

Edukacja zdrowotna



Edukacja zdrowotna to nowoczesny przedmiot, którego celem jest wyposażenie dzieci i młodzieży w rzetelną wiedzę, umiejętności oraz postawy umożliwiające skuteczne dbanie o zdrowie własne i innych osób we wszystkich jego wymiarach: fizycznym, psychicznym, społecznym, środowiskowym i cyfrowym. Przedmiot obejmuje nie tylko obszar medyczny czy biologiczny, lecz także zagadnienia związane z emocjami, relacjami, odpowiedzialnością, wartościami i dobrostanem. Uczy podejmowania świadomych decyzji zdrowotnych. Promuje zdrowy styl życia. Rozwija umiejętności komunikacji, empatii i troski o siebie i otoczenie. Pozwala ustrzec się przed różnorodnymi zagrożeniami – od chorób zakaźnych, przez uzależnienia, po dezinformację.

Edukacja zdrowotna będzie nauczana od 1 września 2025 r. w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych.

MEN i ORE udostępniły na swoich stronach materiały dla rodziców i nauczycieli, w tym informator, przykładowy program nauczania oraz podręczniki i materiały szkoleniowe.

Źródło: <https://www.gov.pl/web/edukacja/edukacja-zdrowotna>

Podstawa programowa przedmiotu edukacja zdrowotna obejmuje 11 obszarów:

- wartości i postawy,
- zdrowie fizyczne,
- aktywność fizyczna,
- odżywianie,
- zdrowie psychiczne,
- zdrowie społeczne,
- dojrzewanie (w szkołach podstawowych),
- zdrowie seksualne,
- zdrowie środowiskowe,
- internet i profilaktyka uzależnień,
- system ochrony zdrowia (w szkołach ponadpodstawowych).

Źródło: <https://ore.edu.pl/2025/08/podstawa-programowa/>

Głównym celem przedmiotu jest rozwijanie kompetencji uczniów w zakresie całonocnej troski o zdrowie, w tym umiejętności podejmowania świadomych decyzji, promowania profilaktyki i świadomego stylu życia - w oparciu o interdyscyplinarne podejście do nauczania.

Program nauczania edukacji zdrowotnej w szkole podstawowej - kl. IV-VIII

Zajęcia będą odbywać się **raz w tygodniu przez cały rok szkolny** (1 godzina lekcyjna), a udział w nich **nie jest obowiązkowy**. Istnieje możliwość rezygnacji poprzez złożenie oświadczenia przez rodziców lub pełnoletnich uczniów.