**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.A  Razlikuje različite prehrambene stilove te prepoznaje znakove poremećaja ravnoteže u organizmu.  A.4.2.B  Prepoznaje važnost primjerene uporabe dodataka prehrani.  A.4.2.C  Primjenjuje prehranu  prilagođenu godišnjem dobu i podneblju u svakodnevnome životu.  A.4.2.D  Prepoznaje 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 i  projektnim 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.A  Odabire primjerene odnose i komunikaciju.  B.4.1.B  Razvija tolerantan odnos prema drugima.  B.4.1.C  Analizira vrste nasilja, mogućnosti izbjegavanja sukoba i načine  njihova 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 temama  Građanski odgoj i Osobni i socijalni razvoj  – suradnja sa stručnom službom škole |
| B.4.2.A  Procjenjuje situacije koje mogu izazvati stres i odabire primjerene načine oslobađanja od stresa.  B.4.2.B  Obrazlaže 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.C  Razvija osobne potencijale i socijalne uloge.  B.4.2.D  Razlikuje 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.A  Procjenjuje važnost razvijanja i unaprjeđivanja komunikacijskih vještina i njihove primjene u svakodnevnome životu.  B.5.1.B  Odabire ponašanje sukladno  pravilima i normama zajednice.  B.5.1.C  Odabire 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.A  Procjenjuje važnost rada na sebi i odgovornost za mentalno i socijalno zdravlje.  B.5.2.B  Obrazlaže važnost odgovornoga donošenja životnih odluka.  B.5.2. C  Odabire 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.A  Procjenjuje uzroke i posljedice određenih rizičnih ponašanja i ovisnosti.  B.5.3.B  Analizira 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 neprihvatljivosti  igara 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.A  Objašnjava opasnosti konzumacije alkohola i drugih psihoaktivnih tvari i akutnih trovanja alkoholom i drugim psihoaktivnim tvarima.  C.4.1.B  Procjenjuje i predviđa opasnosti kojima  je izložen s naglaskom na opasnosti koje su karakteristične za mlade.  C.4.1.C  Pravilno tumači upute o lijeku i  procjenjuje relevantnost zdravstvene  informacije. | Opisuje opasnosti akutnih trovanja alkoholom i drugim psihoaktivnim tvarima te  načine 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 važnost  pridržavanja 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 postupke  zaštite 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 zdravstvenim  činjenicama 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.A  Primjenjuje postupke pružanja prve pomoći pri najčešćim hitnim zdravstvenim stanjima.  C.4.2.B  Opisuje vodeće uzroke obolijevanja i smrtnosti i povezuje određena oboljenja s rizikom za pojavu tih bolesti.  C.4.2.C  Opisuje kako i kada pružiti prvu pomoć  učenicima sa zdravstvenim teškoćama. | Opisuje zdravstvena stanja i rizične čimbenike za obolijevanje.  Objašnjava postupke pružanja  prve pomoći uključujući  primjenu defibrilatora. Opisuje potrebe učenika s teškoćama u razvoju i kroničnim bolestima  koji polaze određenu školu.  Opisuje značenje uputa o lijeku  i 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 važnosti  pružanju prve pomoći sebi  i 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.A  Obrazlaže važnost odaziva na sistematske preglede i preventivne preglede u odrasloj dobi.  C.4.3.B  Opisuje usluge e-zdravstva.  C.4.3.C  Obrazlaže pravo na izdavanje  zdravstvene 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.A  Prepoznaje rizike s kojima se susreću mladi vozači automobila i motocikla.  C.5.1.B  Analizira opasnosti iz okoline, prepoznaje rizične situacije i izbjegava ih.  C.5.1.C  Opisuje profesionalne rizike  pojedinih 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.A  Identificira i povezuje različite rizike za zdravlje i najčešće  kronične zdravstvene smetnje te objašnjava postupke  samopomoći/pomoći.  C.5.2.B  Navodi kada i gdje potražiti  liječničku pomoć pri najčešćim  zdravstvenim smetnjama i  problemima. | 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.A  Povezuje važnost sistematskih i preventivnih pregleda s očuvanjem zdravlja.  C.5.3.B  Opisuje najčešće profesionalne rizike za zdravlje.  C.5.3.C.  Objašnjava važnost i značenje  donatorske 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 | | | | |