

MASARYKOVA UNIVERZITA

Pedagogická fakulta

Katedra tělesné výchovy a výchovy ke zdraví



Příprava na hodinu výchovy ke zdraví v 8. ročníku

Téma: Pohlavně přenosné choroby

Vypracovala: Darja Nevřivá

Téma: Pohlavně přenosné choroby

Kapitola v RVP: Zdravý způsob života a péče o zdraví

Ročník: 8.

Časová dotace: 1 vyučovací hodina (1x 45 min týdně)

Pomůcky: tabule, fixy na tabuli, dataprojektor, připojení k internetu, prezervativy, banány

Hlavní cíle hodiny:

Žáci vysvětlí pojmy syfilis, HIV/AIDS, genitální opar

Žáci charakterizují průběh, léčbu a prevenci pohlavně přenosných chorob

Žáci předvedou navléknutí prezervativu

Žáci zdůvodní potřebu ochrany prezervativem při pohlavním styku

Metody vyučování:

- diskuze
- výklad
- manipulace s pomůckami
- instruktáž pomocí obrázkového návodu

Osnova hodiny:

Organizace (zápis do třídní knihy), zahájení hodiny

Úvod to tématu hodiny a motivace

Probírání pohlavně přenosných chorob – HIV/AIDS, syfilis, ...

Práce s pomůckami

Shrnutí učiva, krátké video o HIV

Mezipředmětové vztahy:

Přírodopis: stavba a význam pohlavní soustavy muže a ženy

Zeměpis: výskyt pohlavních chorob v ostatních státech

Občanská výchova: vedení k zodpovědnosti

Pojmy opěrné: vaječníky, děloha, vulva, penis, šourek

Pojmy nové: syfilis, HIV/AIDS, kapavka, kandidóza, genitální opar, vaginální mykóza

Klíčové kompetence:

Kompetence k učení

- žák vyhledává a třídí informace a na základě jejich pochopení, propojení a systematizace je efektivně využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě
- žák poznává cíl učení a jeho využití v praktickém životě
- žák získává praktickou zkušenost s navlékáním kondomu
- žák si uvědomí důležitost nezážení pohlavního styku před 15 rokem

Kompetence komunikativní

- žák formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory v logickém sledu, vyjadřuje se výstižně, souvisle a kultivovaně v písemném i ústním projevu
- žák naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje, účinně se zapojuje do diskuse, obhájí svůj názor a vhodně argumentuje
- žák rozumí různým typům textů a záznamů, obrazových materiálů, běžně užívaných gest, zvuků a jiných informačních a komunikačních prostředků, přemýšlí o nich, reaguje na ně a tvořivě je využívá ke svému rozvoji a k aktivnímu zapojení se do společenského dění

Kompetence k řešení problémů

- žák vnímá problémové situace ve škole i mimo ni, rozpozná a pochopí problém, přemýšlí o nesrovnalostech a jejich příčinách, promyslí a naplánuje způsob řešení problémů
- žák vyhledá informace vhodné k řešení problému, volí vhodné způsoby řešení
- žák svá rozhodnutí a výsledky činů zhodnotí

- žák po zjištění některého z příznaků pohlavního onemocnění kontaktuje obvodního lékaře a partnera.

Kompetence sociální a personální

- žák účinně spolupracuje ve skupině a podílí se na vytváření pravidel, pozitivně ovlivňuje kvalitu společné práce
- žák se podílí na utváření příjemné atmosféry v týmu, na základě ohleduplnosti a úcty při jednání s druhými lidmi přispívá k upevňování dobrých mezilidských vztahů, v případě potřeby poskytne pomoc nebo o ni požádá
- žák přispívá k diskusi celé třídy, chápe potřebu efektivně spolupracovat s druhými při řešení daného úkolu, oceňuje zkušenosti druhých lidí, respektuje různá hlediska a čerpá poučení z toho, co si druzí lidé myslí, říkají a dělají
- žák s jakoukoliv přenosnou chorobou dbá na zdraví ostatních (včasné návštěvy lékaře, karanténa)

Kompetence občanské

- žák respektuje přesvědčení druhých lidí, je schopen vcítit se do situací ostatních lidí, uvědomuje si povinnost postavit se proti fyzickému i psychickému násilí
- žák chápe základní principy, na nichž spočívají zákony a společenské normy

Kompetence pracovní

- žák bezpečně a účinně používá materiály, nástroje a vybavení
- žák plní povinnosti a závazky
- žák dodržuje vymezená pravidla

Teorie:

Pohlavně přenosné choroby:

Pohlavně přenosné choroby jsou obvykle přenášeny formou **sexuálního styku mezi dvěma lidmi**. Nakazit se však můžeme i díky přímému kontaktu **s infikovanou krví** – škrábnutí, tyto choroby se mohou **šířit z matky na plod**. Nejúčinnější prevencí je používání **prezervativu** po celou dobu styku. Vyvarovat bychom se měli častému střídání sexuálních partnerů, nedostatečné hygieně intimních partií. Pokud má člověk **podezření z nákazy**, je nutné navštívit obvodního lékaře, který pacienta pošle na příslušné oddělení, nejčastěji na kožní ambulanci. Dívkám připomenout pravidelné kontroly u gynekologa.

Syfilis – vyvolaný bakterií *Treponema pallidum*, k jehož přenosu dochází **pohlavním stykem (vaginálním, orálním i análním)**, díky poranění kůže nebo sliznice. Může napadnout **i plod** těhotné syfilitické ženy nebo se dítě může nakazit mateřským mlékem. Nemoc má **3 stádia**, v případě včasného ne zahájení léčby dochází k demenci, invaliditě nebo smrti. Syfilis se dá vyléčit antibiotiky. Prevence je použití prezervativu. Inkubační doba je v rozmezí **10 – 90 dní**, **3 vývojová stádia**. V prvním je vznik rudého **vředu**, po pár dnech od tohoto výskytu dojde ke zduření lymfatických uzlin. Ve druhém stádiu se objevuje symptomatická **vyrážka na trupu** a v ústech. Třetí fáze je charakteristická zánětem kostí, nervové tkáně, demencí.

HIV/AIDS – syndrom získaného selhání imunity. Původcem je **virus HIV**, který zapříčiní ztrátu obranyschopnosti. Přenáší se **tělními tekutinami**, tzn. krví, spermatem, poševním sekretem i mateřským mlékem. **Nechráněný pohlavní styk** (vaginální, anální i orální) je nejčastější cestou přenosu. Pravděpodobnost přenosu je vyšší z muže na ženu. Druhým nejčastějším způsobem přenosu je **krevní cesta**, tzn. krevní transfúzí. Třetí způsob přenosu je **z matky na dítě** během těhotenství, při **porodu či během kojení**. AIDS je rozšířen **celosvětově**, avšak nejvíce zasažené jsou africké státy. Nemoc je **nevléčitelná** a ve většině případů končí smrtí. Odhad infikovaných po celém světě se vyšplhal na 40 milionů. Inkubační doba je 3–6 týdnů, u 70 % infikovaných osob se dostaví projev primární infekce HIV, která se projevuje jako chřipka či mononukleóza.

Po této fázi nemoc přejde do fáze latentní, kdy se 80 % infikovaných cítí zdrávo. Posledním stádiem je rozvinuté stádium HIB, selhání imunitního systému a propuknutí AIDS. Celkový průběh nemoci trvá okolo 10–15 let. Ve fázi AIDS člověk umírá na běžnou infekci.

V současnosti neexistuje léčba pro HIV, avšak současná medikace je schopna zpomalit průběh. Je důležité používat při styku prezervativ a nesdílet společně jehly.

Kapavka - celosvětově **nejrozšířenější** pohlavně přenosná nemoc. Projevuje se hnisavým **zánětem urogenitálního traktu, konečníku, hrtanu nebo očí**. V některých případech se může infekce rozšířit do celého organismu a způsobovat artritidu a dermatitidu. Kapavka je čtvrtou nejčastější pohlavně přenosnou chorobou na světě a postihuje muže i ženy především ve věkovém rozmezí mezi 15 až 34 lety.

Kandidóza – **nadměrné rozmnožení kandid** (hub), které jsou podobné kvasinkám. Za normálních podmínek žijí v organismu v rovnováze, avšak pokud dojde k oslabení imunity organismu, kvasinky se rozmnoží a vyvolají právě kandidózu, nejčastěji **v pochvě či na vývodu penisu**. Léčba musí být prováděna komplexní – dodržování diety, zvýšený příjem vitamínů, aplikace čípků či krémů s Cotrimoxazolem.

Genitální opar – je vyvolán **virem Herpes simplex**, infekce se projeví svědící kůží v oblasti genitálu, kde začnou **vznikat puchýřky a vřídky**. Tyto vřídky jsou velmi bolestivé, mohou se roznést až na vnitřní stranu stehů či do močové trubice.

Průběh vyučovací hodiny

Fáze hodiny	Popis činnosti	Metoda	Čas
Motivace	Opakování předešlé hodiny, navázání nového tématu	Vyvolávání	4 min
Expozice	<p>1. Základní informace o pohlavně přenosných chorobách Obecná charakteristika, prevence</p> <p>2. Jednotlivé pohlavně přenosné choroby Podrobnější informace o HIV/AIDS, syfilis, kapavka, kandidóza, genitální opar, vaginální mykóza</p> <p>3. Nasazování prezervativu na banány Rozdání obrázkového návodu nasazování prezervativu, rozdání banánů a prezervativů, samostatná práce žáků, zkontrolování ve dvojicích</p> <p>5. Video Shlédnutí videa vztahující se k HIV/AIDS</p>	<p>Výklad</p> <p>Výklad, odpovídání na dotazy žáků</p> <p>Samostatná práce, práce ve dvojicích, kontrola</p> <p>Sledování videa</p>	<p>5 min</p> <p>10 min</p> <p>10 min</p> <p>10 min</p>
Fixace	Zopakování učiva a zodpovídání dotazů	Výklad, diskuze, dotazy ze strany žáků	5 min
Aplikace	Shrnutí hodiny, zhodnocení aktivity od žáků	Diskuze	1 min

Úvod hodiny:

Administrativa – zápis do třídní knihy, kontrola zapomenutých věcí.

Motivace:

Opakování předešlé hodiny – pokládání dotazů ohledně intimní hygieny, na které budou žáci odpovídat.

- Proč ženské i mužské intimní partie potřebují pravidelnou hygienu?
- Co používají dívky k intimní hygieně?
- Jakým onemocněním můžeme pravidelnou intimní hygienou předejít?
- Proč je vhodné dodržovat intimní hygienu po pohlavním styku?

Po společném zopakování představí učitel žákům dnešní téma a vysvětlí, proč je tato hodina důležitá. 4 minuty

Expozice:

1. Učitel žákům řekne obecnou charakteristiku pohlavně přenosných chorob – jak se pohlavně přenosné choroby přenáší, jaká je prevence a jak se zachovat, pokud mám podezření, že jsem nakažen (viz teoretická příprava pro učitele).

2. Učitel se bude podrobněji zabývat onemocněním syfilis, kapavka, HIV/AIDS, kandidóza, genitální opar a vaginální mykóza. Vaginální mykóza, kandidóza či genitální opar patří mezi jedny z nejčastějších pohlavních onemocnění se kterými se mohou žáci ve svém životě potkat. Jejich projevy, léčbou a prevencí. Během výkladu pobídne žáky, aby se nebáli na cokoli zeptat. Učitel promítne na dataprojektor obrázky lidí s pohlavně přenosnými chorobami – např. syfilis.

3. Učitel rozdá každému obrázkový návod nasazování prezervativu, dále banán a prezervativ. Každý z žáků si vyzkouší na banán nasadit prezervativ, zkontrolují si správnost ve dvojicích, učitelka chodí po třídě a dívá se, zda žáci dělají aktivitu správně.

Viz příloha č. 1

4. Učitel pustí žákům video, které se týká HIV/AIDS.

Viz příloha č. 2

Fixace: Krátké zopakování učiva a zodpovídání dotazů žáků.

Aplikace: Shrnutí hodiny, zhodnocení aktivity od žáků

Příloha č. 1: Obrázkový návod:

2. Rozbalení



Obal, ve kterém je kondom zabalen, otevírejte opatrně na určeném místě jemně roztažením a protržením, během tohoto úkonu přesuňte obsah obalu (kondom) na volné místo v obalu, aby nedošlo k jeho poškození. Nepoužívejte žádné ostré předměty při práci s kondomem.

3. Navlékání



Při navlékání kondomu mějte předkožku za žaludem. Uchopte kondom do ruky, správně jej uchyťte (tak, aby nevznikla vzduchová bublina-špičku kondomu celý čas držte stisknutou, dokud si kondom úplně nenavlečete). Kondom zatáhněte co nejbliže ke kořeni penisu. Vždy navlékejte kondom ze správné strany! Musí rolovat zvenku, ne zevnitř.



4. Kdy se mám svléknout z kondomu?

Po ejakulaci penis ještě před ochabnutím opatrně kondom vytáhněte z pochvy. Kondom zabalte do kapesníku a zahod'te do odpadkového koše. Pokud byl kondom poškozen, přečt'ete si postup při selhání ochrany.

Zdroj: <https://www.kondomshop.cz/jak-pouzivat-kondomy-a87>

Příloha č. 2: Odkaz na video týkající se HIV/AIDS

https://www.youtube.com/watch?v=2B11CC_2mCM

Zdroje:

<https://www.mojezdravi.cz/nemoci/genitalni-opar-2032.html>

<http://www.pohlavni-nemoci-a-jejich-priznaky.cz/>

https://uprps.pedf.cuni.cz/UPRPS-353-version1-vybrane_kapitoly_z_didaktiky_v.pdf