

Klasa 7 (Holistyczny) – tematy zajęć i działy z podstawy programowej

1. Dojrzewanie- czas burzliwych zmian (Dojrzewanie)
2. Zmiany w wyglądzie i funkcjonowaniu ciała nastolatków (Dojrzewanie)
3. Seksualność – integralny i naturalny aspekt ludzkiego życia (Zdrowie seksualne)
4. Higiena dojrzewania (Dojrzewanie)
5. Emocje – sygnały z naszego wnętrza (Zdrowie psychiczne)
6. Co myślę, co czuję, jak reaguję – czyli o wpływie emocji na ciało i zachowanie (Zdrowie psychiczne)
7. Słucham – rozumiem – reaguję (Zdrowie psychiczne)
8. Jak mówić o sobie by być zrozumianym? (Zdrowie psychiczne)
9. Ruch to zdrowie – jak aktywność chroni przed chorobami (Aktywność fizyczna)
10. Zaplanuj swój talerz – odżywiaj się mądrze i aktywnie (Odżywianie)
11. Nie wszystko dobre co modne – jak nie szkodzić sobie dietą i suplementami (Odżywianie)
12. Jedz mądrze – jedzenie może leczyć albo szkodzić (Odżywianie)
13. Ciało, myśli, emocje – jak to się wszystko łączy? (Zdrowie społeczne)
14. Poznaję siebie – tożsamość, emocje i relacje (Zdrowie seksualne)
15. Jak działają metody antykoncepcji – wiedza pomocą przy podejmowaniu odpowiedzialnych decyzji (Zdrowie seksualne)
16. Dlaczego potrzebujemy bioróżnorodności? Zdrowie człowieka a świat przyrody (Zdrowie środowiskowe)
17. Moje działania – nasza planeta. Jak mogę zadbać o zdrowe środowisko? (Zdrowie środowiskowe)
18. Godność – wartość, którą mamy od zawsze (Wartości i postawy)
19. Szacunek bez wyjątków – godność każdego człowieka (Wartości i postawy)
20. Zdrowie ponad wszystko – wspólna wartość kultur świata (Wartości i postawy)
21. Mam wpływ! Jak dbać o zdrowie i przyrodę każdego dnia? (Wartości i postawy)
22. Zdrowie pod kontrolą – co zależy ode mnie? (Zdrowie fizyczne)
23. Zakaźne zagrożenie – jak się chronić i dlaczego to ważne? (Zdrowie fizyczne)
24. Szczepienia – jak chroniły dawniej i chronią dziś? (Zdrowie fizyczne)
25. Mierniki zdrowia – co mówi o mnie moje ciało? (Zdrowie fizyczne)
26. Rusz się dla zdrowia – jak zachęcać innych do aktywności fizycznej? (Aktywność fizyczna)
27. Mój dzień pod lupą – jak planować aktywność, odpoczynek i sen? (Aktywność fizyczna)
28. Dlaczego warto powiedzieć NIE – jak chronić siebie przed uzależnieniami? (Internet i profilaktyka uzależnień)
29. Klimat a zdrowie – wpływ na nasze ciało i umysł (Zdrowie środowiskowe)
30. Świadome decyzje – jak podejmować odpowiedzialne wybory w relacjach?(Zdrowie seksualne)
31. - 32. Projekt edukacyjny (tematykę nauczyciel wybiera sam): np. *Synteza wiedzy o zdrowiu, wyznaczanie priorytetów*