PLAN DE LECȚIE

„Pielea mea, scutul meu”

O lecție despre dermatita atopică

Date generale

Clasa: clasele primare / gimnaziu

Aria tematică: Educație pentru sănătate / dezvoltare personală

Tema: Pielea mea, scutul meu – dermatita atopică

Tipul lecției: dobândire și consolidare de cunoștințe; formare de atitudini și comportamente

Durata: 50 de minute

Scopul lecției

Înțelegerea, într-o manieră accesibilă, a dermatitei atopice, a mecanismelor care favorizează uscăciunea și mâncărimea, a factorilor declanșatori și a măsurilor de îngrijire, concomitent cu dezvoltarea empatiei și a unui comportament incluziv față de colegii cu dermatită atopică.

Obiective operaționale

- O1 – să definească, în termeni simpli, dermatita atopică și să recunoască manifestări precum pielea uscată, aspră și mâncărimea;
- O2 – să explice analogia „zidului cu fisuri” și rolul barierei pielii;
- O3 – să explice analogia „alarmei prea sensibile” și legătura ei cu reacția pielii;
- O4 – să descrie cercul mâncărime–scărpinat–iritație și motivul pentru care scărpinatul agravează problema;
- O5 – să identifice factori din mediul clasei și din viața cotidiană care pot supăra pielea;
- O6 – să propună măsuri realiste de reducere a factorilor declanșatori din sala de clasă;
- O7 – să identifice soluții de îngrijire prezentate în material: cremă zilnică, mâini ocupate, ceva rece pe loc și unghii scurte/pilite;
- O8 – să diferențieze crema de fiecare zi de crema prescrisă de medic, respectând regulile prezentate în material;
- O9 – să rețină că dermatita atopică nu este contagioasă, nu este vina nimănui, iar tratamentul este decis de medic;
- O10 – să manifeste empatie și comportamente adecvate față de un coleg cu dermatită atopică.

Strategii didactice

Metode și procedee: conversația euristică, explicația, observația, problematizarea, învățarea prin descoperire, jocul didactic, lucrul pe grupe, exercițiul, dezbaterea.

Mijloace didactice: prezentarea „Pielea mea, scutul meu”, planul clasei pentru „Vânătoarea de Scărpinici”, fișe de lucru, tablă/flipchart, markere, rebus/careu de cuvinte/labirint.

Forme de organizare: frontal, pe grupe de câte 4 elevi, individual.

Evaluare: observare sistematică, răspunsuri orale, vot, rezolvarea situațiilor-problemă și a fișelor.

Desfășurarea lecției

Etapa	Timp	Activitatea cadrului didactic	Activitatea elevilor	Metode / mijloace	Evaluare
1. Moment organizatoric	2 min	Pregătește materialele, organizează clasa și creează climatul necesar activității.	Se pregătesc pentru lecție.	Conversația	Observarea
2. Captarea atenției	4 min	Prezintă personajele Alergino și Scărpinici. Explică: Alergino reprezintă ajutorul pentru menținerea pielii puternice, iar Scărpinici este mâncărimea care „se hrănește” cu scărpinat.	Identifică personajele și formulează ipoteze despre rolul lor.	Conversația; prezentarea	Răspunsuri orale
3. Anunțarea temei	2 min	Anunță tema și obiectivele pe înțelesul elevilor: ce este dermatita atopică, de ce apare mâncărimea, ce o poate agrava și ce putem face.	Ascultă și formulează întrebări.	Explicația	Observarea
4. Ce este dermatita atopică?	5 min	Prezintă manifestările din material: piele uscată/aspră, mâncărime puternică, evoluție în valuri și faptul că dermatita nu se transmite prin contact.	Răspund la întrebări și disting informațiile corecte de mituri.	Explicația; conversația	Întrebări orale
5. Cum funcționează pielea?	5 min	Explică cele două analogii: „zidul cu fisuri” – apa iese, iar praful/polenul/săpunul pot intra; „alarma prea sensibilă” – pielea reacționează exagerat la factori banali.	Explică în propriile cuvinte cele două mecanisme și legătura dintre ele.	Demonstrația; problematizarea; imagini	Reformulare orală
6. Regula lui Scărpinici	4 min	Prezintă cercul: mâncărime → scărpinat → iritare mai mare → mâncărime mai puternică. Clarifică faptul că senzația este reală și că scărpinatul poate apărea inclusiv în somn.	Reconstituie succesiunea și discută alternative la scărpinat.	Conversația; schemă	Răspunsuri orale
7. Activitatea 1 – „Vânătoarea de Scărpinici”	12 min	Împarte elevii în grupe de câte 4. Le cere să observe sala reală, să marcheze pe plan posibili factori declanșatori și să propună pentru fiecare o soluție realistă. La final, clasa votează trei măsuri aplicabile.	Analizează sala, completează planul, propun soluții, prezintă și votează trei măsuri.	Învățare prin descoperire; lucru pe grupe; fișa „planul clasei”	Evaluarea produsului grupei și a soluțiilor
8. Declanșatori și soluții	5 min	Sistematizează factorii prezentați: lână/haine aspre, produse parfumate, transpirație, apă prea fierbinte, fum, praf, polen, animale;	Clasifică factorii și dau exemple din viața cotidiană.	Conversația; explicația	Apreciere verbală

		discută și rolul stresului și al somnului. Subliniază că eliminarea alimentelor nu se face fără medic.			
9. Activitatea 2 – „Hrănește sau alungă?”	6 min	Citește situații din material (duș fierbinte, cremă după baie, pulover de lână, tricou de bumbac, compresă rece etc.). Elevii votează dacă situația îl „hrănește” pe Scărpinici sau îl ajută pe Alergino.	Votează și argumentează alegerile.	Joc didactic; problematizarea	Feedback imediat
10. Împreună – empatie și incluziune	3 min	Fixează mesajele: „Nu se ia”, „Nu e vina nimănui”, „Tratamentul îl decide medicul”. Discută conduita față de coleg: fără glume/comentarii, fără întrebări publice, includere în joc și anunțarea unui adult în caz de hărțuire.	Formulează comportamente de sprijin și exemple de reacții potrivite.	Conversația; dezbaterea	Observarea atitudinilor
11. Recapitulare și evaluare	2 min	Recapitulează cele cinci idei-cheie ale materialului și poate oferi ca sarcină finală rebusul, careul de cuvinte sau labirintul.	Formulează un lucru nou învățat și rezolvă/aleg o fișă de consolidare.	Conversația; fișe	Evaluare finală

Conținuturi esențiale pentru fixare

1. Pielea unora are „fisuri” și o „alarmă prea sensibilă”.
2. Scărpinici reprezintă mâncărimea, iar scărpinatul întreține cercul iritației.
3. Crema zilnică se folosește și în zilele în care pielea arată bine.
4. Mediul contează: praful, lâna, aerul uscat, stresul și transpirația pot influența pielea.
5. Dermatita atopică nu se ia, nu este vina nimănui, iar tratamentul este stabilit de medic.

Tema / activitate de consolidare (opțional)

Elevii pot completa una dintre fișele din material: „Vânătoarea lui Scărpinici – planul clasei noastre”, labirintul „Ajută-l pe Alergino să ajungă la cremă!”, rebusul „Învinge-l pe Scărpinici, cuvânt cu cuvânt” sau careul „Detectivii ALERGINO”.

Resursă didactică

Materialul educațional „Pielea mea, scutul meu – O lecție despre dermatita atopică”, pentru clasele primare și gimnaziu, Programul Alergino; adaptare după volumul „La sfat cu Alergino”, scris de dr. Diana Plăcintescu, ilustrații Andra Plăcintescu.