

**Promocja zdrowia  
i edukacja zdrowotna  
w świetle  
nowej podstawy programowej  
dla dyrektorów i szkolnych  
koordynatorów promocji zdrowia**



**Doradca metodyczny z biologii  
mgr Grażyna Skirmuntt**



## Matematyka zdrowia

- Co drugi Polak deklaruje, że on sam bądź ktoś z jego rodziny choruje lub leczy się z powodu chorób układu krążenia  
([http://www.zdrowemiasto.pl/\\_czas/index.php?art=95](http://www.zdrowemiasto.pl/_czas/index.php?art=95))
- Co drugi Polak umiera na zawał serca. Miażdżyca coraz częściej występuje już u dzieci i młodzieży.  
([http://miasta.gazeta.pl/bialystok/1,85677,5977097,Zadbaj\\_o\\_serce.html](http://miasta.gazeta.pl/bialystok/1,85677,5977097,Zadbaj_o_serce.html))
- Co trzeci dorosły Polak cierpi na otyłość.  
(<http://www.pulsmedycyny.com.pl/index/archiwum/1961,trzeci,doros%C5%82y,polak.html>)
- Co trzeci Polak choruje na cukrzycę. ([http://vitalia.pl/artyku124\\_Profilaktyka\\_w\\_cukrzycy\\_sm\\_1.html](http://vitalia.pl/artyku124_Profilaktyka_w_cukrzycy_sm_1.html))



## ... cd.

- Blisko 1/3 dorosłych Polaków cierpi na nadciśnienie tętnicze.  
(<http://www.biomedical.pl/zdrowie/nadcisnienie-tetnicze-fakty-i-liczby-88.html>)
- Co czwarty Polak (Polka) zachoruje na raka, a co piąty straci życie z powodu nowotworu.  
([www.diagnosis.pl/polski-komitety-zwalczania-raka-5183.html](http://www.diagnosis.pl/polski-komitety-zwalczania-raka-5183.html))
- Co dziesiąty Polak ma depresję. Co trzeci polski licealista ma objawy depresji.  
(<http://smutninastoletni.blox.pl/2007/02/Co-dziesiaty-Polak-ma-depresje.html>)
- Co trzeci dorosły Polak ma problemy ze słuchem, a co szósty uczeń ma zaburzenia słuchu.  
([www.rynekzdrowia.pl](http://www.rynekzdrowia.pl))



## ... cd.

- 73% Polaków przyznaje się do prowadzenia siedzącego trybu życia  
([www.pzu.pl](http://www.pzu.pl))
- Co 10 uczniów szkoły średniej jest zwolniony z zajęć wychowania fizycznego (  
[http://www.roztocze.net/newsroom.php/18389\\_Zwolnienia\\_na\\_macie\\_.htm](http://www.roztocze.net/newsroom.php/18389_Zwolnienia_na_macie_.htm))
- Codziennie 3 osoby w Polsce dowiadują się, że są zakażone wirusem HIV. Ponad 20 tysięcy osób zakażonych HIV, nie wie o swoim zakażeniu.  
(<http://www.gdansk.pl/nasze-miasto,97,10634.html>)




# Ćwiczenie I

## Instrukcja wykonania ćwiczenia:

*Proszę w zespołach zastanowić się i wypisać **zalety** (korzyści) i **wady** (trudności) przyjętego w starej podstawie programowej rozwiązania wprowadzającego ścieżkę edukacyjną – edukacja prozdrowotna*

| Edukacja prozdrowotna w praktyce szkolnej |                  |
|---|------------------|
| Zalety (korzyści)                         | Wady (trudności) |
|   |                  |



***Istniejące systemy dają  
doskonałe rezultaty.***

***Jeżeli potrzebne jest coś  
innego, należy zmienić  
system.***

Sir Christopher Ball

Brytyjski raport na temat zwiększenia dostępu do wyższego wykształcenia.



**Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej  
z dnia 23 grudnia 2008 r.  
w sprawie podstawy programowej wychowania  
przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego  
w poszczególnych typach szkół**

***(Dz. U. z 2008r., Nr 4, poz. 17)***



## **Co to za dokument?**

Podstawa programowa to zapis tego, czego państwo zobowiązuje się nauczyć przeciętnie uzdolnionego ucznia

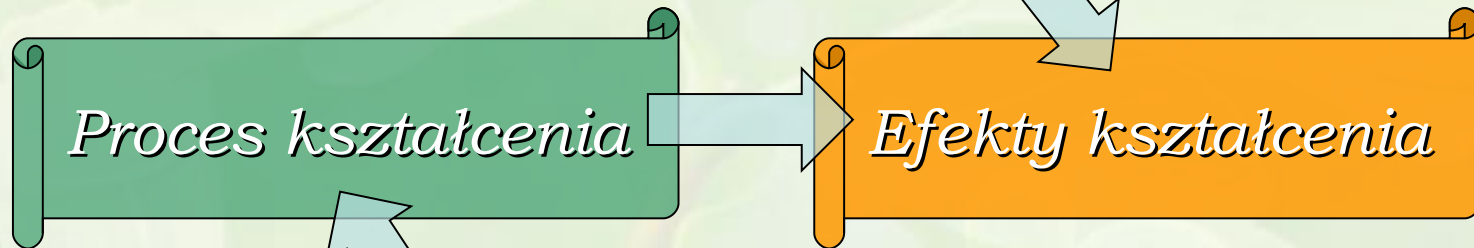
Podstawa programowa opisuje efekty kształcenia po każdym etapie edukacji

Nowa podstawa programowa zastąpi także standardy wymagań egzaminacyjnych



# Co się zmieniło?

Nowa podstawa programowa  
kształcenia ogólnego



Stara podstawa programowa  
kształcenia ogólnego



## Koncepcja nowej podstawy

- Gimnazjum – kluczowy etap edukacyjny w kształceniu ogólnym, kształcenie przedmiotowe
- Spójność programowa - trzyletni cykl w gimnazjum i roczny cykl w szkole ponadgimnazjalnej (zakres podstawowy)
- Cykl gimnazjalny objęty egzaminem powszechnym (gimnazjalnym)
- Kumulatywność treści - na wyższym etapie edukacyjnym obowiązują wymagania z etapów poprzednich.
- Zakres rozszerzony – przygotowanie do matury





# Struktura dokumentu

## Stara podstawa

- Cele edukacyjne
- Zadania szkoły
- Treści nauczania
- Osiągnięcia

## Nowa podstawa

- Cele kształcenia –  
**wymagania ogólne**
- Treści nauczania –  
**wymagania szczegółowe**





## Długość dokumentu

### Stara podstawa

- Dość krótka

### Nowa podstawa

- Znacznie dłuższa

*Czy ilość materiału  
nauczania jest  
większa?*





# Język dokumentu

## Stara podstawa

- Bardzo ogólne i „pojemne” sformułowania
- Opis tego czego należy uczyć

## Nowa podstawa

- Precyzyjny język wymagań oparty na czasownikach operacyjnych
- Opis tego co uczeń ma umieć





# Ścieżki edukacyjne

## Stara podstawa

- Odrębne podstawy programowe do ścieżek edukacyjnych
- W ramowych planach nauczania brak godzin na realizację ścieżek edukacyjnych
- Treści ścieżek były wymagane na egzaminach zewnętrznych

## Nowa podstawa

- Większość treści ścieżek edukacyjnych została włączona do podstaw programowych poszczególnych przedmiotów.

***Czy oznacza to zmniejszenie czy zwiększenie rangi np. edukacji prozdrowotnej czy ekologicznej?***





## **Jak to ze ścieżkami było ...**

### **„Stara” podstawa programowa:**

- „Ścieżka edukacyjna – należy przez to rozumieć zestaw treści i umiejętności o **istotnym znaczeniu poznawczym i wychowawczym**, których realizacja może odbywać się w ramach nauczania przedmiotów lub w postaci odrębnych zajęć.”*
- „Dyrektor szkoły zapewnia uwzględnienie problematyki ścieżek edukacyjnych w szkolnym zestawie programów nauczania. Realizację ścieżek zapewniają nauczyciele wszystkich przedmiotów, którzy do własnego programu włączają odpowiednio treści danej ścieżki.”*



**... cd.**

## **II etap edukacyjny – klasy IV – VI**

*„Częściowej realizacji tych treści można dokonać w czasie odrębnych, modułowych, kilkugodzinnych zajęć. Dotyczy to zwłaszcza ścieżki edukacyjnej Wychowanie do życia w społeczeństwie”. (moduł Wychowanie do życia w rodzinie)*

## **III i IV etap edukacyjny – gimnazjum i szkoły ponadgimnazjalne**

*„Częściowej realizacji tych treści można dokonać w czasie odrębnych, modułowych, kilkugodzinnych zajęć.”*





# Szkolna rzeczywistość

- Brak w ramowych planach nauczania godzin na realizację ścieżek edukacyjnych.
- Dowolność włączania przez nauczycieli treści ścieżek edukacyjnych do programów nauczania.
- Dokumentowanie realizacji treści ścieżek edukacyjnych.
- Kontrola faktycznej realizacji treści ścieżek edukacyjnych
- Brak możliwości (zwłaszcza w gimnazjum i liceum) organizowania kilkugodzinnych zajęć modułowych.
- Fakultatywność udziału uczniów w zajęciach pozalekcyjnych (zajęcia modułowe) i wychowania do życia w rodzinie
- Przygotowanie merytoryczne nauczycieli





## Ćwiczenie II

### Instrukcja wykonania ćwiczenia:

*Proszę w zespołach odszukać w nowej podstawie programowej treści odpowiadające treściom dawnej ścieżki edukacja prozdrowotna.*

### Proponowana forma zapisu:

*Treść z dawnej podstawy programowej (materiał ksero)  
– etap edukacyjny - przedmiot – numer wymagania  
szczegółowego*

*np.:*

**4.3) higiena pracy umysłowej i snu (III etap edukacyjny)**  
*– III etap edukacyjny (gimnazjum) – biologia -  
wymaganie szczegółowe VII.9)*



## **Nowa podstawa programowa**


Ważnym zadaniem szkoły na III i IV etapie edukacyjnym jest także **edukacja zdrowotna**, której celem jest rozwijanie u uczniów postawy dbałości o zdrowie własne i innych ludzi oraz umiejętności tworzenia środowiska sprzyjającego zdrowiu.

Działalność edukacyjna szkoły jest określona przez:

- 1) szkolny zestaw programów nauczania, który uwzględniając wymiar wychowawczy, obejmuje całą działalność szkoły z punktu widzenia dydaktycznego;
- 2) program wychowawczy szkoły, obejmujący wszystkie treści i działania o charakterze wychowawczym;
- 3) program profilaktyki dostosowany do potrzeb rozwojowych uczniów oraz potrzeb danego środowiska, obejmujący wszystkie treści i działania o charakterze profilaktycznym.

Szkolny zestaw programów nauczania, program wychowawczy szkoły oraz program profilaktyki tworzą spójną całość i muszą uwzględniać wszystkie wymagania opisane w podstawie programowej. Ich przygotowanie i realizacja są zadaniem zarówno **całej szkoły**, jak i **każdego nauczyciela**.

|                                | Szkoła podstawowa |             | Gimnazjum | Szkoły ponadgimnazjalne |
|--------------------------------|-------------------|-------------|-----------|-------------------------|
|                                | klasy I-III       | klasy IV-VI |           |                         |
| Edukacja społeczna             | X                 |             |           |                         |
| Edukacja przyrodnicza          | X                 |             |           |                         |
| Edukacja polonistyczna         | X                 |             |           |                         |
| Zajęcia komputerowe            | X                 | X           |           |                         |
| Zajęcia techniczne             | X                 | X           | X         |                         |
| Wychowanie fizyczne            | X                 | X           | X         | X                       |
| Etyka                          | X                 | X           | X         | X                       |
| Język polski                   |                   | X           | X         |                         |
| Język obcy nowożytny           |                   | X           | X         | X                       |
| Muzyka                         |                   | X           | X         |                         |
| Historia i społeczeństwo       |                   | X           |           |                         |
| Przyroda                       |                   | X           |           | X                       |
| Wychowanie do życia w rodzinie |                   | X           | X         | X                       |
| Wiedza o społeczeństwie        |                   |             | X         | X                       |
| Geografia                      |                   |             | X         | X                       |
| Biologia                       |                   |             | X         | X                       |
| Chemia                         |                   |             | X         | X                       |
| Fizyka                         |                   |             | X         |                         |
| Informatyka                    |                   |             | X         | X                       |
| Edukacja dla bezpieczeństwa    |                   |             | X         | X                       |
| Podstawy przedsiębiorczości    |                   |             |           | X                       |



# **Edukacja zdrowotna w nowej podstawie programowej**

I. Podstawa programowa kształcenia ogólnego z:

- Przyrody (II etap edukacyjny)
- Biologii
- Wychowania fizycznego
- Edukacji dla bezpieczeństwa
- Wychowania do życia w rodzinie

II. Szkolny program profilaktyki

III. Szkolny program wychowawczy





## **Stara podstawa programowa**

### **Gimnazjum - Biologia**

#### Treści nauczania:

- 4. Stan zdrowia i choroby. Przykłady chorób zakaźnych oraz patologii w działaniu narządów; elementy epidemiologii, profilaktyki i **leczenia omawianych chorób.***

### **Gimnazjum – Edukacja prozdrowotna**

#### Treści nauczania – 8 ogólnych punktów np.:

- 1.2) hałas, nadmierne nasłonecznienie*
- 5. Zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu – podejmowanie odpowiedzialnych wyborów.*



# Biologia - Gimnazjum

## VII. Stan zdrowia i choroby. Uczeń:

- 1) **przedstawia** znaczenie pojęć „zdrowie” i „choroba” (zdrowie jako stan równowagi środowiska wewnętrznego organizmu, zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne; choroba jako zaburzenie tego stanu);
- 2) **przedstawia** negatywny wpływ na zdrowie człowieka niektórych substancji psychoaktywnych (tytoń, alkohol), narkotyków i środków dopingujących oraz nadużywania kofeiny i niektórych leków (zwłaszcza oddziałujących na psychikę);

(EPZ –

T8)

- 3) **wymienia** najważniejsze choroby człowieka wywoływane przez wirusy, bakterie, protisty i pasożyty zwierzęce oraz **przedstawia zasady profilaktyki** tych chorób; w szczególności **przedstawia** drogi zakażenia się wirusami HIV, HBV i HCV oraz HPV, zasady profilaktyki chorób wywoływanych przez te wirusy oraz **przewiduje** indywidualne i społeczne skutki zakażenia;
- 4) **przedstawia** czynniki sprzyjające rozwojowi choroby nowotworowej (np. niewłaściwa dieta, tryb życia, substancje psychoaktywne, promieniowanie UV) oraz **podaje** przykłady takich chorób;



... cd

5) **przedstawia** podstawowe zasady profilaktyki chorób nowotworowych;

(EPZ – T 5 i

6)

6) **uzasadnia** konieczność okresowego wykonywania podstawowych badań kontrolnych (np. badania stomatologiczne, podstawowe badania krwi i moczu, pomiar pulsu i ciśnienia krwi);

(EPZ – T 5 i

6)

7) **analizuje** informacje dołączane do leków oraz **wyjaśnia**, dlaczego nie należy bez wyraźnej potrzeby przyjmować leków ogólnodostępnych oraz dlaczego antybiotyki i inne leki należy stosować zgodnie z zaleceniem lekarza (dawka, godziny przyjmowania leku i długość kuracji);

8) **przedstawia** podstawowe zasady higieny;

(EPZ –

T1)

9) **analizuje** związek pomiędzy prawidłowym wysypianiem się a funkcjonowaniem organizmu, w szczególności wpływ na procesy





## **Przyroda – II etap edukacyjny**

9. *Zdrowie i troska o zdrowie. Uczeń:*

- 1) *podaje przykłady negatywnego wpływu wybranych gatunków zwierząt, roślin, grzybów, bakterii i wirusów na zdrowie człowieka, wymienia zachowania zapobiegające chorobom przenoszonym i wywoływanym przez nie;*
- 2) *wymienia zasady postępowania z produktami spożywczymi od momentu zakupu do spożycia (termin przydatności, przechowywanie, przygotowywanie posiłków);*
- 3) *wymienia zasady prawidłowego odżywiania się i stosuje je;*
- 4) *podaje i stosuje zasady dbałości o własne ciało (higiena skóry, włosów, zębów, paznokci oraz odzieży);*



**... cd.**

- 5) *charakteryzuje podstawowe zasady ochrony narządów wzroku i słuchu;*
- 6) *wyjaśnia znaczenie ruchu i ćwiczeń fizycznych w utrzymaniu zdrowia;*
- 7) *podaje przykłady właściwego spędzania wolnego czasu, z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa w czasie gier i zabaw ruchowych oraz poruszania się po drodze;*
- 8) *opisuje zasady udzielania pierwszej pomocy w niektórych urazach (stłuczenia, zwichnięcia, skaleczenia, złamania, ukąszenia, użądlenia), potrafi wezwać pomoc w różnych sytuacjach;*



**... cd.**

- 9) *podaje przykłady zachowań i sytuacji, które mogą zagrażać zdrowiu i życiu człowieka (np. niewybuchy i niewypały, pożar, wypadek drogowy, jazda na tyżwach lub kąpiel w niedozwolonych miejscach);*
- 10) *wyjaśnia znaczenie symboli umieszczonych np. na opakowaniach środków czystości i korzysta z produktów zgodnie z ich przeznaczeniem;*
- 11) *wymienia podstawowe zasady bezpiecznego zachowania się w domu, w tym po sługiwania się urządzeniami elektrycznymi, korzystania z gazu, wody;*
- 12) *wyjaśnia negatywny wpływ alkoholu, nikotyny i substancji psychoaktywnych na zdrowie człowieka, podaje propozycje asertywnych zachowań w przypadku presji otoczenia;*
- 13) *wymienia zasady zdrowego stylu życia i uzasadnia konieczność ich stosowania.*

# Wychowanie fizyczne inaczej





# W-F – zasadnicze zmiany

## 1. Zapis treści w języku wymagań szczegółowych

### Konsekwencje:

- zdefiniowanie efektów kształcenia
- ograniczenie oferty programowej
- zdefiniowanie wspólnego dla wszystkich standardu cywilizacyjno-edukacyjnego odwołujący się do wartości i czynności z zakresu kultury fizycznej
- precyzyjne wyznaczenie zakresu edukacyjnej odpowiedzialności nauczycieli wychowania fizycznego



... cd.

## 2. Zmiana sposobu organizacji zajęć






**... cd.**

### **3. Poszerzenie treści wychowania fizycznego o wymagania szczegółowe z zakresu edukacji zdrowotnej**

#### Oczekiwania:

- wychowanie fizyczne pełni wiodącą rolę w edukacji zdrowotnej uczniów
- wspiera rozwój fizyczny i poszerza potencjał zdrowotny
- przygotowuje do dokonywania wyborów korzystnych dla zdrowia
- tworzy obyczaj aktywności fizycznej





## W-F - nowe rozwiązania

- W I etapie edukacyjnym wyodrębniono obszar „**wychowanie fizyczne i edukacja zdrowotna**”.
- W III i IV etapie edukacyjnym wyodrębniono blok tematyczny „**edukacja zdrowotna**”.
- Dla II, III i IV etapu edukacyjnego zapisano, że „**wychowanie fizyczne pełni wiodącą rolę w edukacji zdrowotnej**”.
- Nauczyciele wychowania fizycznego, po odpowiednim doszkoleniu, będą pełnić rolę koordynatorów edukacji zdrowotnej.
- Realizacja bloku edukacja zdrowotna z puli zajęć do wyboru.







## **W-F – obszary edukacji zdrowotnej**

**Obszary tematyczne zawarte w podstawie programowej wychowania fizycznego dla III i IV etapu edukacyjnego:**

- Aktywność fizyczna, praca i wypoczynek, żywienie
- Rozwój fizyczny w okresie dojrzewania i młodości.
- Dbłość o ciało, bezpieczeństwo, choroby.
- Zdrowie i dbłość o nie.
- Zdrowie psychospołeczne i umiejętności życiowe.





## **W-F – I etap edukacyjny**

### Treści nauczania – klasa I SP:

- 3) dba o to, aby prawidłowo siedzieć przy ławce, przy stole itp.
- 4) wie, że choroby są zagrożeniem dla zdrowia i że można im zapobiegać poprzez: szczepienia ochronne, właściwe odżywianie się, aktywność fizyczną, przestrzeganie higieny; właściwie zachowuje się w sytuacji choroby;
- 5) wie, że nie może samodzielnie zażywać lekarstw i stosować środków chemicznych (np. środków czystości, środków ochrony roślin)



**... cd.**

Treści nauczania – wymagania szczegółowe na koniec klasy III SP.

Uczeń:

- 4) *W zakresie bezpieczeństwa i edukacji zdrowotnej:*
- a) *dba o higienę osobistą i czystość odzieży,*
  - b) *wie, jakie znaczenie dla zdrowia ma właściwe odżywianie się oraz aktywność fizyczna,*
  - c) *wie, że nie może samodzielnie zażywać lekarstw i stosować środków chemicznych niezgodnie z przeznaczeniem*
  - d) *przestrzega zasad bezpiecznego zachowania się w trakcie zajęć ruchowych (...),*
  - e) *potrafi wybrać bezpieczne miejsce do zabaw i gier ruchowych, wie do kogo zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.*



## **W-F – II etap edukacyjny (kl. IV – VI)**

Treści nauczania – wymagania szczegółowe. Uczeń:

3.3) *omawia zasady aktywnego wypoczynku.*

4.1) *omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia,*

4.4) *omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach,*

4.5) *omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem*



## **W-F – III etap edukacyjny (gimnazjum)**

### *7. Edukacja zdrowotna. Uczeń:*

- 1) wyjaśnia, czym jest zdrowie; wymienia czynniki, które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie oraz wskazuje te, na które może mieć wpływ;*
- 2) wymienia zachowania sprzyjające i zagrażające zdrowiu oraz wyjaśnia, na czym polega i od czego zależy dokonywanie wyborów korzystnych dla zdrowia;*
- 3) identyfikuje swoje mocne strony, planuje sposoby ich rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować;*
- 4) omawia konstruktywne sposoby radzenia sobie z negatywnymi emocjami;*
- 5) omawia sposoby redukowania nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny;*



**... cd.**

- 6) *omawia znaczenie dla zdrowia dobrych relacji z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci;*
- 7) *wyjaśnia, w jaki sposób może dawać i otrzymywać różnego rodzaju wsparcie społeczne;*
- 8) *wyjaśnia, co oznacza zachowanie asertywne i podaje jego przykłady;*
- 9) *omawia szkody zdrowotne i społeczne związane z paleniem tytoniu, nadużywaniem alkoholu i używaniem innych substancji psychoaktywnych; wyjaśnia, dlaczego i w jaki sposób należy opierać się presji oraz namowom do używania substancji psychoaktywnych i innych zachowań ryzykownych.*



## **W-F – IV etap edukacyjny zakres podstawowy**

6. *Edukacja zdrowotna. Uczeń:*

- 1) *wyjaśnia, dlaczego zdrowie jest wartością dla człowieka i zasobem dla społeczeństwa oraz na czym polega dbałość o zdrowie w okresie młodości i wczesnej dorosłości;*
- 2) *wyjaśnia, co oznacza odpowiedzialność za zdrowie własne i innych ludzi;*
- 3) *omawia konstruktywne, optymistyczne sposoby wyjaśniania trudnych zdarzeń i przeformułowania myśli negatywnych na pozytywne;*
- 4) *wyjaśnia, na czym polega praca nad sobą dla zwiększenia wiary w siebie, poczucia własnej wartości i umiejętności podejmowania decyzji;*



**... cd.**

- 5) *wyjaśnia, na czym polega konstruktywne przekazywanie i odbieranie pozytywnych i negatywnych informacji zwrotnych oraz radzenie sobie z krytyką;*
- 6) *omawia zasady racjonalnego gospodarowania czasem;*
- 7) *wyjaśnia, na czym polega samobadanie i samokontrola zdrowia oraz dlaczego należy poddawać się badaniom profilaktycznym w okresie całego życia;*
- 8) *wyjaśnia, co to znaczy być aktywnym pacjentem i jakie są podstawowe prawa pacjenta;*





**... cd.**

- 9) *omawia przyczyny i skutki stereotypów i stygmatyzacji osób chorych psychicznie i dyskryminowanych (np. żyjących z HIV/AIDS);*
- 10) *planuje projekt dotyczący wybranych zagadnień zdrowia oraz wskazuje na sposoby pozyskania sojuszników i współuczestników projektu w szkole, domu lub w społeczności lokalnej;*
- 11) *omawia, na czym polega współuczestnictwo i współpraca ludzi, organizacji i instytucji w działaniach na rzecz zdrowia;*
- 12) *wyjaśnia, jaki jest związek między zdrowiem i środowiskiem oraz co sam może zrobić, aby tworzyć środowisko sprzyjające zdrowiu.*



# Kompetencje koordynatorów

## Wiedza o:

- Rozwoju fizycznym, psychicznym, społecznym i psychoseksualnym dzieci i młodzieży oraz o zdrowiu – zasobach i czynnikach ryzyka dla zdrowia.
- Profilaktyce najczęstszych problemów zdrowotnych i społecznych dzieci i młodzieży oraz profilaktyce chorób cywilizacyjnych.
- Procesie edukacji zdrowotnej w szkole, w tym zwłaszcza ukierunkowanej na rozwijanie umiejętności życiowych.
- Promocji zdrowia ze szczególnym uwzględnieniem szkoły promującej zdrowie.





**... cd.**

## **Umiejętności:**

- Diagnozowania potrzeb uczniów w zakresie edukacji zdrowotnej i planowania na tej podstawie jej programu.
- Koordynowania działań w zakresie edukacji zdrowotnej w szkole, współdziałania z innymi nauczycielami, pielęgniarką szkolną, rodzicami i organizacjami.
- Stosowania metod i technik nauczania wspierających aktywność i uczestnictwo uczniów oraz tworzenia atmosfery sprzyjającej uczeniu się i dobremu samopoczuciu.
- Motywowaniu uczniów do troski o zdrowie i wspierania ich w tych działaniach.
- Ewaluacji procesu i wyników prowadzonej przez siebie edukacji zdrowotnej.





**... cd.**

## **Postawa, którą charakteryzuje:**

- Przekonanie, że zdrowie jest wartością dla człowieka oraz zasobem dla społeczeństwa.
- Gotowość do tworzenia wzorców zachowań zdrowotnych dla uczniów.
- Otwartość i wrażliwość na potrzeby innych, empatia, autentyczność.
- Gotowość do doskonalenia własnego zdrowia oraz umiejętności życiowych.
- Gotowość do działań na rzecz tworzenia zdrowego środowiska pracy i nauki.





# **Edukacja dla bezpieczeństwa**

## **III etap edukacyjny - Gimnazjum**

### *Cele kształcenia – wymagania ogólne*

*II. Przygotowanie do działania ratowniczego.*

*Uczeń zna zasady prawidłowego działania w przypadku wystąpienia zagrożenia życia i zdrowia.*

*III. Nabycie umiejętności udzielania pierwszej pomocy.*

*Uczeń umie udzielać pierwszej pomocy w nagłych wypadkach.*



**... cd.**

## **IV etap edukacyjny – zakres podstawowy**

### *Cele kształcenia – wymagania ogólne*

*II. Przygotowanie do sytuacji zagrożeń.*

*Uczeń zna zasady postępowania w przypadku wystąpienia zagrożenia życia, zdrowia lub mienia; zna zasady planowania i organizowania działań.*

*III. Opanowanie zasad pierwszej pomocy.*

*Uczeń umie udzielać pierwszej pomocy poszkodowanym w różnych stanach zagrażających życiu i zdrowiu.*



## Korzyści

- Włączenie edukacji zdrowotnej do podstaw programowych z przedmiotów – realizacja w ramach godzin poszczególnych przedmiotów
- Konkretnie osoby odpowiedzialne za realizację konkretnych treści
- Wszyscy uczniowie realizują całą podstawę programową (za wyjątkiem wychowania do życia w rodzinie)
- Treści z zakresu edukacji zdrowotnej będą reprezentowane na egzaminach zewnętrznych
- Język wymagań – konkretnie wiadomo co uczeń powinien umieć.





## **Najważniejsze gimnazjum**

### **Dojrzewanie biologiczne:**

- Przeżywanie własnej płciowości
- Zainteresowanie płcią przeciwną

### **Dystansowanie się od rodziny – autorytet rodziców słabnie:**


- Poszukiwanie autorytetów poza domem
- Silny wpływ grupy rówieśniczej i mediów

### **Labilność emocjonalna:**

- Kompleksy
- Niska samoocena
- Lęki i zachowania lękowe







## Profilaktyka - trudne zadanie

- Percepcja czasu

*Profilaktyka jest adresowana do dalekiej perspektywy, której uczeń rozwojowo nie jest w stanie objąć.*

- Poszukiwanie nowych doświadczeń

*Przestrzeganie przed nowymi doświadczeniami jest bezskuteczne*

- Stosunek do ryzyka

*Przy ocenie tzw. obiektywnego ryzyka, młodzi ludzie zaniżą ocenę, dlatego przestrzeganie i straszenie rzadko daje spodziewany efekt.*





**... cd.**

- Odpowiedzialność

*Działania profilaktyczne adresowane do poczucia odpowiedzialności nie przyniosą oczekiwanego efektu*

- Relacja przyjemność – obowiązek

*Działania profilaktyczne powinny być adresowane do priorytetu przyjemności. Odwoływanie się do poczucia obowiązku nie przyniesie spodziewanych rezultatów.*






**... cd.**

- Akceptacja aktywności seksualnej (własnej i innych)

***Brak otwartego i akceptującego stosunku do seksualności człowieka, w tym do seksualności młodych ludzi, jest barierą w działaniach profilaktycznych. W pierwszym rzędzie dialog w tym obszarze powinien otworzyć się w nauczycielu.***





***Gram zapobiegania  
jest więcej wart  
niż tona leczenia***

Henry de Bracton



# Literatura

- Rozporządzenie MEN z dnia 26 lutego 2002 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego i kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. z 2002 r., nr 51, poz. 458)
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz. U. z 2008r., Nr 4, poz. 17)
- Krzysztof Spalik, Małgorzata Jagiełło, Grażyna Skirmuntt, Wawrzyniec Kofta. Podstawa programowa z komentarzami. Tom 5. Komentarz do podstawy programowej przedmiotu *Biologia*, MEN, 2008.
- Zbigniew Cendrowski, Ewa Czerska, Tomasz Frołowicz, Eligiusz Madejski, Jerzy Pośpiech, Wojciech Przybylski, Bogumiła Przysiężna, Barbara Wojnarowska
- Podstawa programowa z komentarzami. Tom 8. Komentarz do podstawy programowej przedmiotu *Wychowanie fizyczne*, MEN, 2008.
- Wiesław Sokoluk „Wychowanie do życia w rodzinie. Poradnik metodyczny dla nauczycieli”, WSiP, Warszawa 2003