

PROGRAM ZDRAVSTVENI ODGOJ

Sadržaji zdravstvenog odgoja obrađivat će se u skladu s dobi, interesima i potrebama mladih te izazovima s kojima se nove generacije susreću. Zdravstveni odgoj predavat će se kao dio predmeta biologije, tjelesno zdravstvene kulture, psihologije te kroz sat razredne zajednice.

Opći cilj zdravstvenog odgoja, temeljen na holističkom poimanju zdravlja, jest promicanje zdravlja, zdravih stilova života i usvajanje životnih navika kroz interdisciplinarni rad i provedbu odgojno- obrazovnih sadržaja u okviru obveznih i izbornih predmeta, školskih preventivnih programa, projekata i sadržaja pripremljenih za provedbu na satu razrednika. Nastavni plan i program zdravstvenog odgoja planiran za provedbu na satu razrednika sastoji se od četiri modula: Živjeti zdravo, Prevencija ovisnosti, Prevencija nasilničkog ponašanja i Spolno/ rodna ravnopravnost i odgovorno spolno ponašanje.

U modulu Živjeti zdravo djeca će učiti o pravilnoj prehrani, osobnoj higijeni, tjelesnoj aktivnosti i mentalnom zdravlju.

Prevencija ovisnosti i Prevencija nasilničkog ponašanja proteže se kroz sve razrede osnovne i srednje škole a provodi se u cilju sprečavanja negativnih modela ponašanja.

Modul Spolna ravnopravnost i odgovorno spolno ponašanje sadrži znanstveno provjerene informacije o spolnosti, a naglasak je na razvijanju vještina potrebnih za odgovorno ponašanje i rezultat je teorijskih i iskustvenih modela prevencije rizika zaraze spolno prenosivim bolestima.

Za srednju školu je planiran broj sati po modulu:

MODUL	RAZREDI / SATI				UKUPNO SATI
	I.a,b	II.a,b,c	III.a,b,c	IV.a,b,c	
Živjeti zdravo	4x2	4x3	3x3	2x3	35
Prevencija nasilničkog ponašanja	2x2	2x3	2x3	2x3	22
Prevencija ovisnosti	2x2	2x2	2x2	0	16
Spolna/rodna ravnopravnost i odgovorno spolno ponašanje	4x2	4x3	5x3	0	35
UKUPNO	24	36	36	12	108

SADRŽAJI ZDRAVSTVENOG ODGOJA U OKVIRU SATA RAZREDNIKA

MODUL	RAZRED	TEME	BROJ SATI
Živjeti zajedno	I.	Pravilna prehrana, prehrambeni stilovi	1
		Mentalno zdravlje; Vrijednosti izbora	2
		životnog stila i izazovi i odluke koje donosima	
		Osobna higijena	1
Prevencija nasilničkog Ponašanja		Primjereno ponašanje – u vezi sporta	1
		Neprimjerene pojavnosti u školi i okolini	1
Prevencija ovisnosti		Alkohol i droge – utjecaj na pojedinca	1
		Razina ponašanja i posljedice na obrazovanje	1
Spolna/rodna ravnopravnost i odgovorno spolno ponašanje		Razvijanje vještina za odgovorno spolno ponašanje	2
		Komunikacije u vezi	1
		Medijski prikaz spolnosti	1

MODUL	RAZRED	TEME	BROJ SATI
Živjeti zajedno	II.	Pravilna prehrana – dodaci prehrani Mentalno zdravlje; Posljedice uzimanja lijekova i drugih sredstava na mentalno zdravlje; Slobodno vrijeme Osobna higijena; Zaštita reproduktivnog zdravlja	1 2 1
Prevenција nasilničkog Ponašanja		Primjereno ponašanje; Neprimjerene pojavnosti u školi i okolini Kultura škole	1 1
Prevenција ovisnosti		Kockanje i klađenje adolescenata Utjecaj medija i vršnjaka na korištenje sredstava ovisnosti	1 1
Spolna/rodna ravnopravnost i odgovorno spolno ponašanje		Razvijanje vještina za odgovorno spolno ponašanje Spolno/rodno nasilje i nasilje u vezama	2 1

MODUL	RAZRED	TEME	BROJ SATI
Živjeti zajedno	III.	Pravilna prehrana tijekom pojačanih tjelesnih i umnih napora Mentalno zdravlje; Donošenje životnih odluka u različitim životnim situacijama, planiranje budućnosti	1 2
Prevenција nasilničkog ponašanja		Primjereno ponašanje – Prevenција nasilničkog ponašanja u vezi, sportu i sl. Neprimjerene pojavnosti u školi i okolini	1 1
Prevenција ovisnosti		Alkohol i promet Utjecaj sredstava ovisnosti na društveni i profesionalni život te karijeru	1 1
Spolna/rodna ravnopravnost i odgovorno spolno ponašanje		Razvijanje vještina za odgovorno spolno ponašanje Brak, roditeljstvo i obitelj Stereotipi o spolnosti Stigmatizacija i diskriminacija seksualnih manjina	1 1 1 2

MODUL	RAZRED	TEME	BROJ SATI
Živjeti zajedno	IV.	Pravilna prehrana; Informacije o zdravlju i njihova kritička interpretacija Mentalno zdravlje; Višedimenzionalni model zdravlja	1 1
Prevenција nasilničkog ponašanja		Odgovorno ponašanje – na pragu punoljetnosti Prava i obaveze, ponašanje u skladu s temeljnim ljudskim vrijednostima	1 1

Razrednici imaju prilikom realizacije na raspolaganju priručnik „Zdravstveni odgoj“ koji je izdalo Ministarstvo znanosti, obrazovanja i sporta i Agencija za odgoj i obrazovanje od 2013. godine. Isto tako, u 1. i 2. razredu provodi se projekt „Zdrav za pet“ od strane MUP Republike Hrvatske, odnosno provode se radionice i predavanja a provode se i u suradnji sa Zavodom za javno zdravstvo.

U trećim razredima se provodi i projekt „Prevenција nasilja u mladenačkim vezama „ koji se provodi u suradnji sa Učiteljskim fakultetom u Gospiću a nosioci su studenti.

