

PROGRAM NAUCZANIA

EDUKACJA ZDROWOTNA - ZDROWIE SEKSUALNE

dla klas IV-VIII szkoły podstawowej

Etap edukacyjny	II etap edukacyjny - klasy IV-VIII szkoły podstawowej
Wymiar zajęć	Klasy IV-VI: po 1 godzinie rocznie; klasy VII-VIII: po 2 godziny rocznie
Zakres dokumentu	7 godzin w całym cyklu kształcenia
Charakter zajęć	Odrębne, nieobowiązkowe zajęcia edukacyjne; rezygnacja w formie pisemnej, formularz dostępny w sekretariacie
Sposób oceniania	Zajęcia nie podlegają ocenie i nie mają wpływu na promocję ucznia ani na ukończenie szkoły
Podstawa prawna	Rozporządzenie Ministra Edukacji z 11 marca 2026 r. (Dz.U. poz. 378), zmienione rozporządzeniem z 8 lipca 2026 r. (Dz.U. poz. 958), oraz rozporządzenie z 17 lipca 2026 r. (Dz.U. poz. 966)
Organizacja zajęć	Zajęcia są realizowane jako odrębny przedmiot, niezależnie od godzin edukacji zdrowotnej
Dopuszczenie programu	Dyrektor szkoły po zasięgnięciu opinii rady pedagogicznej dopuszcza program do realizacji w szkole
Autorka	Nauczyciel prowadzący: mgr Renata Laube

Dokument porządkuje realizację odrębnych zajęć dotyczących zdrowia seksualnego, dostosowanych do wieku uczniów oraz prowadzonych z poszanowaniem ich prywatności, godności i bezpieczeństwa psychologicznego.

Dokument przeznaczony do stosowania od 1 września 2026 r.

1. Charakter i przeznaczenie programu

Program jest przeznaczony do realizacji nieobowiązkowych zajęć edukacyjnych „edukacja zdrowotna - zdrowie seksualne” w klasach IV-VIII szkoły podstawowej. Obejmuje łącznie 7 godzin: po jednej godzinie w klasach IV-VI oraz po dwie godziny w klasach VII-VIII.

Zajęcia nie podlegają ocenie i nie mają wpływu na promocję ucznia ani na ukończenie szkoły. Program zakłada pracę bez wymuszania osobistych wypowiedzi, ujawniania doświadczeń, przekonań, orientacji, tożsamości ani sytuacji rodzinnej ucznia.

2. Podstawa prawna

- Ustawa z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty (t.j. Dz.U. z 2025 r. poz. 881, z późn. zm.), w szczególności art. 22a ust. 1 i 4-7 oraz art. 22aa.
- Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 11 marca 2026 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej (Dz.U. z 2026 r. poz. 378), zmienione rozporządzeniem z dnia 8 lipca 2026 r. (Dz.U. z 2026 r. poz. 958).
- Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 17 lipca 2026 r. w sprawie sposobu nauczania szkolnego oraz zakresu treści dotyczących wiedzy o życiu seksualnym człowieka (Dz.U. z 2026 r. poz. 966).

3. Założenia programu

- przekazywanie wiedzy rzetelnej, aktualnej, opartej na dowodach naukowych i dostosowanej do wieku uczniów;
- łączenie wiedzy o seksualności z ochroną zdrowia, bezpieczeństwem, godnością, odpowiedzialnością, szacunkiem i relacjami;
- rozwijanie umiejętności rozpoznawania granic, presji, przemocy i zagrożeń cyfrowych oraz bezpiecznego szukania pomocy;
- stosowanie języka neutralnego, rzeczowego, niedyskryminującego i wolnego od zawstydzania;
- uwzględnianie różnicowania rozwojowego uczniów oraz szczególnych potrzeb edukacyjnych;

4. Cele kształcenia

Cele ogólne

1. Rozumienie roli szeroko rozumianej seksualności dla całości zdrowia i funkcjonowania człowieka.
2. Odpowiedzialne pełnienie ról społecznych i budowanie relacji opartych na wartości zdrowia, bezpieczeństwa, szacunku, odpowiedzialności i miłości na wszystkich etapach życia.
3. Rozumienie zagrożeń związanych z obszarem seksualności i umiejętność przeciwdziałania im, reagowania, pomocy innym i szukania wsparcia.
4. Rozumienie znaczenia wiedzy opartej na dowodach naukowych oraz podejmowanie świadomych i odpowiedzialnych decyzji, także w środowisku cyfrowym.

Cele szczegółowe

- posługiwanie się podstawowymi pojęciami dotyczącymi zdrowia seksualnego;
- rozpoznawanie i ochrona granic intymnych;
- krytyczne rozpoznawanie stereotypów, presji i seksualizacji;

- rozumienie podstaw procesu zapłodnienia, ciąży, porodu, opieki nad niemowlęciem oraz znaczenia rodziny i rodzicielstwa;
- rozpoznawanie cech zdrowych i bezpiecznych relacji;
- rozpoznawanie przemocy seksualnej, molestowania i cyberprzemocy oraz znajomość sposobów pomocy;
- rozumienie kryteriów świadomej zgody i zasad asertywnej komunikacji;
- rozumienie pojęć orientacji psychoseksualnej i tożsamości płciowej oraz respektowanie godności każdej osoby.

5. Organizacja i wymiar godzin

Klasa	Liczba godzin	Liczba tematów	Oznaczenia wymagań
IV	1	1	IV.1-2
V	1	1	V.1
VI	1	1	VI.1-2
VII	2	2	VII.1-3
VIII	2	2	VIII.1-2
Razem	7	7	-

6. Treści i plan realizacji

Legenda: kody (np. IV.1) mają charakter redakcyjny i odpowiadają kolejności wymagań w podstawie programowej. Symbol [R] oznacza fakultatywną treść rozwijającą, wykraczającą poza minimum podstawy programowej; realizuje się ją wyłącznie po zapewnieniu pełnej realizacji wymagań obowiązkowych.

Klasa	Nr	Temat	Kod	Najważniejsze treści	Treści realizowane podczas zajęć
IV	1	Moje ciało, moje granice - czym jest tzw. „zły dotyk” i gdzie szukać pomocy?	IV.1-2	Pojęcie zdrowia seksualnego i jego wpływ na harmonijny rozwój człowieka; tzw. „zły dotyk”; właściwa reakcja i miejsca pomocy. [R] Prywatność i granice intymne; rozpoznawanie sytuacji bezpiecznych i niepokojących.	Uczeń omawia pojęcie zdrowia seksualnego, wyjaśnia tzw. „zły dotyk”, zna sposób reagowania i źródła pomocy.
V	1	„To nie jest dla dziewczyn” - „to nie jest dla chłopaków”. Skąd biorą się takie przekonania?	V.1	Najczęstsze stereotypy płciowe w otoczeniu ucznia; wpływ stereotypów na funkcjonowanie; odróżnianie stereotypu od faktu, opinii i neutralnego komunikatu; język szacunku.	Uczeń wymienia stereotypy płciowe i wyjaśnia ich możliwy wpływ; odróżnia stereotyp od innych rodzajów wypowiedzi i przeformułuje komunikaty.
VI	1	Jak zaczyna się życie i czego potrzebuje dziecko?	VI.1-2	Zapłodnienie; podziały komórkowe; zagnieżdżenie; rozwój zarodka i płodu; poród; potrzeby noworodka; wartość rodziny i rodzicielstwa w życiu człowieka i społeczeństwa.	Uczeń opisuje podstawowe etapy rozwoju od zapłodnienia do narodzin, wymienia potrzeby dziecka i omawia znaczenie rodziny oraz odpowiedzialnego rodzicielstwa.

VII	1	Jak budować bezpieczne relacje w okresie dorostania?	VII.1-2	Pojęcie seksualności i znaczenie rzetelnej wiedzy; rola szacunku, odpowiedzialności, miłości i komunikacji; granice, zaufanie, potrzeby nastolatka i asertywna reakcja.	Uczeń omawia pojęcie seksualności, wskazuje cechy bezpiecznej relacji i formułuje komunikaty chroniące granice.
VII	2	Gdy ktoś przekracza granice - jak rozpoznać przemoc, także w Internecie, i szukać pomocy?	VII.3	Przemoc seksualna, molestowanie fizyczne i niefizyczne, cyberprzemoc; zabezpieczanie dowodów; zgłoszenie; wsparcie świadka; źródła pomocy.	Uczeń rozróżnia formy przemocy i molestowania, zna bezpieczne kroki reagowania oraz wie, gdzie szukać pomocy.
VIII	1	Świadoma zgoda, asertywność i odpowiedzialne decyzje	VIII.1	Kryteria świadomej zgody; asertywność; presja i seksualizacja w mediach społecznościowych, kulturze młodzieżowej i otoczeniu; sposoby ochrony; gotowość emocjonalna, zdrowie, prawo, odpowiedzialność i konsekwencje przedwczesnej decyzji.	Uczeń wyjaśnia świadomą zgodę, rozpoznaje presję i seksualizację, wskazuje sposoby przeciwdziałania oraz omawia obszary dojrzałej, odpowiedzialnej decyzji.
VIII	2	Orientacja psychoseksualna i tożsamość płciowa - pojęcia, szacunek i bezpieczeństwo	VIII.2	Dwa obowiązkowe pojęcia: orientacja psychoseksualna i tożsamość płciowa; godność, prywatność, ochrona przed wyśmiewaniem i przemocą. [R] Dodatkowe pojęcia rozwijające wyraźnie oddzielone od minimum.	Uczeń wyjaśnia i odróżnia dwa pojęcia oraz wskazuje język i reakcje chroniące bezpieczeństwo i godność każdej osoby.

7. Warunki i sposób realizacji - metody, formy i środki dydaktyczne

- analiza neutralnych studiów przypadku i komunikatów medialnych;
- rozmowa kierowana, dyskusja, metaplan i debata uporządkowana;
- praca indywidualna, w parach i małych grupach;
- drama wyłącznie w bezpiecznych, nieosobistych scenariuszach;
- anonimowa skrzynka pytań z możliwością pominięcia pytań naruszających prywatność;

Dodatkowe krótkie formy pracy: mini-debata, „fakt czy mit?”, analiza neutralnego studium przypadku, mapa pojęć, karta bezpiecznej reakcji, praca z osią czasu, projekt plakatu lub infografiki, metoda świateł i anonimowy bilet wyjścia.

Nauczyciel może korzystać z odpowiednio dobranych materiałów Zintegrowanej Platformy Edukacyjnej oraz innych materiałów instytucji publicznych i naukowych, po wcześniejszym sprawdzeniu ich zgodności z wiekiem uczniów, zakresem podstawy programowej i zasadami bezpieczeństwa psychologicznego.

- karty sytuacyjne, schematy, osie czasu, infografiki i materiały audiowizualne z wiarygodnych źródeł.

8. Bezpieczeństwo psychologiczne i zasady pracy

- Uczniowie nie są pytani o własne doświadczenia seksualne, przekonania, orientację, tożsamość ani sytuację rodzinną.
- Każdy uczeń ma prawo odmówić wypowiedzi lub udziału w ćwiczeniu wymagającym publicznego zabrania głosu.
- Nauczyciel reaguje na żarty, zawstydzanie, stygmatyzację i przemoc, nie dopuszczając do naruszania godności uczestników.
- Pytania wymagające indywidualnej pomocy nie są omawiane publicznie; uczeń otrzymuje informację, gdzie może uzyskać bezpieczne wsparcie.
- Materiały muszą być adekwatne do wieku, pozbawione treści pornograficznych, drastycznych i epatujących przemocą.
- W przypadku ujawnienia krzywdzenia nauczyciel działa zgodnie z procedurami ochrony małoletnich i obowiązującym prawem.

9. Analiza realizacji programu

Nauczyciel może analizować realizację programu na podstawie anonimowych pytań, kart wyjścia bez punktacji, samooceny rozumienia pojęć oraz obserwacji pracy zespołowej. Nie ocenia się osobistych poglądów, doświadczeń ani deklaracji ucznia.

- krótka anonimowa ankieta po zajęciach;
- analiza pytań uczniów i obszarów wymagających dodatkowego wyjaśnienia;
- rozmowa zespołu nauczycieli o bezpieczeństwie i adekwatności materiałów;
- modyfikowanie przykładów i form pracy z zachowaniem pełnej zgodności z wymaganiami podstawy programowej.

