

**PROGRAM**  
**EDUKACJI PROZDROWOTNEJ**  
**dla klasy drugiej**  
***„CZYM SKORUPKA ZA MŁODU NASIĄKNIE...”***

**Opracowanie:**

**Anna Kolerska, Szkoła Podstawowa nr 4 Myszków**

**Beata Macherzyńska, Szkoła Podstawowa nr 4**

## I. WSTĘP

Zdrowie jest dla człowieka wartością podstawową. W codziennym życiu mówimy, że jest ono najważniejsze. Należy więc uczyć i wychowywać do zdrowia rozumianego szeroko jako zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne.

Program edukacji prozdrowotnej – „*Czym skorupka za młodu nasiąknie ...*” jest opracowany dla klasy drugiej szkoły podstawowej. Zakres tematyczny programu jest zgodny z *Podstawą programową* pierwszego etapu kształcenia.

Program skorelowany jest z :

- programem wychowawczym szkoły, Statutem, programem profilaktycznym
- programem nauczania zintegrowanego „Ja i moja szkoła”
- opiekuńczo – wychowawczym planem pracy świetlicy szkolnej.

Przygotowane przez nas hasła oraz zaproponowany układ treści są bazą do realizacji edukacji prozdrowotnej na lekcjach nauczania zintegrowanego w klasie drugiej i zajęciach świetlicowych oraz zajęciach pozalekcyjnych. Materiał kształceniowy przedstawiliśmy w postaci działów tematycznych oraz należących do nich treści szczegółowych. Są to propozycje, które nauczyciel może modyfikować w zależności od potrzeb wychowanków i okoliczności wynikających z sytuacji, w jakiej program będzie realizowany. Kolejność wprowadzania poszczególnych treści jest dowolna.

Zdajemy sobie sprawę, że wiek wczesnoszkolny jest tym okresem w życiu człowieka, w którym realizując program zdrowotny możemy kształtować postawy dziecka determinujące aktualne i przyszłe zachowania dotyczące zdrowia. Nabyte w tym wieku przyzwyczajenia, nawyki i umiejętności zachowane zostaną na dalsze lata życia. Ze względu na fakt, iż coraz mniejsza liczba dzieci objęta jest oddziaływaniem przedszkola istotne jest, aby w pierwszych latach nauki podjąć efektywne wychowanie zdrowotne. Celem tego programu jest zdobywanie, utrwalanie i poszerzanie wiedzy na temat zachowań propagujących zdrowy styl życia.

## **II. OGÓLNE CELE PROGRAMU**

- Nabywanie umiejętności dbania o własne zdrowie, higiena i bezpieczeństwo oraz radzenie sobie w trudnych sytuacjach.
- Wdrażanie do uczestnictwa w życiu rodzinnym, klas i innych grup społecznych środowiska lokalnego.

## **III. CELE SZCZEGÓŁOWE**

- Rozbudzanie zainteresowań własnym zdrowiem i rozwojem psychofizycznym.
- Rozwijanie umiejętności i utrwalenie nawyku troski o własne zdrowie i umysł.
- Przyswajanie popularnych sposobów zachowania zdrowia i w razie potrzeby racjonalnego korzystania z usług służby zdrowia.
- Wyrabianie nawyku potrzeby ruchu do prawidłowego funkcjonowania organizmu człowieka.
- Nabywanie umiejętności organizowania własnej pracy, wypoczynku i czasu wolnego.
- Kształtowanie pozytywnych postaw wobec osób niepełnosprawnych, chorych oraz starszych.
- Nabywanie umiejętności właściwego reagowania w przypadku kontaktu z osobami obcymi.
- Uświadomienie swojego miejsca w rodzinie.
- Kształtowanie umiejętności pomagania sobie i rówieśnikom.
- Zwiększenie aktywności fizycznej uczniów.
- Intensyfikację profilaktyki próchnicy zębów.
- Poprawę sposobu żywienia uczniów.

#### **IV. DZIAŁY DO REALIZACJI I ICH CHARAKTERYSTYKA**

1. Bezpieczeństwo w szkole i poza nią.
2. Odżywiam się zdrowo.
3. Zdrowie mojego ciała i umysłu.
4. Uczę się mówić „nie” i wybierać.
5. „Ja” w relacji z innymi.

## **1. BEZPIECZEŃSTWO W SZKOLE I POZA NIĄ**

<b>Treści kształcenia</b>	<b>Cele szczegółowe</b>	<b>Cele operacyjne</b>	<b>Procedury osiągania celów</b>
1. Bezpieczna droga do szkoły. 2. Jak zachować się w środkach komunikacji? 3. Bezpieczne gry i zabawy. 4. Pierwsza pomoc. 5. Zasady korzystania ze sprzętu gospodarstwa domowego.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pogłębianie tematyki bezpiecznego zachowania na drodze, w szkole, podczas gier i zabaw ruchowych</li> <li>▪ wdrażanie do bezpiecznego i kulturalnego korzystania ze środków komunikacji</li> <li>▪ zapoznanie z zasadami bezpiecznego posługiwania się urządzeniami gospodarstwa domowego</li> <li>▪ Zapoznanie ze sposobami udzielania pierwszej pomocy</li> <li>▪ poznanie telefonów alarmowych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ zna zasady właściwego poruszania się po drogach</li> <li>▪ zna zagrożenia wynikające z uczestnictwa w ruchu drogowym i wie jak można im zapobiegać</li> <li>▪ wymienia podstawowe zasady bezpieczeństwa podczas gier i zabaw ruchowych</li> <li>▪ zna drogę ewakuacyjną w szkole</li> <li>▪ umie bezpiecznie pracować na urządzeniach gospodarstwa domowego</li> <li>▪ wie jak należy zachować się i korzystać ze środków komunikacji</li> <li>▪ zna numery alarmowe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ plansze, historyjki obrazkowe, kolorowanki</li> <li>▪ wycieczka na skrzyżowanie ulic</li> <li>▪ spotkanie z policjantem</li> <li>▪ spotkanie z pielęgniarką</li> <li>▪ zorganizowanie szkolenia dla klas młodszych – PIERWSZA POMOC</li> <li>▪ wizyta w pogotowiu ratunkowym</li> <li>▪ przejazd środkami komunikacji miejskiej, pociągiem</li> <li>▪ śledzenie akcji promujących bezpieczeństwo</li> <li>▪ instruktaż</li> <li>▪ gry dydaktyczne</li> </ul>

## **2. ODŻYWIAM SIĘ ZDROWO**

<b>Treści kształcenia</b>	<b>Cele szczegółowe</b>	<b>Cele operacyjne</b>	<b>Procedury osiągnięcia celów</b>
<p>1. Jemy zdrowo i prawidłowo się odżywiamy: ograniczenie spożycia fast foodów, „zapychaczy” typu chipsy, chrupki</p> <p>2. Warzywa i owoce skarbnicą witamin.</p> <p>3. Higiena i kultura przygotowywania posiłków oraz spożywania posiłków w tym dokładne mycie warzyw i owoców, przestrzeganie terminów przydatności do spożycia produktów żywnościowych.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ wpajanie zasad racjonalnego odżywiania się</li> <li>▪ poznanie produktów pochodzenia roślinnego i zwierzęcego</li> <li>▪ kształtowanie nawyku codziennego spożywania warzyw i owoców</li> <li>▪ uświadomienie zachowania higieny podczas przygotowywania i spożywania posiłków</li> <li>▪ utrwalanie nawyków kulturalnego zachowania się przy jedzeniu</li> <li>▪ wdrażanie do prawidłowego posługiwania się sztućcami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ wie jakie produkty należy jeść, aby prawidłowo się rozwijać</li> <li>▪ umie wymieniać produkty pochodzenia roślinnego i zwierzęcego</li> <li>▪ umie podzielić produkty na grupy – piramida zdrowia</li> <li>▪ pamięta o myciu rąk przed jedzeniem</li> <li>▪ zna sposoby przechowywania i przetwarzania warzyw i owoców</li> <li>▪ potrafi przygotować dzienny jadłospis uwzględniając zasady dobrego żywienia</li> <li>▪ zna skutki nieracjonalnego odżywiania się</li> <li>▪ przygotowuje łatwy odżywczy posiłek</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pogadanki, pokaz, gry i zabawy dydaktyczne, zagadki, krzyżówki</li> <li>▪ wyszukiwanie informacji z różnych źródeł np.: encyklopedie, internet, czasopisma itp.</li> <li>▪ ćwiczenia praktyczne w przygotowywaniu posiłków</li> <li>▪ nauka piosenki „Witaminki, witaminki”</li> <li>▪ wystawka – PRZETWORY NA ZIMĘ</li> <li>▪ wystawka – KUKIEŁKI Z WARZYW</li> <li>▪ sprawdzanie czystości rąk</li> <li>▪ pogadanka z pielęgniarką – choroby wywołane zarazkami i nieprawidłowym</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ kulturalnie zachowuje się przy jedzeniu</li> <li>▪ dba o estetykę nakrycia stołu</li> <li>▪ rozumie związek między higieną a chorobami</li> </ul>	odżywianiem się
--	--	--	-----------------

### **3. ZDROWIE MOJEGO CIAŁA I UMYŚŁU**

<b>Treści kształcenia</b>	<b>Cele szczegółowe</b>	<b>Cele operacyjne</b>	<b>Procedury osiągania celów</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Higiena mojego ciała.</li> <li>2. Zdrowy uśmiech.</li> <li>3. Ubiór świadczy o mnie.</li> <li>4. Higieniczna organizacja dnia – przestrzeganie czasu na naukę, zabawę, pracę, relaks, sen.</li> <li>5. Cicho szaa...- dbam o słuch.</li> <li>6. Wpływ mediów na zdrowie fizyczne i psychiczne dziecka.</li> <li>7. Zwierzęta w domu.</li> <li>8. Unikam chorób.</li> <li>9. Ruch podstawą zdrowego trybu życia.</li> <li>10. Gry i zabawy ruchowe.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ wrabianie umiejętności i przyzwyczajanie do systematycznego dbania o czystość osobistą.</li> <li>▪ przybliżenie dzieciom pracy stomatologa</li> <li>▪ wdrażanie do systematycznych wizyt u dentysty</li> <li>▪ zapoznanie ze skutkami nieprawidłowego dbania o zęby</li> <li>▪ uświadomienie, że zdrowe zęby i piękny uśmiech poprawiają wygląd i samopoczucie</li> <li>▪ kształtowanie umiejętności dobierania stroju do warunków atmosferycznych</li> <li>▪ zapoznanie z technikami dbania o sprawność swojego umysłu</li> <li>▪ wdrażanie do utrzymywania czystości</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ dba o codzienną higienę ciała, jamy ustnej oraz estetyczny wygląd, nosi chusteczki do nosa, zatyka usta przy kichaniu i kasłaniu</li> <li>▪ właściwie korzysta z urządzeń sanitarnych</li> <li>▪ wie jaką rolę odgrywa stomatolog</li> <li>▪ zna przyczyny powstawania próchnicy</li> <li>▪ utrzymuje odzież w czystości (codzienna zmiana bielizny)</li> <li>▪ dostosowuje ubiór odpowiednio do pogody</li> <li>▪ wie, że ruch jest niezbędny do prawidłowego funkcjonowania organizmu</li> <li>▪ zdaje sobie sprawę, że zwierzęta przenoszą różne choroby</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pogadanki na temat zasad higieny ciała, jamy ustnej, obuwia, odzieży, otoczenia, szkodliwości hałasu</li> <li>▪ film edukacyjny „Śnieżnobiały uśmiech”</li> <li>▪ spotkanie ze stomatologiem</li> <li>▪ ćwiczenia w praktycznym szczotkowania zębów</li> <li>▪ „kącik czystości” - wystawka na świetlicy (przedmioty do codziennej higieny osobistej: grzebień, szczotka do włosów, do zębów, pasta, płyn do płukania jamy ustnej, mydło, płyn do kąpieli, chusteczki higieniczne)</li> <li>▪ muzyka relaksacyjna</li> <li>▪ ćwiczenia gimnastyczne</li> <li>▪ zabawy terenowe</li> </ul>



	<p>i estetyki</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uświadomienie szkodliwości hałasu na zdrowie</li> <li>▪ kształtowanie poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych (w tym zwierzęta)</li> <li>▪ wdrażanie do zachowania higieny w kontaktach ze zwierzętami</li> <li>▪ rozwijanie świadomości umiejętnego korzystania z telewizji i komputera</li> <li>▪ uświadomienie uczniom znaczenia aktywności ruchowej w życiu człowieka</li> <li>▪ kształtowanie nawyku utrzymywania prawidłowej postawy ciała i poprawnego wykonywania ćwiczeń ruchowych podczas zabaw</li> <li>▪ wdrażanie do aktywnego spędzania wolnego czasu</li> <li>▪ kształtowanie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ dba o czystość pomieszczeń domowych, klasy i innych pomieszczeń szkolnych</li> <li>▪ wie jak planować swój czas</li> <li>▪ wie jak ważny jest odpoczynek w ciszy i cisza podczas pracy umysłowej</li> <li>▪ wykonuje ćwiczenia korygujące postawę ciała</li> <li>▪ zna i organizuje różne formy aktywnego wypoczynku</li> <li>▪ rozumie zasady zdrowej rywalizacji</li> <li>▪ zachowuje zasady bezpieczeństwa podczas zabaw i gier ruchowych</li> <li>▪ bezpiecznie bawi się podczas uprawiania sportów letnich i zimowych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ wycieczki, imprezy sportowe</li> <li>▪ zabawy na śniegu</li> <li>▪ przedstawienie pt.: „Chcę dbać o swoje zdrowie” dla społeczności szkolnej oraz dla dzieci z dziecięcego oddziału w szpitalu w Myszkowie</li> </ul>
--	--	--	--

	<p>umiejętności współdziałania w grupie</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ zachowanie dyscypliny podczas gier i zabaw</li> <li>▪ wdrażanie do bezpiecznego uprawiania sportów zimowych i letnich</li> </ul>		
--	---	--	--

#### **4. UCZE SIĘ MÓWIĆ „NIE” I WYBIERAĆ**

<b>Treści kształcenia</b>	<b>Cele szczegółowe</b>	<b>Cele operacyjne</b>	<b>Procedury osiągnięcia celów</b>
1. Uwaga! Nieznajomy. 2. Dziecko i uzależnienia. 3. Dobry i zły dotyk.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uświadomienie dzieciom tego, że w niektórych sytuacjach trzeba powiedzieć „nie”</li> <li>▪ kształtowanie nawyku sprawdzania, kto chce wejść do ich mieszkania</li> <li>▪ wyczulenie na zachowanie osób obcych</li> <li>▪ uświadomienie, że osoba zagrażająca bezpieczeństwu może być miła, może wyglądać przyjaźnie</li> <li>▪ rozpoznawanie dotyku wstydlwego</li> <li>▪ kształtowanie umiejętności dzieci identyfikowania „dobrego” i „złego” dotyku</li> <li>▪ poznanie zagrożeń dla zdrowia, życia, uczenia się wynikających z palenia papierosów,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ wie, że nie może wpuszczać do mieszkania nieznajomych w czasie nieobecności dorosłych</li> <li>▪ wie, że nie może przyjmować zaproszenia do samochodu, gdy przejazdkę proponuje obcy człowiek</li> <li>▪ nie przyjmuje żadnych prezentów od nieznajomych</li> <li>▪ zna zagrożenia dla zdrowia, życia, uczenia się wynikające z palenia papierosów, picia alkoholu, zażywania narkotyków i chodzenia na wagary</li> <li>▪ umie wyrażać swoje zdanie i nie ulega namowom kolegów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ wykorzystanie bajek: „Królewna Śnieżka”, „Siedem koźlątek”</li> <li>▪ wiersz „Powiedz nie”</li> <li>▪ psychodrama</li> <li>▪ film dydaktyczny dotyczący sytuacji zagrażających zdrowiu i życiu</li> <li>▪ wymyślanie haseł i wykonanie plakatów uświadamiających stosowanie używek – szkolny konkurs dla klas młodszych</li> <li>▪ spotkanie z psychologiem lub lekarzem</li> </ul>

	<p>picia alkoholu, zażywania narkotyków i chodzenia na wagary</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ kształtowanie umiejętności asertywnego odmawiania i odporności na namowy rówieśników</li> <li>▪ kształcenie wyrażania własnej opinii na podany temat</li> </ul>		
--	--	--	--

### **5. „JA” W RELACJI Z INNYMI**

<b>Treści kształcenia</b>	<b>Cele szczegółowe</b>	<b>Cele operacyjne</b>	<b>Procedury osiągnięcia celów</b>
1. W gronie koleżanek i kolegów 2. Uczę się respektować prawa innych ludzi. 3. Problemy i potrzeby kolegów niepełnosprawnych.	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ uświadomienie uczniom znaczenia grupy koleżeńskej pozytywnego i negatywnego wpływu na ich zainteresowania, zabawy, postawy</li> <li>▪ rozwijanie umiejętności budowania udanych relacji z rówieśnikami i dorosłymi oraz osobami niepełnosprawnymi</li> <li>▪ wdrażanie do częstego używania zwrotów grzecznościowych</li> <li>▪ poznanie sposobów pokojowego rozwiązywania konfliktów między rówieśnikami</li> <li>▪ kształtowanie umiejętności przepraszania i wybaczenia</li> <li>▪ kształtowanie zachowań tolerancyjnych wobec innych (wyznanie, rasa)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ czuje się członkiem rodziny, grupy rówieśniczej, społeczności szkolnej i lokalnej</li> <li>▪ prowadzi rozmowy w grupach i stosuje zwroty grzecznościowe</li> <li>▪ wie w jakiej sytuacji przedstawić się, podziękować, przeprosić</li> <li>▪ jest otwarty na potrzeby innych ludzi oraz poszkodowanych i chorych</li> <li>▪ akceptuje odmienność wyglądu, zachowań i tradycji innych ludzi</li> <li>▪ współpracuje w grupie i pomaga kolegom</li> <li>▪ szanuje własność swoją i kolegów</li> <li>▪ uczestniczy we wspólnym rozwiązywaniu problemów</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ pogadanka z katechetą</li> <li>▪ wykorzystanie baśni „Brzydkie kaczątko”</li> <li>▪ teksty z broszury edukacyjnej – POROZMAWIAJMY</li> <li>▪ scenki dramatyczne</li> <li>▪ nauka piosenki „Wyciągnij dłoń”</li> </ul>

## **V. EWALUACJA PROGRAMU**

Ewaluacja będzie prowadzona po zrealizowaniu kolejnych działów programu. Badania będą dotyczyć:

- pozytywnych zmian w zachowaniu uczniów
- udziału uczniów w konkursach
- zaradności i samodzielności życiowej
- przenoszenia dobrych zachowań na grunt rodziny.

W dalszej części przeprowadzone zostaną:

- obserwacje
- rozmowy z uczniami i rodzicami
- zastosowane będą karty pracy
- testy wiadomości i umiejętności
- ankiety

Uzyskane wyniki będą analizowane i wykorzystywane do wprowadzenia zmian w programie „Czym skorupka za młodu nasiąknie...”.

## **Ewaluacja do działu : 1. *BEZPIECZEŃSTO W SZKOLE I POZA NIĄ***

Zaznacz właściwą odpowiedź.

1. Kiedy musisz przejść przez jezdnię to:
  - a) szukasz „zebry” lub sygnalizacji świetlnej,
  - b) przechodzisz tam gdzie jesteś, bo tam jest wygodnie,
  - c) patrzysz w lewo, w prawo, i znów w lewo, a potem przebiegasz między jadącymi samochodami.
2. Gdy nie ma chodnika chodzimy poboczem:
  - a) prawą stroną jezdni,
  - b) lewą stroną jezdni,
  - c) wszystko jedno którą stroną.
3. Co zrobisz, gdy piłka kopnięta z boiska wpadnie na ulicę?
  - a) pobiegiesz szybko za nią,
  - b) poprosisz kogoś dorosłego aby pomógł ci ją odzyskać,
  - c) zostawiasz ją na ulicy czekając co się stanie.
4. Gdy musisz przejść przez jezdnię w miejscu nieoznaczonym trzeba:
  - a) spojrzeć w lewo, a gdy nic nie jedzie – przejść,
  - b) przebiec szybko na drugą stronę,
  - c) spojrzeć w lewo, w prawo i znów w lewo, a gdy nic nie jedzie – przejść.
5. Chcesz przejść przez jezdnię, ale widoczność zasłania ci stojący na przystanku autobus. Co zrobisz?
  - a) przebiegniesz szybko przed stojącym autobusem,
  - b) poczekasz aż autobus odjedzie,
  - c) przejdiesz za autobus wyrzysz czy nic nie nadjeżdża.

6. Siedzisz w przepełnionym autobusie lub pociągu. Koło ciebie stoi starsza osoba. Jak się zachowasz?

- a) siedzę dalej, bo jestem zmęczony i bolą mnie nogi,
- b) zawsze ustępuję miejsca, ponieważ tak mnie uczono w szkole i w domu,
- c) nie schodzę z siedzenia bo nie znam tej osoby
- d) schodzę z miejsca bo znam tę osobę.

7. Co wolno robić w autobusie lub pociągu?

- a) rozmawiać,
- b) krzyczeć,
- c) klęczeć na siedzeniu,
- d) wychylać się przez okno,
- e) jeść,
- f) śmiecić,
- g) czytać książkę,
- h) opierać się o drzwi.

8. Chodzisz do drugiej klasy i bardzo lubisz jeździć na rowerze. Możesz jeździć:

- a) po ulicy,
- b) tylko po chodniku,
- c) tylko pod opieką dorosłych.

9. Wypisz numery alarmowe:

- a) Pogotowie ratunkowe.....
- b) Policja.....
- c) Straż Pożarna.....

10. O czym powinieneś pamiętać, gdy korzystasz z urządzeń elektrycznych? Wymień najważniejsze zasady.

.....  
.....  
.....



## BIBLIOGRAFIA

- Komorowska M., Konstruowanie, *Realizacja i ewaluacja programu*, Warszawa IBE, 1995.
- Wojnarowska B., Sokołowska M., *Ścieżka edukacyjna – edukacja prozdrowotna i promocja zdrowia w szkole*, Warszawa KOWEZ, 2001.
- Kulik T. B., *Edukacja zdrowotna w rodzinie i w szkole*, Stalowa Wola, Oficyna Wydawnicza Fundacji Uniwersyteckiej, 1997.
- Zajączkowski K., *Program profilaktyczno – wychowawczy dla uczniów klas I – III szkoły podstawowej*, Kraków, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, 2002.
- Stebelski M., *Mały ratowniczek*, Warszawa, Dom Wydawniczy Elipsa, 2000.
- Grycman M., Kaniecka K., *Porozmawiajmy*, Bydgoszcz, Oficyna wydawnicza EXCALIBUR, 2001.
- Kowalewska J., Greber P., *Kształcenie postaw prozdrowotnych*, w: „Życie Szkoły” 2003, nr 1.
- Wróblewska M., Skrzydlewski J., *Bezpieczeństwo dziecka w domu, szkole i na ulicy*, Wrocław, Wydawnictwo Siedmiogród, 1999.
- Bubis B., *Jestem zdrowy i czuję się bezpiecznie*, „Wychowawca” 2003, nr 12.
- Brudnik E., Moszyńska A., Owczarowska B., *Ja i mój uczeń pracujemy aktywnie*, Kielce, Oficyna Wydawnicza Nauczycieli, 2003.

## SPIS TREŚCI

I.	WSTĘP .....	2
II.	OGÓLNE CELE PROGRAMU .....	3
III.	CELE SZCZEGÓŁOWE.....	3
IV.	DZIAŁY DO REALIZACJI PROGRAMU I ICH CHARAKTERYSTYKA.....	4
V.	EWALUACJA PROGRAMU.....	14
VI.	BIBLIOGRAFIA.....	17