

OŠ TITUŠA BREZOVAČKOG

ZDRAVSTVENI ODGOJ

ŠG 2012./13.

-
- Na temelju članka 39. Zakona o sustavu državne uprave („Narodne novine“, broj 150/2011.) ministar znanosti, obrazovanja i sporta dr. sc. Željko Jovanović donio je 28. rujna 2012. odluku o uvođenju, praćenju i vrednovanju provedbe Kurikuluma zdravstvenog odgoja (ZO) u osnovnim i srednjim školama .

-
- Program zdravstvenog odgoja bazira se na holističkom poimanju zdravlja koji podrazumijeva povezanost **tjelesnog, mentalnog, emocionalnog, duhovnog i socijalnog aspekta zdravlja**. Program je podijeljen u 4 modula kako bi se osigurala ravnoteža u zastupljenosti različitih aspekata zdravlja.
 - Definicija zdravlja Svjetske zdravstvene organizacije je **Zdravlje je stanje potpunog fizičkog, psihičkog i socijalnog blagostanja. (Andrija Štampar, 1948.)**

Svrha ZO uspješan je razvoj djece da bi stasali u zdrave, zadovoljne, uspješne, samosvjesne i odgovorne osobe.

U raspoređivanju sadržaja vodi se računa:

- o specifičnostima razvojne dobi
- o interesima učenika koji se pojavljuju u određenoj dobi
- o problemima koji ih zaokupljaju.

Činjenice od kojih se polazi

- Velika je većina sadržaja već ukomponirana u nastavni plan prirode i društva, prirode, biologije, tjelesne i zdravstvene kulture i u sate razrednika.
- U realizaciju su uključeni Zavod za javno zdravstvo i liječnica Školske medicine, CAP program i Teen CAP program, programi MAH1 i MAH 2, Prevencija i alternativa (PUZ), Gradski ured za obrazovanje.
- Ovakvim pristupom htjelo se je usustaviti dosadašnji rad, ali i osuvremeniti one elemente zdravstvenog odgoja koji su se pojavili kao potreba za odgovorom:
 - na civilizacijske tekovine (informatička povezanost sa cijelim svijetom)
 - na globalizaciju (sistemi vrijednosti koje nudi globalizacija: moda, bogatstvo, ponašanje javnih ličnosti...)
 - na nove spoznaje u znanosti.

Moramo pratiti okruženje u kojem učenici žive – naše Špansko

- **Izazovi medija:** (TV, novine, časopisi za mlade) i informacijsko-komunikacijska tehnologija (internet, facebook, chat) kako bi učenici odgovorno reagirali uočavajući njihove prednosti i opasnosti.
- **Izazovi naselja:** konstruktivno i odgovorno provođenje slobodnog vremena učenika u naselju gdje se mladi mogu sastajati samo u kafićima, oko škole ili City centru.
- **Situacijski izazovi:** ponašanja učenika u školi - u nju donose ponašanja i sistem vrijednosti koji su upitni i na koje moramo reagirati. Pri tome u situaciju nije uvučeno samo jedno dijete, već grupa učenika: jedan ili grupa koji se neprimjereno ponašaju i ostali koji to vide i pitaju se o čemu se radi.

Moramo osvijestiti važnost suradnje roditelja i škole

- Roditelji su prvi odgajatelji: osim što vole svoju djecu, odgajaju neposredno onim što kažu i posredno onim kako se ponašaju u krugu obitelji.
- Škola upoznaje dijete u grupi s vršnjacima. U njoj dijete uči kako će se ponašati u svijetu rada – u odrasloj dobi vršnjaci su mu prijatelji.
- Komunikacijski aspekt suradnje roditelja i škole: komplemetarnost, nadopunjavanje u spoznajama o djetetu (unutar obitelji i u razredu s vršnjacima).
- Glavna značajka suradnje: povjerenje, poštovanje i partnerstvo.

Osnovna škola – razredna nastava

r.b	Moduli	1. raz.	2. raz.	3. raz.	4. raz.
1.	Živjeti zdravo	6	6	6	5
2.	Prevenција nasilničkog ponašanja	2	3	2	2
3.	Prevenција ovisnosti	2	2	1	3
4	Spolno/rodna ravnopravnost	0	0	2	2
	Ukupno sati	10	11	11	12

Osnovna škola – predmetna nastava

r.b.	Moduli	5.r.	6.r.	7.r	8.r.
1.	Živjeti zdravo	4	3	5	4
2.	Prevenција nasilničkog ponašanja	4	2	2	2
3.	Prevenција ovisnosti	2	3	2	2
4.	Spolno/rodna ravnopravnost i spolno odgovorno ponašanje	2	4	3	4
	Ukupno	12	12	12	12

Modul Živjeti zdravo

- Obuhvaća sadržaje o **pravilnoj prehrani, osobnoj higijeni i tjelesnoj aktivnosti** primijenjeno uzrastu učenika. Znete li da su hrvatski učenici na visokom, sedmom mjestu na svijetu po debljini? Također, gotovo da i ne jedu povrće i voće...Preventivnih zubarskih pregleda nema. Kritičkim promišljanjem o prehrani nastojati učenicima približiti zdrave namirnice i zdrav stil života....
- Osim tjelesnog, živjeti zdravo ima svoju **mentalnu i socijalnu dimenziju**. U to ulazi prepoznavanje osobnih osjećaja i mišljenja kako bi razvili vlastite vrijednosti. Socijalna dimenzija pretpostavlja razvoj životnih vještina od komunikacije do donošenja odluka.

Uključuje se liječnik primarne zaštite: cijepljenja, predavanja za djecu i roditelje.

Modul Prevenција ovisnosti

zastupljen je u svim dobnim skupinama.

Istraživanja:

- ovisnost o alkoholu sve je prisutnija kod mladih: načini slavlja rođendana i blagdana
- ovisnost o psihoaktivnim drogama
- ovisnost o igricama, klađenju i kockanju
- učenicima je važno znati kritički procijeniti opasnosti od ovisnosti te odabrati zdrave stilove života.

* Kako reći NE ovisnosti.

Uključuju se PUZ program MAH2, Zavod za javno zdravstvo Andrija Štampar za učenike i roditelje.

Modul Prevenција nasilničkog ponašanja

Prevenција nasilničkog ponašanja prisutna na svim uzrastima:

- kako se ponašamo prema drugima, životinjama
- naša školska pravila, bonton
- životne vještine: emocionalnost, suosjećanje, zahvalnost, velikodušnost
- kako rješavati sukobe, kako se oduprijeti nasilniku i
- kako živjeti u optimističkom okruženju.

Teme na koje škola pokušava naći odgovor putem sata razrednika i roditeljskih sastanaka. Uključuje se Gradski ured za obrazovanje.

Modul **Spolno/rodna ravnopravnost**

- **spol**: fizički smo različiti ali imamo ista prava...
- Prema definiciji Vijeća Europe **rod** je „...društveno konstruirana definicija muškarca i žene.“ To je kulturološka razlika: kako naše društvo vidi muškarca i kako vidi ženu, dječake i djevojčice. (bonton)
- Iz te perspektive nastaju **stereotipi: pojednostavljene generalizacije o nekoj ljudskoj grupi, u kojima se ne uočavaju individualne razlike**: majke kuhaju, očevi zarađuju za obitelj, dječaci ne plaču, djevojčice ne igraju nogomet, dječaci ne nose dugu kosu, djevojčice pokazuju slabost (tugu) i nježnost, dječaci u javnosti ne pokazuju tugu i nježnost.

Odgovorno **spolno ponašanje** znači odgovoriti na pitanja spolnog sazrijevanja biološki i društveno. Biološkim promjenama i opasnostima bavit će se predmet biologija, liječnica primarne zaštite i Teen CAP program.

U razrednom odjelu razgovarat ćemo ovisno o uzrastu:

- o odgovornosti i poštovanju prema vlastitom tijelu
- o prepoznavanju razlika rodni uloga u društvu
- o ulozi i pritisku medija u pubertetu
- o emocijama u vršnjačkim odnosima
- o vršnjačkom pritisku, samopoštovanju i rizičnim ponašanjima
- o važnosti osobnog integriteta za odgovorno odlučivanje.

Odgovorno ponašanje u ljubavi znači poštovanje i uvažavanje sebe i drugih.

Spolnost - fizička, psihička i socijalna zrelost

Izazovi odrastanja

- Utjecaji sadržaja i pojava koji su prisutni, učenici ih vide, čuju, razgovaraju o njima i bez naših poticaja, te time utječu na spoznaje o spolnosti.
- Te pojave postoje u svim civilizacijama i društvenim slojevima i mi ih sigurno nećemo iskorijeniti. No, možemo ih objasniti kao pojava i potaknuti zauzimanje odgovornog ponašanja.

-
- Budemo li ih sakrivali, stavljali pod tepih, pretjerano osuđivali, izazvat ćemo kod učenika u pubertetu suprotnu reakciju, (vrijeme zauzimanja kritičkog stava prema odraslima i institucijama, identifikacija s vršnjacima, sistem “zabranjenog voća”).
 - Učenike ne možemo staviti pod stakleno zvono: družu se u školi, na ulici, u kvartu, saznat će mimo nas sve što ih zanima.

Cilj svih modula je osposobljavanje:

- **za kritično prosuđivanje** životnih situacija i osobnih postupaka za odgovorno donošenje odluka
- **za razvoj tolerancije**
- **za razvoj pozitivne slike o sebi**
- **za uvažavanje različitosti.**

Preporučuje se korištenje različitih **metoda i oblika rada** kako bi učenicima omogućili aktivno sudjelovanje u diskusiji:

- rad u parovima ili malim grupama
- organiziranje predavanja s diskusijama i panel-raspravama
- pedagoške radionice
- igranje uloga
- oluja ideja
- razvoj stavova u raspravi i debati
- analiza slučaja
- korištenje literature i primjerenih sadržaja na internetu.

Sugestije učiteljima

- Materijale za pedagoške radionice nadopuniti, prilagoditi i integrirati u skladu sa svojim kreativnim potencijalima.
- Aktivnosti koje se planiraju pripremiti u dogovoru s kolegama i stručnim suradnicima.
- Pratiti realizaciju aktivnosti.
- Na razini škole dogovarati ćemo odabir radionica za pojedine aktivnosti.

O kurikulumu Zdravstvenog odgoja raspravljalo se

- 10. 12. 2012. godine na Učiteljskom vijeću
- 11. 12. 2012. godine na Vijeću roditelja

Pedagoginja
Sonja Jirasek

Ravnatelj
Željko Vidmar, prof.