

EDUKACJA ZDROWOTNA – KLASA 8

Tematy lekcji:

- 1.** Godność – wartość, którą mamy od zawsze.
- 2.** Szacunek bez wyjątków – godność każdego człowieka.
- 3.** Zdrowie ponad wszystko – wspólna wartość kultur świata.
- 4.** Mam wpływ! Jak dbać o zdrowie i planetę każdego dnia?
- 5.** Pomagam – bo zdrowie innych też się liczy!
- 6.** Zdrowie intymne – jak się chronić i kiedy reagować?
- 7.** Ruch to zdrowie – jak dbać o ciało, kręgosłup i środowisko każdego dnia.
- 8.** Dlaczego sen jest kluczowy dla zdrowia.
- 9.** Co wpływa na moje samopoczucie? – dobrostan i sposoby radzenia sobie z trudnościami.
- 10.** Kto dba o zdrowie intymne – zawody związane z seksualnością i zdrowiem reprodukcyjnym.
- 11.** Reaguję, nie milczę – jak rozpoznać i zgłosić przemoc seksualną.
- 12.** Poznaję siebie – tożsamość, emocje i relacje.
- 13.** Jak działają metody antykoncepcji – wiedza pomaga w podejmowaniu odpowiedzialnych decyzji.
- 14.** Dlaczego potrzebujemy bioróżnorodności? Zdrowie człowieka a świat przyrody.