

ЗДРАВСТВЕНА КУЛТУРА

1. ОСТВАРИВАЊЕ ОБРАЗОВНО-ВАСПИТНОГ РАДА – ОБЛИЦИ И ТРАЈАЊЕ

РАЗРЕД	НАСТАВА				УКУПНО
	Теоријска настава	Вежбе	Практична настава	Настава у блоку	
I	34				34

2. ЦИЉЕВИ ПРЕДМЕТА

- Стицање знања о основним принципима савремене заштите здравља, превентивним активностима које су најефикасније у заштити здравља становништва;
- Стицање знања о хигијенским принципима на основу којих ученици формирају позитиван став са циљем да се усвоји и увек примењује здраво понашање - здрав стил живљења, као основа за очување здравља;
- Стицање знања и усвајање вештина о указивању неодложне помоћи животно угроженим лицима у непредвиђеним задесним ситуацијама.

3. НАЗИВ И ТРАЈАЊЕ ТЕМЕ/МОДУЛА

Разред: први

Ред.бр.	НАЗИВ ТЕМЕ/МОДУЛА	Трајање теме/модула (часови)
1.	Лична хигијена и хигијена физичке културе	9
2.	Ментална хигијена	5
3.	Хигијена исхране	5
4.	Комунална хигијена	4
5.	Хигијена рада	3
6.	Основе прве помоћи	8

4. ЦИЉЕВИ, ИСХОДИ, ОБАВЕЗНИ И ПРЕПОРУЧЕНИ САДРЖАЈИ И НАЧИН ОСТВАРИВАЊА МОДУЛА

Назив теме/модула:

Лична хигијена и хигијена физичке културе

Трајање теме/модула:

9 часова

ЦИЉЕВИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ИСХОДИ ТЕМЕ/МОДУЛА По завршетку модула ученик ће бити у стању да:	ОБАВЕЗНИ И ПРЕПОРУЧЕНИ САДРЖАЈИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ПРЕПОРУЧЕНЕ АКТИВНОСТИ И НАЧИН ОСТВАРИВАЊА ТЕМЕ/МОДУЛА
<ul style="list-style-type: none"> • Усвајање одговорности и доследности према личном здрављу и здрављу других; • Стицање знања о значају који лична хигијена има за очување и унапређење здравља; • Стицање знања о болестима које се преносе полним контактом; • Стицање знања о примени контрацептивних средстава; • Стицање знања о утицају атмосферских фактора, воде и физичке активности на очување и унапређење здравља. 	<ul style="list-style-type: none"> • наведе дефиницију здравља СЗО; • објасни појам душевног и телесног здравља; • наведе факторе који утичу на здравље; • објасни значај редовног лекарског прегледа; • одржава личну хигијену; • одабере и употреби одговарајућу заштиту од болести које се преносе полним контактом; • одабере и употреби одговарајуће контрацептивно средство; • користи благодети воде, ваздуха и сунчевог зрачења у циљу унапређења здравља; • примени мере којима се штити од неповољног дејства сунчевог зрачења; • усвоји и планира дневне физичке активности као део здравог стила живота. 	<ul style="list-style-type: none"> • Дефиниција здравља, концепт здравља; • Хигијенски захтеви средстава за одржавање личне хигијене; • Полно преносиве болести;сида • Здравствени аспекти контрацепције и примене контрацептивних средстава; • Улога сунчевог зрачења, воде, ваздуха и физичке активности у очувању и унапређењу здравља; 	<p>На почетку теме ученике упознати са циљевима и исходима наставе / учења, планом рада и начинима оцењивања.</p> <p>Облици наставе теоријска настава 9 часова Подела одељења на групе Одељење се не дели на групе</p> <p>Методе наставе: Избор метода и облика рада за сваку тему одређује наставник у зависности од наставних садржаја, способности и потреба ученика, материјалних и других услова. Користити вербалне методе (метода усменог излагања и дијалогска метода), методе демонстрације, извршење задатка, презентација израде радног задатка, текстуално-илустративне методе.</p> <p>Место реализације наставе Теоријска настава се реализује у учионици</p> <p>Оцењивање У настави оријентисаној ка достизању исхода прате се и вреднују процес наставе и учења, постигнућа ученика (продукти учења) и сопствени рад. Да би вредновање било објективно и у функцији учења, потребно је ускладити нивое исхода и начине оцењивања.</p> <p>Оцењивање научног (сумативно) Ученик се оцењује на основу:</p> <ul style="list-style-type: none"> - усмене провере постигнућа, - писмене провере - практичног рада, - извештаји, - есеја <p>Оцењивање за учење (формативно) Ученик се оцењује на основу:</p> <ul style="list-style-type: none"> - посматрање, - контролне вежбе, - дијагностички тестови, - самоевалуација, - вршњачко оцењивање,

Назив теме/модула:
Трајање теме/ модула:

Ментална хигијена
5 часова

ЦИЉЕВИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ИСХОДИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ОБАВЕЗНИ И ПРЕПОРУЧЕНИ САДРЖАЈИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ПРЕПОРУЧЕНЕ АКТИВНОСТИ И НАЧИН ОСТВАРИВАЊА ТЕМЕ/МОДУЛА
<ul style="list-style-type: none">• Стицање знања о значају очувања менталног здравља и упознавање са факторима који могу да наруше ментално здравље;• Стицање знања о ризичном понашању деце и адолесцената;• Стицање знања о болестима зависности и њиховој превенцији.	<p>По завршетку модула ученик ће бити у стању да:</p> <ul style="list-style-type: none">• примени мере којима се прилагођава утицајима средине и делује као стабилна и зрела личност;• примени мере којима се одупире факторима који нарушавају ментално здравље;• примени мере које подижу ниво психичке кондиције;• усвоји здрав стил живота, што значи да не постане зависан од никотина, алкохола и опојних дрога.	<ul style="list-style-type: none">• Ментално здравље, однос телесног и менталног здравља, фактори који утичу на ментално здравље;• Специфичности менталног здравља код деце и омладине; стрес• Болести зависности: пушење, наркоманија и алкохолизам; превенција болести зависности	<p>На почетку теме ученике упознати са циљевима и исходима наставе / учења, планом рада и начинима оцењивања.</p> <p>Облици наставе теоријска настава 5 часова Подела одељења на групе Одељење се не дели на групе</p> <p>Методе наставе: Избор метода и облика рада за сваку тему одређује наставник у зависности од наставних садржаја, способности и потреба ученика, материјалних и других услова. Користити вербалне методе (метода усменог излагања и дијалогска метода), методе демонстрације, извршење задатка, презентација израде радног задатка, текстуално-илустративне методе.</p> <p>Место реализације наставе Теоријска настава се реализује у учионици</p> <p>Оцењивање У настави оријентисаној ка достизању исхода прате се и вреднују процес наставе и учења, постигнућа ученика (продукти учења) и сопствени рад. Да би вредновање било објективно и у функцији учења, потребно је ускладити нивое исхода и начине оцењивања.</p> <p>Оцењивање наученог (сумативно) Ученик се оцењује на основу:</p> <ul style="list-style-type: none">- усмене провере постигнућа,- писмене провере- практичног рада,- извештаји,- есеја <p>Оцењивање за учење (формативно) Ученик се оцењује на основу:</p> <ul style="list-style-type: none">- посматрање,- контролне вежбе,- дијагностички тестови,- самоевалуација,- вршњачко оцењивање,

Назив теме/модула:
Трајање теме/модула:

Хигијена исхране
5 часова

ЦИЉЕВИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ИСХОДИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ОБАВЕЗНИ И ПРЕПОРУЧЕНИ САДРЖАЈИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ПРЕПОРУЧЕНЕ АКТИВНОСТИ И НАЧИН ОСТВАРИВАЊА ТЕМЕ/МОДУЛА
<ul style="list-style-type: none">• Стицање знања о правилној исхрани;• Стицање знања о последицама неправилне исхране.	<p>По завршетку модула ученик ће бити у стању да:</p> <ul style="list-style-type: none">• објасни улогу хранљивих материја у организму;• објасни принципе правилне исхране;• примени пирамиду исхране;• наведе последице неправилне исхране;	<ul style="list-style-type: none">• Физиологија исхране;• Принципи правилне исхране и пирамида исхране;• Болести проузроковане неправилном исхраном.	<p>На почетку теме ученике упознати са циљевима и исходима наставе / учења, планом рада и начинима оцењивања.</p> <p>Облици наставе теоријска настава 5 часова</p> <p>Подела одељења на групе Одељење се не дели на групе</p> <p>Методе наставе: Избор метода и облика рада за сваку тему одређује наставник у зависности од наставних садржаја, способности и потреба ученика, материјалних и других услова. Користити вербалне методе (метода усменог излагања и дијалогска метода), методе демонстрације, извршење задатка, презентација израде радног задатка, текстуално-илустративне методе.</p> <p>Место реализације наставе Теоријска настава се реализује у учионици</p> <p>Оцењивање У настави оријентисаној ка достизању исхода прате се и вреднују процес наставе и учења, постигнућа ученика (продукти учења) и сопствени рад. Да би вредновање било објективно и у функцији учења, потребно је ускладити нивое исхода и начине оцењивања.</p> <p>Оцењивање наученог (сумативно) Ученик се оцењује на основу: - усмене провере постигнућа, - писмене провере - практичног рада, - извештаји, - есеја</p> <p>Оцењивање за учење (формативно) Ученик се оцењује на основу: - посматрање, - контролне вежбе, - дијагностички тестови, - самовалуација, - вршњачко оцењивање,</p>

Назив теме/модула: **Комунална хигијена**
 Трајање теме/модула: **4 часа**

ЦИЉЕВИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ИСХОДИ ТЕМЕ/МОДУЛА По завршетку модула ученик ће бити у стању да:	ОБАВЕЗНИ И ПРЕПОРУЧЕНИ САДРЖАЈИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ПРЕПОРУЧЕНЕ АКТИВНОСТИ И НАЧИН ОСТВАРИВАЊА ТЕМЕ/МОДУЛА
<ul style="list-style-type: none"> • Стицање знања о позитивним и негативним утицајима спољне средине на здравље; • Стицање знања о значају воде за пиће, земљишта, атмосфере, аерозагађења и отпадних материја; 	<ul style="list-style-type: none"> • наведе како влага, атмосферски притисак, кретање ваздуха и температура утичу на здравље; како аерозагађење доводи до настанка болести • опише значај хигијенски исправне воде за пиће и болести које се повезују са загађењем воде; • наведе методе пречишћавања воде; • наведе методе хигијенског уклањања отпадних материја; • одлаже материјал за рециклажу у зависности од порекла. 	<ul style="list-style-type: none"> • Састав атмосфере и аерозагађење; • Састав земљишта, кружење материје и мере заштите земљишта од загађења; • Хигијенски, епидемиолошки, еколошки и здравствени значај воде за пиће; • Хигијенски захтеви одлагања отпадних материја и вода; 	<p>На почетку теме ученике упознати са циљевима и исходима наставе / учења, планом рада и начинима оцењивања.</p> <p>Облици наставе теоријска настава 4 часа Подела одељења на групе Одељење се не дели на групе</p> <p>Методе наставе: Избор метода и облика рада за сваку тему одређује наставник у зависности од наставних садржаја, способности и потреба ученика, материјалних и других услова.</p> <p>Користити вербалне методе (метода усменог излагања и дијалогска метода), методе демонстрације, извршење задатка, презентација израде радног задатка, текстуално-илустративне методе.</p> <p>Место реализације наставе Теоријска настава се реализује у учионици</p> <p>Оцењивање У настави оријентисаној ка достизању исхода прате се и вреднују процес наставе и учења, постигнућа ученика (продукти учења) и сопствени рад. Да би вредновање било објективно и у функцији учења, потребно је ускладити нивое исхода и начине оцењивања.</p> <p>Оцењивање научног (сумативно) Ученик се оцењује на основу:</p> <ul style="list-style-type: none"> - усмене провере постигнућа, - писмене провере - практичног рада, - извештаји, - есеја <p>Оцењивање за учење (формативно) Ученик се оцењује на основу:</p> <ul style="list-style-type: none"> - посматрање, - контролне вежбе, - дијагностички тестови, - самоевалуација, - вршњачко оцењивање,

Назив теме/модула:
Трајање теме/модула:

Хигијена рада
3 часа

ЦИЉЕВИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ИСХОДИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ОБАВЕЗНИ И ПРЕПОРУЧЕНИ САДРЖАЈИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ПРЕПОРУЧЕНЕ АКТИВНОСТИ И НАЧИН ОСТВАРИВАЊА ТЕМЕ/МОДУЛА
<ul style="list-style-type: none">• Стицање знања о дејству штетних нокси и других фактора у радној средини који доводе до нарушавања здравља;• Стицање знања о превенцији професионалних обољења и трауматизма.	<p>По завршетку модула ученик ће бити у стању да:</p> <ul style="list-style-type: none">• наведе факторе и штетне ноксе које утичу на здравље у радној средини;• објасни последице деловања штетних фактора у радној средини;• опише значај умора, замора и премора код појединих врста рада;• примени хигијенске методе за обнављање радне способности;• примени превентивне мере у циљу очувања здравља и спречавања професионалних болести и професионалног трауматизма.	<ul style="list-style-type: none">• Утицај радне средине и процеса рада на здравље; подела и значај штетних нокси радне средине;• Појава умора, замора и премора код појединих врста послова и хигијенске методе за обнављање радне способности; превенција професионалних обољења и професионалног трауматизма.	<p>На почетку теме ученике упознати са циљевима и исходима наставе / учења, планом рада и начинима оцењивања.</p> <p>Облици наставе теоријска настава 3 часа Подела одељења на групе Одељење се не дели на групе</p> <p>Методе наставе: Избор метода и облика рада за сваку тему одређује наставник у зависности од наставних садржаја, способности и потреба ученика, материјалних и других услова. Користити вербалне методе (метода усменог излагања и дијалогска метода), методе демонстрације, извршење задатка, презентација израде радног задатка, текстуално-илустративне методе.</p> <p>Место реализације наставе Теоријска настава се реализује у учионици</p> <p>Оцењивање У настави оријентисаној ка достизању исхода прате се и вреднују процес наставе и учења, постигнућа ученика (продукти учења) и сопствени рад. Да би вредновање било објективно и у функцији учења, потребно је ускладити нивое исхода и начине оцењивања.</p> <p>Оцењивање научног (сумативно) Ученик се оцењује на основу: - усмене провере постигнућа, - писмене провере - практичног рада, - извештаји, - есеја</p> <p>Оцењивање за учење (формативно) Ученик се оцењује на основу: - посматрање, - контролне вежбе, - дијагностички тестови, - самоевалуација, - вршњачко оцењивање,</p>

Назив теме/модула:
Трајање теме/модула:

Основе прве помоћи
8 часова

ЦИЉЕВИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ИСХОДИ ТЕМЕ/МОДУЛА По завршетку модула ученик ће бити у стању да:	ОБАВЕЗНИ И ПРЕПОРУЧЕНИ САДРЖАЈИ ТЕМЕ/МОДУЛА	ПРЕПОРУЧЕНЕ АКТИВНОСТИ И НАЧИН ОСТВАРИВАЊА ТЕМЕ/МОДУЛА
<ul style="list-style-type: none">Усвајање вештина за пружање помоћи лицима у бесвесном стању;Стицање знања о кардиопулмоналној реанимацији и усвајање вештина у техници оживљавања;Усвајање вештина за практично пружање прве помоћи код крварења, рана и повреда зглобно-коштаног система;Стицање знања о повредама изазваним физичким, хемијским и биолошким факторима.	<ul style="list-style-type: none">дефинише прву помоћ и разуме њен значај;утврди стање свести, утврди постојање дисања, утврди постојање срчаног рада;препозна различите нивое поремећаја свести и збрине п/о на одговарајући начин (сомноленција, сопор, кома);постави п/о у бочни релаксирајући положај;препозна престанак дисања и рада срца;изводи кардиопулмоналну реанимацију;заустави крварење различитим методама;правилно збрине рану;препозна знаке повреда зглобова и костију;изврши имобилизацију појединих телесних сегмената;препозна различите термичке повреде и на одговарајући начин збрине различите термичке повреде;пружи адекватну прву помоћ код повреда електрицитетом;препозна хемијска оштећења организма и збрине их на адекватан начин;	<ul style="list-style-type: none">Појам, циљеви, задаци и значај прве помоћи; појам, узроци и класификација поремећаја свести;Појам и циљеви кардиопулмоналне реанимације;Крварења - врсте и последице и методе привремене хемостазе; ране и поступак са ранама;Имобилизација - појам, циљеви, правила имобилизације и средства за имобилизацију;Повреде изазване дејством високе температуре на организам: топлотни удар, сунчаница, опекотине; повреде електрицитетом: повреде електричном струјом и удар грома; хемијске опекотине;Тровање алкохолом, лековима и психоактивним супстанцама;	<p>На почетку теме ученике упознати са циљевима и исходима наставе / учења, планом рада и начинима оцењивања.</p> <p>Облици наставе теоријска настава 8 часова Подела одељења на групе Одељење се не дели на групе</p> <p>Методе наставе: Избор метода и облика рада за сваку тему одређује наставник у зависности од наставних садржаја, способности и потреба ученика, материјалних и других услова. Користити вербалне методе (метода усменог излагања и дијалогска метода), методе демонстрације, извршење задатка, презентација израде радног задатка, текстуално-илустративне методе.</p> <p>Место реализације наставе Теоријска настава се реализује у учионици</p> <p>Оцењивање У настави оријентисаној ка достизању исхода прате се и вреднују процес наставе и учења, постигнућа ученика (продукти учења) и сопствени рад. Да би вредновање било објективно и у функцији учења, потребно је ускладити нивое исхода и начине оцењивања.</p> <p>Оцењивање наученог (сумативно) Ученик се оцењује на основу:</p> <ul style="list-style-type: none">- усмене провере постигнућа,- писмене провере- практичног рада,- извештаји,- есеја <p>Оцењивање за учење (формативно) Ученик се оцењује на основу:</p> <ul style="list-style-type: none">- посматрање,- контролне вежбе,- дијагностички тестови,- самоевалуација,- вршњачко оцењивање, <p>Међупредметно повезивање Биологија, хемија, физика и исхрана</p>