

Opos Fiodor



czas trwania: 4 minut 36 sekund **czyta:** Agata Szpuła

tekst oraz opracowanie karty: Piotr Prósiniowski wraz z Działem Profilaktyki OPiTU

korekta: Agata Szpuła **produkcja:** Bartosz Łapa **sugerowany wiek odbiorców:** 7+

Fiodor, opos mieszkający nieopodal ludzi, jest ciekawskim, ale i niekoniecznie ostrożnym zwierzęciem. Zjada wszystko to, co znajdzie... Niestety, nie wszystko co jemy wpływa na nas dobrze. Są bowiem takie rzeczy, tabletki, czy napoje, które mogą niekorzystanie wpłynąć na to, jak działamy i żyjemy.

słowa kluczowe:

zdrowie fizyczne
substancje psychoaktywne
leki ostrożność

Po zakończeniu słuchowiska rozpocznij od pytań ogólnych, wprowadzających - np.:

Co to są oposy? Czy ktoś kiedyś widział jak wygląda opos?

Jako, że oposy (zwane także dydelfami) nie są zwierzęciem naturalnie występującym w Polsce, zachęcamy do tego, by wspólnie sprawdzić jak wygląda to zwierze, gdzie mieszka, jakie wydaje dźwięki oraz co ludzie o nim wiedzą. Przy okazji warto rozwiać mity na jego temat (np. że oposy to szkodniki oraz że nie należą do czystych zwierząt).

Następnie porozmawiajcie o wydarzeniach, które miały miejsce w historii oraz o tym, że są **takie substancje, na które trzeba uważać** - np. leki i czemu to zaufany dorosły powinien je podawać. Są także inne, jak **alkohol**, które są przeznaczone jedynie dla dorosłych i **inne substancje**, których człowiek w ogóle nie powinien przyjmować człowiek, bo może to mieć poważny wpływ na zdrowie. Temat może zostać rozwinięty, zależnie od wrażliwości oraz etapu rozwoju dzieci. Rozmawiając zadaj pytania:

- Jak czuje się człowiek, kiedy się zatruje?
- Kto może pomóc, kiedy się źle czujemy? Komu należy o tym powiedzieć?
- Czemu to dorosły powinien pomóc zdecydować jaki lek wziąć, a kiedy nie jest to potrzebne?
- Czym można się zatruci? (odpowiedź na to pytanie szczególnie powinna być ostrożnie dostosowana do wiedzy i doświadczeń dzieci)

AKTYWNOŚĆ 1:

Wspólnie zastanówcie się jak powinniśmy zachować się, gdy źle się czujemy. Przygotujcie listę, która krok po kroku opowie o tym jak się zachować i o czym powiedzieć dorosłym, by ci mogli odpowiednio nam pomóc. (np. czy coś zjedliśmy, od kiedy tak się czujemy, gdzie dokładnie boli, czy coś jeszcze towarzyszy bólowi - np. mdłości, ból w innym miejscu, zmęczenie, poczucie chłodu...) Taka lista może być przepisana do zeszytu, np. na wewnętrzną część okładki.

AKTYWNOŚĆ 2:

Przy okazji rozmowy o bezpieczeństwie, warto zaprosić osoby, które pomagają nam, gdy dojdzie do problemów ze zdrowiem - lekarza, ratownika medycznego, strażaka. Zapoznanie z taką osobą może pomóc na zobaczenie, że nie są to osoby, których powinniśmy się bać, a ich pracą / celem jest pomoc ludziom w sytuacji problemów. Zmniejszy to szansę na pojawienie się obawy z sygnalizowaniem problemu, jeśli takowy się pojawi.