отримали щеплення раніше. Запитайте батьків, чи щеплені ви від кору – це вкрай неприємне захворювання, яке залишає висип і шрами, краще не хворіти на нього.	Слайд 14
		Від вірусних та бактеріальних інфекцій, від яких існують вакцини, завжди краще захиститися, ніж хворіти.	Слайд 15. Зафіксуйте ключову думку для дітей
		Бо ці хвороби не протікають, як сезонні застуди, коли достатньо пити багато рідини та відпочити вдома.	Слайд 16
		Це довгий і неприємний процес, складне лікування, а ще це може бути небезпечно для життя, і навіть якщо врешті-решт одужати, можуть лишитися неприємні наслідки. А ще лікування – це дорого.	Слайд 17

		<p>Вакцинація ж – це безпечно й ефективно. Від 10 інфекцій в Україні вакцинують безоплатно.</p> <p>Навіть якщо вакцинована людина захворіє, хворобу вона перенесе легко і швидко повернеться до цікавіших справ.</p>	Слайд 18
		<p><i>Якщо все так просто, у чому проблема – чому досі не ліквідовані всі хвороби, від яких є вакцини?</i></p> <p>– Як думаєте?</p> <p>Тому що не все так просто!</p>	
		<p>Наприклад, для того, щоб подолати кір, про який ми щойно говорили, потрібно, щоб вакциновані були майже всі. Кір – дуже заразний і легко передається від людини до людини. Хтось не вакцинувався – от і слабка ланка в нашому захисті.</p>	Слайд 19
		<p>А чому не вакцинуються? (зачекайте на здогадки учнів)</p> <p>Бо в мережі легко створювати й поширювати міфи та вигадки про вакцини, особливо з новими технологіями. Тому ми говоримо ще про один захист – <b>інформаційний</b>. Від новин-фейків, які можуть шкодити здоров'ю в прямому сенсі.</p>	Слайд 20

		<p>Наприклад, начиталися фейків про вакцини – не щепилися, захворіли й постраждали. Начиталися реклами якогось чудодійного “натурального” зілля, пили його замість справжніх ліків – упустили час, коли хворобу можна було легше вилікувати.</p>	Слайд 21
		<p>Навчитися перевіряти інформацію, відокремлювати факти від вигадок – неоціненна навичка, яку ви можете отримати у школі. Це те, що точно знадобиться вам у сучасному світі, а можливо, і врятує.</p> <p>Ми хочемо, щоб ви не гаяли час і здоров'я на хворобу, а насолоджувалися життям і розвинули максимум свого потенціалу.</p>	Слайд 22
До 5 хвилин	Завершальна частина – відгуки та враження	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Що ви сьогодні цікавого забираєте зі знань із собою?</li> <li>• Які питання у вас залишилися?</li> <li>• Чого ви не знали про щеплення?</li> </ul>	Слайд 23
		<p>Влаштуйте перевірку батькам вдома, чи знають вони всі 10 обов'язкових щеплень? Чи згадають, коли робили їх собі та чи всі є у вас?</p>	Слайд 24
		<p>Заплануйте заповнити “захисні частинки” у вакцинаційній картці, яких не вистачає, аби ваш захист був надійним.</p>	Слайд 25

До 5 хвилин	Фінальний тест	Запропонуйте дітям пройти фінальний тест – можна зісканувати QR-код з презентації або надіслати посилання в спільний з дітьми чат – <a href="https://tinyurl.com/opytuvalnyk">https://tinyurl.com/opytuvalnyk</a>  Обговоріть результати опісля.	Слайд 26
-------------	----------------	--	----------

Якщо вам потрібно більше інформації про вакцинацію, ви завжди можете знайти її на

Національному порталі з імунізації <https://vaccine.org.ua/>

чи зателефонувавши за номером нижче.



Гаряча лінія МОЗ

**0 800 505 201**

