**Kurikulum međupredmetne teme „Zdravlje“**

Kurikulum međupredmetne teme „Zdravlje“ definiran je sa 3 domene čija je svrha stjecanje znanja i vještina te razvijanje pozitivnoga stava prema zdravlju i zdravom načinu življenja kako bi se omogućilo postizanje poželjnih tjelesnih, duševnih i društvenih potencijala učenika te njihovo osposobljavanje da sami preuzmu brigu o svojem zdravlju. U temi je naglasak na sveobuhvatnom pristupu zdravlju uz uvažavanje definicije Svjetske zdravstvene organizacije koja zdravlje definira kao tjelesno, mentalno i socijalno blagostanje, a ne samo kao odsutnost bolesti. Tema se nadovezuje na Nacionalni program Živjeti zdravo – područje zdravstveno obrazovanje, kao i druge nacionalne programe i strategije usmjerene na očuvanje zdravlja djece i mladih.

* **domena A: „TJELESNO ZDRAVLJE“**
* **domena B: „MENTALNO I SOCIJALNO ZDARVLJE“**
* **domena C: „POMOĆ I SAMOPOMOĆ“**

**Međupredmetna tema „Zdravlje“ realizirat će se kroz kurikulume svih predmeta u pojedinom razredu te kroz satove razrednika.**

**U tablici su, uz naziv svake domene, definirani razredi naše Škole u kojima ćemo niže navedene kurikulume realizirati.**

|  |
| --- |
| **Domena A - 4. Ciklus: Tjelesno zdravlje****Razredi: 1a (tehničar za računalstvo), 1b (tehničar cestovnog prometa), 1c (drvodjeljski tehničar dizajner), 2a (tehničar za računalstvo), 2b (tehničar za vozila i vozna sredstva), 1d (automehatroničar), 1e (automehatroničar, autolimar), 1f (instalater kućnih instalacija, bravar), 1g (elektroinstalater, elektromehaničar), 1h (CNC operater, TK monter), 1p (vozač motornog vozila) i 1s (stolar, soboslikar-ličilac).** |
| ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA | ZNANJE | VJEŠTINE | STAVOVI | PREPORUKE ZA OSTVARIVANJE OČEKIVANJA |
| A.4.1.Objašnjava važnost brige o reproduktivnom zdravlju i važnost odgovornoga spolnoga ponašanja. | Objašnjava i razumije važnost odgovornoga spolnoga ponašanja, uporabe zaštite uključujući specifičnu zaštitu cijepljenjem. Prepoznaje važnost redovitih liječničkih pregleda. Spolno zdravlje. | Iskazuje i zastupa osobne granice i potrebe povezane s reproduktivnim zdravljem.Primjenjuje odgovorno spolno ponašanje.Traži pomoć i savjet liječnika/ginekologa kada je to potrebno.Razgovara i savjetuje se s roditeljima ili drugim članovima obitelji u koje ima povjerenje. | Prihvaća odgovorno spolno ponašanje i važnost preventivnih postupaka. | – integrirano u učenje i poučavanje Biologije, Hrvatskog jezika i stranih jezika, Informatike i Vjeronauka– uporaba mobilnih aplikacija o zdravlju npr. menstrualni kalendar, aplikacija za šećernu bolest– u izvannastavnim i projektnim aktivnostima– u suradnji s timom školske medicine (spolno prenosive bolesti i planiranje obitelji) |
| A.4.2.ARazlikuje različite prehrambene stilove te prepoznaje znakove poremećaja ravnoteže u organizmu.A.4.2.BPrepoznaje važnost primjerene uporabe dodataka prehrani.A.4.2.CPrimjenjuje prehranuprilagođenu godišnjem dobu i podneblju u svakodnevnome životu.A.4.2.DPrepoznaje važnost održavanja tjelesnih potencijala na optimalnoj razini. | Opisuje prednosti i rizike različitih prehrambenih stilova te posljedice poremećaja ravnoteže u organizmu i raspravlja o njima.Prepoznaje čimbenike utjecaja dodataka prehrani na zdravlje, rast i razvoj.Objašnjava važnost sezonske i značenje tradicijske prehrane. Prepoznaje zakonitosti razvoja i održavanja funkcionalnih sposobnosti i snage.Opisuje metode oporavka nakon pojačanih tjelesnih i umnih napora. Opisuje različite načine aktivnoga provođenja slobodnoga vremena. | Primjereno se koristi dodatcima prehrani sukladno dobi i razvoju. Priprema i konzumira jednostavne, sezonske i tradicijske obroke.Primjenjuje pravilne prehrambene stilove.Primjenjuje metode oporavka nakon pojačanih tjelesnih i umnih napora.Aktivno provodi slobodno vrijeme. | Poštuje sezonsku i tradicijsku prehranu.Prihvaća redovitu tjelesnu aktivnost kao važan čimbenik očuvanja zdravlja. | – integrirano u učenje i poučavanje Biologije, Kemije, Tjelesne i zdravstvene kulture, stručne predmete i u sat razrednika – u izvannastavnim i projektnim aktivnostima |
| A.4.3.Objašnjava utjecaj pravilne osobne higijene i higijene okoline na očuvanje zdravlja. | Objašnjava čimbenike rizika za zdravlje s obzirom na higijenu. | Održava osobnu higijenu. Brine se o higijeni okoliša. | Prihvaća odgovornost za osobnu higijenu i higijenu okoline. | – integrirano u Biologiju, Hrvatski jezik, Likovnu kulturu, Glazbenu kulturu, Povijest, Geografiju, Matematiku i u ostale predmete u koje je moguće integrirati navedena očekivanja te u sat razredne zajednice– u izvannastavnim iprojektnim aktivnostima |
| KLJUČNI SADRŽAJI– spolnost, mladi i spolno ponašanje (odgovorno, neodgovorno, rizici)– spolno prenosive bolesti, HIV/AIDS, neplanirana trudnoća, maloljetnička trudnoća, pobačaj, utvrđivanje rane trudnoće te gdje i kako zatražiti pomoć, kontracepcija, vođenje menstrualnoga kalendara i određivanje plodnih dana pri ciklusu različitoga trajanja– odgovorno spolno ponašanje, strategija ABCeda zaštite spolnoga i reproduktivnoga zdravlja (apstinencija – izbjegavanje ranih odnosa i uporabe alkohola i psihoaktivnih sredstava, obostrano vjerna veza, uporaba zaštite)– spolno zdravlje – razraditi kroz kategoriju znanje, stavovi, vještine i očekivanja u okviru koje bi se opisalo što uključuje spolno zdravlje– prehrambeni stilovi (zdravi/nezdravi, mediteranska/kontinentalna prehrana, urbana/ruralna prehrana, socijalna određenost, brza hrana…)– dodatci prehrani (proteini, sredstva za mršavljenje, energetski napitci…)– jelovnici (sezonski, tradicijski…) |

|  |
| --- |
| Domena A - 5. ciklus: Tjelesno zdravlje**Razredi**: **: 3a (tehničar za računalstvo), 3b (tehničar za vozila), 3c (tehničar cestovnog prometa), 4a (tehničar za računalstvo), 4b (tehničar za vozila i vozna sredstva), 4c (tehničar cestovnog prometa), 2c (automehatroničar), 2d (instalater kućnih instalacija, bravar), 2e (elektroinstalater, autolimar, 2f (elektromonter, TK monter), 2p (vozač motornog vozila), 2s (stolar, soboslikar-ličilac), 3d (automehatroničar), 3e (instalater kućnih instalacija, bravar), 3f (elektroinstalater, autolimar), 3p (vozač motornog vozila, brodomehaničar), 3s (stolar, soboslikar-ličilac, zidar).**  |
| ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA | ZNANJE | VJEŠTINE | STAVOVI | PREPORUKE ZA OSTVARIVANJE OČEKIVANJA |
| A.5.1.Preuzima brigu i odgovornost za reproduktivno zdravlje i razumije važnost redovitih liječničkih pregleda. | Opisuje način brige o reproduktivnom zdravlju kao i moguće rizike od spolno prenosivih bolesti.Opisuje odgovorno roditeljstvo (razlikuje planiranu od neplanirane trudnoće, opisuje načine sprječavanja trudnoće, pripremu za trudnoću, dojenje, redovite liječničke preglede i cijepljenja).Spolno zdravlje. | Primjenjuje stečena znanja radi sprječavanja neplanirane trudnoće, planiranja i pripreme za planiranu trudnoću te radi sprječavanja spolno prenosivih bolesti. | Prihvaća odgovornost za spolno ponašanje i reproduktivno zdravlje. | – integrirano u Biologiju, sat razredne zajednice i Vjeronauk– u izvannastavnim i projektnim aktivnostima– suradnja s timom školske medicine (spolno prenosive bolesti i planiranje obitelji) |
| A.5.2.Opisuje i primjenjuje zdrave stilove života koji podrazumijevaju pravilnu prehranu i odgovarajuću tjelesnu aktivnost. | Objašnjava povezanost prehrane s razvojem debljine kao rizičnoga čimbenika danas vodećih kroničnih bolesti.Pravilno odabire namirnice koje pomažu pri pojačanim tjelesnim i umnim naporima te raspravlja o tome gdje i kako zatražiti pomoć i podršku. | Uravnoteženom prehranom prevenira debljinu te odabire i upotrebljava preporučene namirnice pri pojačanim tjelesnim i umnim naporima. | Usvaja zdrave stilove života. | – integrirano u Psihologiju, Biologiju, Tjelesnu i zdravstvenu kulturu i u ostale predmete u koje je moguće integrirati navedena očekivanja te u sat razredne zajednice– u izvannastavnim i projektnim aktivnostima |
| A.5.3.Razumije važnost višedimenzionalnoga modela zdravlja. | Analizira višedimenzionalni model zdravlja u području tjelesnoga, emocionalnoga, socijalnoga, osobnoga i duhovnoga zdravlja/rasta i razvoja i prevencije bolesti te objašnjava važnost redovitih sistematskih pregleda u očuvanju zdravlja. | Redovito se odaziva na sistematske preglede radi očuvanja tjelesnoga zdravlja.Primjenjuje životne stilove koji doprinose očuvanju zdravlja. | Usvaja stav o važnosti višedimenzionalnoga modela zdravlja. | – integrirano u sve predmete, a osobito u Biologiju te Tjelesnu i zdravstvenu kulturu i u sat razredne zajednice– moguća suradnja s timom školske medicine i psihologom |
| KLJUČNI SADRŽAJI– mogućnosti zaštite spolnoga i reproduktivnoga zdravlja i upravljanje sprječavanjem spolno prenosivih bolesti (SPB) i planiranjem obitelji (sprječavanje maloljetničke/neplanirane trudnoće), maloljetničko roditeljstvo, pobačaj– punoljetnost, roditeljstvo, prehrana i lijekovi u trudnoći, zdravi stilovi života u trudnoći (prevencija debljine, oštećenja zdravlja djeteta), dojenje– analiza prehrane, energetske potrebe sukladno zahtjevima organizma, namirnice bogate skrivenim kalorijama– višedimenzionalni model zdravlja (odrednice, zahtjevi, prevencija)– spolno zdravlje – razraditi kroz kategoriju znanje, stavovi, vještine i očekivanja u okviru koje bi se opisalo što uključuje spolno zdravlje |

|  |
| --- |
| Domena B - 4. Ciklus: MENTALNO I SOCIJALNO ZDRAVLJE **Razredi: 1a (tehničar za računalstvo), 1b (tehničar cestovnog prometa), 1c (drvodjeljski tehničar dizajner), 2a (tehničar za računalstvo), 2b (tehničar za vozila i vozna sredstva), 1d (automehatroničar), 1e (automehatroničar, autolimar), 1f (instalater kućnih instalacija, bravar), 1g (elektroinstalater, elektromehaničar), 1h (CNC operater, TK monter), 1p (vozač motornog vozila) i 1s (stolar, soboslikar-ličilac).** |
| ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA | ZNANJE | VJEŠTINE | STAVOVI | PREPORUKE ZA OSTVARIVANJE OČEKIVANJA |
| B.4.1.AOdabire primjerene odnose i komunikaciju.B.4.1.BRazvija tolerantan odnos prema drugima.B.4.1.CAnalizira vrste nasilja, mogućnosti izbjegavanja sukoba i načinenjihova nenasilnoga rješavanja. | Razlikuje i procjenjuje dobronamjernost komunikacije i ponašanja u stvarnome i virtualnome svijetu.Analizira vrste i uzroke nasilja. Obrazlaže načine nenasilnoga rješavanja sukoba. | Primjereno komunicira s vršnjacima i odraslima.Poštuje integritet druge osobe. Surađuje s vršnjacima i ostalima. Uključuje se u društvene i humanitarne akcije. | Usvaja stav da je kvalitetna komunikacija preduvjet za dobru društvenu integraciju. Razvija stav da pomaganje drugima oplemenjuje. | – integrirano u sve predmete, a osobito u Hrvatski jezik, Psihologiju i u sat razredne zajednice – povezano s međupredmetnim temamaGrađanski odgoj i Osobni i socijalni razvoj– suradnja sa stručnom službom škole |
| B.4.2.AProcjenjuje situacije koje mogu izazvati stres i odabire primjerene načine oslobađanja od stresa.B.4.2.BObrazlaže utjecaj zaštitnih i rizičnih čimbenika na mentalno zdravlje. | Objašnjava razne socijalne uloge i važnost razvoja socijalnih vještina. Prepoznaje stresne situacije i reakcije na stres, tehnike opuštanja, moguća rješenja.Objašnjava što znači sagledati problem iz druge perspektive. Analizira zaštitne i rizične čimbenike koji utječu na stvaranje slike o sebi i raspravlja o njima. | Prihvaća obveze koje proizlaze iz socijalnih uloga.Primjenjuje tehnike rješavanja stresa. Brine se o mentalnome zdravlju.Odgovorno donosi odluke povezane sa spolnošću i prevencijom mogućih negativnih posljedica spolnih veza na zdravlje.Traži liječnički savjet i pomoć. | Prihvaća važnost osobne odgovornosti.Usvaja stav da se stres može rješavati na primjeren način. Razvija stav o važnosti spolno odgovornoga ponašanja. | -integrirano u Tjelesnu i zdravstvenu kulturu i u sat razredne zajednice– u radionicama o tehnikama opuštanja– suradnji sa stručnom službom škole |
| B.4.2.CRazvija osobne potencijale i socijalne uloge.B.4.2.DRazlikuje spolno odgovorno od neodgovornoga ponašanja. | Objašnjava važnost prevencije spolno prenosivih bolesti. Objašnjava važnost planiranja obitelji i odgovornoga roditeljstva. |  |  |  |
| B.4.3.Analizira uzroke i posljedice određenih rizičnih ponašanja i ovisnosti. | Opisuje rizična ponašanja, prepoznaje kriznu situaciju i prosuđuje gdje i kada tražiti pomoć. Objašnjava utjecaj ovisničkoga ponašanja na mentalno zdravlje. Objašnjava utjecaj ovisničkoga ponašanja na obitelj i zajednicu. Nabraja zakonske propise koji reguliraju zlouporabu sredstava ovisnosti. | Odupire se vršnjačkim i drugim pritiscima.Traži pomoć u kriznoj situaciji. Izbjegava rizike.Potiče stvaranje zdravih odnosa. | Usvaja stav da je svaka ovisnost štetna za pojedinca i širu zajednicu.Prihvaća stav da su svi oblici ovisnosti i rizičnih ponašanja neprihvatljivi. | – integrirano u Biologiju, Tjelesnu i zdravstvenu kulturu, Psihologiju i u sat razredne zajednice – suradnja s timom školske medicine i stručnom službom škole – provođenjem projekta vršnjačke edukacije povezano s međupredmetnom temom Osobni i socijalni razvoj – suradnja s timom školske medicine– suradnja s Hrvatskim Crvenim križem– suradnja s lokalnom zajednicom |
| KLJUČNI SADRŽAJI– zdravi partnerski, prijateljski odnosi i obiteljski odnosi– partnerski odnosi (očekivanja, uloge, odgovornost, kompromisi...)– primjerena i dobronamjerna komunikacija (tolerancija, empatija, humanost, uvažavanje, solidarnost prema svima, a osobito potrebitima)– socijalne uloge (prijatelji, partner, član zajednice…)– razvoj osobnih kompetencija– slika o sebi – zaštitni čimbenici (prilagodba na novu sredinu – školu, učenike, nastavnike; uspjeh u školi, u sportu, društvena prihvaćenost…) i rizični čimbenici (neuspjeh u školi, društvena izoliranost, obiteljski problemi, nasilje…) |
| – prilagodba na nove društvene okolnosti– uloga obitelji u društvenoj i socijalnog prilagodbi– uključivanje u društvene i humanitarne akcije– osjećaj zadovoljstva i ispunjenosti– utjecaj ovisničkoga ponašanja na mentalno zdravlje i emocije pojedinca te na njegovo okružje, a u najširem smislu i na zajednicu– utjecaj različitih vrsta opojnih sredstava (alkohol, droga) i drugih ovisničkih ponašanja (kockanje, klađenje, neprimjerena uporaba internetskih sadržaja, igrica…) na prosuđivanje i procjenu (agresivnost, vožnja pod utjecajem alkohola ili droga…)– krizne situacije (opterećenost školom, ocjene, društveni odnosi…) i potreba za traženjem pomoći krizna stanja (anksioznost, panika, depresivnost, suicidalnost...) i protokoli postupanja u njima– suicid kao moguća posljedica bolesti ovisnosti– uloga obitelji u prevladavanju kriznih stanja– tehnike za prevladavanje stresa te emocionalne i mentalne iscrpljenosti– spolno ponašanje (rizični i zaštitni čimbenici, postavljanje osobnih granica, odgovornost...)– spolno prenosive bolesti, spolno odgovorno ponašanje– planiranje obitelji, preuranjeno roditeljstvo– pravo na izbor → pravi izbor |

|  |
| --- |
| Domena B - 5.ciklus: MENTALNO I SOCIJALNO ZDRAVLJE **Razredi:** **: 3a (tehničar za računalstvo), 3b (tehničar za vozila), 3c (tehničar cestovnog prometa), 4a (tehničar za računalstvo), 4b (tehničar za vozila i vozna sredstva), 4c (tehničar cestovnog prometa), 2c (automehatroničar), 2d (instalater kućnih instalacija, bravar), 2e (elektroinstalater, autolimar, 2f (elektromonter, TK monter), 2p (vozač motornog vozila), 2s (stolar, soboslikar-ličilac), 3d (automehatroničar), 3e (instalater kućnih instalacija, bravar), 3f (elektroinstalater, autolimar), 3p (vozač motornog vozila, brodomehaničar), 3s (stolar, soboslikar-ličilac, zidar).** |
| ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA | ZNANJE | VJEŠTINE | STAVOVI | PREPORUKE ZA OSTVARIVANJE OČEKIVANJA |
| B.5.1.AProcjenjuje važnost razvijanja i unaprjeđivanja komunikacijskih vještina i njihove primjene u svakodnevnome životu.B.5.1.BOdabire ponašanje sukladnopravilima i normama zajednice.B.5.1.COdabire ponašanja koja isključuju bilo kakav oblik nasilja. | Obrazlaže važnost razvijanja komunikacijskih vještina. Procjenjuje važnost suradnje i timskoga rada, Analizira svrhu postojanja pravila i normi unutar neke zajednice.Vrednuje različite oblike ponašanja. | Primjenjuje komunikacijske vještine. Ostvaruje suradnju u različitim situacijama.Izbjegava nasilne oblike ponašanja. Odlučuje na temelju prethodno usvojenih znanja (izbor zanimanja, studij, posao, obitelj).Odgovoran je član zajednice. | Prihvaća stav da je svaki čovjek odgovoran sam za sebe. Usvaja stav da svaki pojedinac ima pravo biti aktivan član zajednice. | – integrirano u Psihologiju, Sociologiju, Etiku, Vjeronauk i u sat razredne zajednice (razgovori i radionice),– suradnja sa stručnom službom škole– povezano s međupredmetnom temom Osobni i socijalni razvoj – suradnja sa Službom za profesionalno usmjeravanje (HZZ) |
| B.5.2.AProcjenjuje važnost rada na sebi i odgovornost za mentalno i socijalno zdravlje.B.5.2.BObrazlaže važnost odgovornoga donošenja životnih odluka.B.5.2. COdabire višedimenzionalni model zdravlja. | Obrazlaže i zaključuje što pomaže razvoju pozitivne slike o sebi.Zaključuje što donosi punoljetnost. Analizira utjecaj mentalnoga zdravlja na ostale odrednice zdravlja.Povezuje međusobni utjecaj mentalnoga zdravlja i životnoga stila pojedinca i zajednice.Analizira kakvu ulogu ostvaruje u zajednici i koje su mu mogućnosti djelovanja. | Primjenjuje usvojena znanja, navike i vještine u očuvanju mentalnoga i cjelokupnoga zdravlja.Koristi se mogućnostima koje pruža zajednica te doprinosi životu zajednice. | Prihvaća da punoljetnost donosi obvezu osobne odgovornosti za učinjene postupke.Prihvaća stav o međusobnoj povezanosti zdravlja pojedinca i društva.Poštuje važnost uloge zajednice u životu čovjeka. | – integrirano u Biologiju, Psihologiju, Etiku, Vjeronauk i u sat razredne zajednice (razgovori i radionice)– suradnja sa stručnom službom škole– suradnja s timom školske medicine |
| B.5.3.AProcjenjuje uzroke i posljedice određenih rizičnih ponašanja i ovisnosti.B.5.3.BAnalizira opasnosti kockanja, klađenja i igara na sreću. | Procjenjuje utjecaj uporabe sredstava ovisnosti na ljudski organizam.Prepoznaje štetnost pasivnoga pušenja.Analizira probleme kockanja,klađenja i igara na sreću, ovisnosti o internetu, računalnim igricama i druge suvremene ovisnosti. | Odupire se rizičnim situacijama. Prepoznaje rizične situacije i pronalazi gdje i kada potražiti pomoć.Izbjegava igre u kojima se potražuju financijska sredstva.Kontrolira vrijeme koje provodi pred ekranima. | Usvaja stav da su opojna sredstva štetna i smanjuju sposobnost racionalnoga rasuđivanja.Usvaja stav da je važno potražiti pomoć u rizičnoj situaciji.Usvaja stav o neprihvatljivostiigara uz materijalno sudjelovanje. | – integrirano u Biologiju, Psihologiju i Sociologiju (razgovori i radionice) i u sat razredne zajednice– u suradnji sa stručnom službom škole– suradnja s timom školske medicine– suradnja s Hrvatskim Crvenim križem– projektni dan za cijelu školu |
| KLJUČNI SADRŽAJI– zdravstveni rizici pri uporabi droga, alkohola i cigareta– pasivno pušenje– akumuliranje rizičnih ponašanja (jedno često potiče drugo i nadovezuje se na njega)– način života ima izravan utjecaj na mentalno i socijalno zdravlje pojedinca, ali utječe i na zajednicu– višedimenzionalni model zdravlja– utjecaj odabranoga životnoga stila na sve odrednice zdravlja– odrednice zdravlja utječu jedna na drugu i isprepletene su– briga o zdravlju u preventivno-odgojnim aktivnostima (važnost preventivnih sistematskih pregleda)– zdravstvena pismenost– punoljetnost (prava, odgovornosti, obveze...) |
| – važne životne odluke (nastavak školovanja, izbor zanimanja, planiranje obitelji...)– uloga obitelji u planiranju budućega samostalnoga života– zadovoljstvo vlastitim odabirom– rad na sebi– doprinos društvenoj zajednici (prava i obveze, aktivan doprinos)– planovi za budućnost |

|  |
| --- |
| Domena C: 4. Ciklus. POMOĆ I SAMOPOMOĆ **Razredi: 1a (tehničar za računalstvo), 1b (tehničar cestovnog prometa), 1c (drvodjeljski tehničar dizajner), 2a (tehničar za računalstvo), 2b (tehničar za vozila i vozna sredstva), 1d (automehatroničar), 1e (automehatroničar, autolimar), 1f (instalater kućnih instalacija, bravar), 1g (elektroinstalater, elektromehaničar), 1h (CNC operater, TK monter), 1p (vozač motornog vozila) i 1s (stolar, soboslikar-ličilac).** |
| ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA | ZNANJE | VJEŠTINE | STAVOVI | PREPORUKE ZA OSTVARIVANJE OČEKIVANJA |
| C.4.1.AObjašnjava opasnosti konzumacije alkohola i drugih psihoaktivnih tvari i akutnih trovanja alkoholom i drugim psihoaktivnim tvarima.C.4.1.BProcjenjuje i predviđa opasnosti kojimaje izložen s naglaskom na opasnosti koje su karakteristične za mlade.C.4.1.CPravilno tumači upute o lijeku iprocjenjuje relevantnost zdravstveneinformacije. | Opisuje opasnosti akutnih trovanja alkoholom i drugim psihoaktivnim tvarima tenačine kako se zaštiti. Opisuje opasnosti u svakodnevnome životu i osnovne postupke zaštite i prve pomoći s naglaskom na opasnosti koje su karakteristične za mlade.Prepoznaje važnostpridržavanja uputa o lijeku.Procjenjuje valjanost izvora informacija o bolesti. | Izbjegava konzumaciju alkohola i drugih psihoaktivnih tvari. Izbjegava opasnosti u kućanstvu i okolini te primjenjuje osnovne postupkezaštite i prve pomoći s naglaskom na opasnosti koje su karakteristične za mlade.Primjenjuje stečena znanja o načinu reagiranja u potencijalno opasnim situacijama.Čita upute o primjeni lijeka i mogućim nuspojavama.Informira se o zdravstvenimčinjenicama iz relevantnih izvora. | Prihvaća stav da je konzumacija alkohola i drugih psihoaktivnih tvari neprihvatljiva.Usvaja stav o važnosti opreza zaštitnih postupaka i pružanja prve pomoći i samopomoći. | – integrirano u sat razredne zajednice– suradnja s MUP-om – u aktivnostima školskih preventivnih programa– suradnja s Hrvatskim Crvenim križem |
| C.4.2.APrimjenjuje postupke pružanja prve pomoći pri najčešćim hitnim zdravstvenim stanjima.C.4.2.BOpisuje vodeće uzroke obolijevanja i smrtnosti i povezuje određena oboljenja s rizikom za pojavu tih bolesti.C.4.2.COpisuje kako i kada pružiti prvu pomoćučenicima sa zdravstvenim teškoćama. | Opisuje zdravstvena stanja i rizične čimbenike za obolijevanje.Objašnjava postupke pružanjaprve pomoći uključujućiprimjenu defibrilatora. Opisuje potrebe učenika s teškoćama u razvoju i kroničnim bolestimakoji polaze određenu školu.Opisuje značenje uputa o lijekui izvora informacija o bolesti. | Pruža prvu pomoć.Primjenjuje samopomoć pri akutnim zdravstvenim smetnjama.Pridržava se ključnih informacija u uputi o lijeku.Pretražuje različite izvore informacija. | Prihvaća stav da su briga o zdravlju i prevencija važni za zdravlje.Prihvaća stav o važnostipružanju prve pomoći sebii drugima. | – integrirano u Biologiju, Hrvatski jezik i strani jezik, Vjeronauk– suradnja s timom školske medicine– radionice u organizaciji Hrvatskoga Crvenog križa,– projektno |
| C.4.3.AObrazlaže važnost odaziva na sistematske preglede i preventivne preglede u odrasloj dobi.C.4.3.BOpisuje usluge e-zdravstva.C.4.3.CObrazlaže pravo na izdavanjezdravstvene iskaznice EU-a. | Opisuje mogućnosti i važnost ranog otkrivanja bolesti u muškaraca i žena.Nabraja usluge e-zdravstva. Prepoznaje prava iz zdravstvene zaštite uključujući zdravstvenu iskaznicu EU-a. | Sudjeluje u programima i mogućnostima ranog otkrivanja bolesti u svojoj okolini.Koristi se uslugama e-zdravstva. Koristi se pravima iz zdravstvene zaštite. | Prihvaća stav o važnosti preventivnih pregleda zbog ranog otkrivanja bolesti i uspješnijega liječenja.Prihvaća prednosti usluga e-zdravstva. | – integrirano u Biologiju i u sat razredne zajednice u debatnim radionicama (uživo i internetom) |
| KLJUČNI SADRŽAJI– opasnosti u svakodnevnome životu karakteristične za mlade: kemikalije, lijekovi, oštri predmeti, igla, sunce, elementarne nepogode, solarij, vodene površine, buka, pirotehnička sredstva i sl. – rizici i zaštita; tetoviranje i piercing– čitanje upute o lijeku– najčešće akutne zdravstvene smetnje (epileptični napad, hipoglikemija, astmatični napad, anafilaksija i druge alergijske reakcije, srčani i moždani udar), relevantne zdravstvene informacije; pružanje prve pomoći; krvne grupe– osnovne informacije o najčešćim kroničnim nezaraznim bolestima koje su globalni javnozdravstveni problem jer se velik broj ljudi i djece nosi s njima (srčanožilne bolesti – moždani udar, srčani udar itd., dišne i maligne bolesti), oboljenja u obitelji kao rizični čimbenici– važnost ranog otkrivanja bolesti (srčanožilne bolesti, zloćudne bolesti, ginekološki pregled, visoki krvni tlak, poremećaji masti u krvi, debljina, šećerna bolest)– uporaba defibrilatora– rizici – pretilost, smanjena tjelesna aktivnost i pušenje rizici su na koje možemo djelovati promjenom ponašanja. Npr. pretilost djece vodi u pretilost odrasle dobi te može dovesti do različitih stanja, kao što su smetnje disanja, kardiovaskularne bolesti (ateroskleroza, povišen krvni tlak, moždani i srčani udar), rezistencija na inzulin, potencijalni razvoj šećerne bolesti, psihološke tegobe, premaligna stanja i maligne bolesti– učenici kojima je potrebna pomoć– e-zdravstvo (e-uputnica, e-naručivanje, e-recept, e-građani); zdravstvena iskaznica EU-a |

|  |
| --- |
| Domena C - 5. Ciklus: POMOĆ I SAMOPOMOĆ**Razredi:** **: 3a (tehničar za računalstvo), 3b (tehničar za vozila), 3c (tehničar cestovnog prometa), 4a (tehničar za računalstvo), 4b (tehničar za vozila i vozna sredstva), 4c (tehničar cestovnog prometa), 2c (automehatroničar), 2d (instalater kućnih instalacija, bravar), 2e (elektroinstalater, autolimar, 2f (elektromonter, TK monter), 2p (vozač motornog vozila), 2s (stolar, soboslikar-ličilac), 3d (automehatroničar), 3e (instalater kućnih instalacija, bravar), 3f (elektroinstalater, autolimar), 3p (vozač motornog vozila, brodomehaničar), 3s (stolar, soboslikar-ličilac, zidar** |
| ODGOJNO-OBRAZOVNA OČEKIVANJA | ZNANJE | VJEŠTINE | STAVOVI | PREPORUKE ZA OSTVARIVANJE OČEKIVANJA |
| C.5.1.APrepoznaje rizike s kojima se susreću mladi vozači automobila i motocikla.C.5.1.BAnalizira opasnosti iz okoline, prepoznaje rizične situacije i izbjegava ih.C.5.1.COpisuje profesionalne rizikepojedinih zanimanja. | Objašnjava rizike s kojim se susreću mladi vozači. Objašnjava nastanak i negativne posljedice rizičnih ponašanja u svakodnevnome životu. Opisuje zanimanja s kojima se povezuju profesionalni rizici. | Primjenjuje znanja o postupanju u rizičnim situacijama (sunčanica, kolaps, toplinski grčevi…). Traži liječničku pomoć. | Usvaja stav o štetnosti pretjeranog izlaganja suncu i vrućinama.Prihvaća i poštuje ponašanje u skladu s pravilima za sprječavanje rizika u prometu. | – suradnja s MUP-om– suradnja sa stručnom službom škole– suradnja s timom školske medicine |
| C.5.2.AIdentificira i povezuje različite rizike za zdravlje i najčešćekronične zdravstvene smetnje te objašnjava postupkesamopomoći/pomoći.C.5.2.BNavodi kada i gdje potražitiliječničku pomoć pri najčešćimzdravstvenim smetnjama iproblemima. | Raspravlja o različitim rizicima za zdravlje, nabraja najčešće kronične zdravstvene smetnje, objašnjava postupke samopomoći, obrazlaže kada i gdje je potrebno potražiti liječničku pomoć.Navodi izvore informacija o zdravlju i bolesti.Objašnjava važnost odazivanja na preventivne preglede. | Primjenjuje postupke samopomoći i pomoći pri najčešćim zdravstvenim smetnjama.Donosi odgovorne i pravilne odluke o preventivnim pregledima i programima te zdravlju. | Učenik pozitivno vrednuje donošenje odgovornih odluka o zdravlju, školovanju, radu, ponašanju i sl.Prihvaća važnost brige o zdravlju i znanja o bolestima i lijekovima te važnost traženja liječničke pomoći kada je potrebno. | – tematske debate i parlaonice– projektno– suradnja s Hrvatskim Crvenim križem |
| C.5.3.APovezuje važnost sistematskih i preventivnih pregleda s očuvanjem zdravlja.C.5.3.BOpisuje najčešće profesionalne rizike za zdravlje.C.5.3.C.Objašnjava važnost i značenjedonatorske kartice i darivanja krvi, tkiva i organa. | Procjenjuje važnost sistematskih i preventivnih pregleda.Opisuje postupak izdavanja/dobivanja donatorske kartice te značenje i postupke darivanja krvi, tkiva i organa. Objašnjava i nabraja najčešće profesionalne rizike za zdravlje. | Odaziva se na sistematske i preventivne preglede. Pruža samopomoć i pomoć pri ozljedama i nesrećama na radu. | Poštuje pravila zaštite na radu. Razvija stav da je darivanje krvi, tkiva i organa humano i da time pomažemo drugima. | – radionice u suradnji s timom školske medicine te s timom medicine rada– suradnja s Hrvatskim Crvenim križem |
| KLJUČNI SADRŽAJI– opasnosti pretjeranog izlaganja suncu i UV zračenju, toplini/vrućini (sunčanica, kolaps, toplinski grčevi, opasnosti solarija, preporuka da ga mlađi od 18 godina ne upotrebljavaju, rak kože)– hladnoća/ozebline, elementarne nepogode, ubod krpelja, komaraca i ugriz životinja, rizici, samopomoć i liječenje najčešćih kroničnih zdravstvenih smetnji (prehrana, tjelesna– neaktivnost, higijena, psihoaktivne tvari, pušenje, spolno prenosive bolesti i najčešći spolni problemi mladih, anksioznost, depresivnost i dr.)– kućno mjerenje krvnoga tlaka– preventivni pregledi (visoki krvni tlak, debljina, šećerna bolest)– profesionalni rizici za zdravlje– darivanje krvi, tkiva i organa |