**OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA**

Ośrodek Rozwoju Edukacji w Warszawie (dalej jako „ORE”) z siedzibą Aleje Ujazdowskie 28, 00-478 Warszawa zamawia **usługę ekspercką składająca się z 11 części, odpowiadających 11 obszarom tematycznym przedmiotu edukacja zdrowotna.**

**W skład każdej z 11 części usługi wchodzą: opracowanie materiałów edukacyjnych w zakresie każdego z 11 obszarów tematycznych zamieszczonych w podstawie programowej przedmiotu edukacja zdrowotna, opracowanie koncepcji kursu e-learningowego, prowadzenie wykładów i konsultacji, udział w sieci współpracy z przedstawicielami placówek doskonalenia nauczycieli.**

Zamówienie, które składa się z 11 części, może być realizowane przez jednego lub więcej wykonawców wybranych do realizacji każdego z 11 obszarów tematycznych przedmiotu edukacja zdrowotna.

Wykonawca/Wykonawcy każdego z 11 obszarów tematycznych przedmiotu edukacja zdrowotna, zobowiązani są do skompletowania zespołu składającego się z **osób (ekspertów),** które będą odpowiedzialne za przygotowanie: materiałów merytorycznych, koncepcji kursu e-learningowego, konsultacji i wykładów eksperckich, udziale w sieci współpracy, zgodnie z wybranym obszarem edukacji zdrowotnej.

Szczegółowy opis wymagań wobec ww. ekspertów znajduje się w punkcie III.

Materiały edukacyjne zawierające scenariusze zajęć opracowane przez ww zespół ekspertów podlegać będą procesowi recenzji.

Usługa recenzji materiałów edukacyjnych zamówiona zostanie w odrębnym zamówieniu.

**I. Szczegółowy opis przedmiotu zamówienia**

W celu uzyskania jak najlepszych efektów związanych z wdrożeniem programu edukacja zdrowotna, zgodnie z zadaniami zleconymi w piśmie Ministerstwa Edukacji Narodowej DKO-WKiDN.5113.17.2024.BTK z dnia 2 grudnia 2024 r., Zamawiający planuje wykonać zadanie polegające na zamówieniu **kompleksowej usługi eksperckiej polegającej na opracowaniu materiałów edukacyjnych, opracowaniu koncepcji kursu e-learningowego, prowadzeniu wykładów i konsultacji oraz udziale w sieci współpracy z przedstawicielami placówek doskonalenia nauczycieli, w zakresie treści zawartych w 11 obszarach tematycznych zamieszczonych w podstawie programowej przedmiotu edukacja zdrowotna, realizowanych dla dwóch etapów edukacyjnych (do realizacji zajęć w klasach 4-8 szkoły podstawowej oraz realizacji zajęć w szkołach ponadpodstawowych).**

**Wykaz 11 obszarów tematycznych przedmiotu edukacja zdrowotna:**

**Wartości i postawy**

**Zdrowie fizyczne**

**Aktywność fizyczna**

**Odżywianie**

**Zdrowie psychiczne**

**Zdrowie społeczne**

**Dojrzewanie (tylko dla uczniów/uczennic klas 4-8 szkół podstawowych)**

**Zdrowie seksualne**

**Zdrowie środowiskowe**

**Internet i profilaktyka uzależnień**

**System ochrony zdrowia (tylko dla uczniów/ uczennic szkół ponadpodstawowych).**

Wyżej wymieniona usługa obejmuje zadania, za które będzie odpowiedzialny Wykonawca/Wykonawcy:

1. Przygotowanie koncepcji merytorycznej i metodycznej służącej opracowaniu materiałów edukacyjnych do realizacji zajęć z przedmiotu edukacja zdrowotna, z uwzględnieniem ww. 11 obszarów tematycznych zawartych w podstawach programowych przedmiotu edukacja zdrowotna dla klas 4-6 i 7-8 szkoły podstawowej oraz podstawy programowej dla szkoły ponadpodstawowej.
2. Analiza i dostosowanie pod względem wymogów podstawy programowej oraz wymagań Zamawiającego opisanych poniżej - materiałów edukacyjnych gotowych, osadzonych na Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej, będących własnością ORE lub udostępnianych przez Ośrodek Rozwoju Edukacji. Wykorzystanie materiałów gotowych do opracowania pakietów scenariuszy zajęć, o których mowa w pkt 3.
3. Opracowanie zestawów edukacyjnych w postaci pakietów scenariuszy wraz z obudową do prowadzenia zajęć w postaci narzędzi: prezentacji, kart pracy we wskazanym przez Zamawiającego formacie, linków do materiałów dodatkowych (do każdego scenariusza zajęć), w formule ustalonej z Zamawiającym, z uwzględnieniem realiów funkcjonowania szkoły, jednostki lekcyjnej. Każdy ze scenariuszy powinien zawierać nie mniej niż 5 stron znormalizowanych (po 1800 znaków dla każdej strony). Scenariusze zostały wyspecyfikowane w dalszej części Opisu Przedmiotu Zamówienia, w odniesieniu do podstawy programowej dla każdego z 11 obszarów przedmiotu edukacja zdrowotna.
4. Opracowanie części kursu e-learningowego odnoszącego się do realizacji treści dla każdego z jedenastu obszarów przedmiotu edukacja zdrowotna, z uwzględnieniem etapów edukacyjnych. Wykonawca każdego z 11 obszarów tematycznych przedmiotu edukacja zdrowotna powinien opracować materiał do realizacji 12 godzin kursu e-learningowego. W ramach opracowanych materiałów powinny się znaleźć prezentacje (minimum 10 slajdów do każdego obszaru).

Odbiorcami kursu będą nauczyciele realizujący zajęcia w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych.

1. Przeprowadzenia wykładu eksperckiego trwającego 1 godzinę dydaktyczną (45 minut) w formule stacjonarnej lub online - rozszerzającego wiedzę z tematyki zawartej spośród 11 obszarów podstawy programowej przedmiotu edukacja zdrowotna, z wybranego tematu/zagadnienia oraz w terminie ustalonym w porozumieniu z Zamawiającym.
2. Udział w spotkaniach konsultacyjnych przedstawiciela Wykonawcy/Wykonawców z Zamawiającym - 3 godziny zegarowe zrealizowane w ustalonym przez Zamawiającego terminie oraz formule (spotkanie stacjonarne, online).
3. Opracowanie listy materiałów dodatkowych przydatnych do realizacji treści z wybranego spośród 11 obszarów przedmiotu edukacja zdrowotna, w postaci minimum 1 propozycji każdego z wymienionych: filmów edukacyjnych, podcastów, aplikacji, gier dydaktycznych, plansz edukacyjnych, modeli edukacyjnych i innych narzędzi interaktywnych, testów online.
4. Udział Wykonawcy/Wykonawców w spotkaniach sieci współpracy utworzonej przez Zamawiającego dla trenerów/trenerek programu pracujących w Placówkach Doskonalenia Nauczycieli - poprzez czynny udział w 2 panelach dyskusyjnych, dotyczących aspektów merytorycznych programu (maksymalnie 1 godzina dydaktyczna/ 1 panel).
5. Czynny udział (wystąpienie - 30 minut) w konferencji merytorycznej dot. edukacji zdrowotnej w terminie ustalonym z Zamawiającym.

AD II. **Informacje szczegółowe o przedmiocie zamówienia**

Przedmiotem zamówienia jest **realizacja kompleksowej usługi eksperckiej polegającej na opracowaniu materiałów edukacyjnych, prowadzeniu wykładów, konsultacji i udziale w sieci współpracy w zakresie treści zawartych w 11 obszarach tematycznych zamieszczonych w podstawie programowej przedmiotu edukacja zdrowotna, realizowanych dla dwóch etapów edukacyjnych (do realizacji zajęć w klasach 4-8 szkoły podstawowej oraz realizacji zajęć w szkołach ponadpodstawowych).**

**Wykaz 11 obszarów tematycznych przedmiotu edukacja zdrowotna:**

**Wartości i postawy**

**Zdrowie fizyczne**

**Aktywność fizyczna**

**Odżywianie**

**Zdrowie psychiczne**

**Zdrowie społeczne**

**Dojrzewanie (tylko dla uczniów/uczennic klas 4-8 szkół podstawowych)**

**Zdrowie seksualne**

**Zdrowie środowiskowe**

**Internet i profilaktyka uzależnień**

**System ochrony zdrowia (tylko dla uczniów/ uczennic szkół ponadpodstawowych).**

Ad 1. Opracowanie koncepcji merytorycznej i metodycznej służącej opracowaniu materiałów do realizacji zajęć z przedmiotu edukacja zdrowotna zawartego w podstawach programowych przedmiotu edukacja zdrowotna dla klas 4-6 i 7-8 szkoły podstawowej oraz podstawy programowej dla szkoły ponadpodstawowej.

W ramach tego zadania Wykonawca/Wykonawcy zobowiązani są do opracowania materiału, odnoszącego się do każdego z 11 obszarów przedmiotu edukacja zdrowotna. Koncepcja powinna być dostosowana do specyficznych potrzeb i możliwości psychofizycznych i poznawczych uczniów, wymagań dla różnych grup wiekowych oraz oparta na określonych założeniach podstawy programowej. Dokument powinien zawierać kompleksowe wytyczne metodyczne wspierające nauczycieli w realizacji zajęć szkolnych.

Proces tworzenia koncepcji będzie przebiegał u Wykonawcy w ramach ścisłej współpracy ekspertów wymienionych w punkcie III. Wykonawca, opracowując pierwszą wersję koncepcji, zobowiązuje się do konsultacji w grupie zgłoszonych ekspertów, aby zapewnić najwyższą jakość merytoryczną i metodyczną materiału. Po przygotowaniu wstępnej wersji koncepcja zostanie poddana ocenie przez Zamawiającego, a autorzy będą zobowiązani do jej modyfikacji zgodnie z uwagami Zamawiającego.

Koncepcja powinna zostać przygotowana w sposób uporządkowany. Powinna zawierać: wstęp, część główną, bibliografię.

W swojej pracy Wykonawca uwzględni wymagania przekazane przez Zamawiającego. Postępy pracy będą na bieżąco weryfikowane i monitorowane. Wykonawca będzie zobowiązany do wprowadzania ewentualnych modyfikacji w przygotowanych opracowaniach, zgodnie ze wskazówkami Zamawiającego. Proces wprowadzania zmian będzie miał charakter ciągły, do momentu uzyskania produktu finalnego, jednak nie później niż w czasie oznaczonym w harmonogramie.

Materiały powinny obejmować minimum 5 stron tekstu, formatu A4, min. 1800 znaków na stronę ze spacjami, a także powinny być zgodne z aktualnym standardem dostępności WCAG 2.1.

Materiały przygotowane przez Wykonawcę powinny być opracowane na podstawie najnowszej literatury (z okresu nie dłużej niż ostatnie 10 lat) oraz dostępnych aktualnych badań naukowych. Aby zapewnić wysoką jakość merytoryczną i aktualność treści, powinny zawierać minimum 10 pozycji w bibliografii. W opracowaniu należy również uwzględnić kontekst społeczno-kulturowy, w którym funkcjonują zarówno nauczyciele, jak i uczniowie, co pozwoli na dostosowanie przekazu do realiów i potrzeb edukacyjnych. Choć materiał ma być skoncentrowany na jednym z 11 obszarów tematycznych, powinien jednocześnie odnosić się do innych obszarów przedmiotu edukacja zdrowotna, aby zapewnić spójność i kompleksowość edukacji, wspierając rozwój uczniów w wielu wymiarach.

Ad 2. Analiza i dopasowanie materiałów gotowych, osadzonych na Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej, będących własnością ORE lub udostępnianych przez Ośrodek Rozwoju Edukacji. Wykorzystanie materiałów gotowych do opracowania scenariuszy zajęć, o których mowa w pkt 3.

Zamawiający przekaże Wykonawcy/Wykonawcom materiały gotowe stanowiące własność lub udostępniane przez Ośrodek Rozwoju Edukacji.

Wykonawca/Wykonawcy winni zapoznać się wnikliwie z materiałami przekazanymi przez Zamawiającego, ocenić ich zastosowanie oraz umieścić ich treść w ramach opracowanych scenariuszy, o których mowa w punkcie 3. Materiały Wykonawca winien umieszczać w postaci części scenariusza, linków, przypisów, odniesień, propozycji rozszerzenia treści zajęć. Materiały będące własnością ORE Wykonawca odpowiednio oznaczy w tekstach scenariuszy.

Ad 3. Opracowanie zestawów edukacyjnych w postaci pakietów scenariuszy wraz z obudową do prowadzenia zajęć w postaci narzędzi: prezentacji, kart pracy we wskazanym przez Zamawiającego formacie, linków do materiałów dodatkowych (do każdego scenariusza zajęć).

W tym celu Wykonawca/Wykonawcy zobowiązani będę do opracowania scenariuszy, w odniesieniu do podstawy programowej dla poszczególnych obszarów przedmiotu edukacja zdrowotna (z 11 wyżej wymienionych) w formule ustalonej z Zamawiającym, z uwzględnieniem realiów funkcjonowania szkoły, jednostki lekcyjnej oraz korzyści dla rozwoju psychospołecznego, fizycznego, emocjonalnego i zdrowotnego uczniów. Każdy ze scenariuszy powinien zawierać nie mniej niż 5 stron znormalizowanych (1800 znaków).

Do każdego ze scenariuszy należy przygotować obudowę w postaci narzędzi:

1. prezentację ppt. zawierającą minimum 5 slajdów.
2. kartę pracy we wskazanym przez Zamawiającego formacie,
3. linki do materiałów dodatkowych, do każdego scenariusza zajęć.

W ww. materiałach edukacyjnych (scenariusze i narzędzia) Wykonawca winien wykorzystać materiały gotowe przekazane przez ORE, o których mowa w pkt 2.

**3.1 Wykaz scenariuszy do opracowania, według wymagań zawartych w podstawie programowej przedmiotu edukacja zdrowotna:**

**3.1.1 Wartości i postawy**

Klasy 4-6

1. Traktuje zdrowie jako wartość na różnych etapach życia człowieka i klasyfikuje je w osobistej hierarchii wartości.
2. Traktuje zdrowie jako zasób człowieka, o który należy się troszczyć i który należy rozwijać w wymiarze indywidualnym, społecznym i środowiskowym.
3. Rozumie, na czym polega postawa troski i odpowiedzialności za własne zdrowie.
4. Okazuje szacunek sobie i rozwija poczucie własnej wartości; okazuje szacunek i empatię w relacjach międzyludzkich i jest gotów przyjąć perspektywę drugiego człowieka oraz troszczyć się o świat przyrody, dostrzegając perspektywę przyszłych pokoleń.
5. Prezentuje postawę optymizmu życiowego, sprzyjającego zdrowiu i harmonii z otaczającym środowiskiem.

Klasy 7-8

1. Rozumie, że godność człowieka stanowi fundamentalną wartość na wszystkich etapach jego życia.
2. Potrafi w imię godności i ludzkiego szacunku akceptować człowieka bez względu na jego indywidualne cechy, choroby, niepełnosprawności.
3. Rozumie, że zdrowie stanowi wartość nadrzędną w różnych kręgach kulturowych.
4. Dba o poczucie własnej sprawczości w odniesieniu do zdrowia własnego i innych osób oraz stanu środowiska naturalnego i klimatu.
5. Przyjmuje postawę prospołeczną w odniesieniu do zdrowia innych osób; rozumie ideę zachowań prozdrowotnych w kontekście zdrowia publicznego, w tym donacji krwi, szczepień ochronnych, badań profilaktycznych oraz unikania zażywania substancji psychoaktywnych; rozumie, na czym polega kultura wolontariatu i ma świadomość, że służy ona dobru innych osób, w tym działaniom na rzecz ochrony środowiska naturalnego.

Szkoła ponadpodstawowa

1. Rozumie, że godność ludzka i szacunek wobec człowieka wykluczają wszelkie formy dyskryminacji ze względu na ludzką różnorodność.
2. Promuje postawy prospołeczne w odniesieniu do zdrowia własnego i innych osób oraz wspiera działania na rzecz zrównoważonego rozwoju, wykazuje gotowość do wspierania badań w obszarze zdrowia.
3. Wie, na czym polega postawa altruizmu w odniesieniu do zdrowia innych osób w szczególności rozumie znaczenie i wartość transplantologii komórek, tkanek i narządów zarówno za życia jak i po śmierci oraz znaczenie i wartość dawstwa szpiku oraz krwiodawstwa.
4. Inicjuje działania wolontariackie na rzecz zdrowia, w tym wobec osób w wieku senioralnym, z niepełnosprawnościami i niesamodzielnych, i uczestniczy w tych działaniach.

**3.1.2 Zdrowie fizyczne**

Klasy 4-6

1. Omawia pojęcie zdrowia i zdrowego stylu życia; wymieni wiarygodne i rzetelne źródła informacji o zdrowiu i zdrowym stylu życia.
2. Wykonuje czynności higieniczne (tj. mycie zębów, mycie twarzy, ciała, włosów, dba o czystość bielizny i odzieży); korzysta z podstawowych środków higienicznych i pielęgnacyjnych, omawia znaczenie higieny osobistej dla utrzymania zdrowia.
3. Wyjaśnia, czym jest nadwaga i otyłość oraz omawia, na czym polega ich profilaktyka.
4. Wyjaśnia, czym są badania profilaktyczne i badania przesiewowe oraz w jakich grupach i kiedy powinny być wykonywane; omawia pojęcie grupy ryzyka.
5. Wymienia objawy, które mogą świadczyć o chorobie, w tym: zmiany skórne, bóle brzucha, klatki piersiowej, głowy, wymioty, krew w stolcu.
6. Mierzy temperaturę ciała przy użyciu różnych termometrów; wyjaśnia, czym jest gorączka, kiedy jest groźna, a kiedy nie trzeba jej obniżać.
7. Wyjaśnia, czym są szczepienia; wyjaśnia dlaczego warto się szczepić.
8. Wymienia zasady przygotowania się do wizyty lekarskiej, w tym do wizyty stomatologicznej oraz zasady higieny osobistej; przygotowuje odpowiedzi na pytania standardowo zadawane przez lekarza.
9. Postępuje w stanach zagrożenia życia i zdrowia zgodnie z zasadami udzielania pierwszej pomocy; wymienia sytuacje, w których należy wezwać zespół ratownictwa medycznego (karetkę pogotowia).

Klasy 7-8

1. Omawia czynniki, które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie; wyjaśnia, w jaki sposób sam może wpływać na zdrowie.
2. Wyjaśnia, czym są choroby zakaźne, jakie są drogi ich przenoszenia, w tym droga kropelkowa, płciowa, przez krew, przez kontakt, a także wyjaśnia jak można ograniczyć ryzyko zakażenia; opisuje objawy najczęstszych chorób zakaźnych oraz wymienia, które z nich mogą być groźne; wymienia objawy sepsy, wyjaśnia czym są antybiotyki, czym jest antybiotykoodporność i zagrożenia z niej wynikające.
3. Stosuje zasady epidemiologicznej profilaktyki; wyjaśnia, czym są epidemie i pandemie oraz jak do nich dochodzi.
4. Wyjaśnia znaczenie szczepień w przeszłości i obecnie; rozróżnia szczepienia obowiązkowe i zalecane; omawia, czym są ruchy antyszczepionkowe, czym jest dezinformacja o szczepieniach i jak ją rozpoznać.
5. Opisuje podstawowe mierniki zdrowia fizycznego oraz ich wartości referencyjne dla swojego wieku, w tym wskaźnik masy ciała (BMI), ciśnienie tętnicze krwi, tętno, stężenie glukozy we krwi, profil lipidowy; za pomocą aparatu automatycznego mierzy tętno oraz ciśnienie tętnicze krwi w spoczynku i po wysiłku fizycznym, a także wyjaśnia znaczenie monitorowania tych parametrów przez całe życie.
6. identyfikuje przeszkody społeczne, techniczne i architektoniczne w życiu osób z niepełnosprawnością oraz podaje przykłady rozwiązań pozwalających na tworzenie przestrzeni przyjaznej osobom z niepełnosprawnością.
7. Wymienia choroby przenoszone przez zwierzęta na ludzi oraz sposoby ochrony przed nimi; opisuje, jak usunąć kleszcza.
8. Omawia najczęstsze choroby przewlekłe i cywilizacyjne, (np otyłość, nadciśnienie tętnicze, różne typy cukrzycy, zaburzenia lipidowe, choroby nerek choroby wątroby, choroby serca, alergie, nowotwory, zaburzenia psychiczne, choroby otępienne); opisuje wyzwania osób żyjących z chorobami przewlekłymi; prezentuje postawę opartą na zrozumieniu problemów stojących przed osobami chorymi przewlekle.

Szkoła ponadpodstawowa

1. Omawia znaczenie edukacji zdrowotnej oraz dostępu do wiarygodnych i rzetelnych źródeł informacji o zdrowiu na różnych etapach życia.
2. Wyjaśnia skutki zdrowego i niezdrowego stylu życia dla jakości zdrowia w trakcie całego życia; opisuje zmiany we wskaźnikach zdrowia fizycznego na różnych etapach życia oraz przy występowaniu chorób przewlekłych.
3. Wyjaśnia, czym są badania diagnostyczne i omawia ich rodzaje; wymienia badania mające zastosowanie w profilaktyce na różnych etapach życia.
4. Wyjaśnia, na czym polega profilaktyka kardiologiczna, w tym stosowanie zdrowego odżywiania i aktywności fizycznej oraz badań przesiewowych w kierunku chorób sercowo-naczyniowych; uzasadnia, dlaczego wczesne wykrycie choroby jest ważne; mierzy ciśnienie tętnicze krwi aparatem automatycznym i interpretuje wynik.
5. Wyjaśnia, na czym polega profilaktyka onkologiczna; wymienia programy profilaktyczne w onkologii realizowane w Polsce; wymienia najczęstsze nowotwory; uzasadnia dlaczego wczesne wykrycie choroby jest ważne.
6. Uzasadnia, dlaczego trzeba badać skórę i oceniać znamiona; regularnie wykonuje ocenę skóry.
7. Opisuje, jak przebiega samobadanie piersi i jąder, regularnie wykonuje samobadanie piersi lub jąder.
8. Wyjaśnia, czym zajmuje się transplantologia, na czym polega dawstwo narządów, szpiku oraz krwiodawstwo; wyjaśnia na czym polega zgoda świadoma, zgoda domniemana oraz sprzeciw wyrażony za życia i jaka jest rola osób bliskich dawcy w tym zakresie.
9. Wyjaśnia na czym polega profilaktyka nadwagi i otyłości oraz zespołu metabolicznego na różnych etapach życia; omawia znaczenie nadwagi i otyłości dla ogólnego stanu zdrowia; omawia wpływ otyłości na występowanie innych chorób i na jakość życia.
10. Omawia normy wskaźnika masy ciała (BMI) i obwodu talii; oblicza wskaźnik masy ciała (BMI) i mierzy obwód talii oraz interpretuje wynik.
11. Omawia profilaktykę chorób zakaźnych w różnych etapach życia oraz w aspekcie podróży w rejony endemiczne;
12. Wyjaśnia, na czym polega opieka paliatywna i czym jest terapia uporczywa.

**3.1.3 Aktywność fizyczna**

Klasy 4-6

1. Systematycznie uczestniczy w różnorodnych formach aktywności fizycznej, szczególnie na świeżym powietrzu; dobiera strój do panujących warunków atmosferycznych; stosuje zasady bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej; wymienia korzyści zdrowotne wynikające z aktywności fizycznej, w tym w profilaktyce otyłości.
2. Promuje aktywność fizyczną w grupach rówieśniczych i w rodzinie; dąży do zalecanego poziomu aktywności fizycznej (np. wspomagając się technologiami informacyjno-komunikacyjnymi).
3. Znajduje miejsca, obiekty i wydarzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do podejmowania aktywności fizycznej w sposób bezpieczny i zgodny z jego zainteresowaniami.
4. Ogranicza czas spędzany w pozycji siedzącej lub leżącej w ciągu dnia przez aktywne przerwy (np. ćwiczenia rozciągające, ćwiczenia oporowe, ćwiczenia oddechowe, ćwiczenia wzroku); wymienia negatywne skutki zdrowotne wynikające z prowadzenia sedentarnego stylu życia (bezczynności ruchowej).
5. Systematycznie wykonuje ćwiczenia relaksacyjne, w tym ćwiczenia oddechowe; rozumie znaczenie ćwiczeń fizycznych dla obniżenia stresu.
6. Przyjmuje prawidłową pozycję ciała podczas codziennych aktywności; regularnie wykonuje ćwiczenia ukierunkowane na kształtowanie prawidłowej postawy.
7. Praktykuje techniki relaksacji przed zaśnięciem i stosuje zasady higieny snu; wyjaśnia znaczenie snu dla zdrowia fizycznego i psychicznego; określa zalecaną długość snu dla osób w jego wieku; opisuje kluczowe czynniki wpływające na jakość snu, ze szczególnym uwzględnieniem negatywnego wpływu korzystania z urządzeń elektronicznych przed zaśnięciem.

Klasy 7-8

1. Promuje aktywność fizyczną, inicjując, organizując i uczestnicząc w różnorodnych wydarzeniach, projektach i wyzwaniach, które zachęcają do aktywności fizycznej; angażuje społeczność szkolną i lokalną w wykonywanie regularnych ćwiczeń; wyjaśnia korzyści zdrowotne wynikające z aktywności fizycznej w kontekście profilaktyki chorób.
2. Planuje i monitoruje własną 24-godzinną aktywność, w tym aktywność fizyczną, wypoczynek i sen, także z wykorzystaniem technologii informacyjno-komunikacyjnych.
3. Regularnie wykonuje ćwiczenia, które wspierają prawidłową postawę ciała oraz zapobiegają bólom pleców i dysfunkcją mięśni dna miednicy.
4. Zastępuje bezruch ruchem w codziennych czynnościach (np. wybiera schody zamiast windy) oraz systematycznie korzysta z aktywnego transportu (np. chodzenie pieszo, jazda na rowerze); uzasadnia znaczenie aktywnego stylu życia dla zdrowia fizycznego, psychicznego oraz środowiska naturalnego.
5. Korzysta z różnych metod hartowania organizmu; wymienia różne metody i korzyści zdrowotne hartowania organizmu.
6. Formułuje argumenty na temat korzyści zdrowotnych wynikających z aktywności fizycznej w kontekście profilaktyki wybranych chorób niezakaźnych (np. otyłości, chorób sercowo-naczyniowych, cukrzycy typu 2, zaburzeń metabolicznych, niepłodności, zwyrodnienia stawów i osteoporozy, depresji i innych zaburzeń psychicznych); wyjaśnia krótko- oraz długoterminowe konsekwencje zdrowotne wynikające z braku aktywności fizycznej).
7. Formułuje argumenty na temat motywów uczestnictwa w aktywności fizycznej, a także omawia bariery i sposoby ich pokonywania; omawia znaczenie aktywności fizycznej dla rozwoju psychospołecznego.

Szkoła ponadpodstawowa

1. Regularnie podejmuje aktywność fizyczną, dostosowaną do indywidualnych potrzeb zdrowotnych oraz upodobań; ocenia wiarygodność i rzetelność źródeł informacji na temat aktywności fizycznej.
2. Dobiera proste programy aktywności fizycznej dla siebie i innych, bazując na rekomendacjach oraz wiarygodnych i rzetelnych źródłach informacji.
3. Promuje aktywność fizyczną w najbliższym otoczeniu i wśród osób z różnymi potrzebami i możliwościami psychofizycznymi oraz o różnym stanie zdrowia.
4. Formułuje argumenty na temat aktywności fizycznej dla różnych grup wiekowych (np. dzieci i młodzieży, osób dorosłych, seniorów), grup ze zróżnicowanymi potrzebami (np. planujących ciążę, w okresie ciąży i po porodzie, w okresie menopauzy i andropauzy, osób z niepełnosprawnościami, chorujących na: cukrzycę typu 1 i 2, nadciśnienie, choroby serca, depresję i stany lękowe, chorobę nowotworową), odnosząc się do wiarygodnych i rzetelnych informacji.
5. Wyjaśnia wpływ sedentarnego stylu życia (bezczynności ruchowej) na zdrowie fizyczne i psychiczne ludzi w różnym wieku; opisuje sposoby przeciwdziałania sedentarnemu stylowi życia dostosowane do wieku i ograniczeń zdrowotnych.
6. Rozpoznaje zagrożenia związane z nadmierną aktywnością fizyczną (np. przemęczenie fizyczne i psychiczne, zaburzenia snu, skłonność do urazów, zmniejszenie odporności organizmu), zagrożenia związane z kompulsywnym wykonywaniem ćwiczeń fizycznych oraz zagrożenia związane z aktywnością fizyczną na powietrzu w czasie epizodów smogowych i w miejscach ze zwiększoną emisją zanieczyszczeń powietrza (np przy drogach), wyjaśnia, jak unikać tych zagrożeń przez planowanie wysiłku fizycznego.
7. Planuje wycieczkę turystyczną (np. pieszą, rowerową, górską, wodną), organizuje ją i w niej uczestniczy; wyjaśnia znaczenie turystyki dla zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego; w planowaniu i realizacji wycieczki turystycznej uwzględnia podstawowe zasady zrównoważonej turystyki.

**3.1.4 Odżywianie**

Klasy 4-6

1. Stosuje się do zaleceń zgodnych z talerzem zdrowego żywienia, ze szczególnym uwzględnieniem regularnego spożywania posiłków, w tym dużej ilości warzyw i owoców; dostosowuje wielkość porcji do swoich potrzeb; unika żywności niekorzystnej dla zdrowia (np. fast foodów, słodyczy).
2. Stosuje zasady zdrowego nawadniania; unika słodzonych napojów.
3. Samodzielnie przygotowuje proste, zdrowe posiłki oraz zdrowe przekąski; wybiera produkty bogate w podstawowe składniki odżywcze.
4. Uprawia rośliny jadalne w celu przygotowania zdrowych posiłków; wskazuje produkty pochodzenia roślinnego korzystne dla zdrowia.
5. Rozpoznaje oznakowania na etykietach produktów spożywczych w tym informacje o wartości odżywczej i alergenach, a także wyjaśnia ich znaczenie oraz zastosowanie w wyborze produktów, korzysta z wiarygodnych aplikacji mobilnych do analizy składu produktów.
6. Ocenia świeżość produktów spożywczych; rozpoznaje oznaki psucia się żywności; stosuje podstawowe metody przechowywania żywności, szacuje zapotrzebowanie na produkty spożywcze, aby uniknąć ich marnotrawienia..

Klasy 7-8

1. Samodzielnie planuje i komponuje zbilansowane posiłki zgodnie z zaleceniami talerza zdrowego żywienia, w tym z wykorzystaniem technologii informacyjno-komunikacyjnych (np. wiarygodnych aplikacji mobilnych, programów komputerowych).
2. Przygotowuje napój izotoniczny oraz posiłki przedwysiłkowe i powysiłkowe.
3. Wymienia konsekwencje zdrowotne wynikające z niewłaściwego odżywiania (np. nadwaga, otyłość, insulinooporność, cukrzyca typu 2, choroby układu krążenia); omawia znaczenie diety w kontekście chorób autoimmunologicznych (np. celiakię, cukrzycę typu 1, Hashimoto) i alergii pokarmowych.
4. Opisuje negatywne skutki stosowania nieprawidłowych diet, nadużywania suplementów, spożywania napojów energetyzujących oraz stosowania środków dopingujących.

Szkoła ponadpodstawowa

1. Planuje posiłki na podstawie różnych diet (np. diety planetarnej, wegetariańskiej, wegańskiej, śródziemnomorskiej) korzystając z wiarygodnych i rzetelnych źródeł informacji, a także uzasadniania wpływ tych diet na zdrowie człowieka i środowisko naturalne
2. Wyjaśnia wybrane założenia strategii „od pola do stołu”; omawia zrównoważone praktyki żywieniowe; wyjaśnia, jaki wpływ ma przetwarzanie żywności na jej wartość odżywczą
3. Formułuje argumenty na temat wpływu reklam i trendów żywieniowych na osobiste wybory dietetyczne oraz na temat konsekwencji tych wyborów dla zdrowia i środowiska naturalnego.

**3.1.5 Zdrowie psychiczne**

Klasy 4-6

1. Omawia pojęcie zdrowia psychicznego, czynniki je chroniące oraz te, które zwiększają ryzyko występowania zaburzeń psychicznych.
2. Rozpoznaje i nazywa emocje u siebie i innych osób; omawia i stosuje konstruktywne sposoby radzenia sobie z emocjami, m.in. techniki uważności; omawia zasady pierwszej pomocy emocjonalnej.
3. Omawia pojęcie stresu; wyjaśnia wpływ stresu na ciało, myśli, emocje, zdolności poznawcze; stosuje konstruktywne sposoby radzenia sobie ze stresem.
4. Omawia pojęcie pozytywnej samooceny i pozytywnego obrazu siebie, a także wymienia sposoby ich budowania w swoim życiu.
5. Omawia pojęcie postawy asertywnej; adekwatnie do sytuacji korzysta z asertywności; odróżnia, czym jest postawa asertywna, a czym agresywna i uległa.
6. Omawia pojęcie przemocy; wymienia przykłady zachowań przemocowych, w tym przemoc fizyczną, psychiczną, rówieśniczą i cyberprzemoc; omawia sposoby reagowania na przemoc i wskazuje miejsca, w których można szukać pomocy, będąc osobą doświadczającą przemocy lub jej świadkiem.
7. Omawia pojęcie zachowań autoagresywnych; wymienia konsekwencje zdrowotne związane z zachowaniami autoagresywnymi; wskazuje miejsca, w których można szukać pomocy.
8. Omawia zagadnienie komunikacji werbalnej i niewerbalnej oraz ich znaczenie w relacjach interpersonalnych, w tym rówieśniczych, rodzinnych i innych; rozwija umiejętności komunikacyjne.
9. Wskazuje miejsca uzyskania pomocy psychologicznej, psychoterapeutycznej i psychiatrycznej dla dzieci i młodzieży w tym telefony zaufania, omawia sytuacje wymagające reakcji osób dorosłych.
10. Omawia potrzeby osób z zaburzeniami neurorozwojowymi, w tym z zaburzeniem ze spektrum autyzmu, ADHD, rozwojowymi zaburzeniami uczenia się, zaburzeniem rozwoju intelektualnego oraz potrzeby osób z niepełnosprawnościami fizycznymi.

Klasy 7-8

1. Omawia zależność między emocjami, myślami a objawami fizycznymi i zachowaniem.
2. Analizuje swoje zachowanie, uczucia i potrzeby w różnych sytuacjach pod kątem budowania poczucia własnej wartości.
3. Dba o pozytywny obraz własnego ciała; analizuje, jaki wpływ na obraz ciała ma m.in. Internet oraz media społecznościowe.
4. Stosuje zasady pierwszej pomocy emocjonalnej wobec osób ze swojego otoczenia.
5. Identyfikuje czynniki indywidualne i środowiskowe mające wpływ na własny dobrostan i stosuje adekwatne techniki radzenia sobie z trudnościami.
6. Omawia potrzeby osób z zaburzeniami psychicznymi występującymi najczęściej w okresie dojrzewania, w tym z zaburzeniami depresyjnymi, lękowymi,, psychotycznymi, odżywiania (bulimią, anoreksja), dysmorfofobią.

Szkoła ponadpodstawowa

1. Utrzymuje swój dobrostan psychiczny przez prowadzenie zdrowego stylu życia, w tym znajomość swoich emocji i potrzeb, troskę o relacje społeczne, równowagę między obowiązkami a czasem wolnym, działanie na rzecz społeczności lokalnej, kontakt ze środowiskiem naturalnym.
2. Wyraża i komunikuje swoje uczucia i buduje prawidłowe relacje w rodzinie i innych grupach społecznych; nawiązuje bezpieczne relacje interpersonalne, zachowując uważność na siebie i drugiego człowieka; wyraża wdzięczność.
3. Analizuje presję otoczenia, przekazy z Internetu i mediów społecznościowych oraz oczekiwania społeczne i podejmuje świadome decyzje dotyczące swojego życia.
4. Omawia potrzeby osób z zaburzeniami psychicznymi występującymi w różnych okresach życia, w szczególności z zaburzeniami odżywiania, zaburzeniami depresyjnymi (np. depresją w ciąży, depresją poporodową), zaburzeniami lękowymi, zaburzeniami afektywnymi dwubiegunowymi, zaburzeniami psychotycznymi i zaburzeniami neurodegeneracyjnymi.
5. Omawia różnice między adekwatną i nieadekwatną samooceną; przekształca nieracjonalne przekonania na swój temat, na temat innych ludzi i świata w racjonalne odpowiedniki.
6. Rozpoznaje i zaznacza swoje granice i przestrzeń psychiczną; omawia pojęcie nadodpowiedzialności; szanuje granice innych osób przez adekwatne reagowanie na potrzeby i komunikaty od innych; rozpoznaje zachowania bierno-agresywne.
7. Dobiera odpowiednią pomoc specjalistyczną adekwatnie do sytuacji; omawia różnice między: psychologiem, psychoterapeutą, psychiatrą, specjalistą psychoterapii uzależnień, trenerem, coachem; opisuje podstawowe nurty psychoterapeutyczne (np. poznawczo-behawioralny, psychodynamiczny, systemowy, humanistyczny, integracyjny).
8. Wyszukuje przepisy prawne dotyczące ochrony zdrowia psychicznego.

**3.1.6 Zdrowie społeczne**

Klasy 4-6

1. Wyjaśnia pojęcia: koleżeństwo, przyjaźń, zauroczenie, zakochanie, miłość, a także rozpoznaje niewłaściwe zachowania w tych relacjach.
2. Wymienia i omawia funkcje rodziny, opisuje przejawy jej prawidłowego funkcjonowania; omawia wartość rodziny w życiu osobistym człowieka.
3. Omawia czynniki wpływające na atmosferę w rodzinie, zna prawa i obowiązki dziecka oraz rodziców.
4. Omawia sposoby dbania o więzi rodzinne (relacje z matką, ojcem, rodzeństwem, dziadkami i dalszą rodziną).
5. Opisuje zmiany mogące występować w rodzinach, w tym separację, rozwód, wejście rodziców w nowe związki, adopcję, rodzicielstwo zastępcze, pojawienie się rodzeństwa, chorobę i śmierć, a także wymienia sposoby radzenia sobie w takich sytuacjach.

Klasy 7-8

1. Opisuje oznaki zakochania; odróżnia zakochanie od popędu seksualnego oraz od miłości, a także miłość młodzieńczą od miłości dojrzałej.
2. Nawiązuje i utrzymuje relacje, dbając o swoje potrzeby, jednocześnie szanując potrzeby innych osób; rozumie swoją rolę w budowaniu pozytywnej atmosfery w rodzinie.
3. Rozpoznaje manipulację w najbliższym otoczeniu oraz asertywnie na nią reaguje.
4. Omawia sposoby rozwiązywania problemów i konfliktów, w tym alternatywne metody rozwiązywania sporów, w szczególności mediacje.

Szkoła ponadpodstawowa

1. Omawia, w jaki sposób jest odpowiedzialny za własny rozwój; wymienia kompetencje, które pomagają w prowadzeniu świadomego i szczęśliwego dorosłego życia.
2. Omawia aspekty organizacyjne, psychospołeczne i zdrowotne dotyczące ciąży, macierzyństwa i ojcostwa, w tym zagrożenia związane ze spożywaniem alkoholu w ciąży, m.in. syndrom alkoholowego zespołu płodowego (FAS, FAE), oraz związane ze stosowaniem innych substancji psychoaktywnych w ciąży.
3. Omawia etapy bliskiej, długotrwałej relacji, w tym koleżeńskiej, przyjacielskiej, romantycznej, małżeńskiej, partnerskiej i sposoby dbania o nią; odróżnia zachowania prawidłowe od przemocowych w relacjach, w tym wymienia cechy przemocy fizycznej, psychicznej i ekonomicznej.
4. Z szacunkiem formułuje komunikaty dotyczące decyzji innych osób związane z życiem rodzinnym, partnerskim i rodzicielskim, w tym dotyczące decyzji o związku formalnym, nieformalnym, niepozostawaniu w związku, separacji, rozwodzie, rozstaniu, rodzicielstwie, rodzicielstwie adopcyjnym i zastępczym, wielodzietności, bezdzietności, a także rozumie potencjalne skutki wymienionych sytuacji życiowych.
5. Wyszukuje przepisy prawne dotyczące uprawnień i obowiązków związanych z zawarciem związku małżeńskiego oraz z prawnymi aspektami funkcjonowania związków nieformalnych w Polsce,
6. Wyszukuje przepisy prawne dotyczące urlopów i świadczeń związanych z macierzyństwem i rodzicielstwem (urlop macierzyński, rodzicielski, wychowawczy i ojcowski) oraz przepisy prawne dotyczące rodzicielstwa nieletnich (matka lub ojciec małoletni).

**3.1.7 Dojrzewanie**

Klasy 4-6

1. Opisuje fizyczne, psychiczne, emocjonalne oraz społeczne zmiany występujące w okresie dojrzewania; omawia zmiany zachodzące w mózgu podczas dojrzewania oraz wpływ tych zmian na zachowanie nastolatków; wyjaśnia różnice między dojrzewaniem fizycznym a dojrzałością psychiczna.
2. Identyfikuje zmiany dotyczące dojrzewania należące do normy medycznej, w tym różne tempo wzrostu, zmianę sylwetki, ginekomastię, nocne polucje, mutację, wzmożone pocenie się, zmianę zapachu, mimowolne erekcje, owłosienie, wzrost piersi, pojawienie się miesiączki, trądzik a także odbiegające od normy medycznej, w tym przedwczesne lub opóźnione dojrzewanie, stulejkę, nieprawidłową wydzielinę z pochwy, nieprawidłowości związane z miesiączkowaniem.
3. Wymienia i stosuje zasady higieny osobistej związanej ze zmianami okresu dojrzewania, higieny skóry twarzy, higieny całego ciała, w tym narządów płciowych; wymienia zasady użycia podpasek i tamponów.
4. Omawia etapy cyklu miesiączkowego i jego wpływ na codzienne funkcjonowanie i samopoczucie.

Klasy 7-8

1. Omawia cele rozwojowe i wyzwania etapu dojrzewania oraz kolejnych etapów życia człowieka, w tym menopauzy, andropauzy, starości.
2. Omawia czynniki wpływające na prawidłowy rozwój płciowy; monitoruje stan swojego ciała oraz identyfikuje możliwe nieprawidłowości i urazy układu moczowo-płciowego, w tym endometriozę, adenomiozę, zespół policystycznych jajników, nietrzymanie moczu, skręt jądra, złamanie prącia, wnętrostwo, spodziectwo, załupek.
3. Charakteryzuje dostępne na rynku produkty menstruacyjne; wyjaśnia zjawisko ubóstwa menstruacyjnego i sposoby przeciwdziałania mu.

**3.1.8 Zdrowie seksualne**

Klasy 4-6

1. Charakteryzuje pojęcia: zdrowie seksualne, seksualność i omawia ich pozytywny wymiar w życiu człowieka.
2. Omawia budowę i podstawowe funkcje narządów płciowych wewnętrznych i zewnętrznych.
3. Wyjaśnia proces zapłodnienia; wymienia najważniejsze fakty dotyczące przebiegu ciąży, porodu oraz opieki nad noworodkiem.
4. Omawia zagadnienie autonomii cielesnej oraz to w jaki sposób asertywnie o nią dbać; wymienia rodzaje zachowań dorosłego lub rówieśnika, które są przekroczeniem granic intymnych; wyszukuje przepisy prawne dotyczące ochrony seksualności osób poniżej 15 roku życia, w tym art. 200 i art. 202 ustawy z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks karny (Dz. U. z 2024 r. poz. 17 i 1228, 1907 i 1965); omawia możliwości uzyskania pomocy w sytuacji zagrożenia.
5. Wymienia stereotypy płciowe oraz wyjaśnia ich negatywny wpływ na funkcjonowanie człowieka.

Klasy 7-8

1. Wyjaśnia pozytywne znaczenie ludzkiej seksualności; omawia pojęcie popędu seksualnego i jego zmiany w okresie dojrzewania; wymienia powody podjęcia aktywności seksualnej oraz konsekwencje z nią związane; rozumie rolę odpowiedzialności w odniesieniu do seksualności w życiu człowieka.
2. Omawia pojęcie orientacji psychoseksualnej i kierunki jej rozwoju; wyjaśnia pojęcia związane z tożsamością płciową.
3. Omawia kryteria świadomej zgody; identyfikuje elementy seksualizacji oraz presji związanej z podjęciem aktywności seksualnej obecne w mediach społecznościowych, środkach masowego przekazu, kulturze młodzieżowej oraz we własnym otoczeniu, a także wymienia sposoby przeciwdziałania im i radzenia sobie z nimi; omawia elementy dojrzałego, świadomego i odpowiedzialnego przygotowania się do inicjacji seksualnej; wymienia konsekwencje przedwczesnej inicjacji seksualnej.
4. Charakteryzuje metody antykoncepcji (mechaniczne, hormonalne , chemiczne, naturalne).
5. Rozróżnia formy przemocy seksualnej, w tym molestowania seksualnego, a także omawia sposoby reagowania, gdy sam jej doświadcza lub gdy doświadczają jej inni; identyfikuje miejsca, w których można uzyskać pomoc.
6. Wymienia infekcje i choroby przenoszone drogą płciową, w tym kiłę, rzeżączkę, chlamydiozę, zakażenie wirusem HPV, HBV, HCV, HIV i HSV; wymienia uniwersalne zasady profilaktyki infekcji i chorób przenoszonych drogą płciową; rozpoznaje objawy wymagające interwencji lekarskiej.
7. Wymienia specjalności zawodowe zajmujące się tematem seksualności człowieka i zdrowia reprodukcyjnego (ginekologia, urologia, andrologia, seksuologia, dermatologia i wenerologia, proktologia, endokrynologia, położnictwo, fizjoterapia uroginekologiczna, farmacja).

Szkoła ponadpodstawowa

1. Wyjaśnia pojęcie seksualności; omawia rolę całożyciowej edukacji seksualnej i jej wpływ na bezpieczeństwo oraz umiejętność tworzenia satysfakcjonujących relacji.
2. Opisuje budowę i funkcję narządów płciowych wewnętrznych i zewnętrznych; omawia ich znaczenie dla zdrowia i profilaktyki; wyjaśnia funkcję mięśni dna miednicy dla zdrowia fizycznego oraz seksualnego.
3. Omawia metody antykoncepcji, mechanizm ich działania i kryteria wyboru odpowiedniej metody.
4. Omawia profilaktykę infekcji i chorób przenoszonych drogą płciową, w tym kiły, rzeżączki, chlamydiozy, zakażenia wirusem HPV, HBV, HCV, HIV i HSV, oraz profilaktykę przed- i poekspozycyjną zakażenia wirusem HIV; wyjaśnia różnicę między życiem z wirusem HIV a życiem z chorobą AIDS; wymienia miejsca (np. punkty konsultacyjno-diagnostyczne), w których można wykonać bezpłatne i anonimowe testy; wyszukuje przepisy prawne o odpowiedzialności karnej za bezpośrednie narażenie na zakażenie innych osób chorobami przenoszonymi drogą płciową.
5. Wymienia czynniki wpływające na płodność człowieka i sposoby dbania o nią; omawia zjawisko niepłodności, określa jej możliwe przyczyny, w tym związane z niezdrowym stylem życia, a także omawia jej skutki i formy leczenia; omawia metody leczenia niepłodności (rozróżnia metodę in vitro od innych metod).
6. Omawia przebieg ciąży; wyjaśnia przebieg porodu fizjologicznego, zabiegowego i cesarskiego cięcia oraz wpływ ciąży i porodu na zdrowie oraz rozwój człowieka; omawia kwestie zdrowotne związane z karmieniem piersią; opisuje połóg i zasady związane z opieką nad noworodkiem; omawia rolę wsparcia edukacyjnego oraz psychicznego dla osób oczekujących na dziecko, w tym rolę edukacji przedporodowej; omawia sposób organizacji opieki okołoporodowej i prawa kobiet w tym okresie.
7. Wyjaśnia pojęcia: poronienie, aborcja; wymienia etyczne, prawne, zdrowotne i psychospołeczne uwarunkowania dotyczące przerywania ciąży;
8. Wyjaśnia, na czym polega norma medyczna, prawna, statystyczna, społeczna, moralna, religijna, partnerska oraz indywidualna; wymienia wyznaczniki partnerskiej normy seksualnej.
9. Wymienia kryteria świadomej zgody oraz omawia sytuacje, w których powinno się ją stosować w relacjach zarówno seksualnych, jak i np.: przyjacielskich, rodzinnych i społecznych.
10. Omawia formy przemocy seksualnej, w tym molestowania seksualnego, a także mity na ten temat; omawia sposoby reagowania w sytuacji, gdy doświadcza przemocy seksualnej lub gdy ktoś mówi mu o takim doświadczeniu; identyfikuje instytucje i organizacje udzielające pomocy osobom po doświadczeniu przemocy seksualnej; wyszukuje przepisy prawne dotyczące przemocy seksualnej.
11. Wymienia zagrożenia związane z różnymi aspektami seksualności m.in.: uwodzenie w sieci (grooming), seksting, szantaż seksualny (sextortion), pornografia, seksualizacja, prostytucja z udziałem małoletnich, a także wymienia sposoby przeciwdziałania tym zagrożeniom.
12. Omawia zagadnienie odpowiedzialnego i satysfakcjonującego życia seksualnego oraz wymienia, co wpływa na libido; wymienia formy aktywności seksualnej; opisuje zaburzenia i dysfunkcje seksualne.
13. Omawia czynniki wpływające na jakość życia seksualnego.
14. Omawia kwestie prawne i społeczne związane z przynależnością do grupy osób LGBTQ+.
15. Opisuje stereotypy płciowe, w tym odnoszące się do sfery seksualnej, a także omawia ich wpływ na rozwój człowieka i relacje interpersonalne oraz omawia sposoby przeciwdziałania tym stereotypom.

**3.1.9. Zdrowie środowiskowe**

Klasy 4-6

1. Omawia wpływ jakości środowiska naturalnego na zdrowie człowieka, w tym zanieczyszczenia powietrza i wód, zmniejszenia ilości terenów zielonych, zmiany klimatu; wyjaśnia jak wzrost średniej globalnej temperatury wpływa na zdrowie i warunki życia człowieka.
2. Sprawdza aktualny stan zanieczyszczenia powietrza przy użyciu technologii informacyjno-komunikacyjnych (np. specjalistycznych aplikacji mobilnych) oraz podaje przykłady ograniczania jego poziomu w swoim otoczeniu.
3. Wyjaśnia, dlaczego kontakt z naturą jest istotny dla zdrowia; wyjaśnia czym jest odpowiedzialność za zwierzęta domowe jak również za dziką przyrodę i ekosystemy.
4. Sprawdza natężenia hałasu przy użyciu technologii informacyjno-komunikacyjnych (np. specjalistycznych aplikacji mobilnych) oraz podaje przykłady ograniczania jego poziomu w swoim otoczeniu; wyjaśnia zasady profilaktyki niedosłuchu.
5. Podejmuje działania proekologiczne, aby poprawić stan środowiska naturalnego i własne zdrowie.

Klasy 7-8

1. Opisuje, jak zmiany klimatu i degradacja środowiska naturalnego wpływają na zdrowie indywidualne i publiczne, wymienia choroby, które mogą być ich wynikiem, w tym zaburzenia psychiczne, choroby układu oddechowego, układu sercowo-naczyniowego, choroby skóry, a także wskazuje negatywne następstwa ekstremalnych zjawisk pogodowych dla zdrowia.
2. Wyjaśnia, jak utrata bioróżnorodności wpływa na zdrowie indywidualne i zdrowie publiczne.
3. Realizuje działania na rzecz poprawy stanu środowiska naturalnego; uczestniczy w działaniach promujących zdrowie środowiskowe.

Szkoła ponadpodstawowa

1. Rozpoznaje dezinformację dotyczącą zmian klimatu oraz ich wpływu na zdrowie i rozpoznaje wiarygodne i rzetelne źródła informacji na ten temat.
2. Opracowuje plan działań na rzecz poprawy zdrowia środowiskowego w swojej lokalnej społeczności (np. działań związanyvh z ochroną powietrza, wody i gleby oraz redukcją hałasu).
3. Organizuje działanie promujące zdrowie środowiskowe przy współpracy ze środowiskiem rówieśniczym, rodzinnym, szkolnym i lokalnym.

**3.1.10. Internet i profilaktyka**

Klasy 4-6

1. Przestrzega zasad higieny cyfrowej; omawia definicje zjawiska: niebieskiego światła, szyi SMS-owej, krótkowzroczności w kontekście nadużywania urządzeń ekranowych; omawia różnice między relacjami międzyludzkimi bez użycia oraz z użyciem technologii i urządzeń elektronicznych.
2. Omawia zagrożenia wynikające z niewłaściwego używania technologii informacyjno-komunikacyjnych, w tym cyberprzemoc, hejt, mowa nienawiści, kreowanie cyber rzeczywistości, zjawisko patostreemingu, uzależnienie od Internetu i gier komputerowych oraz niebezpieczne kontakty w sieci m.in. uwodzenie w sieci (grooming); omawia korzyści i zagrożenia związane ze sztuczną inteligencją oraz wirtualną rzeczywistością (VR).
3. Omawia korzyści wynikające z przestrzegania „domowych zasad ekranowych”.
4. Omawia zagrożenia związane z zażywaniem substancji psychoaktywnych w tym alkoholu, wyrobów tytoniowych, napojów energetyzujących.
5. Omawia sposoby reagowania w sytuacjach występowania zagrożeń związanych z korzystaniem z Internetu i zażywaniem substancji psychoaktywnych w tym ze spożywaniem alkoholu, używania wyrobów tytoniowych, spożywaniem napojów energetyzujących, a także wymienia sposoby uzyskania pomocy specjalistycznej w tym zakresie.
6. Formułuje argumenty dotyczące korzyści wynikających z niezażywania substancji psychoaktywnych w tym niespożywanie alkoholu, nieużuwania wyrobów tytoniowych, niespożywania napojów energetyzujących.

Klasy 7-8

1. Opisuje specyfikę cyfrowych relacji i zachowań; wymienia konsekwencje nadmiernego dzielenia się informacjami osobistymi w Internecie oraz konsekwencje odbioru niewłaściwych treści, takich jak patostreeming, internetowe wyzwania (challenge).
2. Analizuje własną aktywność w Internecie pod kątem potencjalnych zagrożeń (np. cyberprzemocy, hejtu i mowy nienawiści, sekstingu, korzystania z pornografii, uzależnienia od mediów społecznościowych i gier komputerowych).
3. Wymienia konsekwencje zdrowotne i psychospołeczne zażywania substancji psychoaktywnych (np. spożywanie alkoholu, używania wyrobów tytoniowych, zażywania narkotyków, nowych substancji psychoaktywnych, leków przyjmowanych w celach innych niż cele medyczne, niezgodne z zaleceniami lekarza i potrzebami zdrowotnymi) oraz korzystania z technologii informacyjno-komunikacyjnych w szkodliwy dla siebie oraz najbliższego otoczenia sposób.
4. Wykorzystuje sposoby chroniące przed szkodliwym korzystaniem z technologii informacyjno-komunikacyjnych i przed zażywaniem substancji psychoaktywnych (np. spożywaniem alkoholu, używaniem wyrobów tytoniowych, zażywaniem narkotyków, nowych substancji psychoaktywnych, leków przyjmowanych w celach innych niż wskazania medyczne, niezgodnie z zaleceniami lekarza i potrzebami zdrowotnymi) a także stosuje postawę asertywną i nie ulega presji otoczenia.
5. Formułuje argumenty zachęcające do unikania ryzykownych zachowań wpływających na rozwój uzależnień.
6. Realizuje działania promujące higienę cyfrową i styl życia wolny od ryzykownych zachowań we współpracy ze środowiskiem rówieśniczym, rodzinnym, szkolnym i lokalnym.

Szkoła ponadpodstawowa

1. Omawia sposoby ochrony prywatności swojej i bliskich osób, w tym zagrożenia związane z udostępnianiem wizerunku dzieci w Internecie (sharenting).
2. Wymienia rodzaje dezinformacji; charakteryzuje pojęcie fake news, omawia korzyści i zagrożenia związane z rozwojem sztucznej inteligencji; omawia wpływ reklam na postawy i decyzje w zakresie używania substancji psychoaktywnych, w tym w szczególności alkoholu i nowatorskich wyrobów tytoniowych.
3. Podaje przykłady uzależnienia fizycznego i behawioralnego, w tym hazard; omawia mechanizm uzależnienia; ocenia własne zachowania pod względem potencjalnego ryzyka uzależnień fizycznych i behawioralnych.
4. Wymienia objawy uzależnień, omawia sytuacje, w których należy podjąć leczenie uzależnień w trybie ambulatoryjnym, dziennym, stacjonarnym albo w trybie leczenia przymusowego
5. Wymienia zagrożenia zdrowotne i psychospołeczne wynikające z używania niektórych narkotyków w celach seksualnych, wyjaśnia koncepcję redukcji szkód.
6. Wyszukuje przepisy prawne dotyczą zakazu posiadania, nakłaniania do używania, udzielania substancji psychoaktywnych oraz handlu nimi.
7. Omawia zjawisko przeciążenia informacyjnego, lęk przed niedoinformowaniem (FOMO) oraz radości z pomijania informacji z Internetu (JOMO).

**3.1.11. System ochrony zdrowia**

Szkoła ponadpodstawowa

1. Wymienia prawa pacjenta, osoby i instytucje, które są odpowiedzialne za ich przestrzeganie, oraz omawia sposób reagowania na ich naruszanie; opisuje rolę Rzecznika Praw Pacjenta.
2. Omawia rolę dowodów naukowych i badań klinicznych w profilaktyce i terapii chorób; omawia ogólne zasady badań klinicznych i zasady udziału w nich.
3. Wyjaśnia, jak korzystać ze świadczeń zdrowotnych w podstawowej opiece zdrowotnej (POZ), nocnej i świątecznej pomocy lekarskiej (NiŚPL), ambulatoryjnej opiece specjalistycznej (AOS), szpitalu, w tym szpitalnym oddziale ratunkowym (SOR); wyszukuje podmioty lecznicze świadczące usługi w zależności od potrzeb zdrowotnych.
4. Wyjaśnia, jak postępować w stanach zagrożenia życia i zdrowia oraz opisuje sytuacje, w których należy wezwać zespół ratownictwa medycznego (karetkę pogotowia); symuluje przeprowadzenie rozmowy z dyspozytorem i przedstawia, na czym polega problem zdrowotny; omawia przykłady nieuzasadnionego wezwania zespołu ratownictwa medycznego oraz przykłady nieuzasadnionego zgłoszenia się na szpitalny oddział ratunkowy (SOR).
5. Wyjaśnia, czym jest samoleczenie i podaje jego przykłady, w tym omawia, jak postępować w przypadku podwyższonej temperatury ciała i jak prawidłowo stosować leki bez recepty.
6. Wyjaśnia, czym jest telemedycyna oraz co to jest e-zdrowie.
7. Wyjaśnia różnice między lekiem a suplementem diety; czyta ze zrozumieniem ulotki leków; omawia zasady dostępu do leków na receptę i bez recepty; omawia podstawowe zasady refundacji leków w Polsce.
8. Wyjaśnia, jak przygotować się do badań diagnostycznych i jak przedstawić swoje dolegliwości w gabinecie lekarskim oraz opisać dotychczas stosowane leczenie.
9. Omawia znaczenie i rolę Internetowego Konta Pacjenta (IKP), wyjaśnia, jak z niego korzystać, omawia jego funkcje.
10. Opisuje podstawy funkcjonowania i finansowania systemu ochrony zdrowia w Polsce oraz wyjaśnia, jaka jest rola Narodowego Funduszu Zdrowia.
11. Wyjaśnia, czym jest opieka farmaceutyczna oraz kiedy i jak można z niej skorzystać.
12. Omawia działania niepożądane najczęściej stosowanych leków dostępnych bez recepty.

3.2 Do każdego ze scenariuszy zajęć Wykonawca winien opracować i przygotować oddzielny dokument w formacie plików edytowalnych (doc. docx). Każdy pojedynczy scenariusz zajęć musi zawierać minimum następujące elementy:

a) tytuł scenariusza,

c) treści programowe,

d) cel główny,

e) cele operacyjne,

f) formy pracy,

g) metody pracy,

h) pomoce dydaktyczne,

i) ewaluację osiągnięć,

j) opis przebiegu zajęć,

k) zapis dotyczący sposobów dostosowania przebiegu zajęć w zakresie uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi,

l) komentarz metodyczny dla nauczyciela.

3.3 **Pakiety scenariuszy zajęć** podlegać będą weryfikacji przez recenzentów wyznaczonych przez Zamawiającego w odrębnym zamówieniu. Recenzenci będą odpowiedzialni za ocenę poprawności merytorycznej, zgodności z założeniami projektu oraz kompleksowości materiałów. Oceny recenzentów (zawierające komentarze, propozycje zmian, uzupełnień itd) zostaną przekazane do Wykonawcy w celu uwzględnienia ich w procesie tworzenia pakietów scenariuszy. Ostateczny odbiór pakietów scenariuszy nastąpi po uwzględnieniu recenzji w opracowanych materiałach.

Ad 4. Opracowanie części kursu e-learningowego odnoszącego się do realizacji treści dla 11 obszarów przedmiotu edukacja zdrowotna, z uwzględnieniem etapów edukacyjnych. Odbiorcami kursu będą nauczyciele realizujący zajęcia w szkołach. Część kursu e-learningowego do każdego z 11 obszarów edukacji zdrowotnej, składać się będzie z 12 godzin. W trakcie szkolenia uczestnicy/uczestniczki zapoznani zostaną z treścią oraz metodami prowadzenia zajęć w ramach realizowanych treści przedmiotu edukacja zdrowotna..

Program szkolenia e-learningowego będzie zawierał:

1. cele ogólne i cele szczegółowe oraz efekty kursu;
2. zakres tematyczny poszczególnych treści kursu;
3. program kursu dla każdego z obszarów edukacji zdrowotnej, do zamieszczenia na stronie rekrutacyjnej;
4. bibliografię.

Całość opracowania nie mniej niż 7 str. A4 (1800 znaków ze spacjami). W ramach opracowanych materiałów powinny się znaleźć prezentacje (minimum 10 slajdów do każdego obszaru).

Ad 5. . Przeprowadzenie wykładu eksperckiego trwającego 1 godzinę dydaktyczną (45 minut) w formule stacjonarnej lub online w terminie ustalonym z Zamawiającym - rozszerzającego wiedzę z tematyki zawartej spośród 11 obszarów podstawy programowej przedmiotu edukacja zdrowotna, z wybranego zagadnienia ustalonego w porozumieniu z Zamawiającym. Do każdego wykładu Wykonawca dostarczy Zamawiającemu opracowanie w postaci streszczenia wykładu (minimum 1 strona znormalizowana) oraz prezentacji (minimum 5 slajdów) we wskazanym przez Zamawiającego formacie. Wystąpienie Wykonawcy zostanie nagrane na potrzeby upowszechniania jego treści wśród nauczycieli, w ramach wdrażania przedmiotu edukacja zdrowotna. Wszelkie prawa autorskie do nagranego wykładu zostaną uregulowane stosownymi zapisami w umowie zawartej pomiędzy Wykonawcą a Zamawiającym.

Ad 6. Udział w spotkaniach konsultacyjnych.

W ramach tego zadania Wykonawca zobowiązuje się do czynnego udziału w 3 godzinach zegarowych konsultacji co najmniej jednego przedstawiciela Wykonawcy z przedstawicielami Zamawiającego (w tym współpraca z innymi autorami koncepcji szkoleń w ramach przedmiotu Edukacja Zdrowotna). Spotkania odbywać się będą w formule online w terminach ustalonych przez obie strony. Ustalanie terminów spotkań odbywać się będzie z co najmniej dwudniowym wyprzedzeniem.

Aby zapewnić spójność, jedność i kompleksowość tworzonych materiałów, Wykonawca jest zobowiązany do uczestniczenia w procesie konsultacyjnym, który umożliwi nadzór oraz bieżącą koordynację pracy wszystkich autorów/zespołów odpowiedzialnych za poszczególne obszary tematyczne. Konsultacje te są kluczowym elementem procesu realizacji materiałów i mają na celu: synchronizację działań zespołów autorskich, zapewnienie zgodności materiałów z ogólnymi założeniami projektowymi, usprawnienie procesu twórczego poprzez bieżące rozwiązywanie problemów oraz wyjaśnianie wątpliwości merytorycznych i metodycznych, zminimalizowanie ryzyka powstania niespójności między materiałami pochodzącymi od różnych autorów lub zespołów.

Konsultacje będą prowadzone w ramach trzech kluczowych etapów:

1. Spotkanie wprowadzające – w celu ustalenia wizji całości projektu, wypracowania wspólnych standardów dla materiałów. Na tym etapie szczególny nacisk zostanie położony na ustalenie jednolitej struktury i formatu materiałów.
2. Konsultacje w trakcie realizacji – cykliczne spotkania kontrolne mające na celu monitorowanie postępów prac oraz zachowanie spójności materiałów. Omawiane będą kwestie związane z treścią, zgodnością z wymaganiami projektowymi oraz wszelkie istotne uwagi dotyczące zachowania wspólnej linii merytorycznej.
3. Spotkanie końcowe – spotkanie zamykające proces tworzenia materiałów, mające na celu ocenę końcowego efektu, zebranie końcowych uwag oraz rekomendacji, potwierdzenie, że całość materiałów jest zgodna z uzgodnioną koncepcją.

Dzięki tym konsultacjom zapewniona zostanie wysoka jakość materiałów oraz ich integralność jako spójnego produktu końcowego. Wykonawca zobowiązany jest do ścisłej współpracy oraz bieżącej koordynacji na każdym etapie realizacji zadania.

Ad. 7 Opracowanie propozycji / wykazów materiałów dodatkowych przydatnych do realizacji treści z wybranego z spośród 11 obszarów w postaci **propozycji każdego z wymienionych elementów**: filmów, podcastów, aplikacji, gier dydaktycznych, plansz edukacyjnych, modeli edukacyjnych, testów online. Propozycje powinny zawierać informacje szczegółowe, takie jak: cel opracowania proponowanego narzędzia, parametry - czas trwania, propozycje realizacji, skrótowy scenariusz filmu, zastosowanie aplikacji, koncepcja gry dydaktycznej, skrótowy opis modelu/planszy itd.

Wszystkie ww elementy powinny uwzględniać wymogi WCAG 2.1

Opracowanie narzędzi powinno zawierać nie mniej niż 3 strony znormalizowane, A4, 1800 znaków na stronę.

Ad 8. Aktywny udział Wykonawcy/Wykonawców w spotkaniach sieci współpracy utworzonej przez Zamawiającego dla trenerów/trenerek programu pracujących w Placówkach Doskonalenia Nauczycieli.

Wykonawca zapewni udział co najmniej jednego przedstawiciela Wykonawcy w spotkaniach sieci współpracy utworzonej przez ORE. Udział polegać będzie na czynnym uczestnictwie w 2 panelach dyskusyjnych (maksymalnie 1 godzina dydaktyczna/1 panel, łącznie dwie godziny dydaktyczne) spotkań zrealizowanych przez Zamawiającego do dnia 30 listopada 2025 r., w terminach ustalonych przez obie strony, online na platformie Google Meet lub innej wybranej przez Zamawiającego.

Zakres wystąpienia Wykonawcy ustalony zostanie w porozumieniu z Zamawiającym.

Ad 9. Czynny udział - w uzgodnieniu z Zamawiającym - Wykonawca zapewni wystąpienie - 30 minut w czasie rzeczywistym podczas stacjonarnej konferencji merytorycznej dot. edukacji zdrowotnej lub przesłane nagrane wystąpienie.

Zakres wystąpienia Wykonawcy ustalony zostanie w porozumieniu z Zamawiającym.

Do każdego wystąpienia Wykonawca dostarczy Zamawiającemu opracowanie w postaci streszczenia (minimum 1 strona znormalizowana) oraz prezentacji (minimum 5 slajdów) we wskazanym przez Zamawiającego formacie. Wystąpienie Wykonawcy zostanie nagrane na potrzeby upowszechniania jego treści wśród nauczycieli, w ramach wdrażania przedmiotu edukacja zdrowotna. Wszelkie prawa autorskie do nagranego wykładu zostaną uregulowane stosownymi zapisami w umowie zawartej pomiędzy Wykonawcą a Zamawiającym.

Realizacja wszystkich powyższych zadań nastąpi w porozumieniu z Zamawiającym w ustalonych terminach raz zgodnie z ustalonym harmonogramem.

**II. Miejsce i termin realizacji zamówienia – harmonogram**

1. Miejsce realizacji opracowania - prace nad opracowaniem ww zadań odbywać się będą poza siedzibą Zamawiającego, za wyjątkiem spotkań konsultacyjnych.
2. Przekazanie opracowanych materiałów do recenzji, o których mowa w punkcie 3.3. powinno nastąpić nie później niż do **15 lipca 2025 r**, pod warunkiem, że umowa z Wykonawcą zostanie zawarta nie później niż do 15 czerwca 2025 roku. Jeśli umowa z Wykonawcą zostanie zawarta pi 15 czerwca 2025 roku, terminy w harmonogramie ulegną zmianie.
3. Realizacja całości przedmiotu zamówienia winna zakończyć się w terminie do 30 listopada 2025 r. poprzez protokół odbioru, uwzględniając poszczególne zadania zgodnie z poniższą tabelą.
4. Terminy poszczególnych etapów realizacji mogą ulec zmianie, po uzgodnieniu przez obie Strony.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **L.p.** | **Wykonywane zadanie** | **Data wykonania** |
| 1 | Przygotowanie koncepcji merytorycznej i metodycznej służącej opracowaniu materiałów edukacyjnych do realizacji zajęć z przedmiotu edukacja zdrowotna, z uwzględnieniem ww. 11 obszarów tematycznych zawartych w podstawach programowych przedmiotu edukacja zdrowotna dla klas 4-6 i 7-8 szkoły podstawowej oraz podstawy programowej dla szkoły ponadpodstawowej. | 15.07.2025  (wersja do oceny)  30.07.2025 (uwagi Zamawiającego)  18.08.2025 (ostateczny odbiór) |
| 2 | Analiza i dostosowanie do wymogów podstawy programowej oraz wymagań Zamawiającego opisanych poniżej - materiałów edukacyjnych gotowych, osadzonych na Zintegrowanej Platformie Edukacyjnej, będących własnością ORE lub udostępnianych przez Ośrodek Rozwoju Edukacji. Wykorzystanie materiałów gotowych do opracowania pakietów scenariuszy zajęć, o których mowa w pkt 3. | 15.07.2025 |
| 3 | Opracowanie zestawów edukacyjnych w postaci pakietów scenariuszy wraz z obudową do prowadzenia zajęć w postaci narzędzi: prezentacji, kart pracy we wskazanym przez Zamawiającego formacie, linków do materiałów dodatkowych (do każdego scenariusza zajęć). | 15.07.2025 (przekazanie do recenzji)  30.07.2025 (proces recenzji)  18.08.2025 (ostateczny odbiór po recenzjach) |
| 4 | Opracowanie części kursu e-learningowego odnoszącego się do realizacji treści dla każdego z jedenastu obszarów przedmiotu edukacja zdrowotna, z uwzględnieniem etapów edukacyjnych. | 30.07.2025 |
| 5 | Przeprowadzenia wykładu eksperckiego trwającego 1 godzinę dydaktyczną (45 minut) w formule stacjonarnej lub online - rozszerzającego wiedzę z tematyki zawartej wśród 11 obszarów podstawy programowej przedmiotu edukacja zdrowotna, z wybranego tematu/zagadnienia oraz w terminie ustalonym w porozumieniu z Zamawiającym. | do 30.11.2025 |
| 6 | Udział w spotkaniach konsultacyjnych przedstawiciela Wykonawcy/Wykonawców z Zamawiającym - 3 godziny zegarowe zrealizowane w ustalonym przez Zamawiającego terminie oraz formule (spotkanie stacjonarne, online). | 01-15.07.2025 |
| 7 | Opracowanie listy materiałów dodatkowych przydatnych do realizacji treści z wybranego spośród 11 obszarów w postaci minimum 3 propozycji: filmów, podcastów, aplikacji, gier dydaktycznych, plansz edukacyjnych, modeli edukacyjnych i innych narzędzi interaktywnych, testów online etc. | 30.07.2025 |
| 8 | Udział Wykonawcy/Wykonawców w spotkaniach sieci współpracy utworzonej przez Zamawiającego dla trenerów/trenerek programu pracujących w Placówkach Doskonalenia Nauczycieli - poprzez czynny udział w 2 panelach dyskusyjnych. | do 30.11.2025 |
| 9 | Czynny udział (wystąpienie - 30 minut) w konferencji merytorycznej dot. edukacji zdrowotnej w terminie ustalonym z Zamawiającym. | do 30.11.2025. |

**III. Wymagania dotyczące realizacji zamówienia**

1. Wymagania wobec Wykonawców.

1.1. Wykonawcy każdego z 11 obszarów tematycznych przedmiotu edukacja zdrowotna, zobowiązani są do skompletowania zespołu składającego się z **osób (ekspertów),** które będą odpowiedzialne za przygotowanie materiałów merytorycznych, koncepcji kursu e-learningowego, konsultacji i wykładów eksperckich, udziale w sieci współpracy, zgodnie z wybranym obszarem edukacji zdrowotnej.

Każdy zespół musi liczyć co najmniej trzy osoby, z których każda posiada następujące doświadczenie/kompetencje:

1. **Doświadczenie merytoryczne** – osoba posiadająca dorobek naukowy i publikacyjny w zakresie edukacji zdrowotnej, zdrowia publicznego lub nauk pokrewnych.
2. **Doświadczenie metodyczne** – osoba mająca doświadczenie w tworzeniu materiałów dydaktycznych, opracowywaniu programów nauczania i prowadzeniu szkoleń dla nauczycieli (potwierdzone np. wykazem projektów, referencjami, publikacjami).
3. **Doświadczenie praktyczne w systemie edukacji** – osoba posiadająca doświadczenie w pracy z uczniami i nauczycielami, wdrażaniu programów edukacyjnych oraz analizowaniu ich efektywności (udokumentowane np. stażem pracy w szkole, wykazem wdrożeń, ewaluacji).

1.2. Każdy zespół powinien mieć wyznaczonego koordynatora odpowiedzialnego za:

1. spójność merytoryczną, metodyczną i formalną przygotowywanych materiałów,
2. terminowe wykonanie wszystkich zadań,
3. komunikację z Zamawiającym (uzgadnianie harmonogramu, raportowanie postępów).
4. **Wymagania formalne i sposób potwierdzenia kompetencji ekspertów** 2.1. Minimalne wykształcenie ekspertów: studia wyższe (minimum magisterskie, preferowany doktorat lub wyższy stopień naukowy) w obszarach związanych z edukacją zdrowotną, zdrowiem publicznym, naukami o zdrowiu, pedagogiką, psychologią lub dziedzinami pokrewnymi.
   * 1. Wymagania szczegółowe związane z **wykształceniem kierunkowym** związane z realizacją zadań dla poszczególnych 11 części – obszarów przedmiotu edukacja zdrowotna, w tym wyszczególnione dokumenty potwierdzające wykształcenie:

2.1.1.1. Wartości i postawy - magister pedagogiki/ filozofii, wymagany skan dyplomu + program studiów zawierający moduł zdrowia/ etyki.

* + - 1. Zdrowie fizyczne – lekarz medycyny (specjalizacja: medycyna rodzinna lub medycyna sportowa), doktor nauk o zdrowiu (fizjologia człowieka), wymagany wpis do Rejestru Lekarzy (PWZ) lub zaświadczenie o stopniu naukowym.
      2. Aktywność fizyczna - magister fizjoterapii/ wychowania fizycznego, wymagany skan dyplomu.
      3. Odżywianie - magister dietetyki klinicznej lub żywienia człowieka, doktor nauk o żywieniu, wymagany skan dyplomu.
      4. Zdrowie psychiczne- magister psychologii, lekarz psychiatra, wymagany wpis do Rejestru Psychologów lub PWZ
      5. Zdrowie społeczne - magister zdrowia publicznego (MPH) lub socjologia zdrowia, doktor nauk społecznych, wymagany skan dyplomu MPH / dyplomu z socjologii
      6. Dojrzewanie (szkoły podstawowe) - magister zdrowia publicznego (MPH) lub socjologia zdrowia, doktor nauk społecznych, psychologii rozwojowej, lekarz ginekolog-położnik, magister położnictwa, magister psychologii + certyfikat seksuologii, wymagany skan dyplomu.
      7. Zdrowie seksualne - lekarz ginekolog-położnik lub androlog, magister położnictwa, magister psychologii + certyfikat seksuologa klinicznego, wymagany wpis do PWZ lub wpis do rejestru położnych + skan certyfikatu seksuologa.
      8. Zdrowie środowiskowe - magister higieny i zdrowia publicznego (kierunek: zdrowie środowiskowe), doktor nauk o środowisku (aspekty zdrowotne), wymagane - skan dyplomu + opis modułów środowiskowych w programie studiów
      9. Internet i profilaktyka uzależnień - magister psychologii, psychoterapeuta uzależnień, wymagany - skan dyplomu + certyfikat ukończenia szkolenia z profilaktyki uzależnień
      10. System ochrony zdrowia (szkoły ponadpodstawowe) - magister zarządzania w ochronie zdrowia, wymagane MPH (specjalizacja: zarządzanie systemem ochrony zdrowia), skan dyplomu

2.2. Pożądany minimalny staż i dorobek w zakresie objętym danym rodzajem doświadczenia:

1. co najmniej 5-letnie doświadczenie w przygotowywaniu materiałów dydaktycznych i/lub prowadzeniu szkoleń (dla eksperta metodycznego),
2. co najmniej 3-letnie doświadczenie w pracy z uczniami i nauczycielami (dla eksperta praktycznego),
3. dorobek naukowy i publikacyjny, w tym co najmniej dwie publikacje naukowe lub popularnonaukowe w obszarze edukacji zdrowotnej, zdrowia publicznego lub dziedzin pokrewnych (dla eksperta merytorycznego) w czasopismach punktowanych z listy MNiSW, preferowane czasopisma z listy JCR (min. 100 pkt).

2.3. Wykonawca zobowiązany jest do przedstawienia dla każdej osoby zgłoszonej w zespole:

1. CV z wykazem dotychczasowych projektów, publikacji, zrealizowanych szkoleń,
2. dokumentów potwierdzających wykształcenie i kwalifikacje (np. dyplomy, certyfikaty),
3. referencji lub innych dowodów potwierdzających doświadczenie zawodowe.

3. Przedmiot zamówienia nie może naruszać praw autorskich stron trzecich tak w zakresie merytorycznym, jak i wykorzystanych narzędzi do jego opracowania. Treść zawarta w dziele winna być zgodna z obowiązującym prawem autorskim (niedopuszczalne są plagiaty lub teksty będące kompilacją kilku innych, w tym wygenerowane przy użyciu AI). Wszystkie treści będą podlegały weryfikacji w systemie antyplagiatowym.

4. Przy realizacji przedmiotu zamówienia Wykonawca będzie na bieżąco współpracował z Zamawiającym. Współpraca będzie polegała na kontaktach bezpośrednich, telefonicznych i e-mailowych.

5. Wykonawca winien nanosić korekty na przygotowany materiał w oparciu o sugestie wyrażone przez Zamawiającego.

6. Wykonawca zobowiązuje się wykonywać przedmiot usługi z należytą starannością, najlepszą wiedzą oraz z poszanowaniem zasad profesjonalizmu zawodowego oraz do dysponowania wszystkimi narzędziami i urządzeniami technicznymi koniecznymi do prawidłowej realizacji przedmiotu zamówienia.

**IV. Prawa autorskie**

1. Wykonawca, w ramach wynagrodzenia umownego przeniesie na Zamawiającego autorskie prawa majątkowe do utworów powstałych w ramach realizacji zamówienia na wymienionych niżej polach eksploatacji:

1. udostępnienie utworu na zasadach wolnej licencji,
2. trwałe lub czasowe utrwalanie lub zwielokrotnianie w całości lub w części, jakimikolwiek środkami i w jakiejkolwiek formie, niezależnie od formatu, systemu lub standardu, w tym techniką drukarską, techniką zapisu magnetycznego, techniką cyfrową lub poprzez wprowadzenie do pamięci komputera oraz trwałe lub czasowe utrwalanie lub zwielokrotnianie takich zapisów, włączając w to sporządzanie ich kopii oraz dowolne korzystanie i rozporządzanie tymi kopiami,
3. stosowanie, wprowadzanie, wyświetlanie, przekazywanie i przechowywanie niezależnie od formatu, systemu lub standardu,
4. wprowadzanie do obrotu, użyczanie, najem lub dzierżawa oryginału albo egzemplarzy,
5. tworzenie nowych wersji, opracowań i adaptacji (tłumaczenie, przystosowanie, zmianę układu lub jakiekolwiek inne zmiany),
6. publiczne rozpowszechnianie, w szczególności wyświetlanie, publiczne odtwarzanie, nadawanie i reemitowanie w dowolnym systemie lub standardzie, a także publiczne udostępnianie utworu w ten sposób, aby każdy mógł mieć do niego dostęp w miejscu i czasie przez siebie wybranym, w szczególności elektroniczne udostępnianie na żądanie,
7. rozpowszechnianie w sieci Internet oraz w sieciach zamkniętych,
8. nadawanie za pomocą fonii lub wizji, w sposób bezprzewodowy (drogą naziemną i satelitarną) lub w sposób przewodowy, w dowolnym systemie i standardzie, w tym także poprzez sieci kablowe i platformy cyfrowe,
9. prawo do określania nazw utworu, pod którymi będzie on wykorzystywany lub rozpowszechniany, w tym nazw handlowych, włączając w to prawo do zarejestrowania na swoją rzecz znaków towarowych, którymi oznaczony będzie utwór lub znaków towarowych wykorzystanych w utworze,
10. prawo do wykorzystania utworu do celów marketingowych lub promocji, w tym reklamy, sponsoringu, promocji sprzedaży, do oznaczania lub identyfikacji produktów i usług oraz innych przejawów działalności, a także przedmiotów jego własności, także dla celów edukacyjnych i szkoleniowych,
11. zezwolenie na tworzenie opracowań, przeróbek i adaptacji utworu, prawo do rozporządzania opracowaniami, przeróbkami i adaptacjami utworu oraz prawo udostępniania ich do korzystania, w tym udzielania licencji na rzecz osób trzecich, na wszystkich wymienionych powyżej polach eksploatacji, a w przypadku utworów stanowiących program komputerowy (dalej Program) lub Serwis (dalej Serwis) także:
12. prawo do zwielokrotniania kodu (kod źródłowy zostanie dostarczony na rzecz ORE na nośniku CD/DVD – w ilości 1 kopii) lub tłumaczenia jego formy (dekompilacja), włączając w to prawo do trwałego lub czasowego zwielokrotniania w całości lub w części jakimikolwiek środkami i w jakiejkolwiek formie, a także opracowania (tłumaczenia, przystosowania lub jakichkolwiek innych zmian) bez ograniczania warunków dopuszczalności tych czynności, w szczególności, ale nie wyłącznie w celu wykorzystania dla celów współdziałania z programami komputerowymi lub rozwijania, wytwarzania lub wprowadzania do obrotu, użyczania, najmu lub innych form korzystania o podobnej lub zbliżonej formie,
13. zezwolenie na tworzenie opracowań, przeróbek i adaptacji Programu lub utworów składających się na Serwis oraz rozporządzanie i korzystanie z takich opracowań na wszystkich polach eksploatacji określonych w niniejszej umowie,
14. prawo do określania nazw Serwisu/Programu, pod którymi będzie on wykorzystywany lub rozpowszechniany, w tym nazw handlowych, włączając w to prawo do zarejestrowania na swoją rzecz znaków towarowych, którymi oznaczony będzie Serwis/Program lub znaków towarowych, wykorzystanych w Serwisie/Programie.

Pola eksploatacyjne dotyczą także utworów składających się na utwór.

1. Rozpowszechnianie i zwielokrotnianie dzieła będą dotyczyć całości lub jego fragmentów, samodzielnie lub z dziełami innych podmiotów lub w dziełach innych podmiotów, a także po dokonaniu opracowania redakcyjnego.
2. Zamawiający nabędzie własność wszystkich egzemplarzy, na których dzieła zostaną utrwalone.
3. Wraz z przeniesieniem autorskich praw majątkowych na Zamawiającego przejdzie wyłączne prawo zezwalania na wykonanie autorskiego prawa zależnego na polach eksploatacji, wymienionych w ust. 1.
4. Wykonawca upoważni Zamawiającego do nadzoru nad sposobem korzystania z dzieła i decydowania o pierwszym udostępnieniu dzieła publiczności, a także zobowiąże się do niewykonywania osobistych praw autorskich do Utworów.

**V. Informacje dodatkowe**

1. Na powyżej opisany przedmiot zamówienia wymagane jest przedstawienie oferty w cenach netto i brutto wraz z wyszczególnionym podatkiem VAT dla danej usługi (wraz ze wskazaniem stawek).
2. Ilekroć w dokumencie jest wspomniana godzina należy to liczyć jako godzinę dydaktyczną 45 min, chyba, że zapis stanowi inaczej.
3. Opracowany przez Wykonawcę materiały szkoleniowe przekazane zostaną w postaci edytowalnych plików w formacie MS Word w formie tekstowej. Materiał winien zostać dostarczony do Zamawiającego w formie elektronicznej, odpowiednio w plikach – MS Word (.doc/.docx) i pdf za pomocą poczty e-mail. Wszystkie elementy graficzne, filmy, prezentacje w kursie muszą być opatrzone tekstami alternatywnymi zgodnymi z wymogami WCAG 2.1.

**Klauzula informacyjna RODO - Zamówienia publiczne**

**(zapytanie ofertowe / szacowanie wartości zamówienia – oferta wysłana mailem)**

Zgodnie z art. 14 ust. 1 i 2 rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016 r.), dalej „RODO”, Ośrodek Rozwoju Edukacji w Warszawie informuje, że:

1. Administratorem Państwa danych osobowych jest Ośrodek Rozwoju Edukacji z siedzibą w Warszawie (00-478), Aleje Ujazdowskie 28, e-mail: sekretariat@ore.edu.pl,

tel. 22 345 37 00;

2. W sprawach dotyczących przetwarzania danych osobowych mogą się Państwo skontaktować z Inspektorem Ochrony Danych poprzez e-mail: iod@ore.edu.pl;

3. Państwa dane osobowe przetwarzane będą w celu związanym z postępowaniem o udzielenie zamówienia publicznego zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa;

4. Odbiorcami Państwa danych osobowych mogą być osoby lub podmioty, którym udostępniona zostanie dokumentacja postępowania w oparciu o przepisy powszechnie obowiązującego prawa w tym Prawa Zamówień Publicznych i przepisów o dostępie do informacji publicznej, podmiotom upoważnionym na podstawie przepisów prawa, a także podmiotom świadczącym usługi na rzecz administratora na podstawie zawartych z nim umów;

5. Państwa dane osobowe będą przechowywane przez okres 4 lat od dnia zakończenia postępowania o udzielenie zamówienia, a jeżeli czas trwania umowy przekracza 4 lata, okres przechowywania obejmuje cały czas trwania umowy a po jego zakończeniu czas wymagany przez przepisy powszechnie obowiązującego prawa;

6. Podanie danych osobowych Państwa dotyczących jest dobrowolne, ale niezbędne w celu wzięcia udziału w postępowaniu o udzielenie zamówienia publicznego;

7. Państwa dane osobowe nie będą podlegały zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji w tym również profilowaniu;

8. Dane osobowe nie będą przekazywane do państwa trzeciego lub organizacji międzynarodowej;

9. W związku z przetwarzaniem państwa danych osobowych przysługuje Państwu prawo dostępu do swoich danych osobowych, a także ich sprostowania, prawo do żądania usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, a także wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania, przy czym niektóre z praw przysługują jedynie w sytuacji, jeżeli dalsze przetwarzanie nie jest niezbędne do wywiązania się przez Administratora z obowiązku prawnego i nie występują inne podstawy prawne przetwarzania. Ponadto przysługuje Państwu prawo wniesienia skargi na realizowane przez Administratora przetwarzanie do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych;

10. Zakres Państwa danych osobowych przetwarzany przez administratora obejmuje wyłącznie dane kontaktowe;

11. Państwa dane osobowe zostały pozyskane przez administratora z powszechnie dostępnych źródeł (Internet).