

**PODSTAWA PROGRAMOWA KSZTAŁCENIA OGÓLNEGO DLA SZKÓŁ  
POLICEALNYCH**

**WYCHOWANIE FIZYCZNE**

Cele edukacyjne

1. Wychowanie umiejętności dbania o zdrowie i sprawność fizyczną.
2. Kształtowanie aktywnych postaw moralnych i społecznych przez wartości odnajdywane w sporcie, rekreacji i turystyce, w szczególności wytrwałość, systematyczność, odpowiedzialność, samodyscyplina, równość szans, szacunek dla przeciwnika, "czysta gra", umiejętność właściwego zachowania się w sytuacji zwycięstwa i porażki.

Zadania szkoły

1. Utrwalenie wiedzy uczniów niezbędnej dla podejmowania świadomej, systematycznej aktywności fizycznej jako warunku zdrowego stylu życia i racjonalnej troski o witalną gotowość organizmu do przeciwstawiania się negatywnym skutkom cywilizacji.
2. Wdrażanie do samodzielnych działań na rzecz harmonijnego rozwoju fizycznego oraz dbałości o należyty poziom sprawności fizycznej.
3. Organizowanie zajęć z zakresu różnych form aktywności fizycznej.

Treści nauczania

1. Ćwiczenia siły mięśniowej - dbałość o prawidłową sylwetkę, zapobieganie otyłości.
2. Ćwiczenia wzmacniające kondycję organizmu - wydolność krążeniowo-oddechowa, wysiłki o charakterze aerobowym - marszobieg, biegi, aerobik, dynamiczne formy gier sportowych, pływanie.
3. Zajęcia relaksacyjne, rozładowujące napięcie emocjonalne, redukujące poziom stresu i poprawiające samopoczucie.
4. Zajęcia rekreacyjno-sportowe w wybranej dziedzinie (dyscyplinie) sportu, uwzględniające zainteresowania i preferencje uczniów oraz ich indywidualne predyspozycje psychomotoryczne.
5. Współdziałanie uczniów w prowadzeniu zajęć ruchowych oraz organizowaniu imprez rekreacyjnych i rozgrywek sportowych; umiejętność zagospodarowania czasu wolnego.
6. Organizowanie imprez turystycznych (w tym także tzw. "małej turystyki").
7. Wdrażanie do samokontroli i samooceny stanu zdrowia i poziomu sprawności fizycznej.

Osiągnięcia

1. Umiejętność dokonania samooceny stanu zdrowia na podstawie pomiarów cech somatycznych oraz pomiarów wydolności wysiłkowej organizmu.
2. Umiejętność dokonania samooceny poziomu sprawności fizycznej na podstawie określonego testu, a także stosowania ćwiczeń wpływających na zachowanie prawidłowej sylwetki i należytej sprawności.
3. Umiejętność stosowania ćwiczeń relaksacyjnych i rozluźniających - redukujących poziom napięć emocjonalnych i stresów oraz poprawiających samopoczucie i pewność siebie.
4. Umiejętność organizowania i aktywnego uczestnictwa w różnych (indywidualnych i zespołowych) formach aktywności sportowej, rekreacyjnej i turystycznej.

5. Przyjęcie na siebie odpowiedzialności za zdrowie własne i innych, w tym także własnej rodziny.

## **PODSTAWY PRZEDSIĘBIORCZOŚCI**

Przedmiot jest realizowany przez uczniów, którzy nie realizowali tego przedmiotu na wcześniejszym etapie edukacyjnym.

### **Cele edukacyjne**

1. Przygotowanie do aktywnego i świadomego uczestnictwa w życiu gospodarczym.
2. Kształcenie postawy rzetelnej pracy i przedsiębiorczości.
3. Kształtowanie umiejętności pracy w zespole i skutecznego komunikowania się.
4. Kształtowanie umiejętności aktywnego poszukiwania pracy i świadomego jej wyboru.
5. Poznanie mechanizmów funkcjonowania gospodarki rynkowej.
6. Rozwijanie zainteresowania podejmowaniem i prowadzeniem działalności gospodarczej. Poznanie podstawowych zasad podejmowania i prowadzenia działalności gospodarczej w różnych formach, w tym zasad etycznych.
7. Poznanie roli państwa i prawa w gospodarce rynkowej. Rola państwa w tworzeniu norm prawnych przeciwdziałających korupcji.
8. Poznanie zasad funkcjonowania gospodarki europejskiej i światowej.

### **Zadania szkoły**

1. Zapewnienie uczniom możliwości uzyskania wiedzy, umiejętności i kształtowania postaw przedsiębiorczych, warunkujących aktywne uczestnictwo w życiu gospodarczym, z uwzględnieniem zasad etycznych.
2. Pomoc w rozwijaniu u uczniów umiejętności samokształcenia i samodoskonalenia oraz indywidualnych zainteresowań prowadzeniem działalności gospodarczej.
3. Tworzenie sprzyjającej atmosfery dla współpracy szkoły z przedstawicielami życia gospodarczego w regionie.
4. Wspomaganie uczniów w wyborze kierunku dalszego kształcenia.
5. Umożliwienie poznania specyfiki lokalnego rynku pracy.

### **Treści nauczania**

1. Postawa przedsiębiorczości. Mocne i słabe strony własnej osobowości, samoakceptacja, asertywność, inicjatywność, odpowiedzialność.
2. Organizacja pracy. Zasady pracy zespołowej. Kierowanie i podejmowanie decyzji, z uwzględnieniem zasad etycznych obowiązujących w działalności gospodarczej oraz etyki pracy.
3. Mobbing w miejscu pracy, sposoby przeciwdziałania.
4. Zależność między zyskiem a ryzykiem.
5. Motywy aktywności zawodowej i gospodarczej człowieka. Rodzaje potrzeb. Zdolność do wyznaczania sobie celów i zadań.
6. Funkcjonowanie rynku i gospodarki rynkowej. Rola norm etycznych w funkcjonowaniu rynku ("kreatywna księgowość", korupcja).
7. Funkcjonowanie giełdy papierów wartościowych.
8. Gospodarstwa domowe - dochody i wydatki, inwestowanie własnych pieniędzy. Ochrona praw konsumentów.
9. System zabezpieczenia emerytalnego. Ubezpieczenie zdrowotne i ubezpieczenia majątkowe.

10. Przedsiębiorstwo w gospodarce - różnorodność form organizacyjno-prawnych i ich rola w rozwoju gospodarki.
11. Majątek przedsiębiorstwa. Koszty i przychody oraz zasady rozliczeń finansowych przedsiębiorstwa.
12. Formy pozyskiwania kapitału i jego inwestowania.
13. Planowanie procedury podjęcia działalności gospodarczej.
14. Nawiązywanie i rozwiązywanie stosunku pracy. Podstawowe prawa i obowiązki pracownika i pracodawcy.
15. Rola państwa w gospodarce rynkowej. Podstawowe funkcje ekonomiczne państwa.
16. Wzrost gospodarczy i jego mierniki.
17. Pieniądz i banki - bank centralny, banki komercyjne, bankowe i pozabankowe usługi finansowe. Inflacja.
18. Budżet państwa, budżety jednostek samorządu terytorialnego - funkcje, źródła wpływów, kierunki wydatków.
19. Rynek pracy i bezrobocie.
20. Metody aktywnego poszukiwania pracy. Instytucje wspomagające aktywne poszukiwanie pracy.
21. Współpraca gospodarcza Polski z zagranicą. Integracja z Unią Europejską.
22. Proces globalizacji gospodarki i jego konsekwencje dla Polski.
23. Etyka biznesu.

#### Osiągnięcia

1. Dokonanie trafnej samooceny oraz umiejętność autoprezentacji.
2. Umiejętność stosowania podstawowych zasad pracy w zespole i prowadzenia negocjacji.
3. Planowanie budżetu gospodarstwa domowego.
4. Rozróżnianie form inwestowania.
5. Umiejętność przewidywania opłacalności przedsięwzięcia gospodarczego w kontekście wydatków i przychodów, zysku i ryzyka.
6. Identyfikowanie podstawowych form własności oraz form organizacyjno-prawnych przedsiębiorstw.
7. Przygotowanie dokumentów do założenia i prowadzenia przedsiębiorstwa oraz stosowanie wymaganych procedur w celu podjęcia działalności gospodarczej przez osobę fizyczną.
8. Obliczanie prostych przykładów dotyczących wyniku finansowego przedsiębiorstwa.
9. Przygotowanie podstawowych dokumentów niezbędnych do ubiegania się o pracę oraz prowadzenie rozmowy kwalifikacyjnej z pracodawcą w warunkach symulowanych.
10. Znajomość podstawowych przepisów prawa dotyczących zatrudnienia oraz praw i obowiązków pracownika i pracodawcy.
11. Odróżnianie zachowań etycznych i nieetycznych w roli pracodawcy i pracownika.
12. Identyfikowanie podstawowych wskaźników makroekonomicznych (PKB, PNB - nominalny i realny oraz w przeliczeniu na jednego mieszkańca, inflacja, bezrobocie).
13. Rozumienie wpływu polityki fiskalnej i monetarnej na życie gospodarcze kraju.
14. Wskazywanie korzyści i zagrożeń wynikających ze współpracy międzynarodowej, w tym z integracji Polski z Unią Europejską oraz globalizacji gospodarki.