

## ARTYKUŁY I ROZPRAWY

ALEKSANDRA PIŁAT-KOBLA, MARIA ŚWIĄTKIEWICZ-MOŚNY,  
MAGDALENA ŚLUSARCZYK, ANNA PROKOP-DORNER,  
NATALIA OŻEGALSKA-ŁUKASIK, ALEKSANDRA POTYSZ-RZYMAN,  
MARIANNA ZARYCHTA, MAŁGORZATA M. BAŁA  
*Uniwersytet Jagielloński Collegium Medicum*

ANALIZA PODRĘCZNIKÓW SZKOLNYCH  
W POLSCE LAT 2017–2022:  
KRYTYCZNE SPOJRZENIE NA TREŚCI ZDROWOTNE\*

## WPROWADZENIE

Zdrowie i dobrostan społeczeństwa powinny być głównymi celami polityki zdrowotnej i społecznej każdego państwa. Zły stan zdrowia jednostek, który skutkuje skracaniem długości życia oraz pogorszeniem jego jakości, ma ścisły związek ze stylem życia niekorzystnym dla zdrowia (Loef, Walach 2012). Szacuje się, że ponad połowa zgonów na świecie w pierwszej dekadzie XXI wieku była spowodowana zachowaniami antyzdrowotnymi, takimi jak palenie tytoniu, nadużywanie alkoholu, sięganie po narkotyki i/lub dopalacze, a także nieprawidłowymi zachowaniami ży-

---

Adresy do korespondencji: [aleksandra.pilat@uj.edu.pl](mailto:aleksandra.pilat@uj.edu.pl); ORCID: 0000-0001-8471-7946; [maria.swiatkiewicz-mosny@uj.edu.pl](mailto:maria.swiatkiewicz-mosny@uj.edu.pl); ORCID: 0000-0001-6797-5580; [magdalena.slusarczyk@uj.edu.pl](mailto:magdalena.slusarczyk@uj.edu.pl); ORCID: 0000-0003-4415-5947; [anna.prokop@uj.edu.pl](mailto:anna.prokop@uj.edu.pl); ORCID: 0000-0003-3575-469X; [natalia.ozegalska@uj.edu.pl](mailto:natalia.ozegalska@uj.edu.pl); ORCID: 0000-0002-4239-4429; [aleksandra.potysz@gmail.com](mailto:aleksandra.potysz@gmail.com); ORCID: 0000-0003-4704-4548; [marianna.zarychta@student.uj.edu.pl](mailto:marianna.zarychta@student.uj.edu.pl); ORCID: 0009-0009-3956-0316; [malgorzata.l.bala@uj.edu.pl](mailto:malgorzata.l.bala@uj.edu.pl); ORCID: 0000-0003-1978-7264

\* Analiza oparta na danych z projektu „Diagnoza i rozwój kapitału zdrowotnego — kompetencje zdrowotne uczniów szkół podstawowych”. NCN, UMO-2020/39/B/HS6/00977, zrealizowanego przez zespół badawczy pod kierownictwem dr hab. Marii Świątkiewicz-Mośny, prof. UJ. Więcej informacji na temat projektu: <https://light.project.uj.edu.pl/>.

wieniowymi, brakiem lub bardzo niską aktywnością fizyczną<sup>1</sup>. Zachowania związane ze stylem życia niekorzystnym dla zdrowia są również wymieniane jako główne determinanty chorób przewlekłych, w tym w szczególności nowotworów, chorób serca, chorób układu oddechowego czy cukrzycy typu 2<sup>2</sup>. Dobrostan jednostek zależy od ich umiejętności podejmowania świadomych decyzji dotyczących zdrowia oraz radzenia sobie z wyzwaniami życiowymi. Pojęcie dobrostanu obejmuje aspekty fizyczne, emocjonalne, społeczne i psychiczne, mierzone za pomocą takich wskaźników jak samoocena zdrowia, zadowolenie z życia czy długość życia. Co można zrobić, aby zmienić zachowania ludzi związane z ich kondycją fizyczną i psychiczną i wpłynąć w ten sposób na poprawę ich zdrowia, a tym samym na funkcjonowanie całego społeczeństwa?

Jedną z pierwszych odpowiedzi nasuwających się na tak postawione pytanie jest zalecenie rzetelnej edukacji zdrowotnej, czyli takiej, która uczy ludzi, jak żyć, aby zachować i doskonalić swoje zdrowie, a także jak aktywnie radzić sobie w przypadku choroby lub niepełnosprawności (Wojnarowska 2007). Jednym z celów edukacji zdrowotnej jest zatem zwiększanie kompetencji zdrowotnych (ang. *health literacy*), czyli umiejętności jednostek w zakresie uzyskiwania, przetwarzania i zrozumienia informacji dotyczących zdrowia, tak aby podejmowały one właściwe decyzje zdrowotne (Ratzan i in. 2000). Chociaż w systematycznym przeglądzie przeprowadzonym przez Janine Bröder i współpracowników (Bröder i in. 2017) zidentyfikowano aż 12 definicji kompetencji zdrowotnych i 21 modeli ich analizy w odniesieniu do dzieci i młodzieży, to elementem łączącym te konceptualizacje był zestaw kluczowych wymiarów związanych z wiedzą, umiejętnościami i postawami, determinującymi rozumienie, wykorzystanie i krytyczną ocenę informacji o zdrowiu. Wybory zdrowotne jednostek zależą od ich kompetencji zdrowotnych i są istotne dla zdrowia populacji. Aby podejmować dobre decyzje zdrowotne, ludzie potrzebują umiejętności krytycznej analizy i wykorzystywania informacji dostarczanych przez różne źródła, takie jak profesjonaliści medyczni, media, rodzina i przyjaciele oraz instytucje krajowe i międzynarodowe (Nutbeam 2000; Sørensen 2015). W obliczu łatwo dostępnych, ale niezweryfikowanych informacji oraz globalnych zagrożeń dla zdrowia (np. pandemia COVID-19, zmiany klimatyczne) umiejętności krytycznego myślenia stają się szczególnie

---

<sup>1</sup> Na temat przyczyn zgonów zob.: <https://www.prb.org/resources/up-to-half-of-u-s-premature-deaths-are-preventable-behavioral-factors-key/>.

<sup>2</sup> Zob. dane Global Burden Disease: <https://www.gov.pl/web/edukacja/wyniki-raportu-zdrowie-psychiczne-dzieci-i-mlodziezy> [dostęp: 25.09.2023].

istotne zwłaszcza w kluczowych dziedzinach życia, takich jak zdrowie (Paakkari i in. 2020).

Na gruncie polskim do tej pory przeprowadzono kilka badań związanych z edukacją zdrowotną. Poradnik pod redakcją Barbary Woynarowskiej (2014), skierowany do dyrektorów i nauczycieli szkół podstawowych, mający na celu skuteczniejszą realizację edukacji zdrowotnej, stanowi istotne źródło informacji, jednak koncentruje się głównie na zaleceniach dotyczących wdrażania edukacji zdrowotnej w szkołach, a nie na analizie treści podręczników. Z kolei Agnieszka Buczak w tekście *Edukacja zdrowotna w kształceniu językowym w świetle analizy podstawy programowej i podręczników do nauki języków obcych* (2016) zajmuje się węższym ujęciem tematu niż przedstawiane tu badanie, które obejmuje szerokie spektrum przedmiotów szkolnych. Również raport *Lista (nie)obecności. Niepełnosprawność w podręcznikach szkolnych* (Sałkowska i in. 2021), opublikowany przez Collegium Civitas, odnosi się do reprezentacji osób z niepełnosprawnościami, a nie bezpośrednio do edukacji zdrowotnej.

Celem niniejszego artykułu jest analiza programów nauczania i treści podręczników szkolnych nakierowana na ustalenie sposobów wspierania kształtowania kompetencji zdrowotnych i krytycznego myślenia o zdrowiu u uczniów szkół podstawowych. W badaniu skupiamy się na oficjalnej wykładni — podstawie programowej oraz podręcznikach dopuszczonych przez Ministerstwo Edukacji i Nauki (MEiN) do nauczania uczniów w szkołach podstawowych, aby opisać to, czego uczniowie mogą dowiedzieć się o zdrowiu w ramach edukacji szkolnej. Zgodnie z naszą wiedzą to pierwsze takie podejście w polskich badaniach, które wnosi istotny wkład do literatury naukowej w zakresie edukacji zdrowotnej, wypełniając lukę w dotychczasowych pracach i oferując nowe spojrzenie na rolę podręczników szkolnych we wspieraniu kształtowania kompetencji zdrowotnych uczniów.

## ZDROWIE I STYL ŻYCIA UCZNIÓW W POLSCE

Wyniki badań stanu zdrowia i stylu życia uczniów w Polsce są alarmujące. Z raportu Instytutu Matki i Dziecka (IMiD) z 2019 roku dowiadujemy się, że problem nadwagi i otyłości dotyczy blisko 1/3 uczniów w wieku 8–15 lat. Co czwarty uczeń z klas 1–3 nie jest aktywny fizycznie, a problem ten nasila się wraz z wiekiem. Wśród nastolatków już 80% nie spełnia rekomendowanej minimalnej ilości umiarkowanej aktywności fizycznej w ciągu tygodnia. To samo badanie wskazuje też na wiele innych problemów występujących wśród uczniów szkół podstawowych:

nieprawidłowe zachowania żywieniowe, podejmowanie zachowań ryzykownych dla zdrowia czy słabą kondycję psychospołeczną uczniów (Fijałkowska, Oblacińska, Korzycka 2019). Równocześnie zwiększa się częstość występowania chorób przewlekłych. Od 2016 roku wzrósł odsetek dzieci z podwyższonym ciśnieniem tętniczym. Czas pandemii pogorszył tę sytuację: z kolejnego raportu IMiD na zlecenie Ministerstwa Zdrowia wynika, że o 5% wzrosła liczba dzieci z nadwagą i otyłością (dane dla polskich ośmiolatek) (Fijałkowska i in. 2022). Niepokojące są także dane dotyczące zdrowia psychicznego — na przestrzeni ostatnich lat zauważalny jest wzrost liczby dzieci i młodzieży, które wymagały opieki medycznej w tym zakresie. Adela Teleon i Anna Włoszczak-Szubda (2019) szacowały, że o ile formalnie z leczenia takiego korzysta ok. 9% dzieci i młodzieży do 18. roku życia, to potrzebę może mieć nawet 20%. W raporcie z kontroli dotyczącej dostępności leczenia psychiatrycznego dla dzieci i młodzieży. Najwyższa Izba Kontroli informowała (NIK 2019), że system leczenia psychiatrycznego udzielający wsparcia najmłodszym członkom społeczeństwa nie zapewnia kompleksowej i powszechnie dostępnej opieki i wskazuje konieczność zmian. W 2023 roku także Rada Dzieci i Młodzieży RP opublikowała raport *Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży*<sup>3</sup>.

Edukacja zdrowotna w obszarze zdrowia psychicznego przeznaczona zarówno dla dzieci, jak i dla rodziców jest ważnym postulatem. Dane z programu PISA (Sitek 2019) pokazują trudności młodzieży w obszarze dobrostanu psychicznego. W Polsce problemem jest poczucie osamotnienia i dręczenia przez rówieśników, co deklaruje 26% badanych 15-latków. Gorsza kondycja fizyczna, zdrowotna, a także psychiczna dzieci i młodzieży pociąga za sobą podejmowanie przez młode pokolenie działań ryzykownych dla zdrowia.

W Polsce, zgodnie z badaniem Health Behavior in School-Aged Children (HBSC), 9,3% młodzieży ma niskie kompetencje zdrowotne, a 75,5% umiarkowane (Paakkari i in. 2020). Wzrost tych kompetencji może przynieść korzyści nie tylko jednostce (szansa na prozdrowotne wybory, rozumienie informacji o zdrowiu, wykonywanie zaleceń personelu medycznego, lepsze korzystanie ze świadczeń służby zdrowia), ale i społeczeństwu (sprzyja podejmowaniu wspólnych działań na rzecz zdrowia i budowaniu kapitału społecznego, zwiększa uczestnictwo w programach zdrowotnych). Wymienione korzyści stanowią przekonujący argument za podjęciem działań mających na celu podnoszenie kompetencji zdrowotnych,

---

<sup>3</sup> Na temat raportu zob.: <https://www.gov.pl/web/edukacja/wyniki-raportu-zdrowie-psychiczne-dzieci-i-mlodziezy> [dostęp: 25.09.2023].

szczególnie wśród najmłodszych. Efektem skutecznej edukacji zdrowotnej na wczesnym etapie życia obywateli będzie zdrowsze i bardziej świadome społeczeństwo w przyszłości.

#### METODOLOGIA BADAŃ WŁASNYCH

Badanie treści podręczników szkolnych przeprowadziłyśmy z zastosowaniem podejścia zintegrowanego, łączącego elementy ilościowej i jakościowej analizy treści (Mayring 2015). Analizą objęłyśmy podręczniki do szkoły podstawowej. Wybór taki podyktowany był założeniem, że szkoła podstawowa jest optymalnym miejscem do rozwijania kompetencji zdrowotnych oraz budowania kapitału zdrowotnego u dzieci i młodzieży (Nsangi i in. 2017). Systemy edukacyjne, mimo wszelkich ich słabości, są przestrzenią, w której uzyskuje się dostęp do większości dzieci i młodzieży, co pozwala na długofalowe interwencje i pogłębianie wiedzy o zdrowiu społeczeństwa oraz dostrzeżenie uczniów ze specjalnymi potrzebami, uwzględnienie zróżnicowania pod względem płci, pochodzenia etnicznego czy społeczno-ekonomicznego (WHO 2021). Prowadząc analizę treści podręczników, poszukiwałyśmy odpowiedzi na następujące pytania:

1. Jakie główne tematy dotyczące zdrowia są omawiane w podręcznikach szkolnych?

2. W jaki sposób podręczniki dla szkół podstawowych prezentują informacje dotyczące zdrowia?

3. Jak różnią się podejścia do prezentacji treści dotyczących zdrowia w podręcznikach dla różnych przedmiotów szkolnych?

4. Jakie kompetencje uczniów są rozwijane przez treści zdrowotne zawarte w podręcznikach szkolnych?

5. Czy istnieje zróżnicowanie w podejściu do tematów zdrowia w podręcznikach dla różnych grup wiekowych uczniów?

6. Czy podręczniki zawierają treści nastawione na wspieranie rozwoju kompetencji w zakresie krytycznego myślenia o zdrowiu?

7. Jakie formy aktywności promujące krytyczne myślenie dotyczące zdrowia są przywoływane w podręcznikach szkolnych?

Proces wyboru podręczników do badania poprzedziłyśmy analizą podstaw programowych, w których zmapowałyśmy elementy dotyczące zdrowia i budowania kompetencji zdrowotnych. Dokumenty przeszukałyśmy z użyciem słowa kluczowego „zdrowie”. Do analizy zakwalifikowałyśmy podręczniki z przedmiotów, które w podstawie programowej mają zapis o nauczaniu o zdrowiu i budowaniu kompetencji zdrowotnych. Były to: biologia (klasy 5–8), chemia (klasy 7–8), edukacja dla bezpieczeństwa

[EDB] (klasa 8), edukacja wczesnoszkolna [EW] (klasy 1–3), język angielski (klasy 1–8), przyroda (klasa 4), technika (klasy 4–6), wychowanie do życia w rodzinie [WDŹ] (klasy 4–8), wiedza o społeczeństwie [WOS] (klasa 8). Z analizy zostało wyłączone wychowanie fizyczne — mimo że podstawa programowa tego przedmiotu zakłada edukację zdrowotną i kształtowanie kompetencji zdrowotnych, ze względu na brak podręczników nie zdecydowałyśmy się na uwzględnienie tego przedmiotu w analizie.

W drugim etapie podjęłyśmy decyzję dotyczącą wydawnictw. Spośród wszystkich podręczników dopuszczonych przez Ministerstwo Edukacji Narodowej do użytku szkolnego do kształcenia ogólnego — podstawa programowa 2017/2018 (<https://podreczniki.men.gov.pl>) — wybrałyśmy podręczniki tych wydawnictw, które oferują materiały do całego cyklu nauczania (np. biologia klasy 5–8). Spośród tak wybranych podręczników wylosowałyśmy trzy wydawnictwa dla każdego przedmiotu i każdego poziomu nauczania. Ostatecznie w próbie znalazły się podręczniki następujących wydawnictw Nowa Era, MAC oraz Wydawnictw Szkolnych i Pedagogicznych (WSiP). Osobne losowanie przeprowadziłyśmy z puli podręczników do języka angielskiego. W tym wypadku w próbie znalazły się podręczniki wydawnictw Oxford, Macmillan, Pearson. Ze względu na dopuszczenie tylko jednego wydawnictwa z przedmiotu WDŹ w próbie znalazł się jeden podręcznik wydawnictwa Rubikon. Jeżeli wydawnictwo miało w swojej ofercie więcej niż jeden podręcznik do danego przedmiotu (np. edukacja wczesnoszkolna, język angielski), losowałyśmy jeden tytuł. W wyniku losowania do materiału badawczego włączyłyśmy 75 podręczników (zob. załącznik na końcu tekstu).

W wybranych podręcznikach zidentyfikowałyśmy fragmenty tekstów i ilustracji dotyczących zdrowia, metod zapobiegania chorobom, charakterystyki i leczenia chorób oraz zdrowego stylu życia. Fragmenty te zdigitalizowałyśmy, tworząc korpus tekstowy. Złożyły się nań zeskanowane z zakwalifikowanych podręczników strony, na których podejmowano temat zdrowia w aspekcie społecznym, biologicznym i psychicznym. Na podstawie sformułowanych pytań badawczych opracowałyśmy klucz kodowy. Po przetestowaniu na wybranych podręcznikach został on uzupełniony i dopracowany. Narzędzie zostało zaakceptowane po serii działań pilotażowych. Przeszkoleni koderzy i koderki wykonali najpierw kodowanie próbne. Po uzyskaniu zadowalającego poziomu zgodności koderów (*inter-coder agreement*) na poziomie 72% koderzy rozpoczęli pracę. Jednostką analizy była strona podręcznika. W sumie zakodowano 17 794 fragmentów. W pierwszej kolejności przeprowadziłyśmy analizę ilościową, która umożliwiła zidentyfikowanie częstości występowania określonych tematów oraz

ich relacji z innymi elementami podręcznika. Wyłoniło to treści najczęściej poruszane w podręcznikach oraz wzorce ich występowania w tekście. Następnie przeprowadziłyśmy analizę jakościową, która pozwoliła na głębsze zrozumienie znaczenia tekstu oraz identyfikację kluczowych tematów i interpretacji. W tym etapie wykorzystaliśmy perspektywę hermeneutyczną, pozwalającą na interpretację treści podręczników z uwzględnieniem ich kontekstu i intencji autorów (Mayring 2015).

W taki sposób uzyskałyśmy możliwość kompleksowego zrozumienia zawartości podręczników szkolnych, z uwzględnieniem zarówno aspektów ilościowych, jak i jakościowych. Zintegrowane podejście dało spojrzenie na treści podręczników z różnych perspektyw, co pozwoliło na pełniejsze zrozumienie ich znaczenia dla procesu edukacji (Gibbs 2011). Cały proces analizy przeprowadziłyśmy przy wykorzystaniu programu Maxqda 2022.

## REZULTATY BADAŃ WŁASNYCH

### Tematy dotyczące zdrowia

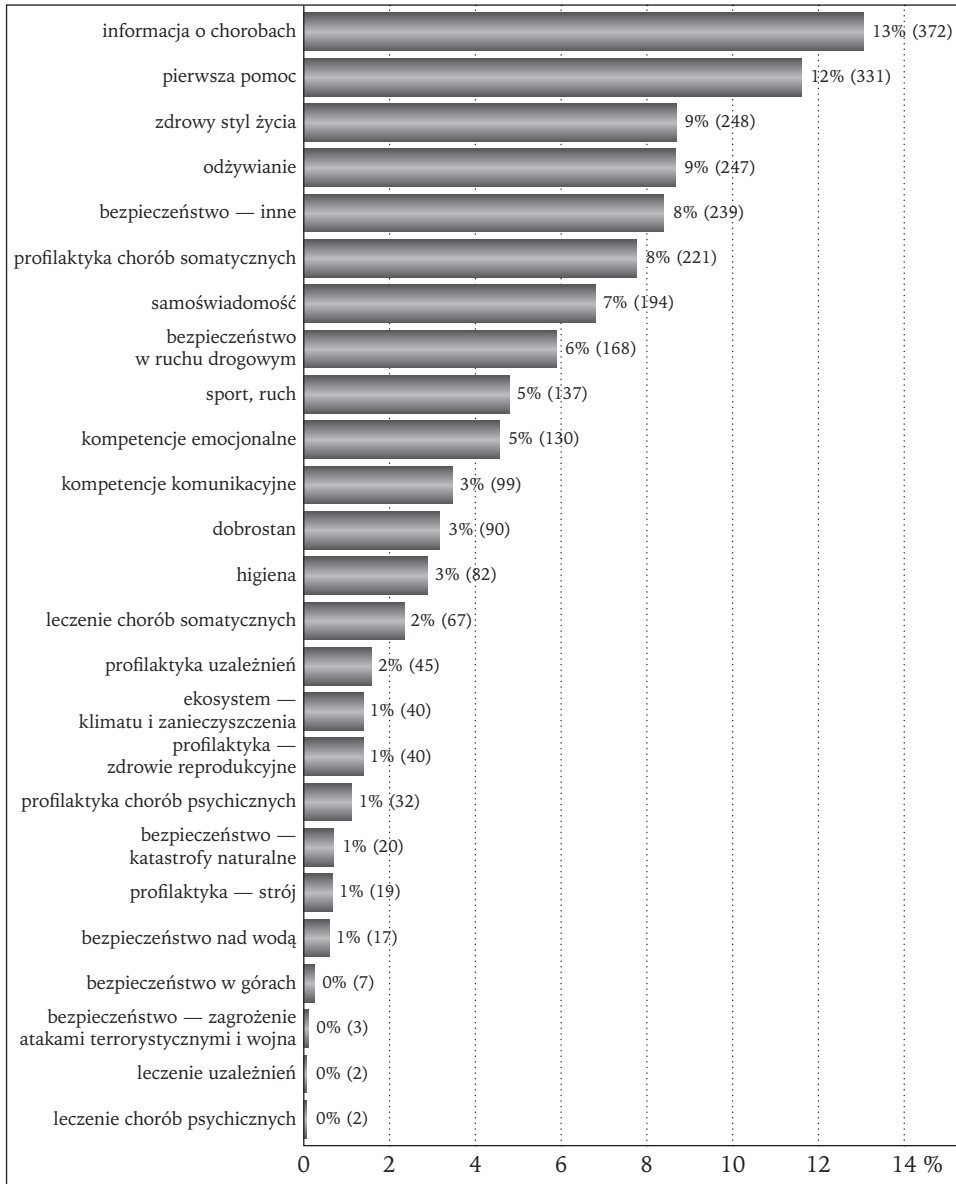
W analizie podręczników skupiłyśmy się na wyodrębnieniu omawianych na poszczególnych przedmiotach tematów z zakresu zdrowia. Zdefiniowałyśmy kategorie tematyczne, które zostały zakodowane jako:

- informacja o chorobach;
- leczenie: chorób somatycznych, chorób psychicznych i uzależnień;
- profilaktyka: chorób somatycznych, chorób psychicznych, zdrowie reprodukcyjne i przygotowanie do ciąży, uzależnienia, strój, odżywianie, zdrowy styl życia, higiena;
- bezpieczeństwo: zagrożenie atakami terrorystycznymi i wojną, katastrofy naturalne (w górach, nad wodą, w ruchu drogowym, inne, np. w domu, w obchodzeniu się z chemikaliami);
- sport i ruch;
- inne: kompetencje — emocjonalne, komunikacyjne, w zakresie rozwiązywania konfliktów; samoświadomość, wiedza o sobie; dobrostan — podejście holistyczne; pierwsza pomoc; ekosystem — kwestie klimatu i zanieczyszczeń a zdrowie.

Odnótowałyśmy 2852 kody dotyczące wyżej wymienionych tematów, jednak w liczbie kodów przypisanych do poszczególnych tematów występowały znaczące różnice (rys. 1).

Najczęściej poruszane były tematy związane z chorobami i zapobieganiem im (informacje o chorobach — 13% kodów w danej kategorii, profilaktyka chorób somatycznych — 7,7%). Drugą z kolei najczęściej podejmo-

Tematy z zakresu zdrowia poruszane w analizowanych podręcznikach  
(procent wszystkich zakodowanych fragmentów)



waną kategorią była pierwsza pomoc (11,6%). Istotne okazało się dbanie o dobrą kondycję organizmu (dwie kategorie: odżywianie i zdrowy styl życia, obie po 8,7%). Stosunkowo dużo miejsca podręczniki poświęcały kwe-



stiom bezpieczeństwa, głównie w wymiarze osobistym (związany z agresją czy zagrożeniami w otaczającym nas świecie) lub w ruchu drogowym — 5,9%. Blisko 7% wskazań dotyczyło kategorii samoświadomości i wiedzy o sobie, w tym istotnych elementów profilaktyki zdrowia psychicznego, takich jak radzenie sobie ze stresem. Niektóre ze zdefiniowanych tematów były jednak poruszane bardzo rzadko — między innymi tak ważne współcześnie zagadnienia jak: kwestia klimatu i zanieczyszczeń (1,4%), profilaktyka uzależnień (1,6%) czy chorób psychicznych (1,11%).

Zgodnie z międzynarodowymi rekomendacjami dotyczącymi edukacji zdrowotnej, w tym kształtowania kompetencji zdrowotnych, treści z tego zakresu powinny zostać uwzględnione w wielu przedmiotach. Okazało się, że omawiane są w różnym stopniu, co wynika ze specyfiki przedmiotu: najwięcej kwestii dotyczących zdrowia poruszanych jest na biologii, w podręcznikach do edukacji wczesnoszkolnej, w podręcznikach do EDB i nieco rzadziej w podręcznikach do języka angielskiego (tabela 1).

Informacje o chorobach, profilaktyka i leczenie chorób somatycznych, higiena, samoświadomość, a także holistyczne ujęcie zdrowia (dobrostan) pojawiają się najczęściej w podręcznikach do biologii. Kompetencje z zakresu pierwszej pomocy, bezpieczeństwa i klimatu uczniowie zdobywają głównie z podręczników do EDB. Z kolei kompetencje emocjonalne, komunikacyjne, profilaktyka (w tym kontekście rozumiana jako dobór stroju odpowiednio do pogody) podejmowana jest najczęściej w podręcznikach dla najmłodszych oraz w podręczniku do WDŻ. Temat zdrowego stylu życia, odżywiania, sportu i ruchu pojawia się w różnych kontekstach w książkach do języka angielskiego. Tematy związane z profilaktyką (uzależnień, chorób psychicznych czy zdrowia reprodukcyjnego) poruszane są w podręczniku do WDŻ. Na technice najwięcej miejsca poświęcono tematowi bezpieczeństwa w ruchu drogowym.

Analiza dysproporcji w tematyce zdrowotnej w podręcznikach szkolnych wykazuje zróżnicowanie podejścia do różnych aspektów zdrowia podczas nauczania poszczególnych przedmiotów. W pierwszych trzech klasach szkoły podstawowej, szczególnie podczas zajęć edukacji wczesnoszkolnej, uczniowie mają pierwszy kontakt z treściami zdrowotnymi. W podręcznikach do tego przedmiotu najczęściej poruszane są kwestie związane z odżywianiem, bezpieczeństwem ogólnym, kompetencjami emocjonalnymi oraz profilaktyką chorób somatycznych.

Na lekcjach chemii często omawiane są tematy bezpieczeństwa ogólnego oraz leczenia chorób somatycznych, co wynika z potencjalnych doświadczeń związanych z pracą z substancjami chemicznymi. Natomiast w przypadku przedmiotu wiedza o społeczeństwie pojawia się blok tema-

Tabela 1

Rozkład tematów zdrowotnych na poszczególne przedmioty

Przedmioty	Chemia	Edukacja wczesnoszkolna	WDŻ	WOS	Technika	Przyroda	EDB	Angielski	Biologia
Tematy									
Informacje o chorobach	2	10	29	—	—	39	68	26	198
Pierwsza pomoc	1	11	—	—	6	16	289	5	3
Zdrowy styl życia	1	28	26	—	—	20	50	66	57
Odżywianie	12	48	5	—	—	18	33	58	73
Leczenie chorób somatycznych	13	8	6	—	—	—	4	1	35
Leczenie chorób psychicznych	—	—	1	—	—	—	—	1	—
Profilaktyka chorób somatycznych	4	31	3	—	—	23	10	4	146
Profilaktyka chorób psychicznych	—	9	4	—	—	1	7	2	9
Higiena	—	7	11	—	—	39	4	5	16
Samoświadomość	—	14	28	43	—	27	16	4	62
Sport, ruch	1	18	3	—	2	9	30	43	31
Zdrowie reprodukcyjne	—	—	32	—	2	1	2	—	3
Kompetencje emocjonalne	—	39	39	17	—	7	7	16	5
Kompetencje komunikacyjne	—	22	16	40	—	4	11	4	2
Dobrostan	1	10	18	2	—	11	6	12	30
Profilaktyka — strój	—	7	2	—	—	7	—	2	1
Profilaktyka uzależnień	3	—	6	2	—	2	19	2	11
Leczenie uzależnień	—	—	2	—	—	—	—	—	—
Klimat i zanieczyszczenia	2	4	1	4	5	3	8	2	11
Bezpieczeństwo — katastrofy naturalne	—	2	—	—	—	3	14	—	1
Bezpieczeństwo nad wodą	—	4	—	—	—	4	5	4	—
Bezpieczeństwo w górach	—	3	—	—	1	—	1	1	1
Bezpieczeństwo w ruchu drogowym	—	19	—	—	122	2	20	4	1
Bezpieczeństwo — zagrożenie atakiem / wojną	—	1	—	—	—	—	2	—	—
Bezpieczeństwo — inne	—	—	1	—	—	—	—	1	—

tyczny dotyczący samoświadomości, kompetencji komunikacyjnych oraz emocjonalnych, co wskazuje na szerokie podejście do zdrowia w obszarze społecznym.

Warto zauważyć, że niektóre przedmioty, choćby technika, nie skupiają się na kwestiach zdrowotnych, ale wprowadzają jednak na przykład elementy bezpieczeństwa w ruchu drogowym (w tym kontekście poglądowo przedstawiona jest pierwsza pomoc). Podobnie — przedmiot przyroda pełni rolę pomostu między edukacją przyrodniczą a bardziej wyspecjalizowanymi przedmiotami, jak biologia czy geografia.

Analiza uwzględnia również holistyczne podejście do zdrowia, na co składają się aspekty biologiczny, psychiczny, społeczny i środowiskowy. Choć aspekt biologiczny jest najczęściej poruszany, to można zauważyć, że znaczenia nabierają elementy podejścia holistycznego, szczególnie w podręcznikach do edukacji dla bezpieczeństwa, edukacji wczesnoszkolnej i WDŻ.

Podsumowując, analiza treści zdrowotnych w podręcznikach szkolnych pozwala zauważyć różnice w podejściu do zdrowia w różnych przedmiotach oraz ukazuje potrzebę większego uwzględnienia aspektów psychicznych i środowiskowych w edukacji zdrowotnej.

### Sposoby prezentacji treści dotyczących zdrowia i choroby

Zebrany materiał pozwolił opisać, w jaki sposób autorzy podręczników przedstawiają uczniom szkół podstawowych zagadnienia związane ze zdrowiem. Szczególnie interesujące było dla nas zbadanie charakteru narracji, jej tonu oraz formy prezentacji informacji zdrowotnych w tekście. W ramach analizy charakteru narracji oceniliśmy, czy informacje dotyczące zdrowia są przedstawiane w sposób informacyjny, przestraszający, ostrzegający czy też angażujący. Z kolei formy prezentacji treści dotyczących zdrowia i choroby w tekście sklasyfikowaliśmy jako: podsumowanie działu, ćwiczenie/eksperyment/quiz, ciekawostka, materiały wyróżnione, wykorzystanie infografik lub materiałów ilustracyjnych oraz przekazywanie informacji o zdrowiu poprzez zwykły tekst. Analizując ton narracji, określiliśmy, czy sposób przedstawiania treści dotyczących zdrowia jest neutralny, pozytywny czy negatywny.

Analiza podręczników dla szkół podstawowych wykazała, że najczęściej zdrowie jest przedstawiane w sposób informacyjny. Ten rodzaj przekazu dominował we wszystkich analizowanych podręcznikach, szczególnie w nauczaniu WDŻ i biologii. Zdrowie w podręcznikach do EDB naj-

częściej prezentowane było w kontekście jego zagrożeń, informowano na przykład o nich i udzielano instrukcji dotyczących pierwszej pomocy. W podręcznikach do chemii i biologii zdrowie prezentowano podobnie, w sposób raczej rzeczowy, nie pozostawiając miejsca na dyskusje czy wyrażanie wątpliwości co do przekazywanej wiedzy. Natomiast podręczniki do przyrody, kierowane do młodszych uczniów, często zachęcały do pogłębiania informacji poprzez liczne pytania i eksperymenty.

Narracja angażująca została zidentyfikowana przede wszystkim w podręcznikach do edukacji wczesnoszkolnej, edukacji dla bezpieczeństwa oraz języka angielskiego. Autorzy podręczników dla najmłodszych uczniów starali się angażować dzieci poprzez zabawę i różnorodne metody aktywizujące, takie jak gry symulacyjne czy dyskusje, a w podręcznikach dla starszych klas angażowanie uczniów miało miejsce poprzez dodatkowe zadania, pytania kontrolne lub zagadnienia zachęcające do dyskusji.

Najrzadziej stosowane w podręcznikach dla szkół podstawowych były komunikaty ostrzegawcze i wzbudzające strach. Jeśli się pojawiły, miały na celu zwrócenie uwagi na konsekwencje poszczególnych zachowań, zwłaszcza w kontekście zdrowia psychicznego i zachowań ryzykownych.

Podręczniki do edukacji wczesnoszkolnej często wzbogacały tekst grafikami, co czyniło materiał bardziej przystępnym dla młodszych uczniów. Ponadto infografiki były często wykorzystywane w podręcznikach do biologii i EDB, służąc do zilustrowania omawianych zagadnień.

Podsumowując, sposób prezentacji informacji zdrowotnych w podręcznikach dla szkół podstawowych różnił się w zależności od przedmiotu oraz grupy wiekowej uczniów. W większości stosowano neutralną narrację informacyjną. Zauważyliśmy też, że autorzy starają się angażować uczniów poprzez różnorodne metody aktywizujące i graficzne urozmaicenie tekstu.

### Kształtowanie kompetencji zdrowotnych

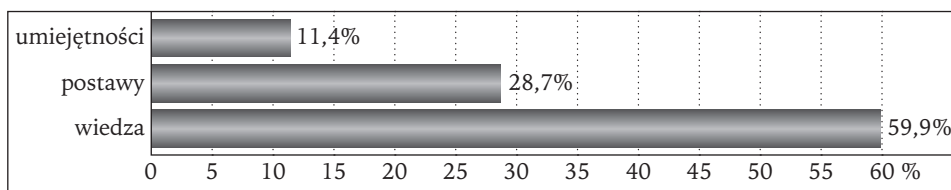
Jak wskazałyśmy na wstępie, w naszych badaniach podręczników szkolnych skoncentrowałyśmy się na poszukiwaniu wzorców prezentacji czterech kluczowych komponentów kształtowania kompetencji zdrowotnych: przekazywania wiedzy, kształtowania postaw, rozwijania umiejętności praktycznych oraz krytycznego myślenia.

Wiedza, postawy, umiejętności. Rekomendacje dotyczące edukacji zdrowotnej podkreślają znaczenie kształtowania postaw i umiejętności, które są równie istotne dla trwałego formowania nawyków zdrowotnych jak budowanie wiedzy. W analizie przyglądałyśmy się więc temu, w jaki sposób przekazywana jest wiedza, na jakie umiejętności kładziony

jest nacisk, a także jakie postawy są promowane lub marginalizowane. Bazując na zakodowanych fragmentach podręczników (zob. rys. 2), można zauważyć, że uczniowie głównie zdobywają wiedzę (ok. 60%), kształtują postawy (ok. 29%), natomiast rozwijanie umiejętności jest akcentowane w mniejszym stopniu (ok. 11%).

Rysunek 2

Udział komponentów kompetencji zdrowotnych w treści analizowanych podręczników  
(procent wszystkich zakodowanych fragmentów)



Podręczniki w głównej mierze przekazują informacje, a więc budują poznawczy komponent kompetencji. Treści związane z wiedzą dominują w podręcznikach do biologii i EDB, w których autorzy skupiają się na prezentacji faktów dotyczących zdrowia, rzadko pozostawiając miejsce na dyskusję czy wyrażanie wątpliwości. W podręcznikach do biologii informacje są przekazywane kompleksowo, zawierają zarówno wyjaśnienia przyczyn i skutków, jak i sugestie dotyczące radzenia sobie z niekorzystnymi konsekwencjami. Główny przekaz koncentruje się na przestrzeganiu i informowaniu o potencjalnych zagrożeniach, natomiast treści ukazujące korzyści związane z omawianymi tematami zdrowotnymi są rzadkie. Można dostrzec wyraźną medykalizację zdrowia — profilaktyka opiera się głównie na kontroli parametrów ciała i ich medycznej ocenie.

W podręcznikach dla najmłodszych uczniów oraz w podręcznikach do przyrody nacisk kładziony jest na kształtowanie postaw związanych ze zdrowiem. Uczniowie na początkowym etapie edukacji dowiadują się o właściwych zachowaniach, które są ściśle związane z bezpieczeństwem oraz aspektami biologicznymi, psychicznymi i społecznymi zdrowia. Instrukcje w tych podręcznikach mają charakter praktycznych wskazówek, które dzieci mogą zastosować w życiu codziennym, na przykład w doborze odpowiedniego stroju w zależności od warunków pogodowych. Dodatkowo uczniowie uczą się poprzez rymowanki i wierszyki, które pomagają kształtować właściwe postawy związane ze zdrowiem i bezpieczeństwem. Autorzy podręczników do edukacji wczesnoszkolnej skupiają się nie tylko na aspektach biologicznych zdrowia, lecz także psychospołecznych. Często

podkreślają znaczenie relacji społecznych, udzielając wskazówek dotyczących ich budowania i utrzymywania oraz radzenia sobie w konfliktach, a także promują asertywność jako narzędzie zapewnienia bezpieczeństwa w sytuacjach zagrożenia. Autorzy ostrzegają uczniów przed kontaktami z obcymi osobami, zachęcając ich do unikania rozmów z nieznanymi i otwierania im drzwi. Dzieci otrzymują ponadto wskazówki dotyczące wyrażania swoich uczuć, emocji i opinii w sposób szanujący prawa innych osób.

W podręcznikach do biologii, edukacji wczesnoszkolnej i języka angielskiego przekazywanych jest wiele informacji mających na celu kształtowanie zachowań prozdrowotnych. Uczniowie otrzymują informacje o zagrożeniach (np. chorobami serca lub nowotworami), ale i o nawykach, dzięki którym możliwe jest uniknięcie czy zminimalizowanie ryzyka zachorowania. W analizowanych podręcznikach wielokrotnie podkreślana jest rola aktywności fizycznej, jedzenia warzyw i owoców oraz unikania używek. Wśród czynników ryzyka chorób przewlekłych autorzy wymieniają między innymi nadmierną masę ciała, spożywanie tłustych potraw, używki, niewystarczającą aktywność fizyczną. Brakuje jednak wyjaśnień, czym jest nadmierna masa ciała lub precyzyjnej charakterystyki spożywanych tłuszczów, co może wpływać na wzmacnianie postaw antyzdrowotnych.

Komponent umiejętności, czyli zdolność wykorzystania wiedzy w praktyce, najczęściej rozwijany jest w podręcznikach do EDB. Uczniowie uczą się reagowania na różnego rodzaju zagrożenia oraz budowania umiejętności, takich jak ewakuacja czy udzielanie pierwszej pomocy (omdlenia, zadławienia, zakrzuszenia, złamania, oparzenia itd.). W tych podręcznikach wielokrotnie umieszczane są instruktaże wzbogacone licznymi zdjęciami, infografikami i schematami postępowania. Uczniowie zdobywają te umiejętności zarówno na EDB, jak i w czasie edukacji wczesnoszkolnej, przyrody czy techniki. Znacznie rzadziej pojawiają się zagadnienia z zakresu zdrowia fizycznego. W analizowanych podręcznikach tylko dwukrotnie wystąpiła taka informacja wraz z instruktażem dotyczącym higieny i pielęgnacji ciała — było to pokazanie technik szczotkowania zębów w podręczniku do biologii (Biologia, MAC, klasa 7) oraz instruktaż higieny układu rozrodczego (Przyroda, MAC, klasa 4). W podręczniku do edukacji wczesnoszkolnej (WSiP, klasa 2) dwukrotnie pojawił się instruktaż przygotowania jedzenia (kolorowej sałatki, koktajlu owocowego). Co ciekawe, w żadnym z analizowanych podręczników nie pojawił się instruktaż samobadania (np. piersi lub jąder) czy samokontroli (np. masy ciała). W podręcznikach do języka angielskiego uczniowie wielokrotnie ćwiczyli umiejętność komunikowania o zdrowiu w różnych sytuacjach, na

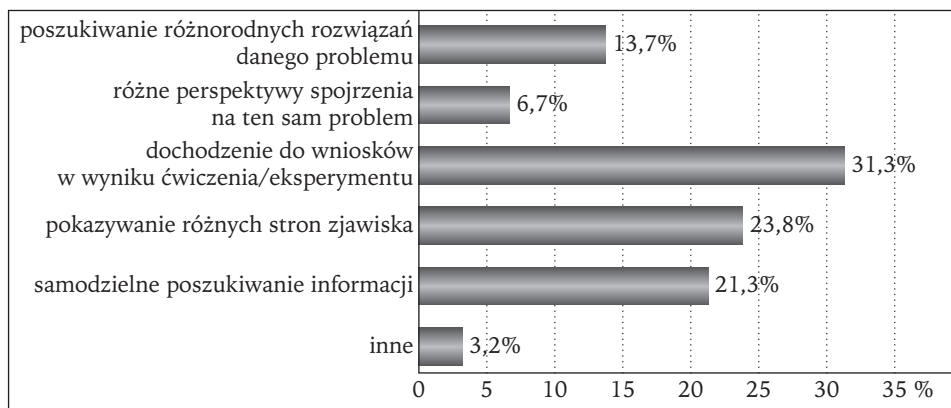
przykład podczas nauki w szkole, wśród rówieśników czy podczas wizyty u lekarza.

W analizowanym materiale przeważają informacje z zakresu wiedzy zdrowotnej, szczególnie w podręcznikach do biologii i edukacji dla bezpieczeństwa. Jednakże istotne jest również kształtowanie postaw prozdrowotnych, zwłaszcza u najmłodszych uczniów, oraz rozwijanie umiejętności praktycznych, takich jak udzielanie pierwszej pomocy. Warto zauważyć, że stosunkowo rzadko pojawiają się zagadnienia związane ze zdrowiem psychospołecznym. Istnieje zatem potrzeba takiego podejścia do przekazu treści zdrowotnych, które uwzględniałoby równowagę między wiedzą, postawami a umiejętnościami, aby pozwoliło to promować kompleksowy rozwój zdrowotny uczniów.

**Krytyczne myślenie.** Jednym z fundamentalnych aspektów rozwijania kompetencji zdrowotnych jest nabywanie umiejętności krytycznego myślenia, co znajduje odzwierciedlenie także w treściach podstaw programowych analizowanych przedmiotów. W trakcie identyfikacji fragmentów wspierających krytyczne myślenie poszukiwano materiałów umożliwiających formułowanie pytań, eksplorowanie różnorodnych rozwiązań, prezentowanie zróżnicowanych perspektyw, wyciąganie wniosków na podstawie przeprowadzonych eksperymentów lub ćwiczeń, a także dostrzeganie wielu aspektów danego zagadnienia oraz samodzielne poszukiwanie informacji. W analizowanych podręcznikach najczęściej spotykane formy aktywności promującej krytyczne myślenie to wnioskowanie na podstawie przeprowadzonych ćwiczeń lub eksperymentów oraz prezentowanie omawianego tematu z różnych perspektyw, a także samodzielne poszukiwanie informacji (zob. rys. 3). Rzadziej uczniowie byli zachęceni do poszukiwania różnych rozwiązań tego samego problemu lub analizowania go z różnych perspektyw.

Autorzy podręczników uczący kompetencji krytycznego myślenia zachęcają do odgrywania scenek mających pokazać, jak działają normy społeczne, przeprowadzania eksperymentów czy zastanowienia się, porozmawiania z innymi uczniami na dany temat. Kluczowe pytania, jakie zadają uczniom, to: dlaczego i wyjaśnij. Pytania są tak konstruowane, że powinny zachęcać do samodzielnego poszukiwania informacji, ich krytycznej oceny oraz aplikowania wiedzy w codziennym życiu. W niektórych przypadkach polecenia „wyjaśnij” odnoszą się do treści zawartych w podręczniku i motywują do powtórzenia oraz przedstawienia prezentowanych zagadnień swoimi słowami. Wydaje się jednak, że kluczową rolę odgrywa tutaj nauczyciel, który może zaaranżować sytuację w klasie według różnych

Ćwiczenia z zakresu krytycznego myślenia (procent wszystkich zakodowanych fragmentów)



wzorów: może przeprowadzić dyskusję, zachęcić uczniów do poszukiwania informacji, ale też może podać gotową odpowiedź (np. owoce trzeba jeść, żeby być zdrowym) albo pominąć w ogóle dany temat.

Należy zauważyć, że ćwiczenia promujące krytyczne myślenie o zdrowiu często znajdują się w mniej eksponowanych obszarach podręczników, choć ich rola jest niezwykle istotna. Dostępność tych ćwiczeń w sekcjach podsumowujących kluczowe informacje stanowi ważny element w procesie nauki, gdyż umożliwia uczniom praktyczne zastosowanie zdobytej wiedzy. Konieczne jest jednak świadome monitorowanie postępów uczniów w rozwijaniu umiejętności krytycznego myślenia, aby zapewnić im kompleksową edukację zdrowotną.

## WNIOSKI

Analiza programów nauczania oraz podręczników szkolnych pozwoliła nam zobaczyć, jakie treści w zakresie zdrowia i budowania kompetencji zdrowotnych przekazywane są uczniom, a tym samym kształtują świadomość zdrowotną społeczeństwa. Niezaprzeczalnie, edukacja zdrowotna stanowi istotną i integralną część programu nauczania w szkołach podstawowych. Wprawdzie w momencie prowadzenia badania nie było jednego przedmiotu, który obejmowałby tematy z zakresu zdrowia, jednak uczniowie mogli zdobywać wiedzę na ten temat podczas nauki wielu przedmiotów. Takie rozwiązanie sprzyja wielowymiarowemu pojmowaniu zdrowia.



Przekazywana wiedza jest kompleksowa — w podręcznikach pojawiają się informacje zarówno o przyczynach, przebiegu, jak i zapobieganiu różnego rodzaju zaburzeniom i chorobom — jednak sam komponent poznawczy nie wystarczy do kształtowania zachowań prozdrowotnych. Postawy i umiejętności są budowane przede wszystkim za pomocą instrukcji: co należy robić, a czego trzeba unikać. Proste instrukcje mogą być skutecznymi komunikatami, ale w niewystarczający sposób budują przekonania zdrowotne. Często nie wyjaśniają, nie uzasadniają i nie przekonują do konkretnych zachowań, lecz jedynie sygnalizują pewne informacje dotyczące zdrowia. Proponowanie w podręcznikach różnorodnych metod aktywizujących może znacznie zwiększyć zaangażowanie uczniów w proces nauki o zdrowiu. Zajęcia, które angażują uczniów poprzez zadania praktyczne, dyskusje i eksperymenty, będą sprzyjać lepszemu zrozumieniu materiału oraz zachęcać do przekładania zdobytej wiedzy na praktykę codziennego życia. Ponadto różnorodność metod może uwzględniać różne style uczenia się, co pozwala na bardziej indywidualizowane podejście do nauczania o zdrowiu.

Wyniki badań alarmują, że młodzi ludzie w Polsce mają trudności emocjonalne i że rosną wskaźniki korzystania z różnego typu substancji psychoaktywnych (Mazur, Dzielska, Małkowska-Szcutnik 2020; ESPAD 2020). Z kolei przygotowane przez Biuro Rzecznika Praw Dziecka *Badania jakości życia, perspektywa dzieci i młodzieży* (RPD 2023) lub raport Renaty Szerzedzińskiej (2022) wyraźnie wskazują na pogarszający się stan zdrowia psychicznego. Jednak tematy te w podręcznikach szkolnych poruszane są bardzo rzadko. Brak ten może ograniczać możliwości uczniów w zakresie rozwijania świadomości i umiejętności związanych z tym obszarem. W dziedzinie edukacji zdrowotnej istnieje zatem pilna potrzeba zwiększenia miejsca poświęconego zdrowiu psychicznemu w programach nauczania oraz w podręcznikach szkolnych. Integracja treści dotyczących radzenia sobie ze stresem, rozwiązywania problemów emocjonalnych oraz promocji zdrowego funkcjonowania psychicznego może przyczynić się do poprawy ogólnego dobrostanu uczniów i wspierać ich w radzeniu sobie z wyzwaniami życia codziennego oraz z nauką w szkole. Bardzo rzadko są podejmowane również inne istotne społecznie tematy, takie jak klimat i zanieczyszczenia. Nasza analiza pokazuje, że treści zdrowotne powinny być lepiej dostosowane do rzeczywistych problemów zdrowotnych dzieci i młodzieży.

Uczniowie otrzymują bardzo wiele informacji dotyczących chorób oraz zagrożeń związanych z brakiem przestrzegania zaleceń dotyczących zdrowego stylu życia, takich jak właściwe odżywianie, regularna aktywność

fizyczna oraz ubiór dostosowany do warunków atmosferycznych. Równocześnie brakuje przestrzeni na grupową dyskusję i samodzielne szukanie rozwiązań mogących pojawić się problemów oraz ćwiczenie praktycznych umiejętności, takich jak przygotowanie prostych posiłków. Nie ma przykładów aktywności fizycznej wraz z instruktażem, nauki samobadania czy samokontroli. Uczniowie nie dowiadują się, jakie nawyki przyczyniają się do zachowania zdrowia przez długie lata.

Różnorodność sposobów prezentacji informacji zdrowotnych w podręcznikach szkolnych wynika zarówno z różnic w charakterze poszczególnych przedmiotów, jak i z uwzględnienia potrzeb i możliwości uczniów w różnych grupach wiekowych. Ta różnorodność ma kluczowe znaczenie dla skuteczności procesu nauczania o zdrowiu, jednak w większości analizowanych podręczników zdrowie było przedstawiane głównie w sposób informacyjny, z naciskiem na rzeczowe omówienie zagadnień zdrowotnych. Wyjątkiem pod tym względem były podręczniki dla uczniów najmłodszych (edukacja wczesnoszkolna, przyroda), w których częściej stosowano formy aktywizacji, takie jak gry symulacyjne, dyskusje oraz graficzne urozmaicenie tekstu, pozwalające łatwiej zainteresować i zaangażować dzieci. Autorzy podręczników powinni rozwijać różnorodne metody prezentacji informacji zdrowotnych, szczególnie w postaci angażujących form narracji, aby zachęcić uczniów do aktywnego udziału w procesie nauki. Dla sposobu prezentacji informacji kluczowy wydaje się wiek odbiorcy. Zróżnicowanie grup wiekowych uczniów wymaga dostosowania metod nauczania o zdrowiu. Podręczniki dla młodszych uczniów mogą wykorzystywać zabawne i interaktywne formy, takie jak rymowanki, gry symulacyjne czy kolorowe ilustracje, aby angażować ich uwagę i zachęcać do nauki poprzez doświadczenie. Z kolei podręczniki dla starszych uczniów mogą bardziej skupiać się na analizie przypadków, dyskusjach grupowych czy projektach badawczych, aby rozwijać ich umiejętność krytycznego myślenia i samodzielnego wnioskowania.

Krytyczne myślenie stanowi istotny aspekt kształtowania kompetencji zdrowotnych uczniów. Wiele podręczników zawiera propozycje aktywności, które mają na celu zachęcenie uczniów do formułowania pytań, eksplorowania różnych rozwiązań i analizowania zagadnień z różnych perspektyw. Jednak rozwój tych kompetencji wymaga dalszych działań, takich jak umieszczenie ćwiczeń promujących krytyczne myślenie w bardziej ekspozowanych częściach podręczników oraz zwiększenie interaktywności zajęć w ramach procesu nauczania. Autorzy podręczników powinni bardziej aktywnie angażować uczniów poprzez sugestie scenek, eksperymentów oraz kluczowe pytania, które stymulują krytyczne myślenie.

Podręczniki szkolne odgrywają istotną rolę w kształtowaniu kompetencji zdrowotnych uczniów szkół podstawowych. Analiza ich treści ujawnia kompleksowe podejście do edukacji zdrowotnej, jednakże istnieje pewne zróżnicowanie w skuteczności przekazu informacji. Choć uczniowie zdobywają wiedzę na temat zdrowego stylu życia i chorób, brakuje przestrzeni na praktyczne ćwiczenie umiejętności oraz dyskusję grupową. Istnieje także potrzeba większego uwzględnienia w procesie nauczania krytycznego myślenia. Analiza wskazuje, że aktualny system edukacji zdrowotnej w Polsce ma potencjał do wprowadzania korzystnych zmian w zdrowiu dzieci i młodzieży poprzez kształtowanie ich kompetencji zdrowotnych. Jednakże aby ten potencjał mógł zostać w pełni wykorzystany, konieczne jest dostosowanie programów nauczania oraz podręczników do rzeczywistych potrzeb zdrowotnych dzieci i młodzieży. Ponadto istotne jest promowanie praktycznego wykorzystania zdobytej wiedzy i rozwijanie umiejętności związanych z wdrożeniem zdrowego stylu życia.

#### PODSUMOWANIE

- **Kompleksowość przekazywanej wiedzy:** Podręczniki szkolne w Polsce dostarczają uczniom wszechstronnej wiedzy na temat zdrowia, obejmującej przyczyny, przebieg i zapobieganie różnym chorobom. Jednakże sam komponent poznawczy nie wystarcza do skutecznego kształtowania zachowań prozdrowotnych.

- **Potrzeba praktycznych umiejętności:** Aby uczniowie mogli skutecznie przekładać zdobytą wiedzę na codzienne życie i wykorzystywać zdobyte umiejętności w środowisku rodzinnym, konieczne jest zwiększenie liczby proponowanych w podręcznikach ćwiczeń praktycznych i aktywności. Przykłady takich działań to przygotowanie zdrowych posiłków, instruktaż aktywności fizycznej oraz nauka samobadania.

- **Zróżnicowanie metod nauczania:** Podręczniki powinny uwzględniać różnorodne metody nauczania dostosowane do poszczególnych grup wiekowych. Młodszy uczniowie mogą być bardziej zaangażowani w interaktywne formy nauki, takie jak gry symulacyjne i rymowanki, podczas gdy starsi uczniowie mogą skorzystać z analiz przypadków i dyskusji grupowych.

- **Krytyczne myślenie:** Rozwój krytycznego myślenia jest kluczowym elementem kształtowania kompetencji zdrowotnych. Podręczniki powinny zawierać więcej promujących krytyczne myślenie ćwiczeń dopasowanych do możliwości rozwojowych uczniów, takich jak scenki, eksperymenty i kluczowe pytania, które stymulują analizę różnych perspek-

tyw i formułowanie argumentów za różnymi stanowiskami w ramach dyskusji.

- Zwiększenie uwagi skierowanej na zdrowie psychiczne: Tematy związane ze zdrowiem psychicznym są obecnie rzadko poruszane w podręcznikach szkolnych. Istnieje pilna potrzeba uwzględnienia w większym zakresie treści dotyczących radzenia sobie ze stresem oraz budowania relacji z rówieśnikami, rozwiązywania problemów emocjonalnych oraz promocji zdrowego funkcjonowania psychicznego.

- Dostosowanie do rzeczywistych problemów zdrowotnych: Treści zdrowotne w podręcznikach powinny być lepiej dostosowane do rzeczywistych problemów zdrowotnych dzieci i młodzieży, takich jak sięganie po substancje psychoaktywne czy zmieniające się warunki środowiskowe, czyli zanieczyszczenie powietrza, zmiany klimatyczne, degradacja środowiska, mające bezpośredni wpływ na zdrowie dzieci i młodzieży. Zwiększenie reprezentacji tych tematów może pomóc uczniom w rozwijaniu świadomości i umiejętności związanych z tymi obszarami.

- Indywidualizacja nauczania o zdrowiu: Różnorodność sposobów prezentacji informacji zdrowotnych powinna uwzględniać potrzeby i możliwości uczniów w różnych grupach wiekowych. Kontynuowanie i rozwijanie takiego podejścia jest kluczowe dla skutecznego nauczania o zdrowiu.

## BIBLIOGRAFIA

- Berkman Nancy, Sheridan Stacey, Donahue Katrina, Halpern David, Crotty Karen, 2011, *Low Health Literacy and Health Outcomes: An Updated Systematic Review*, „Annals of Internal Medicine”, t. 155(2), s. 97–107 (DOI: 10.7326/0003-4819-155-2-201107190-00005).
- Bröder Janine i in., 2017, *Health Literacy in Childhood and Youth: A Systematic Review of Definitions and Models*, „BMC Public Health”, t. 17: 361 (<https://doi.org/10.1186/s12889-017-4267-y>).
- Buczak Agnieszka, 2016, *Edukacja zdrowotna w kształceniu językowym w świetle analizy podstawy programowej i podręczników do nauki języków obcych*, „Lubelski Rocznik Pedagogiczny”, t. 35, nr 3 (<http://dx.doi.org/10.17951/lrp.2016.35.3.241>).
- ESPAD Group, 2020, *ESPAD Report 2019: Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*, „EMCDDA Joint Publications”, Lisbon.
- Fijałkowska Anna, Oblacińska Anna, Korzycka Magdalena, 2019, *Zdrowie i styl życia polskich uczniów*, Instytut Matki i Dziecka, Warszawa.
- Fijałkowska Anna i in., 2022, *Zdrowie dzieci w pandemii COVID-19*, Instytut Matki i Dziecka, Warszawa.
- Fleary Sasha, Joseph Patrece, Pappagianopoulos Jessica, 2018, *Adolescent Health Literacy and Health Behaviors: A Systematic Review*, „Journal of Adolescent”, t. 62, s. 116–127 (DOI: 10.1016/j.adolescence.2017.11.010).
- Gibbs Graham, 2011, *Analizowanie danych jakościowych*, tłum. Maja Brzozowska-Brywczyńska Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.

- Loef Martin, Walach Harald, 2012, *The Combined Effects of Healthy Lifestyle Behaviors on All Cause Mortality: A Systematic Review and Meta-Analysis*, „Preventive Medicine”, t. 55(3), s. 163–170 (<https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2012.06.017>).
- Mayring Philipp, 2015, *Qualitative Content Analysis: Theoretical Background and Procedures*, w: Angelika Bikner-Ahsbahs, Christine Knipping, Norma Presmeg (red.), *Approaches to Qualitative Research in Mathematics Education*, Springer, Dordrecht, s. 365–380.
- Mazur Joanna, Dzielska Anna, Małkowska-Szkutnik Agnieszka, 2020, *Zdrowie i zachowania zdrowotne uczniów 17-letnich na tle zmian w drugiej dekadzie życia*, Instytut Matki i Dziecka, Warszawa.
- NIK, 2019, *Dostępność leczenia psychiatrycznego dla dzieci i młodzieży (w latach 2017–2019)*. Informacja o wynikach kontroli, Najwyższa Izba Kontroli, Warszawa (<https://www.nik.gov.pl/plik/id,22730,vp,25429.pdf> [dostęp: 28.09.2023]).
- Nsangi Allen i in., 2017, *Effects of the Informed Health Choices Primary School Intervention on the Ability of Children in Uganda to Assess the Reliability of Claims about Treatment Effects: A Cluster-Randomised Controlled Trial*, „The Lancet”, t. 390 (10092), s. 374–388 ([https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)31226-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)31226-6)).
- Nutbeam Don, 1998, *Health Promotion Glossary*, World Health Organization, Geneva.
- Nutbeam Don, 2000, *Health Literacy as a Public Health Goal: A Challenge for Contemporary Health Education and Communication Strategies into the 21st Century*, „Health Promotion International”, t. 15(3), s. 259–267 (<https://doi.org/10.1093/heapro/15.3.259>).
- Paakkari Leena i in., 2020, *A Comparative Study on Adolescents' Health Literacy in Europe: Findings from the HBSC Study*, „International Journal Environmental Research Public Health”, t. 17(10), s. 3543 (<https://doi.org/10.3390/ijerph17103543>).
- Ratzan Scott, Parker Ruth, Selden C.R., Zorn Marcia, 2000, *Introduction*, w: C.R. Selden, Marcia Zorn, Scott Ratzan, Ruth Parker (red.), *National Library of Medicine Current Bibliographies in Medicine: Health Literacy*, National Institutes of Health, US Dept of HHS.
- RPD, 2023, *Badanie jakości życia dzieci i młodzieży, perspektywa dzieci (2021) i ich rodziców (2022)*, Rzecznik Praw Dziecka (<https://brpd.gov.pl/wp-content/uploads/2023/04/Za%C5%82%C4%85cznik-nr-4.-Raport-z-badania-jako%C5%9Bci-%C5%BCyca-dzieci-i-m%C5%82odzie%C5%BCy-pespektywa-dzieci-i-ich-rodzic%C3%B3w.-Obszar-samopoczucie-psychiczne.pdf> [dostęp: 28.09.2023]).
- Sałkowska Marta, Kociejko Magdalena, Szarota Magda, Greniuk Angelika, 2021, *Lista (nie)obecności. Niepełnosprawność w podręcznikach szkolnych*, Collegium Civitas, Warszawa.
- Sitek Michał (red.), 2019, *Program Międzynarodowej Oceny Umiejętności Uczniów. Wyniki badania PISA 2018 w Polsce*, Instytut Badań Edukacyjnych, Warszawa (<https://pisa.ibe.edu.pl/wp-content/uploads/2019/12/raport-wyniki-badan-pisa-2018.pdf> [dostęp: 28.09.2023]).
- Sørensen Kristine i in., 2015, *Health Literacy in Europe: Comparative Results of the European Health Literacy Survey (HLS-EU)*, „European Journal of Public Health”, t. 25(6), s. 1053–1058 (<https://doi.org/10.1093/eurpub/ckv043>).
- Syrek Ewa, 2022, *Kryzys kompetencji zdrowotnych w społeczeństwie i jego konsekwencje dla zdrowia publicznego*, „Studia Edukacyjne”, nr 65, s. 21–34.
- Szerzedzińska Renata, 2022, *Zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży*, w: Monika Sajkowska, Renata Szerzedzińska (red.), *Dzieci się liczą 2022. Raport o zagrożeniach bezpieczeństwa i rozwoju dzieci w Polsce*, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, s. 136–157.

- Teleon Adela, Włoszczak-Szubda Anna, 2019, *Mental Health of Children and Adolescents in Poland and Role of the Family*, „Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu”, t. 25(1), s. 6–11 (<https://doi.org/10.26444/monz/103096>).
- WHO, 2021, *Health Literacy in the Context of Health, Well-Being and Learning Outcomes — the Case of Children and Adolescents in Schools: Concept Paper*, WHO Regional Office for Europe, Copenhagen (<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/344901/WHO-EURO-2021-2846-42604-59268-eng.pdf?isAllowed=y&sequence=1> [dostęp: 28.09.2023]).
- Woynarowska Barbara, 2007, *Edukacja zdrowotna*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Woynarowska Barbara, 2014, *Organizacja i realizacja edukacji zdrowotnej w szkole. Poradnik dla dyrektorów i nauczycieli szkół podstawowych*, Wydawnictwo Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa.



- MEiN, 2013, *Edukacja zdrowotna w podstawie programowej*, Ministerstwo Edukacji i Nauki (<https://www.gov.pl/web/edukacja/edukacja-zdrowotna> [dostęp: 28.09.2023]).

## Załącznik ANALIZOWANE PODRĘCZNIKI

### Edukacja wczesnoszkolna

1. K. Preibisz-Wala, E. Schumacher, I. Zarzycka, J. Hanisz, *Szkolni przyjaciele. Edukacja wczesnoszkolna w klasie 1*. Warszawa, WSiP 2017.
2. E. Schumacher, I. Zarzycka, K. Preibisz-Wala, J. Hanisz, *Szkolni przyjaciele. Edukacja wczesnoszkolna w klasie 2*. Warszawa, WSiP 2018.
3. E. Schumacher, I. Zarzycka, K. Preibisz-Wala, J. Hanisz, *Szkolni przyjaciele. Edukacja wczesnoszkolna w klasie 3*. Warszawa, WSiP 2019.
4. B. Stępień, E. Hryszkiewicz, J. Winiecka-Nowak, *Elementarz odkrywców — podręcznik do szkoły podstawowej. Klasa 1*. Warszawa, Nowa Era 2017.
5. B. Stępień, E. Hryszkiewicz, J. Winiecka-Nowak, *Elementarz odkrywców — podręcznik do szkoły podstawowej. Klasa 2*. Warszawa, Nowa Era 2018.
6. B. Stępień, E. Hryszkiewicz, J. Winiecka-Nowak, *Elementarz odkrywców — podręcznik do szkoły podstawowej. Klasa 3*. Warszawa, Nowa Era 2019.
7. M. Rożyńska, A. Szwejkowska-Kulpa, *Uczymy się z Bratkiem*. Kielce, Operon 2017.
8. M. Rożyńska, G. Tamas, K. Sabbo, *Uczymy się z Bratkiem*. Kielce, Operon 2018.
9. M. Rożyńska, G. Tamas, *Uczymy się z Bratkiem*. Kielce, Operon 2019.
10. K. Mucha, A. Stalmach-Tkacz, J. Wosianek, *Oto Ja. Klasa 1*. Kielce, MAC 2017.
11. K. Mucha, A. Stalmach-Tkacz, J. Wosianek, *Oto Ja. Klasa 2*. Kielce, MAC 2018.
12. K. Mucha, A. Stalmach-Tkacz, J. Wosianek, *Oto Ja. Klasa 3*. Kielce, MAC 2019.

### Przyroda

1. E. Gromek, E. Kłós, W. Kofta, E. Laskowska, A. Melson, *Przyroda. Podręcznik. Szkoła podstawowa. Klasa 4*. Warszawa, WSiP 2017.

2. I. Żeber-Dzikowska, B. Wójtowicz, M. Kosacka, *Przyroda. Podręcznik dla klasy czwartej szkoły podstawowej*. Kielce, MAC 2017.
3. M. Augustowska, E. Bytniewska-Rozwód, M. Gajewska, M. Karwowska, *Przyroda. Podręcznik dla szkoły podstawowej*. Gdynia, Operon 2017.
4. M. Marko-Worłowska, F. Szlajfer, J. Stawarz, *Tajemnice przyrody. Podręcznik do przyrody dla klasy czwartej szkoły podstawowej. Nowa edycja 2020–2022*. Warszawa, Nowa Era 2019.

## Biologia

1. E. Jastrzębska, E. Kłos, W. Kofta, E. Pyłka-Gutowska, *Biologia. Podręcznik. Szkoła podstawowa. Klasa 5*. Warszawa, WSiP 2018.
2. E. Jastrzębska, E. Kłos, W. Kofta, E. Pyłka-Gutowska, *Biologia. Podręcznik. Szkoła podstawowa. Klasa 6*. Warszawa, WSiP 2019.
3. E. Jastrzębska, E. Kłos, W. Kofta, A. Michalik, E. Pyłka-Gutowska, *Biologia. Podręcznik. Szkoła podstawowa. Klasa 7*. Warszawa, WSiP 2017.
4. E. Jastrzębska, E. Kłos, W. Kofta, E. Pyłka-Gutowska, *Biologia. Podręcznik. Szkoła podstawowa. Klasa 8*. Warszawa, WSiP 2018.
5. K. Archacka, W. Grajkowski, I. Żeber-Dzikowska, *Biologia 5. Podręcznik dla klasy piątej szkoły podstawowej*. Kielce, MAC 2018.
6. K. Archacka, M. Kosacka, M. Markowska, I. Żeber-Dzikowska, *Biologia 6. Podręcznik dla klasy szóstej szkoły podstawowej*. Kielce, MAC 2019.
7. K. Archacka, M. Markowska, G. Skirmuntt, I. Żeber-Dzikowska, *Biologia 7. Podręcznik dla klasy siódmej szkoły podstawowej*. Kielce, MAC 2020.
8. K. Archacka, M. Markowska, G. Skirmuntt, I. Żeber-Dzikowska, *Biologia 8. Podręcznik dla klasy ósmej szkoły podstawowej*. Kielce, MAC 2021.
9. E. Wierbiłowicz, J. Loritz-Dobrowolska, Z. Sendecka, *Biologia 7. Podręcznik dla szkoły podstawowej*. Gdynia, Operon 2017.
10. M. Sęktas, J. Stawarz, *Puls życia. Podręcznik do biologii dla klasy piątej szkoły podstawowej*. Warszawa, Nowa Era 2018.
11. J. Stawarz, *Puls życia. Podręcznik do biologii dla klasy szóstej szkoły podstawowej*. Warszawa, Nowa Era 2019.
12. M. Jefimow, *Puls życia. Podręcznik do biologii dla klasy siódmej szkoły podstawowej*. Warszawa, Nowa Era 2017.
13. B. Sągin, A. Boczarowski, M. Sęktas, *Puls życia. Podręcznik do biologii dla klasy ósmej szkoły podstawowej*. Warszawa, Nowa Era 2021.

## Edukacja dla bezpieczeństwa

1. D. Piasecki, *Edukacja dla bezpieczeństwa. Podręcznik dla klasy ósmej szkoły podstawowej*. Kielce, MAC 2021.
2. B. Boniek, A. Kruczyński, *Edukacja dla bezpieczeństwa. Podręcznik dla szkoły podstawowej*. Gdynia, Operon 2018.
3. B. Breitkopf, D. Czyżow, *Edukacja dla bezpieczeństwa. Podręcznik. Szkoła podstawowa. Klasa 8*. Warszawa, WSiP 2017.
4. J. Słoma, *Żyję i działam bezpiecznie*. Warszawa, Nowa Era 2018.

## Wiedza o społeczeństwie

1. K.A. Wojtaszczyk, J. Itrich-Drabarek, I. Malinowska, E. Marciniak, T. Słomka, E. Stasiak-Jazukiewicz, J. Szczepański, P. Tosiek, J. Wojnicki, *Wiedza o społeczeństwie. Podręcznik dla klasy ósmej szkoły podstawowej*. Kielce, MAC 2021.
2. E. Dobrzycka, K. Makara, T. Maćkowski, *Wiedza o społeczeństwie 8. Podręcznik dla szkoły podstawowej*. Gdynia, Operon 2018.
3. P. Krzesicki, P. Kur, M. Poręba, *Wiedza o społeczeństwie. Podręcznik. Szkoła podstawowa. Klasa 8*. Warszawa, WSiP 2018.
4. I. Janicka, A. Janicki, A. Kucia-Maćkowska, T. Maćkowski, *Dziś i jutro. Podręcznik do wiedzy o społeczeństwie dla szkoły podstawowej*. Warszawa, Nowa Era 2021.

## Technika

1. M. Czuj, *Technika. Podręcznik dla klasy czwartej szkoły podstawowej*. Kielce, MAC 2017.
2. M. Czuj, *Technika. Podręcznik dla klasy piątej szkoły podstawowej*. Kielce, MAC 2018.
3. M. Czuj, *Technika. Podręcznik dla klasy szóstej szkoły podstawowej*. Kielce, MAC 2019.
4. K. Orzeł, B. Turska-Paprzycka, *Technika 4. Podręcznik dla szkoły podstawowej*. Gdynia, Operon 2017.
5. U. Białka, *Technika 4–6. Część techniczna 1. Podręcznik dla szkoły podstawowej*. Gdynia, Operon 2017.
6. U. Białka, *Technika 4–6. Część techniczna 2. Podręcznik dla szkoły podstawowej*. Gdynia, Operon 2018.
7. U. Białka, J. Chrabąszcz, *Technika 4–6. Część komunikacyjna. Podręcznik dla szkoły podstawowej*. Gdynia, Operon 2017.

## Chemia

1. D. Łasiński, Ł. Sporny, D. Strutyńska, P. Wróblewski, *Chemia 7*. Kielce, MAC 2019.
2. D. Łasiński, Ł. Sporny, D. Strutyńska, P. Wróblewski, *Chemia 8*. Kielce, MAC 2021.
3. M.B. Szczepaniak, B. Kupczyk, W. Nowak, *Chemia 7. Podręcznik dla szkoły podstawowej*. Gdynia, Operon 2017.
4. J. Kulawik, T. Kulawik, M. Litwin, *Chemia Nowej Ery 7. Podręcznik do chemii dla klasy siódmej szkoły podstawowej*. Warszawa, Nowa Era.
5. J. Kulawik, T. Kulawik, M. Litwin, *Chemia Nowej Ery 8. Podręcznik do chemii dla klasy ósmej szkoły podstawowej*. Warszawa, Nowa Era 2020.

## Wychowanie do życia w rodzinie

1. T. Król (red.), *Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 4 szkoły podstawowej*. Kraków, RUBIKON 2017.
2. M. Guziak-Nowak, T. Król, G. Węglarczyk, *Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 5 szkoły podstawowej*. Kraków, RUBIKON 2018.
3. M. Guziak-Nowak, T. Król, *Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 6 szkoły podstawowej*. Kraków, RUBIKON 2019.
4. T. Król, *Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 7 szkoły podstawowej*. Kraków, RUBIKON 2017.



5. M. Guziak-Nowak, T. Król, G. Węglarczyk, *Wędrując ku dorosłości. Wychowanie do życia w rodzinie dla uczniów klasy 8 szkoły podstawowej*. Kraków, RUBIKON 2018.

## Język angielski

1. S. Banman Sileci, P. Jackson, *Shine On! Klasa I*. Oxford University Press 2020.
2. H. Casey, *Shine On! Klasa I*. Oxford University Press 2020.
3. S. Banman Sileci, P. Jackson, *Shine On! Klasa III*. Oxford University Press 2021.
4. C. Read, A. Soberon, A. Parr-Modrzejewska, *Bugs Team 1*. London, Macmillan 2017.
5. C. Read, A. Soberon, A. Parr-Modrzejewska, *Bugs Team 2*. London, Macmillan 2018.
6. M. Kondro, E. Papiol, M. Toth, *Bugs Team 1*. London, Macmillan 2018.
7. C. Read, M. Ormerod, M. Kondro, *Tiger&Friends 1*. London, Macmillan 2019.
8. C. Read, M. Ormerod, M. Kondro, *Tiger&Friends 2*. London, Macmillan 2020.
9. C. Read, M. Ormerod, M. Kondro, *Tiger&Friends 3*. London, Macmillan 2020.
10. N. Beare, *Brainy 4*. London, Macmillan 2017.
11. N. Beare, *Brainy 5*. London, Macmillan 2018.
12. N. Beare, *Brainy 6*. London, Macmillan 2019.
13. C. McBeth, *Brainy 7*. London, Macmillan 2020.
14. N. Beare, *Brainy 8*. London, Macmillan 2021.
15. S. Philips, D. Anyakwo, *Link dla klasy 4*. Oxford University Press Polska 2020.
16. S. Philips, J. Finnis, *Link dla klasy 5*. Oxford University Press Polska 2021.
17. D. Pye, J. Finnis, *Link dla klasy 7*. Oxford University Press Polska 2020.
18. P. Kelly, T. Payman, *Link dla klasy 8*. Oxford University Press Polska 2021.
19. S. Zervas, C. Bright, A. Tkacz, *English Class A1*. Pearson 2017.
20. S. Zervas, C. Bright, A. Tkacz, *English Class A2*. Pearson 2019.
21. B. Hastings, S. McKinlay, A. Tkacz, *English Class A2+*. Pearson 2017.

### ANALYSIS OF SCHOOL TEXTBOOKS IN POLAND FROM 2017 TO 2022: A CRITICAL VIEW OF HEALTH-RELATED CONTENT

Aleksandra Piłat-Kobla, Maria Świątkiewicz-Mośny, Magdalena Ślusarczyk,  
Anna Prokop-Dorner, Natalia Ożegalska-Łukasik, Aleksandra Potysz-Rzyman,  
Marianna Zarychta, Małgorzata M. Bała  
(Jagiellonian University Medical College)

### Abstract

Beliefs and health literacy are developed throughout the process of socialisation across one's life. In order to make informed health choices, and as a result achieve wellbeing, health education is a priority. The study examines the process of developing health literacy and critical thinking about health among primary school students through the content of school textbooks. It focuses on the official curriculum — the core curriculum and textbooks approved by the Ministry of Education and Science for teaching primary school pupils. The findings show that although health education is an important part of the curriculum, there is insufficient room for practical exercises and group discussion. Greater emphasis

on critical thinking in the teaching process is also needed. The analysis indicates that the current health education system in Poland has the potential to improve the health of children and adolescents by developing their health literacy. However, curricula and textbooks need to be adjusted to the real health needs of children and adolescents.

*key words:* health literacy, health education, elementary schools, critical thinking

*słowa kluczowe:* kompetencje zdrowotne, edukacja zdrowotna, szkoły podstawowe, krytyczne myślenie