

# **„Szkoła Promocji Zdrowia – II edycja”**

okres realizacji: lata 2019–2024



## **Samorząd Województwa Mazowieckiego**

**Warszawa 2019 r.**

Podstawa prawna: w art. 2 pkt 2 ustawy z dnia 11 września 2015 r. o zdrowiu publicznym  
(Dz. U. z 2018 r. poz. 1492 oraz z 2019 r. poz. 447)

## Spis treści

I.	Spis treści .....	2
II.	Wstęp.....	3
III.	Grupa docelowa .....	6
IV.	Założenia zadania .....	6
	Wymagania obligatoryjne dla koordynatora: .....	8
	Wymagania obligatoryjne dla opiekuna medycznego:.....	8
	Wymagane obligatoryjne dla opiekuna szkoły:.....	8
	Wymagania obligatoryjne dla wykładowcy: .....	9
V.	Realizacja zadania .....	9
VI.	Cele .....	9
	Cel główny .....	9
	Cele szczegółowe .....	9
VII.	Zakres tematyczny .....	11
	Moduł I - Promocja zdrowia.....	11
	Moduł II - Zaburzenia homeostazy .....	11
	Moduł III - Pierwsza pomoc.....	12
	Moduł IV - Problemy etyczne w medycynie .....	13
	Moduł V - Niepełnosprawność – Rehabilitacja .....	14
	Moduł VI - Podstawy psychologii .....	14
	Moduł VII - Mikrobiologia .....	15
	Moduł VIII - Żywnienie .....	16
	Moduł IX – Zdrowie psychiczne .....	16
VIII.	Monitoring.....	18
IX.	Ewaluacja.....	18
X.	Czas realizacji zadania.....	19

## I. Wstęp

Koncepcja zdrowia, jego ochrony, profilaktyki i promocji swoje początki datuje na lata 70 XX. Do rozwoju promocji zdrowia istotnie przyczynia się Światowa Organizacja Zdrowia (WHO), która opracowała dokument „Zdrowie dla wszystkich w 2000 roku”. Jego celem było osiągnięcie w 2000 r. poziomu zdrowia ludności na całym świecie pozwalającego na produktywne życie społeczne i ekonomiczne.

W 1986 r. przyjęto kierunki działań z zakresu promocji zdrowia. Zdefiniowano wtedy promocję zdrowia jako proces umożliwiający każdemu człowiekowi zwiększenie oddziaływania na jego zdrowie w sensie jego poprawy i utrzymania. W późniejszych latach uzupełniano, poszerzano czy modyfikowano tą definicję w zależności od potrzeb informacyjnych. Jako uzupełnienie definicji WHO można dodać, że *promocja* zdrowia jest kombinacją działań edukacyjnych i odpowiedniego wsparcia środowiskowego, społecznego, politycznego, organizacyjnego, ekonomicznego, prawnego i taktycznego dla praktykowania działań sprzyjających zdrowiu. Koncepcja promocji zdrowia jest główną strategią WHO a przez to jest ona podstawą działań Narodowego Programu Zdrowia w Polsce.

Działania Polski w ramach Narodowego Programu Zdrowia, gdzie określono strategiczne cele zdrowotne, związane są z pojęciem ochrony zdrowia obywateli i powinny przyczyniać się do zapewnienia każdemu członkowi społeczeństwa zdrowia i długiego życia. Stan zdrowia społeczeństwa oceniany jest na podstawie mierników zdrowia tj. współczynników zapadalności, chorobowości, umieralności i śmiertelności.

W potocznym rozumieniu promocję zdrowia utożsamia się z prewencją (zapobieganiem, profilaktyką). Jednakże istnieją znaczne różnice między tymi pojęciami, a co za tym idzie działaniami podejmowanymi w ramach tych koncepcji. W podejściu promocyjnym punktem wyjścia podejmowanych działań jest zdrowie, natomiast w podejściu prewencyjnym – choroba. Celem działań w podejściu promocyjnym jest pomnażanie rezerw i potencjału zdrowia natomiast w prewencyjnym – uniknięcie choroby. Grupą oddziaływania w podejściu promocyjnym jest cała populacja w kontekście codziennego życia natomiast w podejściu prewencyjnym – grupa szczególnego ryzyka. Definiując więc prewencję należy powiedzieć, że jest to przeciwdziałanie rozwojowi choroby, czyli są to działania podejmowane w celu przerwania lub zahamowania dalszego rozwoju choroby.

Promocja zdrowia to nie tylko koncepcja i wytyczne jak należy wzmacniać zdrowie i jego potencjał, ale również szereg działań, mających na celu nauczenie społeczeństwa jak to robić prawidłowo. Ten element promocji zdrowia nazwany jest edukacją zdrowotną, której celem jest zmiana sposobu myślenia o zdrowiu w sensie jego promowania oraz zwiększenie skuteczności oddziaływań i kontroli nad własnym zdrowiem.

Prawidłowy rozwój, zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne dziecka stanowią o potencjale zdrowotnym i ekonomicznym społeczeństwa. Ważne jest, aby treści o charakterze

prozdrowotnym przekazywać dzieciom od najmłodszych lat<sup>1</sup>. Wiek przedszkolny jest tym okresem w życiu człowieka, w którym najtrwalej kształtują się aktualne i przyszłe zachowania dotyczące zdrowia. W tym okresie dziecko potrzebuje ruchu, który jest dla niego naturalną potrzebą fizjologiczną. Chodzi więc o to, aby pielęgnować i podtrzymywać jego naturalne formy, a jednocześnie sterować rozwojem cech motoryki i rozwijać umiejętności ruchowe. Bogacenie wiedzy dziecka o zdrowiu własnym i innych, tworzenie warunków do promowania zdrowego stylu życia, oraz nabywanie umiejętności dbania o zdrowie to podstawa edukacji zdrowotnej dziecka w przedszkolu. Poznanie możliwości własnego organizmu, czynników które mu szkodzą lub pomagają w rozwoju, to również lepsze poznanie otaczającej dziecko rzeczywistości: zasady, metody i techniki, dotyczące propagowania wśród dzieci zdrowia i promowania prozdrowotnych form aktywności, to przede wszystkim prezentacja zdrowego stylu życia przez nauczyciela, który stanowi swoisty wzorzec właściwych zachowań. W związku z tym nauczyciel sam musi podjąć decyzję dotyczącą swojego stylu życia. Wyeksponowanie momentów wychowawczych, podczas których wskazuje siebie jako przykład, jest o wiele skuteczniejsze niż egzekwowanie nakazów i zakazów, będących w sprzeczności z tym co na co dzień prezentuje. Edukacja zdrowotna jest nieodłącznym i komplementarnym elementem promocji zdrowia, chociaż edukacja zdrowotna to ukierunkowane działanie na jednostkę, a promocja zdrowia oddziałuje na system społeczny. Edukacja zdrowotna to proces wzajemnie ze sobą powiązanych elementów, w którego zakres wchodzi:

- wiedza o zdrowiu związana z funkcjonowaniem własnego organizmu,
- umiejętność zapobiegania i radzenia sobie w sytuacjach trudnych,
- wiedza i umiejętność związana z korzystaniem z opieki zdrowotnej;
- wiedza o czynnikach środowiskowych, społecznych i politycznych wpływających na zdrowie.

Promocja zdrowia jest nowym spojrzeniem na edukację, a szczególnie na wychowanie w aspekcie zdrowotnych oddziaływań i zdrowotnych skutków. Edukacja zdrowotna jest fundamentalnym prawem socjalnym dziecka zagwarantowanym zapisami KONWENCJI O PRAWACH DZIECKA<sup>2</sup>. Edukacja powinna być rozpatrywana jako długofalowa „inwestycja” w zdrowie społeczeństwa. Coraz częściej postrzega się dziecko jako osobę bio – psychologiczno – kulturową ujętą w układzie zmiennych: człowiek - wychowanie – zdrowie.

Koncepcja wszechstronnej edukacji zdrowotnej dzieci zakłada:

---

<sup>1</sup> K. Dudkiewicz, K. Kamińska „EDUKACJA ZDROWOTNA” Warszawa 2001 r.

<sup>2</sup> KONWENCJA O PRAWACH DZIECKA, źródło: <https://brpd.gov.pl/konwencja-o-prawach-dziecka>.

- uwzględnienie holistycznego podejścia do zdrowia (wszystkich jego aspektów) i czynników warunkujących zdrowie, związanych z ludźmi i środowiskiem;
- wykorzystywanie sprzyjających okoliczności dla edukacji zdrowotnej: programy (formalne, nieformalne, innowacyjne), wzorce tworzone przez ludzi;
- dążenie do harmonizowania wiedzy o zdrowiu, którą dziecko zdobywa z różnych źródeł (rodzina, nauczyciele, rówieśnicy, środki masowego przekazu, reklama, itp.);
- zachęcanie dzieci do zdrowego stylu życia i stwarzanie w placówkach oświatowych (przedszkola) warunków i możliwości sprzyjających zdrowiu.

Edukacja zdrowotna to nie tylko przekazywanie wiedzy o tym, co jest korzystne lub szkodliwe dla zdrowia, lecz również rozwijanie umiejętności, a także nawyków, które pomogą skutecznie wykorzystywać tę wiedzę. Należy więc stworzyć dzieciom sposobność do ukształtowania postaw i wartości, które ułatwiają im dokonywanie wyborów, mających znaczenie dla ich obecnego i przyszłego życia i zdrowia.

Wiek przedszkolny jest bardzo ważnym etapem w kształtowaniu prozdrowotnych wyborów dziecka oraz jego stosunku do środowiska, wobec którego będzie w przyszłości podejmować decyzje. Dobry stan zdrowia warunkuje dobre samopoczucie, większą odporność organizmu oraz umożliwia systematyczne uczęszczanie do przedszkola, a także ułatwia zabawę i naukę. Edukacja zdrowotna powinna opierać się na potrzebach zdrowotnych wychowanka, podlegających charakterystycznym przemianom w wyniku rozwoju dziecka. Jest to zamierzony ciąg planowanych działań wychowawczych, które uwzględniają intensywność rozwoju psychofizycznego i społecznego oraz uwarunkowania środowiskowe. W dłuższej perspektywie czasowej powinny one doprowadzić u dzieci do wzbogacenia wiedzy z dziedziny zdrowia i kształtowania się u nich postawy „prozdrowotnej” oraz umożliwić nabycie określonych umiejętności, a także przyswojenie prawidłowych przyzwyczajeń i nawyków higieniczno-zdrowotnych.

W okresie nauki w szkole dokonują się zmiany w zakresie dbania o zdrowie i dobre samopoczucie młodych ludzi. Dobre zdrowie jest kluczowym elementem optymalnego funkcjonowania w młodości i dalszych latach życia. Istotą edukacji zdrowotnej w szkole jest nie tylko przekazywanie wiedzy ale również kształtowanie właściwych postaw wobec zdrowia oraz umiejętności życiowych umożliwiających uczniom (teraz i w przyszłości) dokonywanie wyborów sprzyjających zdrowiu oraz podejmowaniu działań na rzecz zdrowia własnego i innych ludzi oraz tworzenia zdrowego środowiska.

Aktywne postawy wobec zdrowia mogą być kształtowane u dzieci od wczesnego dzieciństwa. Działania w tym zakresie zarówno rodziców jak i nauczycieli przedszkolnych muszą być zintegrowane i zgodne. Musi być stosowana odpowiednia atmosfera oraz odpowiednie warunki, sprzyjające zdrowiu tak w przedszkolu, jak i w domu. Wspólne działanie promujące zdrowie winno być oparte na wyrabianiu postaw prozdrowotnych,

proekologicznych i prospołecznych. Edukacja zdrowotna powinna być łącznikiem pomiędzy wiedzą i doświadczeniem dziecka wyniesionym z domu rodzinnego, a tym, co powinno znać i umieć oraz rozumieć, kiedy wkroczy w dorosłe życie. Edukacja zdrowotna swoim zakresem obejmuje profilaktykę wraz z edukacją prozdrowotną oraz kształtowaniem czynnych postaw wobec zdrowia, bezpieczeństwa, higieny, tężyzny i sprawności ruchowej.

## **II. Grupa docelowa**

Uczestnikami zadania pn.: „Szkoła Promocji Zdrowia - II edycja” jest młodzież z klas 1- 3 ze szkół ponadpodstawowych z terenu Województwa Mazowieckiego.

## **III. Założenia zadania**

Założenia ujęte w zadaniu „Szkoła Promocji Zdrowia - II edycja” są zgodne z następującymi dokumentami:

1. Ustawą z dnia 11 września 2015 r. o zdrowiu publicznym w zakresie działań obejmujących edukację zdrowotną dostosowaną do potrzeb różnych grup społeczeństwa, w szczególności dzieci, młodzieży;
2. Narodowym Programem Zdrowia na lata 2016-2020, w zakresie celu strategicznego – Poprawa zdrowia i związanej z nim jakości życia ludności w szczególności poprzez:
  - a. stwarzanie warunków oraz kształtowanie motywacji, wiedzy i umiejętności zdrowego stylu życia, a także podejmowanie działań na rzecz zdrowia własnego i innych,
  - b. kształtowanie sprzyjającego zdrowiu środowiska życia, pracy i nauki;
3. Narodowym Programem Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2017–2022 zakresie celu: prowadzenie działań na rzecz zapobiegania stygmatyzacji i dyskryminacji osób z zaburzeniami psychicznymi;
4. Rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 27 lutego 2018 r. w sprawie priorytetów zdrowotnych w zakresie tworzenia warunków sprzyjających utrzymaniu i poprawie zdrowia w środowisku nauki, pracy i zamieszkania;
5. „Mazowieckim Programem Ochrony Zdrowia Psychicznego na lata 2018-2021” w zakresie celu 2: Prowadzenie działań na rzecz zapobiegania stygmatyzacji i dyskryminacji osób z zaburzeniami psychicznymi;
6. „Kierunkami działań w zakresie polityki zdrowotnej Województwa Mazowieckiego na lata 2018-2021” w zakresie celu operacyjnego nr 9: Edukacja zdrowotna i kształtowanie wśród mieszkańców Mazowsza postaw prozdrowotnych.

Tryb realizacji zadania oraz koszty związane z jego realizacją zostaną określone w stosownej umowie zawartej pomiędzy podmiotem prowadzącym działalność medyczną a Województwem Mazowieckim.

Każdy pomiot realizujący zadanie będzie mógł organizować co roku nabór do jednej grupy dla pierwszego roku. Jednocześnie będzie też mógł prowadzić maksymalnie 3 grupy, po jednej dla każdego rocznika. Każda grupa uczniów nie może liczyć **więcej niż 35 osób**.

W ramach zadania pn.: „Szkoła Promocji Zdrowia - II edycja”, zajęcia z młodzieżą prowadzone są w formie wykładów, seminariów, dyskusji panelowych, gier dydaktycznych, wzbogacone o ćwiczenia praktyczne, filmy tematyczne oraz wyjazdy studyjne. Uczniowie poznają nowoczesne placówki medyczne, biorą udział w akcjach promujących zdrowy styl życia. W trakcie zajęć wykorzystywane są pomoce dydaktyczne: fantomy, sprzęt audiowizualny, na którym umożliwia się zaprezentowanie słuchaczom np. zabiegów operacyjnych.

Zajęcia prowadzone są w blokach 90 minutowych, z każdą klasą jeden raz w tygodniu, w formie wykładów. Zadanie realizowane jest w ciągu 3 lat nauki w szkole ponadpodstawowej i składa się z 9 modułów tematycznych (240 godzin<sup>3</sup>).

Jednym ze stałych elementów działań edukacyjno-wychowawczych zadania pn.: „Szkoła Promocji Zdrowia – II edycja” jest **Olimpiada Szkół Promocji Zdrowia**. Podczas imprezy młodzież rywalizuje między sobą w wielu konkurencjach sportowych. Olimpiada integruje młodzież regionu a poprzez udział dużej liczby uczniów i dorosłych, również edukuje społeczeństwo. Każdego roku gospodarzem Olimpiady jest inna Szkoła Promocji Zdrowia. Termin Olimpiady, rodzaje konkurencji oraz inne warunki określa Koordynator Szkoły Promocji Zdrowia, który jest w danym roku gospodarzem, w porozumieniu z pracownikami Departamentu Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego w Warszawie.

W ramach Olimpiad organizowane być mogą festyny, happeningi, pikniki oraz inne wydarzenia, których zadaniem jest promocja i edukacja zdrowotna mieszkańców Mazowsza. Temat przewodni „Olimpiady Wiedzy” wskazuje Departament Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego w Warszawie.

W nawiązaniu do wskazanego poniżej 6 celu szczegółowego realizacji programu „upowszechnianie wiedzy o funkcjonowaniu szpitala oraz o prawach i obowiązkach pacjenta” zasadne jest aby zajęcia odbywały się w szpitalach.

Za organizację realizacji zadania pn.: „Szkoła Promocji Zdrowia – II edycja” w konkretnej jednostce odpowiada **koordynator**, wskazany przez dyrektora podmiotu prowadzącego działalność medyczną, w którym realizowane jest zadanie. Koordynator monitoruje realizację zapisów umowy, odpowiada materialnie za zakupiony sprzęt do realizacji zadania, inicjuje i nadzoruje przeprowadzanie imprez promocyjnych i wycieczek edukacyjnych, jest w stałym

---

<sup>3</sup> 1 godzina = 45 minut.

kontakcie z dyrektorami szkół w zakresie realizacji programu. Ustala również wykładowców do przeprowadzania zajęć dydaktycznych oraz prowadzi ewaluację zajęć.

Wymagania obligatoryjne dla koordynatora:

- jest pracownikiem szpitala i wykonuje zawód medyczny,
- posiada wykształcenie wyższe medyczne lub wyższe mające zastosowanie w ochronie zdrowia,
- posiada co najmniej 5 letni staż pracy w szpitalu,
- udokumentowane doświadczenie w prowadzeniu / realizacji / koordynacji programów.

Dodatkowo, koordynator może mieć:

- przygotowanie pedagogiczne – studia pedagogiczne lub kurs pedagogiczny,
- ukończony kurs dla kierowników / opiekunów / organizatorów wycieczek,
- udokumentowane doświadczenie w prowadzeniu zajęć w zakresie promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej.

Natomiast **opiekun medyczny** m. in. przygotowuje tematykę zajęć, opracowuje grafik miesięczny pracy, monitoruje wykorzystanie sprzętu dydaktycznego. Uczestniczy w procesie ewaluacji realizacji programu. Wskazywany jest przez dyrektora podmiotu prowadzącego działalność medyczną, w którym realizowane jest zadanie.

Wymagania obligatoryjne dla opiekuna medycznego:

- jest pracownikiem szpitala i wykonuje zawód medyczny,
- posiada wykształcenie wyższe medyczne lub wyższe mające zastosowanie w ochronie zdrowia,
- posiada co najmniej 5 letni staż pracy w szpitalu,
- udokumentowane doświadczenie w prowadzeniu zajęć w zakresie promocji zdrowia i edukacji zdrowotnej.

Dodatkowo opiekun medyczny może mieć:

- przygotowanie pedagogiczne – studia pedagogiczne lub kurs pedagogiczny.

Do zadań **opiekuna szkoły** należy między innymi: utrzymywanie stałego kontaktu z koordynatorem i opiekunami medycznymi w zakresie harmonogramu i realizacji zajęć, ponoszenie odpowiedzialność za organizację sposobu dotarcia uczniów na zajęcia, współdziałanie w organizacji akcji prozdrowotnych i wycieczek edukacyjnych – karta wycieczki, ponosi odpowiedzialność za uczniów podczas akcji prozdrowotnych i wycieczek. Opiekuna szkoły wyznacza Dyrektor Szkoły uczestniczącej w zadaniu zadania pn.: „Szkoła Promocji Zdrowia – II edycja”.

Wymagane obligatoryjne dla opiekuna szkoły:

- nauczyciel / wychowawca zatrudniony w szkole realizującej program,
- nauczyciel/wychowawca mający doświadczenie w prowadzeniu zajęć w zakresie promocji i edukacji zdrowotnej.



Osobą prowadzącą zajęcia realizujące zakres tematyczny zadania jest **wykładowca**.

Wymagania obligatoryjne dla wykładowcy:

- posiada wykształcenie medyczne lub wyższe medyczne lub wyższe mające zastosowanie w ochronie zdrowia,
- posiada co najmniej 5 letni staż pracy,
- posiada udokumentowane doświadczenie w prowadzeniu zajęć edukacyjnych.

Dodatkowo wykładowca może posiadać:

- przygotowanie pedagogiczne – studia pedagogiczne lub kurs pedagogiczny.

#### **IV. Realizacja zadania**

Zadanie pn.: „Szkoła Promocji Zdrowia – II edycja” realizowane jest przez podmioty prowadzące działalność medyczną, przy współpracy ze szkołami średnimi, na podstawie „Porozumienia o współpracy”. Podmioty realizujące zadanie zostaną wybrane w ramach otwartego konkursu ofert, zgodnie z art. 14 ust. 1 ustawy z dnia 11 września 2015 r. o zdrowiu publicznym.

Zadanie nadzorowane jest przez Departament Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego w Warszawie.

#### **V. Cele**

Cel główny

Kształtowanie postaw prozdrowotnych, promowanie zdrowego stylu życia poprzez edukację zdrowotną u młodzieży uczestniczącej w zadaniu pn.: „Szkoła Promocji Zdrowia – II edycja” w latach 2019-2024.

Cele szczegółowe

- 1) upowszechnianie wiedzy na temat prozdrowotnego stylu życia,
- 2) kształtowanie odpowiedzialności za własne postępowanie wobec świata, przyrody, samego siebie i innych ludzi,
- 3) kształtowanie umiejętności rozumienia własnego rozwoju fizycznego, psychicznego i intelektualnego oraz pozytywnej jego stymulacji,
- 4) podejmowanie konkretnych praktycznych działań na rzecz innych ludzi (opieka nad ludźmi chorymi, starszymi i niepełnosprawnymi, udzielanie pierwszej pomocy),
- 5) kształtowanie postawy humanistycznej m.in. poprzez promowanie idei wolontariatu i ochrony środowiska, rozwijanie postawy badawczej i twórczej uczniów, pomysłowości i samodzielności w działaniu oraz wrażliwości na potrzeby drugiego człowieka,
- 6) upowszechnianie wiedzy o funkcjonowaniu szpitala oraz o prawach i obowiązkach pacjenta,
- 7) kształtowanie umiejętności paramedycznych,

8) rozwijanie zainteresowań ekologią, polityką społeczną i zdrowotną, medycyną, pogłębianie i integracja wiedzy pod kątem wymagań na egzaminach wstępnych na uczelniach.

## VI. Zakres tematyczny

I Rok – Semestr I i II (90 godz.)

### Moduł I - Promocja zdrowia

1. Promocja zdrowia - definicje, cele i zadania. Karta Ottawska jako dokument stanowiący „konstytucję” promocji zdrowia.
2. Profilaktyka – definicja, cele i zadania. Kalendarz dni Promocji Zdrowia.
3. Zdrowie jednostki i społeczeństwa. Determinanty zdrowia.
4. Styl życia a zdrowie. Zasady zdrowego stylu życia.
5. Czynniki genetyczne – ich wpływ na rozwój i zdrowie człowieka.
6. Czynniki środowiskowe a zdrowie.
7. Potrzeby zdrowego człowieka. Potrzeby i problemy osób chorych, starszych i niesamodzielných.
8. Anatomia i fizjologia człowieka. Układy i narządy – ich podstawowe funkcje.
9. Higiena osobista człowieka. Skutki zdrowotne zaniedbań higieny osobistej.
10. Współczesne systemy ochrony zdrowia. Finansowanie systemu ochrony zdrowia.
11. Zadania administracji rządowej i samorządowej w zakresie ochrony zdrowia.
12. Polityka państwa w zakresie promocji zdrowia – założenia i cele Narodowego Programu Zdrowia.
13. Współpraca z organizacjami i instytucjami lokalnymi w podejmowaniu działań w zakresie promocji zdrowia.

### Moduł II - Zaburzenia homeostazy

1. Choroba jako wyraz zaburzeń w organizmie – podział chorób, przebieg, objawy. Rola badań profilaktycznych w wykrywaniu chorób. Zaburzenia somatyczne w dzieci i młodzieży.
2. Czynniki wpływające na zaburzenia homeostazy organizmu (stres, szkodliwe substancje, w tym narkotyki, nadużywanie leków i używek, biologiczne czynniki chorobotwórcze).
3. Czynniki powodujące choroby, z podziałem na: biologiczne, środowiskowe (fizykochemiczne), społeczno-ekonomiczne, genetyczne.
4. Funkcjonowanie organizmu ludzkiego:
  - a. fizjologia człowieka;
  - b. czynności życiowe;
  - c. budowa układów: pokarmowego, oddechowego, krwionośnego, nerwowego, narządy zmysłów.
5. Samokontrola i badania profilaktyczne.
6. Hematologia – choroby krwi i idea krwiodawstwa.

7. Choroby społeczne i ich profilaktyka. Profilaktyczne badania w okresie całego życia, współczesne metody samokontroli oraz ich zastosowanie u dzieci i młodzieży.
8. Choroby cywilizacyjne – wskazanie chorób i czynników je wywołujących. Jakie choroby cywilizacyjne zagrażają obecnie Polakom.
9. Choroby nowotworowe i ich profilaktyka. Rola rodziny w procesie leczenia.
10. Zakażenia HIV – profilaktyka, źródła zakażeń, objawy.
11. Współczesne metody diagnozowania i leczenia.
12. Edukacja rodzin w zakresie opieki stacjonarnej.

### Moduł III - Pierwsza pomoc

1. Pojęcie, zakres i znaczenie udzielania pierwszej pomocy. Zasady udzielania pierwszej pomocy.
2. Pierwsza pomoc w nagłym zatrzymaniu krążenia. Zasady użycia defibrylatora AED.
3. Pierwsza pomoc w zachłyśnięciu. Różnica zakrztuszenie a zadławienie.
4. Postępowanie z poszkodowanym nieprzytomnym.
5. Urazy – przyczyny i podział. Kontuzje w sporcie.
6. Rany – pierwsza pomoc. Ogólne zasady wykonywania opatrunków i bandażowania. Rodzaje opatrunków specjalistycznych.
7. Krwawienie, krwotok – postępowanie. Rodzaje krwotoków.
8. Skręcenia, zwichnięcia, złamania – pierwsza pomoc. Różnica między skręceniem a zwichnięciem.
9. Urazy głowy, kręgosłupa, klatki piersiowej i brzucha – zasady udzielania pierwszej pomocy. Urazy komunikacyjne i medycyna powypadkowa.
10. Pierwsza pomoc przy:
  - omdleniu,
  - drgawkach,
  - zawale serca,
  - oparzeniu,
  - odmrożeniu,
  - utonięciu,
  - porażeniu prądem;
  - ukąszeniach, użądleniach i pogryzieniach;
  - podtopieniu.
11. Resuscytacja dorosłych, dzieci i niemowląt;
12. Zatrucia – przyczyny, podział, pierwsza pomoc.
13. Transport osoby poszkodowanej. Sposoby ewakuacji poszkodowanych. Zabezpieczenie miejsca wypadku. Wyposażenie karetki pogotowia.

#### Moduł IV - Problemy etyczne w medycynie

1. Medycyna jako nauka i działanie. Zawody medyczne, kierunki. Powołanie do zawodu.
2. Pacjent – klient. Prawa i obowiązki pacjenta. Rzecznik praw pacjenta – zadania.
3. Tajemnica lekarska - prawo rodzące zaufanie.
4. Postawy filozoficzne, techniki, diagnozowania w niektórych niekonwencjonalnych metodach leczenia. Oczekiwania społeczne oraz prawdy i mity:
  - akupunktura, akupresura,
  - homeopatia,
  - ziołolecznictwo.
5. Ból – odwieczny towarzysz człowieka. Opieka paliatywna. Zasady zwalczania bólów nowotworowych.
6. Moralne i etyczne problemy współczesnej medycyny:
  - opieka nad osobami niepełnosprawnymi, przewlekle i nieuleczalnie chorymi oraz osobami starszymi i niesamodzielnymi,
  - umieranie i śmierć,
  - etyczne aspekty transplantologii,
  - etyka a przerywanie ciąży i inne.
7. Wolontariat – istota, formy. Wolontariusz i jego zadania.

## II Rok – Semestr I i II (80 godz.)

### Moduł V - Niepełnosprawność – Rehabilitacja

1. Niepełnosprawność dzieci i dorosłych – przyczyny i profilaktyka. Grupa wsparcia dla rodzin osób niepełnosprawnych.
2. Opieka instytucjonalna nad osobami przewlekle chorymi, niepełnosprawnymi. Pozainstytucjonalne formy wsparcia.
3. Zapobieganie stygmatyzacji i dyskryminacji osób z niepełnosprawnościami.
4. Usprawnienia dla osób niepełnosprawnych, starszych i chorych przewlekle.
5. Wpływ ćwiczeń na organizm człowieka. Niechęć do ćwiczeń - system motywacji.
6. Kinezyterapia w schorzeniach narządu ruchu i po urazach. Sprzęt stosowany w kinezyterapii. Leczenie uzdrowiskowe – cele i zadania.
7. Ciepłolecznictwo i światłolecznictwo. Przygotowanie do zabiegów rehabilitacyjnych.
8. Termoterapia i krioterapia.
9. Hydroterapia i laseroterapia.
10. Rehabilitacja pacjenta na oddziale szpitalnym. Zasady kwalifikacji na leczenie rehabilitacyjne. Rodzina i jej udział w procesie rehabilitacji szpitalnej.

### Moduł VI - Podstawy psychologii

1. Przedmiot i zadania psychologii ogólnej - psychologia jako nauka o człowieku.
2. Historia psychologii, wybrane szkoły i kierunki psychologiczne.
3. Podstawowe pojęcia z zakresu psychologii. Jak pogodzić uczucia, emocje i racjonalne myślenie – rozważania nad życiem człowieka.
4. Rozwój psychiczny człowieka a rozwój fizyczny.
5. Charakterystyka okresu dojrzewania w aspekcie psychologicznym. Problemy wieku dojrzewania.
6. Rola pozytywnych uczuć dla rozwoju człowieka. Przebieg rozwoju emocjonalnego.
7. Lęk – jego negatywny i pozytywny wpływ na człowieka. Długotrwały stres – wpływ na stan zdrowia człowieka.
8. Mechanizmy socjoterapeutyczne stosowane w sektach. Manipulacja psychologiczna.
9. Techniki relaksacji. Kiedy stosować motywację, ryzyko technik relaksacyjnych. Sposoby radzenia sobie ze stresem.
10. Relacja: człowiek jako jednostka a grupa. Podstawowe mechanizmy wzajemnych relacji. Komunikacja interpersonalna i komunikacja w grupach.
11. Hierarchia potrzeb Masłowa.
12. Uczenie się jako podstawowy mechanizm modyfikacji zachowania. Uczenie a nabywanie wiedzy. Podstawowe teorie uczenia się.
13. Z czego wypływa seksualizm. Poszukiwania partnera życiowego. Czego najczęściej od siebie oczekują partnerzy. Orientacja seksualna – pojęcie tolerancji.

## Moduł VII - Mikrobiologia

1. Wprowadzenie i zakres mikrobiologii.
2. Fizjologiczna flora bakteryjna organizmu człowieka i jej rola w organizmie człowieka.
3. Mikroorganizmy patogenne: wirusy, bakterie, grzyby. Ochrona przed chorobami – sposoby niekonwencjonalne.
4. Mechanizmy infekcji wirusowych, bakteryjnych i grzybiczych.
5. Choroby wirusowe (AIDS/HIV, wirusowe zapalenie wątroby typu A, B i C, grypa, opryszczka, ospa prawdziwa).
6. Choroby bakteryjne (dur plamisty, choroby weneryczne, płonica, błonica, zgorzel, tężec).
7. Szczepienia ochronne. Prawdy i mity na temat szczepień. Kalendarz szczepień. Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna – cele i zadania.
8. Działanie antybiotyków oraz ich negatywne skutki nadużywania.
9. Pierwotniaki, robaki i stawonogi wywołujące choroby inwazyjne.
10. Przyczyny i skutki wybranych inwazji pasożytniczych: toksoplazmoza, rzęsistkowica, pełzakowica, malaria, robaczyca, świerzb. Wszawica to już nie choroba dawnych czasów.
11. Zasady profilaktyki i ochrony w zakresie chorób pasożytniczych. Rola służby zdrowia w procesie zapobiegania chorobom pasożytniczym.
12. Dezynfekcja, sterylizacja materiałów i narzędzi medycznych. Klasyfikacja narzędzi medycznych. Sprzęt stosowany w sterylizacji.
13. Zapobieganie zakażeniom szpitalnym. Procedury szpitalne, system nadzoru. Odpowiedzialność pracowników służby zdrowia w zapobieganiu zakażeniom szpitalnym.

### III Rok – Semestr I i II (70 godz.)

#### Moduł VIII - Żywnienie

1. Dietetyka jako nauka. Rola dietetyków w szpitalu.
2. Podstawowe składniki odżywcze i ich znaczenie dla organizmu (Piramida Zdrowego Żywienia i Aktywności Fizycznej).
3. Fizjologia procesów trawienia i wchłaniania.
4. Zdrowa żywność. Moda czy konieczność zdrowego odżywiania w dzisiejszych czasach.
5. Dieta zdrowego człowieka w różnych okresach życia.
6. Rodzaje diet (np. wegetariańska, bezglutenowa).
7. Preparaty witaminowe i odżywki. Witaminy naturalne. Odżywki przeznaczenia medycznego.
8. Żywnienie w wybranych chorobach (cukrzyca, choroby wątroby, alergie pokarmowe).
9. Nieprawidłowe nawyki żywieniowe i ich konsekwencje zdrowotne. Błędy żywieniowe i ich przyczyny.
10. Magazynowanie i przechowywanie żywności. Rola kuchni szpitalnej – zakres usług, struktura.
11. Spożywanie posiłków – pora, miejsca, atmosfera. Zasady savoir- vivre.
12. Zanieczyszczenia i modyfikacja żywności. Wpływ chemii na organizm człowieka.

#### Moduł IX – Zdrowie psychiczne

1. Uwarunkowania zdrowia psychicznego.
2. Teorie zdrowia psychicznego.
3. Wpływ rodziny, grupy społecznej i czynników biologicznych na zdrowie psychiczne.
4. Stres i frustracja – czym jest, jak zapobiegać.
5. Zagrożenia zdrowia psychicznego w różnych okresach życia.
6. Zaburzenia nastroju (m. in. choroba afektywna dwubiegunowa): depresja; mania.
7. Zaburzenia lękowe: zespół lęku uogólnionego, zespół lęku napadowego, zaburzenie stresowe pourazowe; zaburzenie obsesyjno-kompulsyjne, fobie.
8. Otępienie i zaburzenia psychiczne związane z procesem starzenia się.
9. Uzależnienia: od alkoholu, nikotyny, substancji stymulujących, substancji halucynogennych.
10. Leki stosowane w psychiatrii: leki antypsychotyczne, przeciwdepresyjne, przeciwlękowe i stabilizujące nastrój.
11. Zaburzenia osobowości.
12. Zaburzenia odżywiania: anoreksja, bulimia.
13. Zapobieganie stygmatyzacji i dyskryminacji osób z zaburzeniami psychicznymi.
14. Aspekty psychiatrii dziecięcej i młodzieżowej.



15. Polityka państwa w zakresie psychiatrii - Narodowy Program Ochrony Zdrowia Psychicznego.
16. Zmiany w organizacji psychiatrycznej opieki zdrowotnej.

## **VII. Monitoring**

Monitoring będzie prowadzony na podstawie sprawozdań rocznych składnych przez podmioty realizujące zadanie pn.: „Szkola Promocji Zdrowia – II edycja”.

Termin składania sprawozdań zostanie określony w umowie zawartej pomiędzy Województwem Mazowieckim a podmiotem realizującym zadanie.

Metodami realizacji programu będą: wykłady, pogadanki, pokazy filmów, indywidualne rozmowy, konkursy, festyny, ćwiczenia i pokazy, gry, zabawy, testy, olimpiada. Program ma formę modułową, przy czym każdy moduł obejmie wyodrębniony tematycznie zakres programu realizowany w roku dydaktycznym.

W czasie realizacji zadania Departament Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Marszałkowskiego Województwa w Warszawie ma możliwość przeprowadzenia wizytacji oraz kontroli.

## **VIII. Ewaluacja**

1) ewaluacja w odniesieniu do celów szczegółowych (na podstawie analizy kwestionariuszy ewaluacyjnych wypełnianych przez uczniów uczestniczących w zadaniu) będzie prowadzona w ramach następujących wskaźników:

- a) 100% uczniów zdobędzie wiedzę w zakresie prozdrowotnego stylu życia;
- b) 80% uczniów będzie odpowiedzialnie postępowało wobec świata, przyrody, samego siebie i innych ludzi;
- c) 90% uczniów będzie rozumiało własny rozwój fizyczny, psychiczny i intelektualny;
- d) 70% uczniów podejmie praktyczne działania na rzecz innych ludzi;
- e) 60% uczniów podejmie wolontariat;
- f) 100% uczniów zdobędzie wiedzę o funkcjonowaniu szpitala oraz o prawach i obowiązkach pacjenta;
- g) 80% uczniów zdobędzie umiejętności paramedyczne;
- h) 80% uczniów rozwinie swoje zainteresowania medycyną, ekologią, polityką społeczną i zdrowotną.

2) ewaluacja w odniesieniu do sprawozdania:

- a) poziom osiągnięcia założonych efektów kształcenia przez uczniów (wyniki olimpiad, oceny wystawiane uczniom przez wykładowców, liczba wystawianych zaświadczeń na koniec realizacji zadania),
- b) rodzaje form i metod zastosowanych do realizacji efektów zakładanych w programie,
- c) zakres współpracy nauczycieli i wykładowców przy realizacji i monitorowaniu programu nauczania,

– liczba wykładowców realizujących zadanie,

- liczba nauczycieli współpracujących przy realizacji zadania w każdym roku szkolnym,

d) liczba osób rozpoczynających uczestnictwo w realizacji zadania,

e) liczba osób kończących uczestnictwo w realizacji zadania,

f) obecność uczniów na zajęciach w każdym roku szkolnym,

g) liczba zrealizowanych godzin z poszczególnych modułów.

Każdy uczeń uczestniczący w zadaniu pn.: „Szkoła Promocji Zdrowia – II edycja” przed rozpoczęciem edukacji (we wrześniu) i na koniec trzeciego roku (maj/czerwiec), dokonuje oceny uczestnictwa poprzez wypełnienie kwestionariusza ewaluacyjnego.

Analizy kwestionariuszy ewaluacyjnych wypełnianych przez uczestników zadania dokonuje koordynator. Analizy kwestionariuszy ewaluacyjnych wypełnianych przez koordynatora i opiekuna medycznego dokonuje koordynator.

Informacja z realizacji zadania pn.: „Szkoła Promocji Zdrowia – II edycja” za poprzedni rok, będzie przedstawiana corocznie Zarządowi Województwa Mazowieckiego do 31 marca każdego roku. Informacja powinna zawierać zbiorcze dane obejmujące monitoring. Projekt informacji przygotowuje Departament Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Marszałkowskiego Województwa w Warszawie.

W ramach ewaluacji, na koniec realizacji zadania pn.: „Szkoła Promocji Zdrowia – II edycja” przygotowany jest raport końcowy. Raport przygotowany jest nie później niż 3 miesiące po zatwierdzeniu wszystkich ostatnich sprawozdań przygotowanych przez podmioty realizujące zadanie. Raport końcowy przygotowuje Departament Zdrowia i Polityki Społecznej Urzędu Marszałkowskiego Województwa w Warszawie, a jego treść przedstawiana jest Zarządowi Województwa Mazowieckiego.

## **IX. Czas realizacji zadania**

Od 1 września 2019 r. do 30 czerwca 2024 r. (z wyłączeniem okresu ferii zimowych i wakacji letnich).

.....  
**Pieczęć zakładu**

### **Wzór sprawozdania**

zgodnie z Umową Nr ..... zawartą w dniu ....., pomiędzy Województwem Mazowieckim a....., podmiotem realizującym zadanie pn.: „Szkoła Promocji Zdrowia – II edycja”.

#### **I. Sprawozdanie merytoryczne, zawierające m. in.:**

1. liczbę osób aplikujących do klasy realizującej zadanie;
2. liczbę uczniów uczestniczących w zadaniu z podziałem na roczniki, stan na 1 stycznia ..... r.;
3. przewidywaną liczbę uczniów uczestniczących w zadaniu, z podziałem na roczniki, stan na 1 września ..... r.;
4. opis działań zrealizowanych w ..... r.;
5. liczbę uczniów, którzy uczestniczyli w etapie klasowym Olimpiady Wiedzy;
6. liczbę uczniów, którzy uczestniczyli w etapie międzyszkolnym Olimpiady Wiedzy;
7. liczbę uczniów, którzy uczestniczyli w Olimpiadzie Szkół Promocji Zdrowia;
8. analizę kwestionariuszy ewaluacyjnych wypełnianych przez uczestników zadania,
9. analizę kwestionariuszy ewaluacyjnych wypełnianych przez koordynatora i opiekunów medycznych.

#### **II. Rozliczenie finansowe, zgodnie z planem rzeczowo - finansowym:**

<b>Lp.</b>	<b>Tytuł zadania</b>	<b>Kwota wydatkowana (zł)</b>

#### **III. Oświadczenie Zleceniobiorcy w/g poniższego wzoru:**

Oświadczam, iż środki finansowe przekazane Umową Nr ..... z dnia ..... zostały wydatkowane zgodnie z warunkami umowy i planem rzeczowo-finansowym, a przedstawione w sprawozdaniu materiały są zgodne z dokumentacją źródłową.

.....  
**Główny Księgowy**  
(podpis i pieczęć)

.....  
**Dyrektor**  
(podpis i pieczęć)

### **Wzór planu rzeczowo - finansowego**

W związku z realizacją zadania pn.: „Szkoła Promocji Zdrowia – II edycja” ustala się: miesięczne finansowanie przypadające na jedną grupę uczniów w wysokości 3.500 zł brutto. Dofinansowanie obejmuje 10 miesięcy w roku (od stycznia do czerwca oraz od września do grudnia). W ramach tych środków podmiot realizujący zadanie, może pokrywać następujące koszty:

1. miesięczne wynagrodzenie dla koordynatorów zadania w miesiącach I-VI oraz IX -XII w kwocie do 1.600 zł brutto,
2. miesięczne wynagrodzenie dla opiekuna medycznego w miesiącach I-VI oraz IX-XII w kwocie do 800 zł brutto,
3. roczne wynagrodzenia dla opiekuna szkoły w kwocie do 500 zł brutto,
4. wynagrodzenie dla wykładowców w kwocie 50 zł brutto za godzinę,
5. wynagrodzenie za obsługę kadrowo – księgową do kwoty 500 zł brutto za cały rok,
6. udział uczniów uczestniczących w zadaniu oraz ich opiekunów w wycieczkach, w Olimpiadach Szkół Promocji Zdrowia oraz innych wydarzeniach promujących zdrowie,
7. uczestnictwo koordynatorów zadania w konferencjach, szkoleniach, naradach merytorycznych dotyczących realizacji zadania,
8. zakup nagród książkowych dla uczniów uczestniczących w zadaniu „Szkoła Promocji Zdrowia - II edycja”,
9. zakup materiałów biurowych do kwoty 1 000 zł brutto na cały rok,
10. wydatki związane z opłatami za prowadzenie konta.

**WZÓR KWESTIONARIUSZA EWALUACYJNEGO  
PRZED ROZPOCZĘCIEM EDUKACJI**

**METRYCZKA**

Rok szkolny:

Klasa programu:

Twój wiek:

**ANKIETA JEST ANONIMOWA**

	1	2	3	4	5
	Tak	Raczej tak	Raczej nie	Nie	Nie wiem/ Nie mam zdania
<b>Znaczenie zdrowia</b>					
1. Uważam, że zdrowie i dobre samopoczucie są ważną sprawą.					
2. Wybrałam/em klasę, która realizuje zadania Szkoły Promocji Zdrowia, ponieważ uważałam, że zdobędę wiedzę na temat promocji zdrowia i dzięki temu będę mogła/mógł bardziej dbać o własne zdrowie.					
<b>Dotychczasowe doświadczenia w zdobywaniu wiedzy o zdrowiu, uczenie się o zdrowiu</b>					
3. Podczas trzech lat uczęszczania na zajęcia moja wiedza na temat zdrowia bardzo wzrosła.					
4. Na podstawie zdobytej wiedzy podejmowałam/em działania związane z prozdrowotnym stylem życia.					
5. Dzięki zajęciom zdałam/em sobie sprawę z odpowiedzialności za własne postępowanie wobec świata, przyrody, samego siebie i innych ludzi.					
6. Rozumiem własny rozwój fizyczny, psychiczny i intelektualny oraz uważam, że bardzo ważną jest jego pozytywna stymulacja.					
7. W ostatnich trzech latach podejmowałam/em konkretne praktyczne działania na rzecz innych ludzi (opieka nad ludźmi chorymi lub starszymi lub niepełnosprawnymi lub udzielałam/em pierwszej pomocy).					
8. W ostatnich trzech latach podejmowałam/em działania związane z wolontariatem na rzecz innych ludzi lub ochrony środowiska lub rozwijania postawy badawczej i twórczej.					
9. Znam zasady funkcjonowania szpitala oraz zasady wynikające z praw i obowiązków pacjenta.					
10. Posiadam umiejętności paramedyczne, w tym np. umiejętność udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.					
11. Interesuję się ekologią lub polityką społeczną i zdrowotną lub medycyną.					
12. Swoją przyszłość wiąże z podjęciem nauki na uczelni o profilu medycznym.					
<b>Czego spodziewasz się po zajęciach w Szkole Promocji Zdrowia? – opisz swoje oczekiwania</b>					
<b>Co zrobiłaś/-eś dla swojego zdrowia w ostatnich trzech latach?</b>					
Niżej podano przykłady działań, które sprzyjają zdrowiu i dobremu samopoczuciu. Pomyśl, czy w ostatnim roku podejmowałaś/-eś takie działania. Wstaw X w jedną kratkę w każdym wierszu					
	1	2			
	Tak	Nie			
1. Staram się być bardziej aktywna/-ny fizycznie (np. więcej chodzić, biegać, jeździć na rowerze, ćwiczyć, tańczyć, uprawiać sport).					
2. Zwracam większą uwagę na to, jak się odżywiam (np. jem codziennie śniadanie, jem codziennie owoce i warzywa, piję więcej mleka lub kefiru/jogurtu, ograniczam słodczyce, chipsy).					
3. Ograniczam czas spędzany przy komputerze, na oglądaniu telewizji.					
4. Bardziej dbam o higienę osobistą (np. czyszczę zęby co najmniej 2 razy dziennie, często myję ręce).					

5. Staram się w ciągu dnia znajdować czas na odpoczynek, przyjemne zajęcia (np. zabawę, hobby).		
6. Staram się myśleć o sobie pozytywnie (dostrzegać swoje zalety, sukcesy).		
7. Proszę kogoś o pomoc, gdy mam jakieś kłopoty.		
8. Kiedy zdarza mi się nieporozumienie z koleżankami/kolegami, staram się rozwiązywać je pokojowo (bez kłótni, bójek, agresji).		

**WZÓR KWESTIONARIUSZA EWALUACYJNEGO  
PO ZAKOŃCZENIU EDUKACJI**

**METRYCZKA**

Rok szkolny:

Klasa programu:

Twój wiek:

**ANKIETA JEST ANONIMOWA**

	1	2	3	4	5
	Tak	Raczej tak	Raczej nie	Nie	Nie wiem/ Nie mam zdania
<b>Znaczenie zdrowia</b>					
1. Uważam, że zdrowie i dobre samopoczucie są ważną sprawą.					
2. Wybrałam/em klasę, która realizuje zadania Szkoły Promocji Zdrowia, ponieważ uważałam, że zdobędę wiedzę na temat promocji zdrowia i dzięki temu będę mogła/mógł bardziej dbać o własne zdrowie.					
3. Podczas trzech lat uczęszczania na zajęcia moja wiedza na temat zdrowia bardzo wzrosła.					
4. Na podstawie zdobytej wiedzy podejmowałam działania związane z prozdrowotnym stylem życia.					
5. Dzięki zajęciom zdałam/em sobie sprawę z odpowiedzialności za własne postępowanie wobec świata, przyrody, samego siebie i innych ludzi.					
6. Rozumiem własny rozwój fizyczny, psychiczny i intelektualny oraz uważam, że bardzo ważną jest jego pozytywna stymulacja.					
7. W ostatnich trzech latach podejmowałam/em konkretne praktyczne działania na rzecz innych ludzi (opieka nad ludźmi chorymi lub starszymi lub niepełnosprawnymi lub udzielania pierwszej pomocy).					
8. W ostatnich trzech latach podejmowałam/em działania związane z wolontariatem na rzecz innych ludzi lub ochrony środowiska lub rozwijania postawy badawczej i twórczej.					
9. Znam zasady funkcjonowania szpitala oraz zasady wynikające z praw i obowiązków pacjenta.					
10. Posiadam umiejętności paramedyczne, w tym np. umiejętność udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.					
11. Interesuję się ekologią lub polityką społeczną i zdrowotną lub medycyną.					
12. Swoją przyszłość wiążę z podjęciem nauki na uczelni o profilu medycznym.					
<b>Jak oceniasz zajęcia Szkoły Promocji Zdrowia? – opisz swoje wrażenia</b>					
<b>Co zrobiłaś/-eś dla swojego zdrowia w ostatnich trzech latach?</b>					
Niżej podano przykłady działań, które sprzyjają zdrowiu i dobremu samopoczuciu. Pomyśl, czy w ostatnim roku podejmowałaś/-eś takie działania. Wstaw X w jedną kratkę w każdym wierszu					
				1	2
				<b>Tak</b>	<b>Nie</b>
9. Staram się być bardziej aktywna/-ny fizycznie (np. więcej chodzić, biegać, jeździć na rowerze, ćwiczyć, tańczyć, uprawiać sport).					
10. Zwracam większą uwagę na to, jak się odżywiam (np. jem codziennie śniadanie, jem codziennie owoce i warzywa, piję więcej mleka lub kefiru/jogurtu, ograniczam słodczy, chipsy).					
11. Ograniczam czas spędzany przy komputerze, na oglądaniu telewizji.					
12. Bardziej dbam o higienę osobistą (np. czyszczę zęby co najmniej 2 razy dziennie, często myję ręce).					
13. Staram się w ciągu dnia znajdować czas na odpoczynek, przyjemne zajęcia (np. zabawę, hobby).					
14. Staram się myśleć o sobie pozytywnie (dostrzegać swoje zalety, sukcesy).					



15. Proszę kogoś o pomoc, gdy mam jakieś kłopoty.		
16. Kiedy zdarza mi się nieporozumienie z koleżankami/kolegami, staram się rozwiązywać je pokojowo (bez kłótni, bójek, agresji).		

**Dziękujemy za wypełnienie ankiety**

## WZÓR KWESTIONARIUSZA EWALUACJI ZADANIA „SZKOŁA PROMOCJI ZDROWIA- II edycja ”

Imię i nazwisko koordynatora / opiekuna medycznego (podkreśl właściwe)

Rok szkolny.....

Czy Zakres tematyczny dostosowany jest do możliwości wiekowych uczniów w zakresie:

- a) doboru materiału nauczania. TAK \_\_NIE\_\_
- b) doboru metod kształcenia. TAK \_\_NIE\_\_
- c) wymagań związanych z realizacją celów zadania. TAK\_\_NIE

Jeśli NIE to dlaczego?

-----

Czy realizacja treści programowych pozwala na kształcenie postaw prozdrowotnych uczniów?

TAK\_\_NIE\_\_

Jeśli NIE to dlaczego?

-----

1. Czy uczniowie deklarują zmiany postaw w zakresie zdrowia?  
TAK\_\_NIE\_\_
2. Czy realizacja programu pozwala na kształcenie umiejętności uczniów:
  - a) uczenia się TAK \_\_NIE\_\_
  - b) komunikowania się TAK \_\_NIE\_\_
  - c) pracy w zespole TAK \_\_NIE\_\_
  - d) kreatywnego rozwiązywania problemów TAK \_\_NIE\_\_
  - e) stosowania wiedzy w praktyce TAK \_\_NIE\_\_
  - f) rozwijania zdolności i zainteresowań TAK \_\_NIE\_\_
  - g) poszukiwania, porządkowania i przetwarzania informacji z różnych źródeł TAK \_\_NIE\_\_
  - h) negocjacyjnego rozwiązywania problemów i konfliktów TAK \_\_NIE\_\_
3. Czy dobór materiału w programie jest zbieżny z treściami kształcenia realizowanymi w szkołach ponadpodstawowych?  
TAK \_\_NIE\_\_

Jeśli NIE to dlaczego?

-----

Czy program pozwala nauczycielowi/wykładowcy na jego indywidualną interpretację?

TAK \_\_NIE\_\_

Jeśli NIE to dlaczego?

-----

Czy program nauczania wpisuje się w program działania szpitala i w jego misję ?

TAK \_\_NIE\_\_

Jeśli NIE to dlaczego?

-----

8. Czy pełniąc obowiązki koordynatora/opiekuna (podkreśl właściwe) zrealizowałaś/teś pełny 3-letni cykl Zakresu tematycznego?

TAK \_\_NIE\_\_

9. Co należy zmienić w Zakresie tematycznym zadania?

-----

10. Które treści Programu uważasz za najważniejsze dla kształtowania postaw prozdrowotnych uczniów?

-----

11. Które treści zawarte w obecnie realizowanym zadaniu powinny zostać pominięte w realizacji?

-----  
12. Czy realizowany program pozwala zgłębić wśród młodzieży znajomość i umiejętność rozpoznawania i ograniczania wpływów czynników torujących zachowania z obszaru wysokiego ryzyka.

TAK \_\_\_NIE\_\_\_

13. Czy założenia realizowane w ramach „Szkoły Promocji Zdrowia” są atrakcyjne dla młodzieży?

TAK \_\_\_NIE\_\_\_

14. Które, cele zostały osiągnięte w trakcie zajęć? (można zaznaczyć dowolną ilość odpowiedzi)

- 1) kształtowanie postaw prozdrowotnych u młodzieży, promowanie zdrowego stylu życia poprzez edukację zdrowotną.
- 2) upowszechnianie wiedzy na temat prozdrowotnego stylu życia.
- 3) kształtowanie odpowiedzialności za własne postępowanie wobec świata, przyrody, samego siebie i innych ludzi.
- 4) kształtowanie umiejętności rozumienia własnego rozwoju fizycznego, psychicznego i intelektualnego oraz pozytywnej jego stymulacji.
- 5) podejmowanie konkretnych praktycznych działań na rzecz innych ludzi (opieka nad ludźmi chorymi, starszymi i niepełnosprawnymi, udzielanie pierwszej pomocy).
- 6) kształtowanie postawy humanistycznej m.in. poprzez promowanie idei wolontariatu i ochrony środowiska, rozwijanie postawy badawczej i twórczej uczniów, pomysłowości i samodzielności w działaniu oraz wrażliwości na potrzeby drugiego człowieka.
- 7) upowszechnianie wiedzy o funkcjonowaniu szpitala oraz o prawach i obowiązkach pacjenta.
- 8) kształtowanie umiejętności paramedycznych.
- 9) rozwijanie zainteresowań ekologią, polityką społeczną i zdrowotną, medycyną, pogłębianie i integracja wiedzy pod kątem wymagań na egzaminach wstępnych na uczelniach.

15. Jak ocenia Pan/Pani przygotowanie merytoryczne wykładowców prowadzących zajęcia?

-----  
16. Czy realizowany zakres tematyczny jest wystarczający, czy też należałoby go rozszerzyć? Jeżeli tak, to, o jakie zagadnienia?  
-----

**Dziękujemy za wypełnienie ankiety**