

ZDRAVSTVENI ODGOJ

Osnovne škole su dužne zdravstveni odgoj uključiti u školski kurikulum kao dio odgojno –obrazovnog programa.

Zdravstveni odgoj se dijeli na 4 modula unutar kojih treba odrediti tri teme koje će se obrađivati osim u predmetima priroda, biologija, tjelesna i zdravstvena kultura i na satovima razrednog odjela.

Nazivi modula su :

1. ŽIVJETI ZDRAVO
2. PREVENCIJA OVISNOSTI
3. PREVENCIJA NASILNIČKOG PONAŠANJA
4. SPOLNA RODNA RAVNOPRAVNOST I ODGOVORNA SPOLNA PONAŠANJA

U našoj školi već ----- godinu zaredom uspješno djeluje program „Mladeži crvenog križa“ kao izvannastavna aktivnost u koju su uključeni svi učenici mlađih i starijih razreda.

U ovoj aktivnosti se jako puno govori o zdravlju, o zdravom životu, obilježavaju se Dani solidarnosti, Dani tuberkuloze i svi oni datumi u tijeku godine značajni za očuvanje zdravlja i zdravog života nas samih i ljudi koji nas okružuju. Učenici su vođeni u posjete Dječjih i umirovljeničkih domova, Azile za pse i slične Udruge i institucije koje djeluju na svijest o zdravlju, koji potiču eko svijesti i svjesnost o brizi za drugoga.

Također u nastavi prirode, biologije i tjelesno zdravstvene kulture puno se podučava djecu o zdravstvenom odgoju, higijeni, čistoći, prehrani, pridaje se važnost sportu zbog čega ovako mala škola ima bogatu ponudu sportskih aktivnosti što je navedeno i u školskom kurikulumu.

CILJ ZDRAVSTVENOG ODGOJA

- očuvanje zdravlja i širenje svijesti o vrijednostima zdravog življenja
- prevencija kroničnih, zaraznih i nezaraznih bolesti
- zaštita mentalnog zdravlja

ZADACI

- podučiti djecu o segmentima zdravog života
- osposobiti djecu da se brinu o sebi i svojoj okolini
- naučiti djecu o zdravim navikama i jačati te navike kod djece
- sprječavanje širenja štetnih utjecaja na učenike

PROVEDBA ZDRAVSTVENOG ODGOJA KROZ SATOVE RAZREDNOG ODJELA

Svaki razrednik će prema ponuđenim temama unutar svakog Modula izabrati one koje mu se čine potrebne i aktualne primjerene dobi svojih učenika, a i uključiti ih u satove razrednog odjela tijekom ove školske godine.

Zdravstveni odgoj za satove razrednog odjela razredne nastave

1. MODUL – „*Živjeti zdravo*“

Predložene Teme :

- Što jedemo i kakvu hranu jedemo
- Razvijanje duha i tijela (sport, slobodno vrijeme,, tjelovježba,...)
- Zdrave navike (spavanje, hrana, tjelovježbe, TV i kompjuter, šetnje, izleti, čitanje,, priroda,...)
- Očuvanje i njegovanje zavičaja (vrijednosti, tradicija i kultura, susjedi, poštivanje,...)
-

2. MODUL - „*Prevenција ovisnosti*“

Teme :

- Tko sam ja
- Upoznajmo međusobne razlike
- Samopoštovanje
- Što želim i kako to postići
- Emocije

3. MODUL – *Prevenција nasilničkog ponašanja*

Teme :

- Što je to lijepo ponašanje
- Kako živjeti u zajednici
- Kako razgovarati
- Pravila ponašanja

4. MODUL – *Spolna rodna ravnopravnost i odgovorna spolna ponašanja*

Teme :

- Ljudsko tijelo
- Živa bića (biljni i životinjski svijet)
- Moji roditelji
- Poštivanje različitosti
- Moje obveze kod kuće i u školi
-

Još neke teme :

- Međusobno upoznavanje
- Prijateljstvo
- Moj uzor /heroj
- Što to znači „biti ovisan“
- Cigarete i alkohol
- Što je to ljutnja
- Abeceda mojih potreba
- Ekološki sadržaji

Zdravstveni odgoj za satove razrednog odjela predmetne nastave

1. MODUL – „*Živjeti zdravo*“

Teme :

- Piramida prehrane
- Zdrav život
- Tradicija i vrijednosti našega društva
- Jačanje duha
- Mediji
- Slobodno vrijeme i kako ga koristim

2. MODUL - „*Prevenција ovisnosti*“

Teme :

- Upoznajmo sebe
- Što je za mene prijateljstvo
- Kako donijeti odluku
- Razvoj samopoštovanja
- Kako reći NE
- Potrebe (moje i potrebe drugih)
- Pozitivne vrijednosti
- Moji roditelji i ja
- Posljedice ovisničkog ponašanja

3. MODUL – *Prevenција nasilničkog ponašanja*

Teme :

- Što je to nasilje
- Ja i moj neprijatelj
- Stereotipi, predrasude
- Nenasilno rješavanje sukoba
- Suživot
- Empatija

4. MODUL – *Spolna/rodna ravnopravnost i odgovorna spolna ponašanja*

Teme :

- Spolnost
- Ljubav
- Različito spolova
- Pubertet
- Sramežljivost

Još neke teme : Odluke, samopouzdanje, alternativa za agresiju, Vještine komuniciranja, Ja u budućnosti, Kako me vide drugi, Sport i nasilje, Sigurniji Internet

U zdravstveni odgoj planiramo uključiti i stručnjake van škole kako bi učenicima i učiteljima predali znanja i vještine o području svoga djelovanja te nas upoznali sa tehnikama pomoći drugome i brizi za vlastito zdravlje.

NOSIOCI I AKTIVNOSTI STRUČNJAKA VAN ŠKOLE NAMIJENJENE UČENICIMA

Red. Br. Aktivnosti	Aktivnost	nosioci
1.	- predavanje na temu „Samozaštita, nasilje među mladima i pirotehnika” -predavanje na temu „Ovisnosti – alkohol - Projekt Ljubav voli, a ne boli	djelatnici Policijske postaje Delnice, Odjel za prevenciju kriminaliteta Školska medicina NZZJZ Rijeka
2.	Predavanje i demonstracija na temu Pružanje prve pomoći i tehnike	Školska medicina, viša medicinska sestra, NZZJZ PGŽ

AKTIVNOST/ PROGRAM/ PROJEKT	ZDRAVSTVENI ODGOJ
ciljevi	- očuvanje zdravlja i širenje svijesti o vrijednostima zdravog življenja - prevencija kroničnih, zaraznih i nezaraznih bolesti - zaštita mentalnog zdravlja
namjena	- podučiti djecu o segmentima zdravog života - osposobiti djecu da se brinu o sebi i svojoj okolini - naučiti djecu o zdravim navikama i jačati te navike kod djece - sprječavanje širenja štetnih utjecaja na učenike
nositelji	Svi učitelji (ponajviše učitelji PR, BIO i TZK), razrednici, pedagoginja i vanjski suradnici
način realizacije	Kroz sve oblike nastave, pedagoške radionice na satovima SRO-a, obilježavanja datuma značajnih za teme zdravstvenog odgoja i aktivnosti Mladeži crvenog križa
vremenik	Tijekom cijele školske godine
troškovnik	Iz materijalnih troškova Škole, Županije i Općine Skrad što ovisi o samoj realizaciji
način vrednovanja i način korištenja rezultata vrednovanja	Izvješća o provedenim aktivnostima, angažman učenika u aktivnostima, prezentacije na web stranicama škole, kvaliteta akcije solidarnost na djelu.