PIERWSZA ŁAWKA · ZESTAW KART PRACY · EDUKACJA ZDROWOTNA · KLASA 8

Dział 7. Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta

Choroby przenoszone przez zwierzęta na ludzi i ochrona przed nimi, usuwanie kleszcza, najczęstsze choroby przewlekłe i cywilizacyjne, udar mózgu i potrzeby osób po udarze, wyzwania osób chorujących przewlekle i postawa oparta na zrozumieniu. Siedem kart: wiadomości z przykładami, ćwiczenia, zastosowanie w praktyce, dwie równoległe kartkówki (A/B), dwa równoległe sprawdziany (A/B) i pełny klucz odpowiedzi.

Karta	Temat	Zadania
1	**Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – najważniejsze wiadomości** Teoria w pigułce, przykłady i rozgrzewka	4 zad. 11 pkt
2	**Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – ćwiczenia** Sprawdzam, czy rozumiem	7 zad. 19 pkt
3	**Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – w praktyce** Sytuacje z życia, tekst, plan działania	4 zad. 12 pkt
4	**Kartkówka: Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – grupa A** 10 minut · 9 pkt	4 zad. 9 pkt
5	**Kartkówka: Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – grupa B** 10 minut · 9 pkt	4 zad. 9 pkt
6	**Sprawdzian: Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – grupa A** 35 minut · 25 pkt	8 zad. 25 pkt
7	**Sprawdzian: Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – grupa B** 35 minut · 25 pkt	8 zad. 25 pkt

JAK KORZYSTAĆ Z ZESTAWU

- Karta 1 zawiera najważniejsze wiadomości i przykłady – od niej warto zacząć.
- Karty 2 i 3 to ćwiczenia oraz zastosowanie wiedzy w sytuacji z życia, tekście lub planie działania.
- Karty 4 i 5 to równoległe kartkówki (grupa A i B, ok. 10 minut), karty 6 i 7 – równoległe sprawdziany (grupa A i B) z tymi samymi typami zadań i tą samą punktacją.
- Każda karta ma własną punktację i mieści się na osobnych stronach – można ją wydrukować osobno.
- Klucz odpowiedzi do wszystkich kart znajduje się na końcu zestawu. Wersja DOCX pozwala dowolnie edytować zadania.

Materiał oryginalny dla klasy 8 szkoły podstawowej (rok szkolny 2026/2027), zgodny z podstawą programową edukacji zdrowotnej (Dz.U. 2026 poz. 378 i 958). Do użytku własnego i pracy z własnymi uczniami.

Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – najważniejsze wiadomości

Teoria w pigułce, przykłady i rozgrzewka

KARTA 1/7

Imię i nazwisko: ..... Data: ..... Wynik: ..... / 11 pkt

PRZYPOMNIJ SOBIE

- **Choroba przewlekła** trwa długo (miesiące, lata) i zwykle wymaga stałej opieki, kontroli u lekarza i często regularnego leczenia. Do najczęstszych chorób przewlekłych i cywilizacyjnych należą m.in.: otyłość, próchnica zębów, nadciśnienie tętnicze, różne typy cukrzycy, zaburzenia lipidowe, choroby nerek, wątroby i serca, alergie, nowotwory, zaburzenia psychiczne i choroby otępienne. **Nie zarażamy się nimi** od innych osób. **Choroby serca** i **otyłość** wiążą się m.in. z małą ilością ruchu; **nowotwory** to niekontrolowany rozrost komórek, dlatego ważne są badania profilaktyczne; **zaburzenia psychiczne** (np. depresja) są chorobami, a nie „słabością", i wymagają pomocy specjalisty; przy **chorobach otępiennych** (np. choroba Alzheimera) osoba ma coraz większe kłopoty z pamięcią i potrzebuje cierpliwej opieki. Na część z nich możemy wpływać stylem życia (ruch, odżywianie, sen), na inne nie (np. wiek, geny).
- **Nadciśnienie tętnicze** to ciśnienie krwi stale podwyższone; obciąża serce i naczynia, a często długo nie boli – dlatego ważne są regularne pomiary i kontrole, ruch i mniej soli w diecie. **Cukrzyca** to zaburzenie gospodarowania cukrem (glukozą) we krwi; ma różne typy, a osoba chora musi kontrolować poziom cukru i zwykle przestrzegać zaleceń lekarza. **Alergia** to nadmierna reakcja układu odpornościowego na substancję zwykle niegroźną. **Próchnica** to choroba zębów; zapobiegamy jej myciem zębów i ograniczaniem słodyczy.
- **Udar mózgu** to nagłe zaburzenie dopływu krwi do części mózgu. Objawy: opadnięty kącik ust, osłabienie lub brak władzy w ręce lub nodze po jednej stronie, kłopoty z mową lub rozumieniem. Przy takich objawach **natychmiast dzwonimy pod 112** i podajemy, od kiedy trwają. Pomaga schemat **FAST** – po polsku: **T**warz (opadnięty kącik ust), **R**ęka (nie da się unieść obu rąk), **M**owa (niewyraźna), **C**zas (dzwonimy od razu i zapamiętujemy, kiedy objawy się zaczęły). Nie dajemy choremu jedzenia, picia ani leków. **Po udarze** osoba może mieć niedowład, trudności z mową, szybciej się męczyć i potrzebować rehabilitacji oraz cierpliwego wsparcia bliskich.
- **Postawa wobec osób chorujących przewlekle**: zrozumienie i szacunek. Wyzwania takich osób to m.in. regularne leczenie i kontrole, ograniczenia (np. dieta), zmęczenie, lęk, czasem poczucie bycia innym. Pomagamy, gdy ktoś o to prosi lub gdy pytamy, w czym możemy pomóc. Nie oceniamy, nie wyśmiewamy, nie wypytujemy o szczegóły i nie opowiadamy innym o cudzym zdrowiu. Nie doradzamy leków – to sprawa lekarza.
- **Choroby odzwierzęce** to choroby przenoszone ze zwierząt na ludzi. **Borelioza** (bakterie) i **kleszczowe zapalenie mózgu** (wirus; istnieje szczepionka) przenoszą kleszcze. **Wścieklizna** (wirus) przenosi się ze śliną chorego zwierzęcia, np. przy pogryzieniu lub oślinieniu rany. **Toksoplazmoza** (pasożyt) może być związana z kocimi odchodami, a **salmonelloza** (bakterie) z surowymi jajami, mięsem i kontaktem np. z gadami. Ochrona: mycie rąk, rękawiczki przy sprzątaniu kuwety, dokładna obróbka cieplna jaj i mięsa, szczepienie i odrobaczanie zwierząt domowych u weterynarza, niedotykanie dzikich i osłabionych zwierząt (także nietoperzy). Po pogryzieniu przez nieznane zwierzę ranę natychmiast przemywamy wodą z mydłem, a potem jak najszybciej zgłaszamy się do lekarza (prosimy o pomoc dorosłego).

- **Kleszcze** bytują w trawie, krzewach i lesie. Chronią: długie spodnie, zakryte buty, repelent i oglądanie ciała po powrocie (zgięcia kolan, pachy, pachwiny, za uszami, skóra głowy). **Usuwanie kleszcza**: z pomocą dorosłego chwytamy go pęsetą lub specjalnym przyrządem jak najbliżej skóry i wyciągamy powoli, stanowczo, bez zgniatania i bez smarowania. Potem odkażamy miejsce, myjemy ręce i zapisujemy datę. Przez co najmniej miesiąc obserwujemy skórę: **powiększający się rumień** (może być objawem boreliozy), gorączka lub złe samopoczucie – wtedy do lekarza.

PRZYKŁADY Z WYJAŚNIENIEM

Przykład 1. Wiktor wrócił z łąki i widzi na kolanie kleszcza. Co robi?
Prosi dorosłego o pomoc, usuwa kleszcza pęsetą lub przyrządem, chwytając blisko skóry i wyciągając powoli, odkaża miejsce, myje ręce, zapisuje datę i obserwuje skórę.

Przykład 2. Dziadek po udarze mówi wolniej i szuka słów. Jak reagować?
Cierpliwie czekać, nie przerywać i nie kończyć zdań za niego, mówić spokojnie i prosto, pytać, w czym można pomóc.

ZADANIA

Zadanie 1. Uzupełnij zdania. ___ / 3 pkt

przewlekła odzwierzęce przyrządem ostra

1. Choroba, która trwa długo i zwykle wymaga stałej opieki, to choroba _____.
2. Choroby przenoszone ze zwierząt na ludzi to choroby _____.
3. Kleszcza usuwamy pęsetą lub specjalnym _____.

Zadanie 2. Która choroba jest przewlekła? ___ / 1 pkt

A. nadciśnienie tętnicze
B. zwykły katar
C. stłuczone kolano
D. chwilowy ból głowy

Zadanie 3. Oceń prawdziwość zdań. ___ / 3 pkt

1. Nadciśnieniem tętniczym można zarazić się od kolegi.	**P**	**F**
2. Kleszcze mogą przenosić boreliozę.	**P**	**F**
3. Przy objawach udaru dzwonimy pod numer 112.	**P**	**F**

Zadanie 4. Połącz chorobę z opisem. ___ / 4 pkt

1. borelioza
2. wścieklizna
3. udar mózgu
4. nadciśnienie tętnicze

a) nagłe zaburzenie dopływu krwi do części mózgu
b) ciśnienie krwi stale podwyższone
c) choroba wywołana bakteriami, przenoszona przez kleszcze
d) choroba wirusowa przenoszona ze śliną chorego zwierzęcia

1 ___ 2 ___ 3 ___ 4 ___

Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – ćwiczenia

Sprawdzam, czy rozumiem

KARTA 2/7

Imię i nazwisko: ..... Data: ..... Wynik: ..... / 19 pkt

Zadanie 1. Jak należy usunąć kleszcza? ___ / 1 pkt

A. Zgniatając jego brzuch palcami.

B. Pęsetą lub przyrządem, chwytając blisko skóry i wyciągając powoli.

C. Smarując go tłuszczem i czekając.

D. Przypalając go zapałką.

Zadanie 2. Oceń prawdziwość zdań. ___ / 4 pkt

1. Po spacerze w wysokiej trawie warto obejrzeć całe ciało.	**P**	**F**
2. Po pogryzieniu przez nieznane zwierzę wystarczy poczekać kilka tygodni.	**P**	**F**
3. Surowe jaja i mięso mogą być źródłem salmonelli.	**P**	**F**
4. Mycie rąk po kontakcie ze zwierzętami nie ma znaczenia dla zdrowia.	**P**	**F**

Zadanie 3. Połącz chorobę ze sposobem ochrony. ___ / 4 pkt

1. kleszczowe zapalenie mózgu
2. wścieklizna
3. toksoplazmoza
4. salmonelloza

a) szczepienie zwierząt domowych

b) rękawiczki przy sprzątaniu kuwety

c) dokładne obrabianie cieplne jaj i mięsa

d) repelent, długie spodnie i oglądanie ciała po spacerze

1 ____ 2 ____ 3 ____ 4 ____

Zadanie 4. Przyporządkuj zachowania wobec osoby chorującej przewlekle. ___ / 4 pkt

pytam, w czym mogę pomóc opowiadam innym o czyjejś chorobie
dyskretnie zachowuję to, co usłyszałem o czyimś zdrowiu komentuję cudzą dietę

pomaga	nie pomaga

Zadanie 5. Który objaw może świadczyć o udarze mózgu? ___ / 1 pkt

A. katar

B. ból pleców po długim siedzeniu

C. suchy kaszel

D. opadnięty kącik ust i kłopoty z mową

Podgląd • Pierwsza Ławka

Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – w praktyce

Sytuacje z życia, tekst, plan działania

KARTA 3/7

Imię i nazwisko: ..... Data: ..... Wynik: ..... / 12 pkt

Zadanie 1. Przeczytaj tekst i wykonaj zadania. ___ / 4 pkt

Weekend u dziadka

Wiktor spędził sobotę na łące za wsią. Wieczorem, w kąpieli, zauważył na kolanie ciemny punkcik – kleszcza. Dziadek Józef od lat ma cukrzycę: mierzy poziom cukru i dba o posiłki. Pomógł Wiktorowi usunąć kleszcza specjalnym przyrządem, a potem Wiktor pomógł mu przygotować kolację zgodnie z jego zaleceniami.

Tekst własny

1.1. Co Wiktor i dziadek powinni zrobić z kleszczem? ___ / 1 pkt

A. Zgnieść brzuch.

B. Zostawić do rana.

C. Usunąć go przyrządem lub pęsetą, blisko skóry, wyciągając powoli.

D. Posmarować go olejem.

1.2. Wymień dwa kolejne kroki po usunięciu kleszcza. ___ / 2 pkt

1.3. Podaj jeden sposób, w jaki Wiktor okazał dziadkowi wsparcie. ___ / 1 pkt

Zadanie 2. Przyporządkuj zachowania. ___ / 4 pkt

obejrzeć zgięcia kolan i skórę głowy
sprzątać kuwetę w rękawiczkach
sprawdzić, czy na ubraniu nie ma kleszczy
zaszczepić i odrobaczyć u weterynarza

po spacerze po lesie lub łące	przy opiece nad zwierzęciem domowym

Zadanie 3. Babcia po udarze mówi wolno i szuka słów. Jak najlepiej zareagować? ___ / 1 pkt

A. Mówić za nią.

B. Odwrócić się, gdy mówi wolno.

C. Śmiać się z jej błędów.

D. Poczekać spokojnie i nie kończyć za nią zdań.

Podgląd • Pierwsza Ławka

Zadanie 6. Przyporządkuj choroby. ___ / 4 pkt

nadciśnienie tętnicze próchnica zębów wścieklizna borelioza

choroba przewlekła (cywilizacyjna)	choroba odzwierzęca

Zadanie 7. Opisz, jak usunąć kleszcza. Podaj trzy kroki. ___ / 3 pkt

Zadanie 8. Przeczytaj tekst i wykonaj zadania. ___ / 5 pkt

Sąsiadka pani Zofia

Julia opiekuje się kotem sąsiadki. Pani Zofia kilka miesięcy temu przeszła udar: mówi wolniej, ma słabszą lewą rękę i chodzi na rehabilitację. Julia sprząta kuwetę, a pani Zofia dziękuje jej za pomoc. Gdy pani Zofia szuka słowa, Julia czeka.

Tekst własny

8.1. Dlaczego Julia czeka, gdy pani Zofia szuka słowa? ___ / 1 pkt

A. Nie interesuje jej rozmowa.

B. Chce, żeby pani Zofia przestała mówić.

C. Jest to obowiązek prawny.

D. Okazuje cierpliwość i szacunek.

8.2. Podaj dwa sposoby bezpiecznego sprzątania kuwety. ___ / 2 pkt

8.3. Podaj dwa przykłady wsparcia, które Julia może okazać pani Zofii. ___ / 2 pkt

PIERWSZA ŁAWKA

CO JESZCZE JEST W ŚRODKU

Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – zestaw 7 kart pracy z kluczem, edukacja zdrowotna, klasa 8

Podgląd pokazał 6 z 17 stron. Pełna wersja: 17 stron A4, PDF do druku i DOCX do edycji.

- Karta 1: Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – najważniejsze wiadomości – 4 zadania, 11 pkt
- Karta 2: Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – ćwiczenia – 7 zadań, 19 pkt
- Karta 3: Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – w praktyce – 4 zadania, 12 pkt
- Karta 4: Kartkówka: Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – grupa A – 4 zadania, 9 pkt
- Karta 5: Kartkówka: Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – grupa B – 4 zadania, 9 pkt
- Karta 6: Sprawdzian: Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – grupa A – 8 zadań, 25 pkt
- Karta 7: Sprawdzian: Choroby przewlekłe, kleszcze i zwierzęta – grupa B – 8 zadań, 25 pkt Karta 1 przypomina najważniejsze wiadomości i pokazuje przykłady z wyjaśnieniem.
- dział 2 „Zdrowie fizyczne”, wymaganie do wyboru 1: wymienia choroby przenoszone przez zwierzęta na ludzi oraz sposoby ochrony przed nimi; opisuje, jak usunąć kleszcza
- dział 2 „Zdrowie fizyczne”, wymaganie do wyboru 2: omawia najczęstsze choroby przewlekłe i cywilizacyjne (np. otyłość, próchnica zębów, nadciśnienie tętnicze, różne typy cukrzycy,

Kup pełną wersję – plik od razu na e-mail
pierwszalawka.pl/material/edukacja-zdrowotna-klasa-8-choroby-przewlekle-kleszcze-i-zwierzeta