

Program edukacyjny MultiBezpieczeństwo

Scenariusz II wyprawy na łono natury

Scenariusz jest integralną częścią programu edukacyjnego „MultiBezpieczeństwo”, który został przygotowany przez Fundację MultiSport we współpracy z ekspertami.

Cel główny:

Uczeń rozpoznaje potencjalne zagrożenia występujące podczas wypraw na łono natury i potrafi adekwatnie reagować w sytuacjach niebezpiecznych, zachowując odpowiedzialność, ostrożność i mądrą odwagę.

Cele szczegółowe:

Po zakończeniu zajęć uczeń:

1. **Wskazuje różne typy środowisk naturalnych i przypisane im zagrożenia** (terenowe, biologiczne).
2. **Potrafi rozpoznać zachowania dzikich zwierząt** mogące świadczyć o zagrożeniu.
3. **Rozróżnia zasady postępowania** w kontakcie z dzikimi zwierzętami.
4. **Rozpoznaje objawy użądlenia i ukąszenia** oraz wie, kiedy sytuacja staje się alarmująca.
5. **Zna wygląd i właściwości wybranych trujących roślin i grzybów.**
6. **Reaguje adekwatnie** w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia, zna podstawowe procedury.
7. **Przećwiczył umiejętność wycofania się** z niebezpiecznej sytuacji.
8. **Rozwija empatię i odpowiedzialność** za siebie i innych podczas wypoczynku w przyrodzie.

Metody pracy:

1. **Metoda aktywizująca** (mapa skojarzeń, „Gwiazda terenów”),
2. **Metoda problemowa** (rozwiązywanie sytuacji potencjalnie niebezpiecznych),
3. **Metoda sytuacyjna** (odgrywanie scenek - symulacje reakcji na dzikie zwierzęta),
4. **Metoda emocjonalno-wartościująca** (refleksja nad odwagą, empatią, odpowiedzialnością),
5. **Rozmowa kierowana,**
6. **Mini wykład** z prezentacją multimedialną,
7. **Gra symulacyjna** („Sygnał alarmowy”),

8. Ćwiczenia praktyczne i ruchowe.

Przed zajęciami:

1. Zapoznaj się z wiedzą dla nauczyciela i rodzica zebraną w przewodniku „MultiBezpieczeństwo dzieci i młodzieży”, który pobierzesz ze strony www.multibezpieczenstwo.pl.
2. Przygotuj potrzebne materiały zgodnie ze spisem.
3. Stwórz wyspy z ławek i krzeseł do pracy w grupach 4-5 osobowych.

Spis materiałów:

1. Do wyświetlenia na zajęciach:
 - prezentacja multimedialna, którą pobierzesz ze strony internetowej www.multibezpieczenstwo.pl.
2. Do wydrukowania i wręczenia uczniom (materiały do pobrania ze strony internetowej www.multibezpieczenstwo.pl):
 - karta pracy „Gwiazda terenów” - 1 szt. na osobę,
 - karta pracy z zasadą STOP - 1 szt. na osobę,
 - karty z dzikimi zwierzętami - 1 komplet na zajęcia,
 - karty z dzikimi zwierzętami - 1 komplet na zajęcia,
 - karty z trującymi roślinami - 1 komplet na zajęcia.
3. W treści tego scenariusza znajdziesz:
 - opisy scenek do ćwiczenia „Bezpieczne wycofanie”,
 - treści do wprowadzenia metody „Zasada STOP”,
 - opisy sytuacyjne do gry „Sygnał alarmowy”.
3. Do zgromadzenia:
 - długopisy, mazaki,
 - projektor,
 - komputer,
 - kartki papieru A4.

Rozpoczęcie zajęć

Metoda aktywizująca oparta na mapie skojarzeń, z elementami metody problemowej, sytuacyjnej oraz emocjonalno-wartościującej.

„Gwiazda terenów” - posłuży do wprowadzenia tematu (3-4 minuty)

Każdy z uczniów otrzymuje kartę z rysunkiem gwiazdy podzielonej na pięć ramion. Każde ramię symbolizuje jeden typ naturalnego terenu: las, łąka, park, góry, tereny podmokłe. Od środka gwiazdy w kierunku każdego ramienia wychodzą hasła, które oznaczają potencjalne zagrożenia związane z danym terenem. Prowadzący odczytuje nazwę miejsca i przykładowe zagrożenie.

Zadaniem ucznia jest podać:

- z czym kojarzy mu się ten teren lub zagrożenie (np. wydarzenie, sytuacja, doświadczenie),
- co mogło to zagrożenie spowodować,
- jak można się w tej sytuacji zachować,
- jakie emocje mogą się pojawić w takim miejscu lub sytuacji.

Ćwiczenie może odbywać się indywidualnie (uczniowie zapisują skojarzenia na karcie), w parach lub jako rozmowa kierowana.

Celem tego ćwiczenia jest nie tylko uświadomienie istnienia zagrożeń w różnych typach środowisk naturalnych, ale też uruchomienie wyobraźni i refleksji uczniów. Dzięki łączeniu skojarzeń, emocji i możliwych działań, uczniowie uczą się:

- rozpoznawać sytuacje, które mogą być niebezpieczne,
- samodzielnie analizować, co może prowadzić do zagrożenia,
- planować sposób zachowania w trudnej sytuacji,
- wzmacniać empatię i odpowiedzialność za siebie oraz innych.

Ćwiczenie zakończ krótkim podsumowaniem:

Zwierzęta i przyroda to nie wrogowie, ale nie wszystko, co naturalne, jest bezpieczne. Dzisiaj dowiedziecie się, jak zachować się, aby uniknąć niebezpieczeństwa. Wasze odpowiedzi pokazały, że potraficie połączyć emocje z działaniem, a to właśnie oznacza mądrą odwagę.

"Dzikię spotkanie w naturze" - mini-wykład (5-6 minut) z prezentacją multimedialną oraz rozmowa kierowana

Komentarz nauczyciela przed prezentacją:

Spacer po lesie, wycieczka na łąkę czy zabawa w parku często kojarzą się nam z relaksem, ciszą i zielenią. To piękne chwile blisko natury, ale warto pamiętać, że przyroda, oprócz swojej kojącej strony, skrywa też zagrożenia. Jednym z nich są dzikie zwierzęta, które choć zwykle nie szukają kontaktu z człowiekiem, mogą zachowywać się niebezpiecznie, zwłaszcza jeśli czują się zagrożone lub są chore.

Podczas tej krótkiej prezentacji chcę, żebyście szczególnie zwrócili uwagę na trzy rzeczy:

1. Jakie są ogólne zasady bezpiecznego zachowania wobec dzikich zwierząt?
2. Jak reagować w sytuacjach zagrożenia, na przykład podczas spotkania z dzikiem, wilkiem lub niedźwiedziem?
3. Co należy zrobić, jeśli dojdzie do kontaktu z podejrzanie zachowującym się lub chorym zwierzęciem?

Na koniec porozmawiamy o tym, co zapamiętaliście i co jest według was najważniejsze.

Wykorzystaj wiedzę z przewodnika „MultiBezpieczeństwo dzieci i młodzieży” oraz prezentację, którą pobierzesz ze strony www.multibezpieczenstwo.pl. Następnie zacznij dyskusję zadając uczniom pytania:

1. Jakie zasady pomagają nam zachować bezpieczeństwo w obecności dzikich zwierząt?
2. Dlaczego nie wolno uciekać, gdy spotkamy dzikie zwierzę?
3. Po czym można poznać, że zwierzę może być chore na wściekliznę?
4. Co powinniśmy zrobić, jeśli dzikie zwierzę nas podrapało lub ugryzło?
5. Które ze zwierząt pokazanych w prezentacji może podchodzić blisko ludzi i dlaczego to niepokojące?
6. Czym różni się odwaga od brawury w kontakcie z dziką przyrodą?

Komentarz nauczyciela po dyskusji:

Jak widzicie, dzikie zwierzęta nie są naszymi wrogami, to my jesteśmy gośćmi w ich naturalnym środowisku. Najważniejsze, co dziś powinniście zapamiętać, to to, że bezpieczny kontakt z naturą zaczyna się od odpowiedzialnego zachowania. Obserwowanie zwierząt może być fascynujące, ale zawsze musi się odbywać z odpowiedniego dystansu. Pamiętajcie: prawdziwa odwaga to nie bliskie podchodzenie do dzikich zwierząt i podejmowanie ryzyka, ale umiejętność mądrego wycofania się.

„Bezpieczne wycofanie” (3-4 minuty): ćwiczenie ruchowe ze scenkami

Przygotuj: krzesło, karty przedstawiające dzika, lisa, niedźwiedzia, wilka.

Komentarz nauczyciela wprowadzający do ćwiczenia:

Chcę zaproponować krótkie ćwiczenie, które pomoże wam zapamiętać, jak zachować się podczas spotkania z dzikim zwierzęciem. Tutaj stoi krzesło, a na nim będą układane obrazki przedstawiające różne zwierzęta. Zadaniem chętnych uczniów będzie odegranie scenki według instrukcji zachowania dla danego zwierzęcia. Pamiętajcie, że w każdej scenie ważne jest zachowanie spokoju i powolne wycofanie się.

Scenka 1: dziki

Opis zwierzęcia: Dzikie często stoją nieruchomo, mogą mieć młode w pobliżu i bronić swojego terytorium. Mogą być niebezpieczne, gdy czują zagrożenie.

Zachowanie ucznia: „Zobaczyłeś dzika, który stoi spokojnie, ale blisko ma młode. Co robisz?”

Poprawne wykonanie: Powoli się cofasz, zachowując spokój, nie odwracasz się plecami.

Scenka 2: lis z objawami wścieklizny

Opis zwierzęcia: Lis ślini się, zatacza i idzie prosto na ciebie - to mogą być oznaki choroby.

Zachowanie ucznia: „Widzisz lisa, który się ślini i zachowuje się dziwnie. Co robisz?”

Poprawne wykonanie: Zatrzymujesz się, zwracasz uwagę, że „dziwnie wygląda” więc „zawołam dorosłego” i pokazujesz gest zgłoszenia. Odchodzisz powoli, obserwując zachowanie zwierzęcia.

Scenka 3: Niedźwiedź

Opis zwierzęcia: Niedźwiedź stoi blisko, ale nie atakuje. Można spróbować wyglądać na dużego i spokojnie mówić.

Zachowanie ucznia: „Spotkałeś niedźwiedzia - co robisz?”

Prawidłowe wykonanie: Powoli podnosisz ręce, mówisz spokojnie, powoli wycofujesz się, nie odwracając się plecami.

Powtórzenie: Ćwiczenie powtarzamy z różnymi uczniami i zwierzętami, aby utrwalić właściwe reakcje.

Przejdźcie do II bloku: ukąszenia, użądlenia i trujące rośliny

„Niewielkie, ale groźne - zagrożenia na łonie natury” (7-10 minut). Mini-wykład oraz rozmowa kierowana

Komentarz nauczyciela:

Podczas wypraw na łono natury spotykamy wiele różnych organizmów. Oprócz zwierząt, które widzimy od razu, są też mniejsze istoty - owady, pająki, kleszcze - które mogą być groźne dla naszego zdrowia. Tak samo niektóre rośliny i grzyby są trujące i mogą zaszkodzić, jeśli się ich dotkniemy lub spożyjemy.

Pokaż karty z obrazkami przedstawiającymi:

- Pszczolę
- Osę
- Szerszenia
- Kleszcza
- Komara
- Meszki

- Żmiję

Podczas pokazu nauczyciel omawia:

- Krótkie cechy każdego gatunku (np. wygląd, gdzie najczęściej można je spotkać)
- Potencjalne zagrożenia, np. użądlenia (pszczoła, osa, szerszeń), ukąszenia (kleszcz, żmija) lub choroby przenoszone przez komary i kleszcze
- Objawy, na które trzeba zwrócić uwagę (ból, zaczerwienienie, obrzęk, reakcje alergiczne).

Następnie prezentujemy trujące rośliny (2-3 minuty)

Komentarz nauczyciela:

Podobnie jak niektóre owady i pajęczaki, również rośliny i grzyby mogą być niebezpieczne. Poznamy dziś te najważniejsze, które łatwo rozpoznać, żeby unikać kontaktu i niebezpiecznych sytuacji.

Wyświetl slajdy z najważniejszymi trującymi roślinami i grzybami, np:

- Barszcz Sosnowskiego
- Pokrzyk wilcza jagoda
- Borowik szatański
- Muchomor sromotnikowy

Rozmowa kierowana: pytania do uczniów (3-4 minuty)

Nauczyciel zadaje pytania:

- „Jakie owady mogą nas użądlić, a które ukąsić?”
- „Czym różni się użądlenie pszczoły od ukąszenia kleszcza?”
- „Dlaczego ważne jest szybkie zauważenie kleszcza?”
- „Jakie są objawy reakcji alergicznej po użądleniu?”
- „Co należy zrobić, jeśli kolega nagle zaczyna się źle czuć po ukąszeniu?”
- „Jakie trujące rośliny znamy i jak je rozpoznać?”
- „Dlaczego nie powinniśmy dotykać nieznanych roślin i grzybów?”

Nauczyciel podsumowuje:

Bezpieczeństwo podczas wypraw na łono natury to nie tylko unikanie dzikich zwierząt, ale też znajomość potencjalnych zagrożeń - od owadów, przez rośliny, aż po grzyby. Ważne, by być uważnym i wiedzieć, jak reagować, gdy dojdzie do użądlenia lub ukąszenia.”

„Sygnał alarmowy” (5 minut): gra symulacyjna z kartami sytuacji

Przygotuj 4-5 kart z krótkimi opisami sytuacji (lub odczytuj je uczniom). Każda sytuacja opisuje reakcję organizmu po ukąszeniu/użądleniu. Zadaniem grupy lub wybranych uczniów jest rozpoznać, czy sytuacja jest alarmująca, i wskazać, co należy zrobić.

Przykładowe sytuacje do przekazania uczniom:

1. „Antek został użądłony przez pszczołę w rękę. Skarży się na ból i lekkie zaczerwienienie.”

Prawidłowa odpowiedź: Niealarmujące. Zdezynfekować, obserwować, zimny okład.

2. „Zosia została ukąszona przez coś w trawie. Pojawił się rumień i swędzenie, ale czuje się dobrze.”

Prawidłowa odpowiedź: Niealarmujące. Sprawdzić, czy nie ma kleszcza, obserwować.

3. „Kuba po użądleniu przez osę zaczął mieć trudności z oddychaniem i zbladł.”

Prawidłowa odpowiedź: Alarmujące. Reakcja alergiczna - natychmiast wezwać pomoc.

4. „Natalia zauważyła kleszcza na nodze po spacerze.”

Prawidłowa odpowiedź: Niealarmujące, ale ważne. Należy delikatnie usunąć i zgłosić dorosłemu.

5. „Michał został ugryziony przez coś w lesie - rana zrobiła się sina i zaczęła puchnąć.”

Prawidłowa odpowiedź: Potencjalnie alarmujące. Zgłosić, obserwować - możliwa reakcja toksyczna.

6. „Marta dotknęła liście barszczu Sosnowskiego. Po chwili zaczęła swędzieć i pojawiły się czerwone pęcherze.”

Prawidłowa odpowiedź: Alarmujące. Należy unikać drapania, umyć

miejsce kontaktu zimną wodą i jak najszybciej zgłosić dorosłemu, który pomoże zastosować odpowiednie środki.

7. „Tomek spróbował grzyba z lasu, który nie był znany. Po chwili poczuł się słabo i ma nudności.”

Prawidłowa odpowiedź: Alarmujące. Podejrzenie zatrucia - natychmiast zgłosić dorosłemu i wezwać pomoc.

8. „Ola zauważyła pokrzyk wilczą jagodę w krzakach i nie jest pewna, czy jest bezpieczna.”

Prawidłowa odpowiedź: Niealarmujące, jeśli nie dotykała ani nie jadła. Należy jednak poinformować nauczyciela/dorosłego, żeby przypomnieć zasady bezpieczeństwa.

Komentarz nauczyciela:

Pamiętajcie, że zagrożenia czyhają nie tylko w postaci owadów czy zwierząt, ale też roślin i grzybów. Nawet dotknięcie lub spożycie nieznanych roślin może wywołać poważne problemy zdrowotne. W takich sytuacjach zawsze zgłaszajcie się po pomoc i stosujcie się do zasad bezpieczeństwa.

Przejdźcie do bloku III: jak nie zgubić się w lesie, czy w górach

Ćwiczenie: „Co zabrać, żeby się nie zgubić?” (3 minuty)

Nauczyciel prosi uczniów o szybkie wskazanie (ustnie) 3 rzeczy, które mogą pomóc nie zgubić się lub przetrwać, jeśli się zgubimy. Kilka przykładów podaje klasa, nauczyciel uzupełnia: mapa, gwizdek, latarka, telefon z powerbankiem, jaskrawa czapka.

Komentarz nauczyciela:

Zgubienie się nie zawsze oznacza tragedię - pod warunkiem, że jesteśmy przygotowani i zachowamy spokój.

Krótką rozmowa kierowana: „Dlaczego ludzie się gubią?” (3 minuty)

Komentarz nauczyciela:

Zastanówmy się wspólnie: dlaczego ludzie gubią się w lesie albo w górach? Co może sprawić, że ktoś traci orientację i nagle nie wie, gdzie jest?

[Chwila na odpowiedzi uczniów]

To prawda. Czasem ktoś odłącza się od grupy, idzie za daleko, skręca nie tam, gdzie trzeba. Czasem ludzie po prostu nie przygotowują się do wyjścia, czyli nie mają mapy, nie wiedzą, dokąd dokładnie idą. Zdarza się też, że w sytuacji stresującej wpadają w panikę i przez to podejmują złe decyzje.

A teraz zastanówmy się: co robić, kiedy zorientujesz się, że nie wiesz, gdzie jesteś? Że zgubiłeś drogę?

[Chwila na odpowiedzi uczniów]

Kiedy błądzimy i jesteśmy zestresowani, łatwo oddalić się jeszcze bardziej od bezpiecznego miejsca. Dlatego pierwszą rzeczą, jaką powinniśmy zrobić, to zatrzymać się, uspokoić, rozejrzeć się i spróbować spokojnie ocenić sytuację.

Teraz pokażę Wam prostą zasadę, która pomaga, gdy się zgubimy, to będzie nasze kolejne ćwiczenie.

Praca w parach: zasada STOP (5 minut)

W tym ćwiczeniu uczniowie poznają prostą i skuteczną zasadę, która może pomóc im zachować spokój i podejmować rozsądne decyzje, jeśli zgubią się w lesie lub w górach. Ważne jest, aby zapamiętali te cztery kroki. Po omówieniu zasady, uczniowie w parach spróbują zastosować ją w konkretnej sytuacji. Dobrze jest podać 2-3 krótkie scenariusze i poprosić kilka par o podzielenie się swoimi pomysłami na forum klasy.

Komentarz nauczyciela:

Czasem, gdy ktoś się zgubi, zaczyna panikować i działać w sposób nieprzemyślany. Dlatego ważne jest, aby zapamiętać zasadę STOP. Pomaga ona zachować spokój i podjąć dobre decyzje. Posłuchajcie:

S - Stań. Nie biegaj, nie uciekaj. Po prostu się zatrzymaj.

T - Teren. Rozejrzyj się. Gdzie jesteś? Co widzisz? Może zauważysz znajomy punkt.

O - Oceń. Co masz przy sobie? Czy masz wodę? Ciepłe ubranie? Telefon?

P - Planuj, co dalej zrobić. Pomyśl, co możesz teraz zrobić. Czy lepiej poczekać? Czy warto się przemieścić w jakieś miejsce?

Ćwiczenie

Dobierzcie się w pary. Każdej parze daj krótką sytuację, na przykład: „Jesteś w górach. Twoja grupa zniknęła z pola widzenia. Twój telefon nie ma z a s i ę g u ” .

Macie minutę na to, żeby wspólnie wymyślić, jak zastosowałibyście zasadę STOP w tej sytuacji.

Poproś 2-3 pary, żeby opowiedziały, jaki plan by przyjęły.

Propozycje scenek:

Scenka 1: Jesteś w górach. Twoja grupa zniknęła ci z oczu za zakrętem. Nie masz zasięgu. Zaczyna padać lekki deszcz.

Scenka 2: Podczas spaceru po lesie zbierałeś grzyby i nie zauważyłeś, że oddaliłeś się od reszty. Wokół są tylko drzewa. Nie słyszysz głosów grupy.

Scenka 3: Na wycieczce w lesie zatrzymałeś się, żeby poprawić buty. Grupa poszła dalej. Nagle nie wiesz, w którą stronę iść. Masz przy sobie telefon, ale bateria jest bardzo słaba.

Pokaz: jak wzywać pomoc? (3 minuty)

To krótkie i praktyczne ćwiczenie ma na celu pokazanie uczniom, jak wzywać pomoc, gdy człowiek się zagubi lub potrzebuje ratunku w terenie. Wybrane sygnały są proste, uniwersalne i mogą zostać zauważone lub usłyszane przez ratowników. Zaznacz, że ważna jest regularność i powtarzalność sygnału, pomaga to odróżnić go od przypadkowych dźwięków czy światła.

Komentarz nauczyciela:

Gdy znajdziesz się w trudnej sytuacji w lesie czy w górach i potrzebujesz pomocy, możesz użyć prostych sygnałów alarmowych. Dzięki nim ktoś może cię usłyszeć lub zobaczyć i wezwać pomoc. Oto trzy skuteczne sposoby:

1. Trzy krótkie dźwięki co minutę, na przykład trzy razy gwizdzesz, krzyczysz lub stukasz kamieniami/kijami o siebie. Po chwili przerwy powtarzasz.
2. Trzy błyski latarką, najlepiej w kierunku otwartej przestrzeni lub drogi.
3. Gest „Y” - uniesione ramiona - jeżeli widzisz z daleka ratowników lub helikopter, stań w rozkroku i unieś ręce w kształcie litery „Y” - to znaczy: „Tak, potrzebuję pomocy”.

Ćwiczenie praktyczne (opcjonalne):

Jeśli czas pozwala, uczniowie mogą wypróbować jeden z sygnałów: na

przykład wszyscy razem wykonują trzy krótkie klaśnięcia lub krzyczą „Hej!” trzy razy. Mogą też stanąć i pokazać gest z rękami w górę. Zwróć uwagę, by robili to rytmicznie i głośno, ale bez przesady - to tylko próba.

Podsumowanie nauczyciela na zakończenie lekcji:

Dziś poznaliśmy wiele ważnych informacji o tym, jak bezpiecznie poruszać się i zachowywać na łonie natury. Pamiętajcie, że natura jest piękna, ale bywa też nieprzewidywalna i wymaga od nas szacunku oraz ostrożności. Dzięki temu, że nauczyliście się rozpoznawać potencjalne zagrożenia i odpowiednio na nie reagować, możecie czuć się pewniej podczas spacerów, wycieczek i zabaw na świeżym powietrzu. Zachęcam Was, byście dzielili się tą wiedzą ze swoimi bliskimi i zawsze pamiętali o tym, że bezpieczeństwo jest najważniejsze. Dbajcie o siebie i przyrodę.

Autorką scenariusza jest Ilona Gregorczyk