

„Szlachetne zdrowie, nikt się nie dowie jako smakujesz, aż się zepsujesz”

Jan Kochanowski

Korelacja w nauczaniu a społeczna konieczność edukacji prozdrowotnej.



O zdrowiu warto uczyć się zawsze. Ludzie zdrowi nie zauważają takiej potrzeby, bo nie muszą. Rozumieją to dopiero ludzie, którym zdrowie w jakikolwiek sposób szwankuje. Jak zatem, ze społecznego punktu widzenia, zadbać o to, aby kształtować postawy prozdrowotne, szczególnie świadomość dbałości o zdrowie przez całe życie. Gdzie w tym wszystkim szkoła i my nauczyciele, niezależnie od przedmiotu, czy innych pedagogicznych zadań?

Cyt. „Korelacja w nauczaniu to łączenie ze sobą treści należących do różnych przedmiotów nauczania. Tradycyjne rozumienie korelacji w nauczaniu sprowadza się do wdrażania zbliżonych do siebie treści na różnych przedmiotach (...)

Bardziej współczesne rozumienie korelacji polega na merytorycznym wiązaniu ze sobą treści z różnych przedmiotów nauczania i tworzeniu układów łączących w sobie treści tych przedmiotów. Taka korelacja sprzyja transferowi wiedzy z jednego przedmiotu nauczania do innych, rozbudza i rozwija myślenie naukowe oraz pozwala zrozumieć, na czym polega wielorakie, teoretyczne i praktyczne, stosowanie wiedzy”.(...)

Skorelowane nauczanie może przynieść wymierne efekty pod warunkiem współpracy poszczególnych nauczycieli w zakresie realizacji celów, a także uszeregowania i selekcji treści nauczania. W kształceniu zawodowym, korelacja przedmiotów ogólnokształcących i przedmiotów/modułów zawodowych jest ważna dla procesu dydaktycznego, gdyż przedmioty ogólnokształcące, zwłaszcza te w zakresie rozszerzonym, mogą stanowić podbudowę dla przedmiotów/modułów kształcenia zawodowego”.

(W. Okoń, *Nowy słownik pedagogiczny*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2007.).

Moje zainteresowanie się i rekomendowanie korelacji w nauczaniu związane jest z sytuacją epidemiczną wirusem Covid-19 (koronawirus). Izolacja była czasem na rozważania związane z zachowaniem się ludzi w obliczu zakażenia, szczególnie w miejscach publicznych. Uważam, że niezbędna jest edukacja, która nauczy ludzi właściwych postaw w sytuacjach zagrażających



zdrowiu i życiu. Moje, nauczycielki – emerytki, obserwacje skłoniły mnie do przemyśleń związanych z edukacją szkolną dotyczącą kształtowania u dzieci i młodzieży zachowań związanych z szeroko pojętymi zachowaniami prozdrowotnymi.

Czyli jak prowadzić edukację prozdrowotną, inaczej edukację sprzyjającą całonocnemu zachowaniu dobrego zdrowia.

Według Światowej Organizacji Zdrowia „wychowanie zdrowotne ma związek z jakością życia i tworzeniem dobrego fizycznego, społecznego i psychicznego samopoczucia człowieka”.



Edukacja prozdrowotna to nie tylko domena służby zdrowia, ale również szkoły. Celem edukacji prozdrowotnej jest kształtowanie świadomości uczniów w taki sposób, by potrafili zachować swoje zdrowie, żeby umieli i chcieli mądrze żyć, oraz w sytuacji zagrożenia zdrowia potrafili właściwie dokonywać wyborów i praktykować właściwe zachowania prozdrowotne.

Troska o zdrowie uczniów winna towarzyszyć określonym działaniom wychowawczym i dydaktycznym szkoły. Należy wykorzystywać każdą nadarzącą się okazję i wszystkie sprzyjające sytuacje, by kształtować prawidłowe postawy prozdrowotne uczniów.

Powinniśmy zadać sobie kilka pytań. Czy wystarczająco poważnie traktujemy znaczenie zachowań służących zdrowiu? Czy na obecnym etapie rozwoju cywilizacji zatraciliśmy poczucie zagrożeń dla zdrowia? Czy preferujemy zdrowy styl życia? itd..

Moja (z okna i balkonu) obserwacja sytuacji epidemicznej pokazała, że w społeczeństwie jest stosunkowo niska świadomość szkodliwości zakażeń dla zdrowia oraz brak wiedzy jak należy w obliczu epidemii postępować. Zaobserwowałam sytuacje nieprawidłowego zachowania się wobec zasad ustalonych przez służby sanitarne. Zakładam, że większość wynikała z braku zrozumienia stopnia zagrożenia. Strach przed infekcją wirusem wywoływał również u niektórych osób panikę z obawy o swoje zdrowie. Obawa przed infekcją i zachorowaniem na Covid-19, oraz konsekwencjami ekonomicznymi, może generować powstawanie innych chorób szczególnie związanych ze zdrowiem psychicznym oraz, co jest bardzo szkodliwe, zaniedbanie chorób przewlekłych.

Moje rozważania dotyczą koronawirusa, ale nie zapominajmy, że corocznie w sezonie jesienno-zimowym duża ilość osób choruje na tak zwaną „zwykłą” gripę. W sezonie 2019-2020 stwierdzono ok. 3,5 mln zachorowań (Narodowy Instytut Zdrowia-Państwowy Zakład Higieny). Należy również wspomnieć o niebezpieczeństwie wirusa HIV. Nie możemy zapominać o chorobach cywilizacyjnych, które nazywane są epidemią XXI wieku, tj. kardiologicznych, nowotworowych, cukrzycy, otyłości, chorób psychicznych. Z powodów kardiologicznych, nowotworów i wypadków dziennie umiera ok. 1000 osób. Na nowotwory

w ciągu roku umiera ok. 100 tys. chorych, i niestety krzywa wzrostu rośnie. Wszystkim wymienionym chorobom można i trzeba zapobiegać. Niezbędna jest profilaktyka!!

Myślę, że jest dostateczna ilość argumentów, aby temat edukacji prozdrowotnej potraktować jako priorytet w wychowaniu uczniów. Jest to najbardziej opłacalna długoterminowa inwestycja w zdrowie. Zachowania prozdrowotne nabyte w szkole zapoczątkują zdrowiem w życiu dorosłym, oraz właściwymi postawami w obliczu różnych zagrożeń.



W edukacji prozdrowotnej do tematu należy podejść globalnie analizując różne zagrożenia dla zdrowia. W jaki sposób zorganizować edukację? Proponuję wykorzystać korelację międzyprzedmiotową z nastawieniem na rozwiązanie problemu.

Proponuje wdrożenie w szkołach, ponadpodstawowych, również kształcących w zawodach programu działań prozdrowotnych. Może on mieć następujące założenia.



Tytuł: „Abyśmy zdrowi byli ...”

Problem:

Zagrożenia zdrowia i życia wskutek szerzenia się patogenów, skażeń pochodzących ze środowiska i żywności oraz z niewłaściwego stylu życia.

Cel:

Kształtowanie właściwych nawyków zdrowotnych w obliczu aktualnych i cywilizacyjnych zagrożeń dla zdrowia i życia.

Efekty kształcenia:

Uczeń:

- wymienia źródła zagrożeń dla zdrowia i życia człowieka,
- charakteryzuje rodzaje drobnoustrojów chorobotwórczych (patogenów),
- wymienia źródła zakażeń patogenami zagrażających zdrowiu,
- omawia choroby bakteryjne i wirusowe,
- określa warunki rozprzestrzeniania się zakażeń,
- zapobiega zachorowaniom wskutek zakażeń patogenami,
- stosuje zalecenia wszystkich służb, które nadzorują bezpieczeństwo ludzi w obliczu zagrożenia zdrowia i życia,
- wymienia zasady higieny osobistej i stosuje je codziennie,
- wymienia środki higieny osobistej i właściwie je dobiera w celu ochrony zdrowia,
- wyjaśnia cel i zasady pielęgnacji swojego ciała,

- stosuje środki do utrzymania higieny ciała,
- wymienia i charakteryzuje rodzaje skażeń środowiska,
- wyjaśnia wpływ skażeń środowiska na zdrowie,
- stosuje zasady ograniczające skażeniom środowiska w swoim domu i otoczeniu,
- propaguje metody zapobiegania skażeniom środowiska,
- wymienia skażenia żywności i omawia ich wpływ na zdrowie człowieka,
- wymienia i charakteryzuje żywność wysokiej jakości,
- dobiera żywność wysokiej jakości w codziennym żywieniu swoim i swojej rodziny,
- stosuje w żywieniu zasady racjonalnego żywienia sprzyjające zdrowiu,
- charakteryzuje przemiany składników pokarmowych w organizmie człowieka,
- charakteryzuje zagrożenia zdrowotne wynikające z nieracjonalnego odżywiania się,
- omawia choroby cywilizacyjne i wskazuje zasady zapobiegania,
- potrafi ocenić korzyści kontroli czynników ryzyka chorób cywilizacyjnych,
- wymienia używki i omawia ich szkodliwość na zdrowie,
- wyjaśnia, w jaki sposób można unikać picia alkoholu, palenia tytoniu, brania dopalaczy i narkotyków,
- wdraża w swoim życiu zasady zabiegające powstawaniu chorób cywilizacyjnych,
- wyjaśnia zależności między zdrowiem fizycznym, psychicznym, emocjonalnym, a społecznym, wyjaśnia wpływ stresu na zdrowie,
- wymienia sposoby radzenia ze stresem,
- wymienia skutki zagrożeń zdrowotnych w aspekcie ekonomicznym, społecznym i socjologicznym,
- wspiera innych ludzi w sytuacji zagrażających zdrowiu i życiu,
- określa rolę instytucji zajmujących zdrowiem społeczeństwa,
- angażuje się w działania wspierające zdrowie dla potrzebujących w sytuacjach losowych,
- propaguje w swoim otoczeniu zasady postępowania prozdrowotnego w ramach kształtowania zdrowego stylu życia.



Korelacja międzyprzedmiotowa oznacza wspólne pole tematyczne, na które składają się podobne treści zawarte w różnych przedmiotach nauczania (tab.2). To wspólne pole jest szansą, aby uczniowie poprzez systematyczne przekazywanie wiedzy i jej rozszerzenie nabywali solidne postawy i umiejętności sprzyjające zdrowiu.

Tab.1. Przykład korelacji międzyprzedmiotowej w Technikum w zawodzie technik żywienia i usług gastronomicznych. Przykładowe przedmioty i wybrane efekty kształcenia z podstaw programowych, które dotyczą edukacji prozdrowotnej.

Przedmioty/efekty kształcenia		Przedmioty/efekty kształcenia
<p style="text-align: center;">Biologia</p> <p>a) przedstawia rolę nieorganicznych i organicznych składników pokarmowych w odżywianiu, w szczególności białek pełnowartościowych i niepełnowartościowych, NNKT, błonnika, witamin,</p> <p>b) przedstawia proces trawienia poszczególnych składników pokarmowych w przewodzie pokarmowym człowieka; planuje i przeprowadza doświadczenie sprawdzające warunki trawienia skrobi,</p> <p>c) przedstawia proces wchłaniania poszczególnych produktów trawienia składników pokarmowych w przewodzie pokarmowym,</p> <p>d) przedstawia zasady racjonalnego żywienia,</p> <p>e) przedstawia zaburzenia odżywiania (anoreksja, bulimia) i przewiduje ich skutki zdrowotne;</p> <p>f) podaje przyczyny (w tym uwarunkowania genetyczne) otyłości oraz sposoby jej profilaktyki,</p> <p>g) wykazuje związek między stylem życia i chorobami układu krążenia (miażdżyca, zawał mięśnia sercowego, choroba wieńcowa serca, nadciśnienie tętnicze, udar, żylaki); przedstawia znaczenie badań diagnostycznych w profilaktyce chorób układu krążenia (EKG, USG serca, angiokardiografia, badanie Holtera, pomiar ciśnienia tętniczego, badania krwi),</p> <p>h) wyjaśnia wpływ substancji psychoaktywnych, w tym dopalaczy, na funkcjonowanie organizmu,</p> <p>i) przedstawia wybrane choroby układu nerwowego (depresja, choroba Alzheimera, choroba Parkinsona, schizofrenia) oraz znaczenie ich wczesnej diagnostyki dla ograniczenia społecznych skutków tych chorób.</p>	<p>Kształtowanie właściwych nawyków zdrowotnych w obliczu aktualnych i cywilizacyjnych zagrożeń dla zdrowia i życia.</p>	<p style="text-align: center;">Chemia</p> <p>a) wyszukuje informacje na temat składników zawartych w kawie, herbacie, mleku, wodzie mineralnej, napojach typu cola w aspekcie ich działania na organizm ludzki,</p> <p>b) podaje przykłady opakowań (celulozowych, szklanych, metalowych, z tworzyw sztucznych) stosowanych w życiu codziennym; opisuje ich wady i zalety,</p> <p>c) uzasadnia potrzebę zagospodarowania odpadów pochodzących z różnych opakowań,</p> <p>d) wymienia podstawowe rodzaje zanieczyszczeń powietrza, wody i gleby (np. metale ciężkie, węglowodory, produkty spalania paliw, freony, pyły, azotany(V), fosforany(V) (ortofosforany(V)), ich źródła oraz wpływ na stan środowiska naturalnego; opisuje rodzaje smogu oraz mechanizmy jego powstawania,</p> <p>e) proponuje sposoby ochrony środowiska naturalnego przed zanieczyszczeniem i degradacją zgodnie z zasadami zrównoważonego rozwoju,</p> <p>f) wskazuje potrzebę rozwoju gałęzi przemysłu chemicznego (leki, źródła energii, materiały); wskazuje problemy i zagrożenia wynikające z niewłaściwego planowania i prowadzenia procesów chemicznych; uzasadnia konieczność projektowania i wdrażania procesów chemicznych umożliwiających ograniczenie lub wyeliminowanie używania albo wytwarzania niebezpiecznych substancji; wyjaśnia zasady tzw. zielonej chemii,</p> <p>g) wskazuje powszechność stosowania środków ochrony roślin oraz zagrożenia dla zdrowia ludzi i środowiska wynikające z nierozważnego ich użycia.</p>

Przedmioty/efekty kształcenia		Przedmioty/efekty kształcenia
<p style="text-align: center;">Wychowanie fizyczne</p> <p>a) wyjaśnia związek między sprawnością fizyczną a zdrowiem i dobrym samopoczuciem,</p> <p>b) wykonuje ćwiczenia relaksacyjne dostosowane do indywidualnych potrzeb,</p> <p>c) potrafi zachować się w sytuacji wypadków (w tym komunikacyjnych) i urazów w czasie zajęć ruchowych – udzielić pierwszej pomocy przedmedycznej,</p> <p>d) opisuje zasady asekuracji i pomocy w różnych sytuacjach życiowych osobom młodszym, seniorom, osobom z niepełnosprawnością,</p> <p>e) wyjaśnia zależności między odżywianiem i nawadnianiem a wysiłkiem fizycznym i rodzajem pracy zawodowej,</p> <p>f) wymienia choroby cywilizacyjne uwarunkowane niedostatkiem ruchu, nieodpowiednim odżywianiem, w szczególności choroby układu krążenia, układu ruchu i otyłość, oraz omawia sposoby zapobiegania im,</p> <p>g) omawia zasady racjonalnego gospodarowania czasem i dostosowania formy aktywnego wypoczynku do rodzaju pracy zawodowej i okresu życia,</p> <p>h) wyjaśnia, na czym polega samobadanie i samokontrola zdrowia oraz dlaczego należy poddawać się badaniom profilaktycznym w okresie całego życia,</p> <p>i) 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,</p> <p>j) opracowuje projekt dotyczący wybranych zagadnień zdrowia oraz wskazuje na sposoby pozyskania sojuszników i współuczestników projektów w szkole, domu lub w społeczności lokalnej;</p> <p>k) dobiera sposoby redukcji nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny;</p>	<p>Kształtowanie właściwych nawyków zdrowotnych w obliczu aktualnych i cywilizacyjnych zagrożeń dla zdrowia i życia.</p>	<p style="text-align: center;">Przedmioty zawodowe</p> <p>HGT.02. Przygotowanie i wydawanie dań HGT.12. Organizacja żywienia i usług gastronomicznych</p> <p style="text-align: center;">1. Bezpieczeństwo i higiena pracy</p> <p>a) przewiduje zagrożenia dla zdrowia lub życia człowieka oraz mienia i środowiska związane z wykonywaniem zadań zawodowych,</p> <p>b) udziela pierwszej pomocy w stanach nagłego zagrożenia zdrowotnego,</p> <p>c) stosuje środki ochrony indywidualnej i zbiorowej podczas wykonywania zadań zawodowych.</p> <p style="text-align: center;">2. Podstawy żywienia i gastronomii</p> <p>a) ocenia jakość żywności,</p> <p>b) określa rolę składników pokarmowych i ich wpływ na organizm człowieka,</p> <p>c) planuje alternatywne sposoby żywienia,</p> <p>d) stosuje systemy zarządzania jakością i bezpieczeństwem zdrowotnym żywności i żywienia, w tym zasady HACCP.</p> <p style="text-align: center;">3. Przyjmowanie i magazynowanie żywności</p> <p>a) przestrzega zasad oceny jakościowej żywności,</p> <p>b) dobiera warunki przechowywania żywności w zakładzie gastronomicznym</p> <p>c) przestrzega procedur zarządzania jakością i bezpieczeństwa zdrowotnego żywności i żywienia podczas magazynowania.</p> <p style="text-align: center;">4. Przygotowanie dań</p> <p>a) rozpoznaje zmiany zachodzące w produktach spożywczych podczas przygotowania dań,</p> <p>b) dobiera produkty do przygotowania dań,</p> <p>c) rozpoznaje zmiany zachodzące w produktach spożywczych podczas przygotowania dań.</p> <p style="text-align: center;">5. Planowanie żywienia</p> <p>a) wyjaśnia wpływ składników odżywczych na funkcjonowanie organizmu człowieka,</p> <p>b) określa przemiany składników odżywczych zachodzące w organizmie człowieka stosuje normy i zasady planowania żywienia.</p> <p style="text-align: center;">6. Organizowanie produkcji gastronomicznej</p> <p>a) kontroluje procesy przygotowania potraw,</p> <p>b) projektuje wdrażanie systemów zarządzania środowiskowego.</p>

<p>Przedmioty/efekty kształcenia</p>	<p>Kształtowanie właściwych nawyków zdrowotnych w obliczu aktualnych i cywilizacyjnych zagrożeń dla zdrowia i życia.</p>	<p>Przedmioty/efekty kształcenia</p>
<p style="text-align: center;">Informatyka</p> <p>a) podaje przykłady wpływu informatyki i technologii komputerowej na najważniejsze sfery życia osobistego i zawodowego; korzysta z wybranych e-usług; przedstawia wpływ technologii na dobrobyt społeczeństw i komunikację społeczną.</p>		<p style="text-align: center;">Historia</p> <p>Europa i świat po I wojnie światowej:</p> <p>a) analizuje cywilizacyjne i kulturowe następstwa wojny; ocenia straty wojenne, wylicza społeczne i gospodarcze następstwa wojny,</p> <p>b) charakteryzuje wielki kryzys gospodarczy</p>
<p>Przedmioty/efekty kształcenia</p>		<p>Przedmioty/efekty kształcenia</p>
<p>Wychowanie do życia w rodzinie</p> <p>a) zna podstawy higieny okresu dojrzewania; troszczy się o zdrowie: właściwe odżywianie, odpowiedni strój, sen i aktywność fizyczna;</p> <p>b) potrafi komunikować swoje uczucia i budować prawidłowe relacje w rodzinie i grupie społecznej,</p> <p>c) radzi sobie w sytuacji konfliktu, presji grupy, stresu; umie obronić własne poglądy;</p> <p>d) zna choroby przenoszone drogą płciową; rozumie ich specyfikę, rozwój i objawy; wie, jakie są drogi przenoszenia zakażenia, zna zasady profilaktyki,</p> <p>e) rozumie zasady komunikacji werbalnej i niewerbalnej i jej znaczenie w relacjach interpersonalnych; bierze udział w życiu społecznym poprzez wolontariat, stowarzyszenia, grupy nieformalne i aktywność indywidualną.</p>		<p style="text-align: center;">Edukacja dla bezpieczeństwa</p> <p>a) przedstawia typowe zagrożenia zdrowia i życia podczas powodzi, pożaru lub innych klęsk żywiołowych;</p> <p>b) zna czynniki ryzyka chorób cywilizacyjnych, takich jak: nadciśnienie tętnicze, cukrzyca, zaburzenia gospodarki lipidowej, otyłość; definiuje pojęcie zespołu metabolicznego (nadciśnienie tętnicze, otyłość, cukrzyca, zaburzenia lipidowe); dokonuje pomiaru ciśnienia tętniczego;</p> <p>c) potrafi ocenić korzyści kontroli czynników ryzyka miażdżycy w populacji; zna tendencje związane z otyłością wśród dzieci, młodzieży i dorosłych w Polsce,</p> <p>d) wyjaśnia zależności między zdrowiem fizycznym, psychicznym, emocjonalnym, a społecznym; wyjaśnia wpływ stresu na zdrowie,</p> <p>e) wyjaśnia zagadnienia związane z właściwą i racjonalną aktywnością fizyczną; uzasadnia jej znaczenie dla zdrowia i rozwoju, w tym ochrony przed chorobami przewlekłymi,</p> <p>f) potrafi analizować wartość odżywczą produktów żywnościowych np. na podstawie informacji o ich składzie umieszczanych przez producenta na opakowaniu,</p> <p>g) wyjaśnia, w jaki sposób można unikać picia alkoholu, palenia tytoniu, brania dopalaczy i narkotyków.</p>

Tab.2 Przykład korelacji międzyprzedmiotowej w Technikum w zawodzie technik żywienia i usług gastronomicznych. Przedmioty i przykładowy autorski materiał nauczania.

Przedmioty/ materiał nauczania	Kształtowanie właściwych nawyków zdrowotnych w obliczu aktualnych i cywilizacyjnych zagrożeń dla zdrowia i życia.	Przedmioty/ materiał nauczania
<p style="text-align: center;">Biologia</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Składniki pokarmowe i ich rola w funkcjonowaniu organizmu człowieka. 2. Procesy trawienia w organizmie i ich znaczenie w kontekście zdrowia. 3. Zasady racjonalnego odżywiania człowieka. 4. Choroby wynikające niewłaściwego odżywiania się – choroby kardiologiczne, nowotworowe, metaboliczne. 5. Uwarunkowania występowania otyłości ze szczególnym uwzględnieniem dzieci i młodzieży. 6. Znaczenie stylu życia w kształtowaniu właściwych zasad zdrowotnych. 7. Zaburzenia odżywiania i skutki zdrowotne- bulimia i anoreksja. 8. Znaczenie badań profilaktycznych w zapobieganiu chorob. 9. Szkodliwość związków psychoaktywnych na zdrowie. 10. Depresja i inne choroby układu nerwowego- znaczenie ich wczesnej diagnostyki dla ograniczenia społecznych skutków. 		<p style="text-align: center;">Chemia</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Szkodliwość zdrowotna wybranych związków chemicznych występujących w produktach spożywczych. 2. Rodzaje zanieczyszczeń środowiska wskutek działalności człowieka. 3. Opakowania w kontekście zanieczyszczenia środowiska- charakterystyka, stosowanie w przemyśle, zagospodarowanie, utylizacja. 4. Metody ograniczania obciążanie środowiska odpadami z tworzyw sztucznych. 5. Zanieczyszczenia wody, gleby i powietrza wskutek działalności człowieka. 6. Sposoby ochrony środowiska przed zanieczyszczeniami środowiska. 7. Gospodarka odpadami w gospodarstwie domowym. 8. Procesy chemiczne stosowane w produkcji chemicznych produktów w kontekście szkodliwości na zdrowie człowieka i na środowisko. Sposoby ograniczania stosowania w produkcji.
<p style="text-align: center;">Przedmioty/ materiał nauczania</p>		<p style="text-align: center;">Przedmioty/ materiał nauczania</p>
<p style="text-align: center;">Historia</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pandemia grypy w okresie I wojny światowej- źródło zakażenia, skutki społeczne i gospodarcze 		<p style="text-align: center;">Informatyka</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Komputer jako narzędzie do opracowania prezentacji multimedialnej, ulotek, broszur, itp.
Godzina z wychowawcą		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Postępowanie podczas klęsk żywiołowych (epidemii chorób zakaźnych, pożarów), wypadków w ruchu drogowym- prelekcja z lekarzem/ pracownikiem Sanepidu/policjantem/strażakiem. 2. Emocje-rozpoznawanie i wyrażanie ich w sposób aprobowany społecznie. 3. Zachowania higieny osobistej w codziennym życiu, w miejscach publicznych i w domu rodzinnym. 4. Kultura współżycia w rodzinie, szkole i innych grupach społecznych. 5. Prawa konsumenta. Reklama żywności a jakość żywności- uczenie się dokonywania prawidłowego wyboru na podstawie wiedzy o produkcie. 6. AIDS – przyczyny, skutki zdrowotne, zapobieganie. 7. 		

Przedmioty/material nauczania		Przedmioty/material nauczania
<p style="text-align: center;">Przedmioty zawodowe</p> <p>HGT.02. Przygotowanie i wydawanie dań HGT.12. Organizacja żywienia i usług gastronomicznych</p> <p style="text-align: center;">Bezpieczeństwo i higiena pracy</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Czynniki szkodliwe i uciążliwości w zakładzie gastronomicznym. 2. Choroby zakaźne- bakterie chorobotwórcze i wirusy. 3. Zanieczyszczenia chemiczne żywności i środowiska. 4. Środki ochrony indywidualnej i zbiorowej. 5. Procedury udzielania pierwszej pomocy. <p style="text-align: center;">Podstawy żywienia i gastronomii</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Składniki pokarmowe żywności i ich wpływ na zdrowie. 2. Jakość żywności (konwencjonalna, ekologiczna). 3. Związki chemiczne celowo dodawane do żywności i ich wpływ na jakość żywności i zdrowie człowieka. <p style="text-align: center;">Planowanie żywienia</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zasady żywienia człowieka warunkujące właściwą odporność organizmu. 2. Systemy zapewnienia bezpieczeństwa zdrowotnego żywności (GHP, GMP, HACCP) 3. Zasady planowania jadłospisów. <p style="text-align: center;">Przyjmowanie i magazynowanie żywności</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wady żywności i ich wpływ na jakość produktów i zdrowie człowieka. 2. Warunki magazynowania i ich wpływ na jakość żywności. <p style="text-align: center;">Przygotowanie dań</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wpływ procesów technologicznych na jakość żywności. 2. Najlepsze techniki sporządzania potraw i napojów 3. Dobór surowców w sporządzaniu potraw i napojów w kontekście ich pochodzenia. 4. Dobór półproduktów w produkcji potraw. 5. Higiena produkcji żywności. 6. Higiena osobista pracowników. <p style="text-align: center;">Organizowanie produkcji gastronomicznej</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Służby nadzorujące produkcję żywności. 2. Obciążanie środowiska wskutek działalności zakładu i wpływ na środowisko. 3. Zagospodarowanie odpadów. 4. Zapobieganie skażeniom środowiska 	Kształtowanie właściwych nawyków zdrowotnych w obliczu aktualnych i cywilizacyjnych zagrożeń dla zdrowia i życia.	<p style="text-align: center;">Wychowanie do życia w rodzinie</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zasady higieny osobistej w tym intymnej. 2. Rola snu w utrzymaniu zdrowia. 3. Zasady pielęgnacji ciała. 4. Dobór odzieży w kontekście higieny osobistej, pory roku, jakości, itp. 5. Zasady pielęgnacji odzieży. 6. Zasady komunikowania się w różnych sytuacjach życiowych. 7. Zasady radzenia sobie w różnych stresowych sytuacjach. 8. Choroby zakaźne i przyczyny ich powstawania. 9. Zachowania zapobiegające w rozprzestrzenianiu się chorób zakaźnych. 10. Organizowanie pomocy dla potrzebujących wskutek zdarzeń losowych we współpracy z lokalnymi instytucjami w ramach wolontariatu. 11. Stosowanie zasad postępowania w obliczu zagrożeń zdrowotnych będących następstwem zdarzeń losowych.

Przedmioty/materiał nauczania		Przedmioty/materiał nauczania
<p style="text-align: center;">Edukacja dla bezpieczeństwa</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Zagrożenia zdrowia i życia wskutek działalności człowieka i zjawisk przyrodniczych. 2. Czynniki ryzyka chorób cywilizacyjnych. 3. Zasady zapobiegania chorobom cywilizacyjnym. 4. Znaczenie kontroli czynników ryzyka chorób cywilizacyjnych. 5. Zależność między zdrowiem psychicznym i fizycznym. 6. Wpływ stresu na zdrowie. 7. Jak radzić sobie ze stresem? 8. Znaczenie aktywności fizycznej w utrzymaniu zdrowia w kontekście zapobiegania chorobom przewlekłym. 9. Jak unikać używek? 10. Metody radzenia z emocjami. 	<p>Kształtowanie właściwych nawyków zdrowotnych w obliczu aktualnych i cywilizacyjnych zagrożeń dla zdrowia i życia.</p>	<p style="text-align: center;">Wychowanie fizyczne</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wpływ aktywności fizycznej na kondycję zdrowotną człowieka. 2. Pierwsza pomoc przedmedyczna. 3. Ćwiczenia relaksujące. 4. Wpływ aktywności fizycznej na zdrowie. 5. Zasady właściwego odżywiania na kondycję fizyczną i psychiczną człowieka. 6. Choroby cywilizacyjne- przyczyny, zapobieganie. 7. Rola wody w organizmie człowieka. 8. Sposoby radzenia sobie ze stresem w kontekście zaburzeń zdrowia psychicznego ze szczególnym uwzględnieniem depresji. 9. Skutki zdrowotne zażywania środków psychoaktywnych. 10. Sposoby wyjścia z uzależnień. 11. Zasady zachowania się w obliczu klęsk żywiołowych i innych sytuacji losowych, które są źródłem stresu. 12. Organizowanie pomocy dla potrzebujących wskutek zdarzeń losowych we współpracy z lokalnymi organami samorządowymi, służbami, instytucjami pozarządowymi.

Założenia organizacyjne realizacji programu.

1. Powołanie zespołu nauczycieli.
2. Opracowanie oczekiwań w stosunku do wybranych przedmiotów.
3. Analiza podstaw programowych programów nauczania, ramowych planów nauczania.
4. Wybór przedmiotów.
5. Wyodrębnienie efektów kształcenia i przypisanie materiału kształcenia w każdym wybranym przedmiocie.
6. Ustalenie sposobu realizacji , przydział zadań dla nauczycieli, ustalenie ilości godzin w celu osiągnięcia założonych efektów kształcenia - opracowanie planu.
7. Ustalenie koncepcji metodycznych integrujących treści z różnych przedmiotów.
8. Opracowanie programu.

W celu sprawnego realizowania programu ważne jest przypisanie roli nauczyciela koordynatora jednemu z członków zespołu. Nauczyciel koordynator ma za zadanie zwoływanie zespołu, doprowadzenie do powstania programu i jego realizacji oraz gromadzenie informacji zwrotnych od nauczycieli w trakcie i pod koniec pracy.

Rekomendowaną metodą pracy jest metoda projektów, która:

- powoduje autentyczne zaangażowanie samych uczniów,
- jest procesem uczenia się uczniów gdzie następuje wspólne dochodzenie do wiedzy, dobrze byłoby potraktować ucznia że posiadana przez niego wiedza i doświadczenia stanowią podstawę do uczenia się,
- sprawia, że uczniowie uczą się wzajemnie od siebie na gruncie codziennego doświadczania ciekawych sytuacji edukacyjnych, co pozwala na dokonywanie transferu zdobywanej wiedzy i umiejętności do życia codziennego.



Finalnymi efektami zastosowania metody projektów które będą zaprezentowane mogą być: prezentacja multimedialna lub interaktywana, film, folder, ulotka, broszura, spektakl, happening.

W realizacji programu można oczywiście wykorzystać inne metody aktywizujące. Dziś po powrocie do szkoły uzasadniona byłaby szkolna debata lub cykl seminariów przygotowanych przez uczniów, nauczycieli i rodziców.

Dodatkowym warunkiem powodzenia osiągnięcia celu jest, aby wszyscy nauczyciele byli przykładem wdrażanych postaw zdrowotnych. A rozumiejąc szkołę jako zintegrowaną społeczność, warto włączyć również rodziców?

Opracowanie:

Jadwiga Kuszarska

mgr inż. Technologii żywności, wieloletnia nauczycielka przedmiotów zawodowych w branży spożywczej i gastronomicznej, technolog, kierownik produkcji, dyrektor ds. produkcji w zakładach przetwarzających żywność. Autorka publikacji metodycznych dla nauczycieli i materiałów merytorycznych z zakresu technologii żywności i technologii gastronomicznej

P S. Jeżeli będą Państwo zainteresowani wdrażaniem podobnych programów, służę pomocą. Kontakt ze mną za pośrednictwem WODN w Sieradzu tel. 43 8223691 email wodn@wodnsieradz.edu.pl