



MINISTERSTWO  
EDUKACJI  
NARODOWEJ

# EDUKACJA DLA ZDROWIA

Promocja zdrowego stylu życia w świetle przepisów prawa

# ZDROWIE

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) definiuje zdrowie nie tylko jako brak choroby, czy niepełnosprawności, ale jako dobrostan psychofizyczny i społeczny.

**Promocja zdrowia** to proces umożliwiający jednostkom, grupom, społecznościom zwiększenie kontroli nad własnym zdrowiem i jego poprawę (Karta Ottawska).

# ZASADY ZDROWEGO STYLU ŻYCIA

- Zdrowe, racjonalne odżywianie
- Odpowiednia aktywność fizyczna
- Umiejętność radzenia sobie ze stresem
- Bezpieczeństwo i higiena

**Art. 44 ustawy z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz. U. z 2017 r. poz. 59, z późn.zm.);**  
**[Zakres działań w celu tworzenia optymalnych warunków nauki]**

Szkoły i placówki podejmują niezbędne działania w celu tworzenia optymalnych warunków realizacji działalności dydaktycznej, wychowawczej i opiekuńczej oraz innej działalności statutowej, zapewnienia każdemu uczniowi warunków niezbędnych do jego rozwoju, podnoszenia jakości pracy szkoły lub placówki i jej rozwoju organizacyjnego.

## Kształcenie

Program wychowawczo – profilaktyczny

### ☐ **Art. 26 ustawy Prawo oświatowe;**

[Realizacja programu wychowawczo-profilaktycznego]

Szkoły oraz placówki realizują program wychowawczo-profilaktyczny obejmujący: treści i działania o charakterze wychowawczym skierowane do uczniów, oraz treści i działania o charakterze profilaktycznym dostosowane do potrzeb rozwojowych uczniów, przygotowane w oparciu o przeprowadzoną diagnozę potrzeb i problemów występujących w danej społeczności szkolnej, skierowane do uczniów, nauczycieli i rodziców.

### ☐ **Podstawa programowa - Edukacja zdrowotna**

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej (Dz. U. poz. 356).

## Działania opiekuńczo-wychowawcze

### ☐ **Art. 1 . 14. ustawy Prawo oświatowe;**

System oświaty zapewnia w szczególności utrzymywanie bezpiecznych i higienicznych warunków nauki, wychowania i opieki w szkołach i placówkach.

Zakres:

- Zdrowe, racjonalne odżywianie i aktywność fizyczna
- Ochrona zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży
- Profilaktyczna opieka zdrowotna
- Bezpieczeństwo i higiena w szkole

# EDUKACJA ZDROWOTNA jest najlepszą inwestycją w zdrowie dziecka

Edukacja zdrowotna jest procesem dydaktyczno-wychowawczym, w którym uczniowie uczą się jak żyć, aby: zachować i doskonalić zdrowie własne i innych ludzi oraz tworzyć środowisko sprzyjające zdrowiu, a w przypadku choroby lub niepełnosprawności aktywnie uczestniczyć w jej leczeniu, radzić sobie i zmniejszać jej negatywne skutki.

Celem edukacji zdrowotnej dzieci i młodzieży jest udzielanie im pomocy w:

- poznawaniu siebie, śledzeniu przebiegu swojego rozwoju, identyfikowaniu i rozwiązywaniu problemów zdrowotnych,
- zrozumieniu, czym jest zdrowie, od czego zależy jak należy o nie dbać,
- rozwijaniu poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych ludzi,
- wzmacnianiu poczucia własnej wartości i wiary w swoje możliwości,
- rozwijaniu umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających dobremu samopoczuciu i pozytywnej adaptacji do zadań i wyzwań codziennego życia,
- przygotowaniu się do uczestnictwa w działaniach na rzecz zdrowia i tworzenia zdrowego środowiska w domu, szkole, miejscu pracy, społeczności lokalnej.

Treści z zakresu edukacji zdrowotnej zostały uwzględnione w wielu przedmiotach m.in. wychowaniu fizycznym, biologii, wychowaniu do życia w rodzinie, wiedzy o społeczeństwie, edukacji dla bezpieczeństwa, przedsiębiorczości, etyce.

# ZDROWE, RACJONALNE ODŻYWIANIE

Prawidłowy sposób żywienia obniża ryzyko wielu chorób.

Zdrowe nawyki żywieniowe powinny być kształtowane od najmłodszych lat.

❑ **Ustawa z dnia 25 sierpnia 2006 r. o bezpieczeństwie żywności i żywienia (t. j. Dz. U. z 2017 r. poz. 149.).**

Art. 52c. 1. W jednostkach systemu oświaty:

- 1) sprzedawane mogą być wyłącznie środki spożywcze objęte grupami środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w tych jednostkach określonymi w przepisach wydanych na podstawie ustawy;
- 2) w ramach żywienia zbiorowego dzieciom i młodzieży stosowane mogą być wyłącznie środki spożywcze, które spełniają wymagania określone w przepisach wydanych na podstawie ustawy.

2. W jednostkach systemu oświaty zabrania się reklamy oraz promocji polegającej na prowadzeniu działalności zachęcającej do nabywania środków spożywczych innych niż objęte grupami środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w tych jednostkach określonymi w przepisach wydanych na podstawie ustawy oraz niespełniających wymagań określonych w przepisach wydanych na podstawie ustawy (ust.6 pkt 2).

3. Dyrektor (...) może ustalić, w porozumieniu z radą rodziców, szczegółową listę produktów dopuszczonych do sprzedaży lub stosowania w ramach żywienia zbiorowego w oparciu o przepisy wydane na podstawie ustawy.]

5. W przypadku naruszenia przepisów (...), dyrektor (...) jest uprawniony do rozwiązania, bez zachowania terminu wypowiedzenia, umowy z podmiotem prowadzącym sprzedaż środków spożywczych lub działalność w zakresie zbiorowego żywienia dzieci i młodzieży, bez odszkodowania.

## ZDROWE, RACJONALNE ODŻYWIANIE

- ☐ **Art. 106 ustawy Prawo oświatowe**; [Warunki korzystania ze stołówki szkolnej]

W celu zapewnienia prawidłowej realizacji zadań opiekuńczych, w szczególności wspierania prawidłowego rozwoju uczniów, szkoła może zorganizować stołówkę.

- ☐ **Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz. U. z 2003 r. Nr 6, poz. 80, Ze zm.)**

§10. 1 Kuchnie i jadalnie utrzymuje się w czystości, a ich wyposażenie we właściwym stanie technicznym zapewniającym bezpieczne używanie.

2. Gorące posiłki są spożywane wyłącznie w jadalniach lub innych pomieszczeniach wydzielonych w tym celu.

§11. W razie braku sieci wodociągowej, w szkole i placówce zapewnia się inne źródło wody spełniającej wymagania dla wody zdatnej do picia.

- ☐ **Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 lipca 2016 r. w sprawie grup środków spożywczych przeznaczonych do sprzedaży dzieciom i młodzieży w jednostkach systemu oświaty oraz wymagań, jakie muszą spełniać środki spożywcze stosowane w ramach żywienia zbiorowego dzieci i młodzieży w tych jednostkach ( Dz. U. poz. 1154).**

- ☐ **Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 31 sierpnia 2017 r. w sprawie szczegółowego sposobu realizacji w szkołach środków towarzyszących o charakterze edukacyjnym, które służą prawidłowej realizacji programu dla szkół oraz upowszechniają wśród dzieci zdrowe nawyki żywieniowe (Dz. U. poz. 1659).**

# ZDROWE, RACJONALNE ODŻYWIANIE

Działania wspierające zdrowe żywienie uczniów w szkołach

## ❑ „Porozumienia o współpracy między Ministrem Edukacji Narodowej, Ministrem Zdrowia i Ministrem Sportu i Turystyki w sprawie promocji zdrowia i profilaktyki problemów dzieci i młodzieży” (23.11.2009 r.)

Umożliwienie uczniom dostępu do produktów i napojów o najwyższych walorach zdrowotnych i właściwa organizacja posiłków, w tym:

- tworzenie warunków umożliwiających spożywanie śniadań szkolnych w klasach przez wszystkich uczniów, wspólnie z nauczycielem,
- uczestnictwo w programach ustanowionych przez Komisję Europejską w ramach Wspólnej Polityki Rolnej – Program dla szkół,
- dobór asortymentu produktów żywnościowych i napojów w sklepikach szkolnych zgodny z zasadami zdrowego żywienia (w tym zwłaszcza ograniczenie produktów i napojów o dużej zawartości cukru, soli i tłuszczów),
- zapewnienie uczniom dostępu do wody pitnej,
- organizacja dożywiania uczniów z rodzin o niskich dochodach w sposób przeciwdziałający ich dyskryminacji,
- w szkołach, w których wydawane są obiady lub inne ciepłe posiłki dla uczniów, przestrzeganie przy ich przygotowywaniu zaleceń Instytutu Żywności i Żywienia,
- uwzględnianie specyficznych potrzeb żywieniowych uczniów z chorobami przewlekłymi (m.in. z otyłością, cukrzycą, celiakią).



## AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA

**Aktywność fizyczna – poprawia stan zdrowia w każdym wieku.  
Wychowanie fizyczne pełni wiodącą rolę w edukacji zdrowotnej.**

### **☐ Art. 28 Ustawy Prawo oświatowe**

[Obowiązkowe zajęcia wychowania fizycznego]

Przedszkola, oddziały przedszkolne w szkołach podstawowych oraz inne formy wychowania przedszkolnego są obowiązane do prowadzenia zajęć rozwijających sprawność fizyczną dzieci poprzez zapewnienie udziału w zajęciach ruchowych, grach i zabawach.

Szkoły, z wyłączeniem szkół dla dorosłych, są obowiązane do prowadzenia zajęć wychowania fizycznego. Obowiązkowy wymiar zajęć wychowania fizycznego dla uczniów klas IV-VIII szkół podstawowych wynosi 4 godziny lekcyjne, a dla uczniów szkół ponadpodstawowych - 3 godziny lekcyjne, w ciągu tygodnia.

Art. 103 [Zapewnienie korzystania z dodatkowych pomieszczeń]

Szkoła w zakresie realizacji zadań statutowych zapewnia uczniom możliwość korzystania z: (...) zespołu urządzeń sportowych i rekreacyjnych; pomieszczeń sanitarno-higienicznych i szatni.

### **☐ Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 29 czerwca 2017 r. w sprawie dopuszczalnych form realizacji obowiązkowych zajęć wychowania fizycznego (Dz. U. z 2017 r. poz. 1322)**

# OCHRONA ZDROWIA PSYCHICZNEGO DZIECI I MŁODZIEŻY

Zdrowie psychiczne jest integralnym i bardzo ważnym składnikiem zdrowia.

- Podstawa programowa
- Program wychowawczo-profilaktyczny szkoły
- Pomoc psychologiczno-pedagogiczna

## ☐ **Art. 26 ustawy Prawo oświatowe**

[Realizacja programu wychowawczo-profilaktycznego]

Szkoły oraz placówki realizują program wychowawczo-profilaktyczny obejmujący: treści i działania o charakterze wychowawczym skierowane do uczniów, oraz treści i działania o charakterze profilaktycznym dostosowane do potrzeb rozwojowych uczniów, przygotowane w oparciu o przeprowadzoną diagnozę potrzeb i problemów występujących w danej społeczności szkolnej, skierowane do uczniów, nauczycieli i rodziców.

## ☐ **Art. 27 [Bezpieczny dostęp do Internetu]**

Szkoły i placówki zapewniające uczniom dostęp do Internetu są obowiązane podejmować działania zabezpieczające uczniów przed dostępem do treści, które mogą stanowić zagrożenie dla ich prawidłowego rozwoju, w szczególności zainstalować i aktualizować oprogramowanie zabezpieczające.

# BEZPIECZEŃSTWO I HIGIENIA W SZKOLE

Środowisko fizyczne ma istotny wpływ na nasze samopoczucie i zdrowie.

## ☐ **Ustawa Prawo oświatowe:**

Art. 1. pkt 14. System oświaty zapewnia utrzymywanie bezpiecznych i higienicznych warunków nauki, wychowania i opieki w szkołach i placówkach.

Art. 10 [Zadania organu prowadzącego szkołę lub placówkę]

1. Organ prowadzący szkołę lub placówkę odpowiada za jej działalność. Do zadań organu prowadzącego szkołę lub placówkę należy w szczególności:

1) zapewnienie warunków działania szkoły lub placówki, w tym bezpiecznych i higienicznych warunków nauki, wychowania i opieki

Art. 68 [Uprawnienia dyrektora szkoły lub placówki]

Dyrektor szkoły lub placówki w szczególności: sprawuje opiekę nad uczniami oraz stwarza warunki harmonijnego rozwoju psychofizycznego poprzez aktywne działania prozdrowotne; wykonuje zadania związane z zapewnieniem bezpieczeństwa uczniom i nauczycielom w czasie zajęć organizowanych przez szkołę lub placówkę;

Art. 103 [Zapewnienie korzystania z dodatkowych pomieszczeń]

Szkoła w zakresie realizacji zadań statutowych zapewnia uczniom możliwość korzystania z: pomieszczeń sanitarno-higienicznych i szatni.

# BEZPIECZEŃSTWO I HIGIENIA W SZKOLE

## □ Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach

§8.1. W pomieszczeniach sanitarno-higienicznych zapewnia się ciepłą i zimną bieżącą wodę oraz środki higieny osobistej.

2. Urządzenia sanitarno-higieniczne są utrzymywane w czystości i w stanie pełnej sprawności technicznej.

§9. 1. W pomieszczeniach szkoły i placówki zapewnia się właściwe oświetlenie, wentylację i ogrzewanie.

2. Sprzęty, z których korzystają osoby pozostające pod opieką szkoły lub placówki, dostosowuje się do wymagań ergonomii.

§4 Plan zajęć dydaktyczno-wychowawczych powinien uwzględniać potrzebę równomiernego obciążenia zajęciami w poszczególnych dniach tygodnia.

§4 a W pomieszczeniach szkoły lub placówki zapewnia się uczniom możliwość pozostawienia części podręczników i przyborów szkolnych.

§12. Pomieszczenia, w których odbywają się zajęcia, wietrzy się w czasie każdej przerwy, a w razie potrzeby także w czasie zajęć.

§14.2. Jeżeli pozwalają na to warunki atmosferyczne, umożliwia się uczniom przebywanie w czasie przerw w zajęciach na świeżym powietrzu.

# PROFILAKTYCZNA OPIEKA ZDROWOTNA W SZKOLE

System opieki zdrowotnej jest ważnym elementami zdrowia publicznego.  
Odgrywa on ważną rolę w zakresie promocji zdrowia.

## ❑ **Ustawa Prawo oświatowe**

Art. 103 [Zapewnienie korzystania z dodatkowych pomieszczeń]

Szkoła w zakresie realizacji zadań statutowych zapewnia uczniom możliwość korzystania z: gabinetu profilaktyki zdrowotnej;

Art. 68 [Uprawnienia dyrektora szkoły lub placówki]

Dyrektor szkoły lub placówki w szczególności: współpracuje z pielęgniarką albo higienistką szkolną, lekarzem i lekarzem dentystą, sprawującymi profilaktyczną opiekę zdrowotną nad dziećmi i młodzieżą, w tym udostępnia imię, nazwisko i numer PESEL ucznia celem właściwej realizacji tej opieki

## ❑ **Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 26 sierpnia 2009 r. w sprawie przygotowania nauczycieli do prowadzenia zajęć edukacyjnych w zakresie udzielania pierwszej pomocy (Dz.U. 2009 nr 139 poz. 1132).**

## ❑ **Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach.**

§20 Pomieszczenia szkoły i placówki, w szczególności pokój nauczycielski, laboratoria, pracownie, warsztaty szkolne, pokój nauczycieli wychowania fizycznego, kierownika internatu (bursy) oraz kuchnię, wyposaża się w apteczki zaopatrzone w środki niezbędne do udzielania pierwszej pomocy i instrukcję o zasadach udzielania tej pomocy.

§21 Nauczyciele, w szczególności prowadzący zajęcia w warsztatach, laboratoriach, a także zajęcia wychowania fizycznego, podlegają przeszkoleniu w zakresie udzielania pierwszej pomocy.

## ❑ **Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 28 sierpnia 2009 r. w sprawie organizacji profilaktycznej opieki zdrowotnej nad dziećmi i młodzieżą (Dz. U. Nr 139, poz. 1133).**

## ❑ **Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 24 września 2013 r. w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu podstawowej opieki zdrowotnej (Dz.U. 2013 poz. 1248, ze zm.).**

# PROFILAKTYCZNA OPIEKA ZDROWOTNA W SZKOLE

## Załącznik nr 4 rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie świadczeń gwarantowanych z zakresu podstawowej opieki zdrowotnej

Świadczenia gwarantowane, udzielane przez pielęgniarkę lub higienistkę szkolną obejmują m.in.:

- 1) wykonywanie i interpretowanie testów przesiewowych;
- 2) kierowanie postępowaniem poprzemiesiewowym oraz sprawowanie opieki nad uczniami z dodatnimi wynikami testów;
- 3) czynne poradnictwo dla uczniów z problemami zdrowotnymi;
- 4) sprawowanie opieki nad uczniami z chorobami przewlekłymi i niepełnosprawnością, w tym realizacja świadczeń pielęgniarских oraz wyłącznie na podstawie zlecenia lekarskiego i w porozumieniu z lekarzem podstawowej opieki zdrowotnej, na którego liście świadczeniobiorców znajduje się uczeń, zabiegów i procedur leczniczych koniecznych do wykonania u ucznia w trakcie pobytu w szkole;
- 5) udzielanie pomocy przedlekarskiej w przypadku nagłych zachorowań, urazów i zatruc;
- 6) doradztwo dla dyrektora szkoły w sprawie warunków bezpieczeństwa uczniów, organizacji posiłków i warunków sanitarnych w szkole;
- 7) edukację w zakresie zdrowia jamy ustnej;
- 8) prowadzenie u uczniów szkół podstawowych (klasy I–VI) znajdujących się na obszarach, gdzie poziom fluorków w wodzie pitnej nie przekracza wartości 1 mg/l, grupowej profilaktyki fluorkowej metodą nadzorowanego szczotkowania zębów preparatami fluorkowymi 6 razy w roku, w odstępach co 6 tygodni;
- 9) udział w planowaniu, realizacji i ocenie edukacji zdrowotnej.

# Czytaj więcej...

<https://men.gov.pl/pl/zwiekszenie-szans/profilaktyka>

<https://bezpiecznaszkola.men.gov.pl/>

<https://www.ore.edu.pl/category/ksztalcenie-i-wychowanie/wychowanie-i-profilaktyka/>

<http://www.mz.gov.pl/zdrowie-i-profilaktyka/zdrowie-matki-i-dziecka/zdrowie-ucznia/>

<https://gis.gov.pl/zdrowie/promocja-zdrowia/kampanie-spoeczne>

<http://www.kowr.gov.pl/promocja>

<http://www.izz.waw.pl/pl/dzialalno-owiatowa-12>



MINISTERSTWO  
EDUKACJI  
NARODOWEJ

**DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ**