

Nazwa modułu/przedmiotu	ECTS	Ogółem godzin	Semestr 1 maj 2025 – wrzesień 2025		Semestr 2 październik 2025 – styczeń 2026		Semestr 3 luty 2026 – czerwiec 2026		Forma zaliczenia	Metody weryfikacji efektów uczenia się	Treści programowe/Tematy	Efekty uczenia się
			Liczba godzin form zajęć		Liczba godzin form zajęć		Liczba godzin form zajęć					
			wykłady	ćwiczenia	wykłady	ćwiczenia	wykłady	ćwiczenia				
Wartości i postawy	2	20	10	10					Zaliczenie	Esej refleksyjny, Studium przypadku	Zajęcia obejmują rozwijanie świadomości znaczenia zdrowia jako wartości życiowej oraz metod wspierania postaw prospołecznych w szkole.	K_W01, K_U01, K_K01, K_K02,K_K03,K_K04,
Zdrowie fizyczne	2	17	5	12					Zaliczenie	Test praktyczny, Praca zaliczeniowa	Zajęcia poświęcone zasadom higieny osobistej i profilaktyce zdrowotnej oraz zasadom samoopieki (przestrzeganie zaleceń terapeutycznych oraz stosowanie suplementów)	K_W02, K_U03, K_K03, K_K05,K_K06,K_K07,
Aktywność fizyczna	2	15		15					Zaliczenie	Demonstracja ćwiczeń, Opracowanie programu	Nauczanie bezpiecznych form aktywności fizycznej. Korzyści płynące z aktywności fizycznej jednostki, rodziny. Planowanie i realizacja zajęć ruchowych.	K_U05; K_K08, K_K09,K_K10,K_K11,
Odżywianie	3	23			8	15			Zaliczenie	Test wiedzy, Projekt	Omówienie zasad zdrowego żywienia oraz ich praktycznego zastosowania w codziennym życiu. Planowanie zdrowej diety.	K_W03; K_U07, K_K12, K_K13,K_K14,K_K15,
Zdrowie psychiczne	2	20				20			Zaliczenie	Praca zaliczeniowa	Znaczenie zdrowia psychicznego. Nauczanie technik radzenia sobie ze stresem i metod wspierania zdrowia psychicznego uczniów.	K_U09, K_K16, K_K17,K_K18, K_K19,
Zdrowie społeczne	3	23			8	15			Zaliczenie	Studium przypadku, Prezentacja,	Komunikacja i współpraca w środowisku szkolnym. Umiejętności interpersonalne i mediacyjne.	K_W04, K_U11, K_K20, K_K21, K_K22,K_K23,
Dojrzewanie	3	27					12	15	Zaliczenie	Test, Praca zaliczeniowa	Zmiany fizyczne, emocjonalne i społeczne w okresie dojrzewania. Wsparcie młodzieży w procesie dojrzewania. Rozwijanie umiejętności prowadzenia rozmów na tematy wrażliwe.	K_W04, K_U13, K_K24, K_K27,
Zdrowie seksualne	3	20					10	10	Zaliczenie	Test wiedzy, Warsztat zaliczeniowy	Zdrowie seksualne i edukacja seksualna. Komunikacja w zakresie seksualności, zachowania autonomii seksualnej.	K_W06, K_U15, K_K25, K_K26,

9	Zdrowie środowiskowe	2	15					5	10	Zaliczenie	Test, Projekt	Wpływ środowiska naturalnego na zdrowie. Działania proekologiczne w szkołach.	K_W07, K_U17, K_K29, K_K29, K_K30, K_K31,
10	System ochrony zdrowia	2	15					5	10	Zaliczenie	Test, Praca zaliczeniowa	Struktura systemu ochrony zdrowia. Możliwości uzyskania pomocy medycznej.	K_W08, K_U19, K_K05, K_K36, K_K37, K_K38
11	Internet i profilaktyka uzależnień	2	15						15	Zaliczenie	Quiz zaliczeniowy online	Wpływ internetu na zdrowie psychiczne i społeczne. Strategie profilaktyki uzależnień.	K_W09, K_W10, K_U21, K_K32, K_K33, K_K34, K_K35,
	Dydaktyka edukacji zdrowotnej	4	90		30		30		30	Zaliczenie	Opracowanie scenariuszy	Przygotowanie scenariuszy lekcji, Przygotowanie do praktyki pedagogicznej – projektowanie edukacyjne. Analiza doświadczeń z praktyk.	K_U02, K_U04, K_U06, K_U08, K_U10, K_U12, K_U14, K_U16, K_U18, K_U20,
	Praktyka pedagogiczna	3	90							Zaliczenie	Zaświadczenie od dyrektora placówki wraz z portfolio zawierające scenariusze zajęć.	Zastosowanie w praktyce wiedzy i umiejętności zdobytych w czasie kształcenia.	K_W01, K_W02, K_W03, K_W04, K_W05, K_W06, K_W07, K_W08, K_U01, K_U02, K_U03, K_U04, K_U05, K_U06, K_U07, K_U08, K_U09, K_U10, K_U11, K_U12, K_U13, K_U14, K_U15, K_U16, K_U17, K_U18, K_U19, K_U20, K_U21,
suma		33	390	15	67	16	80	32	90				

zajęcia zorganizowane

300

82

96

122

zajęcia teoretyczne

63

zajęcia on-line max 25%

16,15% <25%

zajęcia praktyczne

237

praktyka

90

Studia podyplomowe „Edukacja zdrowotna”
Efekty uczenia się obowiązują od cyklu kształcenia – 2025/2026

Szczegółowy numer efektu	Efekty uczenia się[2] po ukończeniu studiów podyplomowych:	PRK[3]
	WIEDZA (zna i rozumie)	
K_W01	Śluchacz traktuje zdrowie jako wartość i rozwija empatię wobec innych.	P6S_WK
K_W02	Śluchacz zna zasady higieny osobistej i profilaktyki chorób, przestrzegania zaleceń terapeutycznych oraz stosowania suplementów diety.	P6S_WG
K_W03	Śluchacz zna podstawowe zasady zdrowego żywienia.	P6S_WG
K_W04	Śluchacz zna zasady komunikacji i współpracy.	P6S_WG
K_W05	Śluchacz zna zmiany zachodzące w ciele człowieka w okresie dojrzewania.	P6S_WG
K_W06	Śluchacz zna podstawowe zasady zdrowia seksualnego i respektuje autonomię cielesną.	P6S_WK
K_W07	Śluchacz rozumie znaczenie środowiska naturalnego dla zdrowia i zna działania proekologiczne.	P6S_WK
K_W08	Śluchacz zna podstawowe zasady działania systemu ochrony zdrowia.	P6S_WK
K_W09	Śluchacz zna zagrożenia wynikające z nadużywania technologii.	P6S_WK
K_W010	Śluchacz zna zagrożenia wynikające z zażywania substancji psychoaktywnych.	P6S_WK
	UMIEJĘTNOŚCI (potrafi)	
K_U01	Śluchacz stosuje zasady promocji zdrowia w pracy zawodowej.	P6S_UW
K_U02	Śluchacz opracowuje materiały dydaktyczne na temat promocji zdrowia.	P6S_UW
K_U03	Śluchacz potrafi monitorować podstawowe parametry zdrowotne.	P6S_UW
K_U04	Śluchacz opracowuje scenariusze lekcji o higienie i profilaktyce.	P6S_UW
K_U05	Śluchacz potrafi zaplanować i przeprowadzić zajęcia ruchowe.	P6S_UO
K_U06	Śluchacz opracowuje konspekty zajęć z aktywności fizycznej.	P6S_UW
K_U07	Śluchacz potrafi zaplanować zdrowe posiłki.	P6S_UW
K_U08	Śluchacz opracowuje konspekty lekcji o zdrowym żywieniu.	P6S_UW
K_U09	Śluchacz potrafi stosować podstawowe techniki radzenia sobie ze stresem.	P6S_UW
K_U10	Śluchacz opracowuje konspekty lekcji na temat zdrowia psychicznego.	P6S_UW
K_U11	Śluchacz potrafi budować zdrowe relacje interpersonalne i rozwiązywać konflikty.	P6S_UK, P6S_UO
K_U12	Śluchacz opracowuje strategie nauczania zdrowia społecznego.	P6S_UW
K_U13	Śluchacz potrafi prowadzić zajęcia edukacyjne o dojrzewaniu i wspierać uczniów.	P6S_UK, P6S_UO
K_U14	Śluchacz opracowuje metody nauczania o dojrzewaniu.	P6S_UW
K_U15	Śluchacz potrafi przeprowadzić zajęcia z zakresu edukacji seksualnej i rozmawiać na trudne tematy.	P6S_UK, P6S_UO
K_U16	Śluchacz tworzy konspekty lekcji o zdrowiu seksualnym.	P6S_UW
K_U17	Śluchacz potrafi zaplanować działania proekologiczne w środowisku szkolnym.	P6S_UW
K_U18	Śluchacz opracowuje strategie nauczania o ekologii.	P6S_UW
K_U19	Śluchacz potrafi korzystać z dostępnych usług medycznych i edukować uczniów w tym zakresie.	P6S_UO
K_U20	Śluchacz tworzy konspekty zajęć na temat dostępu do opieki medycznej.	P6S_UW
K_U21	Śluchacz przestrzega zasad higieny cyfrowej.	P6S_UW
	KOMPETENCJE SPOŁECZNE (jest gotów do)	
K_K01	Śluchacz jest gotów do kształtowania postaw prospołecznych i wrażliwości na potrzeby innych.	P6S_KO
K_K02	Śluchacz jest gotów do rozwijania zdolności do budowania relacji opartych na szacunku i empatii.	P6S_KO
K_K03	Śluchacz jest gotów do wzmacniania odpowiedzialności za własne zdrowie i dobrostan społeczny.	P6S_KO
K_K04	Śluchacz jest gotów do podnoszenia świadomości etycznej w podejmowaniu decyzji zdrowotnych.	P6S_KK, P6S_KO
K_K05	Śluchacz jest gotów do promowania solidarności w dbaniu o zdrowie publiczne.	P6S_KO
K_K06	Śluchacz jest gotów do budowania świadomości roli higieny i profilaktyki w życiu społecznym.	P6S_KO
K_K07	Śluchacz jest gotów do wzmacniania współpracy w propagowaniu prozdrowotnych nawyków.	P6S_KO
K_K08	Śluchacz jest gotów do kształtowania umiejętności współpracy w grupowych formach aktywności fizycznej.	P6S_KO
K_K09	Śluchacz jest gotów do wzmacniania postaw odpowiedzialności za własną kondycję i motywowanie innych.	P6S_KO
K_K10	Śluchacz jest gotów do promowania kultury wspólnej aktywności i integracji przez sport.	P6S_KO
K_K11	Śluchacz jest gotów do budowania postawy otwartości na aktywność fizyczną jako element zdrowia społecznego.	P6S_KO
K_K12	Śluchacz jest gotów do kształtowania świadomości społecznej dotyczącej zdrowego żywienia.	P6S_KO
K_K13	Śluchacz jest gotów do wzmacniania postawy odpowiedzialności za wybory żywieniowe własne i bliskich.	P6S_KO
K_K14	Śluchacz jest gotów do budowania kultury wspólnych, zdrowych posiłków jako elementu integracji społecznej.	P6S_KK, P6S_KO
K_K15	Śluchacz jest gotów do promowania świadomej konsumpcji i ograniczania marnowania żywności.	P6S_KO
K_K16	Śluchacz jest gotów do kształtowania postawy otwartości i zrozumienia wobec osób doświadczających trudności psychicznych.	P6S_KK, P6S_KO

K_K17	Słuchacz jest gotów do wzmacniania umiejętności wsparcia emocjonalnego w relacjach społecznych.	P6S_KK, P6S_KO
K_K18	Słuchacz jest gotów do budowania świadomości wpływu stresu i emocji na jakość relacji międzyludzkich.	P6S_KK, P6S_KO
K_K19	Słuchacz jest gotów do rozwijania zdolności do konstruktywnej komunikacji i rozwiązywania problemów społecznych.	P6S_KK, P6S_KO
K_K20	Słuchacz jest gotów do rozwijania umiejętności nawiązywania i utrzymywania zdrowych relacji społecznych.	P6S_KK, P6S_KO
K_K21	Słuchacz jest gotów do wzmacniania zdolności do mediacji i rozwiązywania konfliktów.	P6S_KK, P6S_KO
K_K22	Słuchacz jest gotów do budowania postawy odpowiedzialności za atmosferę w środowisku szkolnym i zawodowym.	P6S_KO
K_K23	Słuchacz jest gotów do kształtowania postawy otwartości na różnorodność i współpracę w grupie.	P6S_KO
K_K24	Słuchacz jest gotów do wzmacniania postawy szacunku w kontekście dojrzewania.	P6S_KO
K_K25	Słuchacz jest gotów do kształtowania odpowiedzialności za zdrowie seksualne i relacje intymne.	P6S_KK, P6S_KO
K_K26	Słuchacz jest gotów do promowania otwartej i pełnej szacunku komunikacji na temat seksualności.	P6S_KK, P6S_KO
K_K27	Słuchacz jest gotów do budowania świadomości wpływu dojrzewania na relacje społeczne i emocjonalne.	P6S_KO
K_K28	Słuchacz jest gotów do wzmacniania odpowiedzialności za środowisko naturalne jako element zdrowia społecznego.	P6S_KO
K_K29	Słuchacz jest gotów do kształtowania postawy zaangażowania w proekologiczne inicjatywy społeczne.	P6S_KO
K_K30	Słuchacz jest gotów do budowania świadomości społecznej na temat wpływu środowiska na zdrowie.	P6S_KO
K_K31	Słuchacz jest gotów do promowania współpracy w zakresie ochrony środowiska i działań na rzecz zrównoważonego rozwoju.	P6S_KO
K_K32	Słuchacz jest gotów do kształtowania świadomego i odpowiedzialnego podejścia do korzystania z technologii.	P6S_KO
K_K33	Słuchacz jest gotów do wzmacniania zdolności rozpoznawania i przeciwdziałania negatywnym skutkom uzależnień cyfrowych.	P6S_KK, P6S_KO
K_K34	Słuchacz jest gotów do budowania postawy otwartości na rozmowy o zdrowych nawykach cyfrowych.	P6S_KO
K_K35	Słuchacz jest gotów do promowania relacji offline i alternatywnych form spędzania czasu wolnego.	P6S_KO
K_K36	Słuchacz jest gotów do kształtowania postawy odpowiedzialności za zdrowie i korzystanie z systemu opieki zdrowotnej.	P6S_KO
K_K37	Słuchacz jest gotów do wzmacniania świadomości o prawach pacjenta i możliwościach wsparcia zdrowotnego.	P6S_KO
K_K38	Słuchacz jest gotów do budowania zdolności do angażowania się w inicjatywy na rzecz poprawy zdrowia w społeczeństwie.	P6S_KO

[1] Objasnienie oznaczeń:

K (przed podkreślnikiem) — szczegółowe efekty uczenia się

W — kategoria wiedzy. U — kategoria umiejętności. K (po podkreślniku) — kategoria kompetencji społecznych

01, 02, 03 i kolejne — numer efektu uczenia się

[2] Liczba dowolna (należy dodać lub usunąć wiersze tabeli w razie potrzeby).

[3] Wpisać symbol z Polskich Ram Kwalifikacji - Charakterystyki II stopnia Polskiej Ramy Kwalifikacji dla kwalifikacji uzyskiwanych w ramach szkolnictwa wyższego(np. (np. P6S_WG lub P7S_WG itp.)