

# MINISTARSTVO ZNANOSTI, OBRAZOVANJA I SPORTA

2384

Na temelju članka 27. stavka 12. Zakona o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi («Narodne novine», broj 87/08, 86/09, 92/10, 105/10 – ispr., 90/11, 16/12, 86/12 i 94/13) ministar znanosti, obrazovanja i sporta donosi

## ODLUKU

### O DONOŠENJU NASTAVNOG PLANA I PROGRAMA ZDRAVSTVENOG ODGOJA ZA OSNOVNE I SREDNJE ŠKOLE

I.

Ovom odlukom donosi se Nastavni plan i program zdravstvenog odgoja za osnovne i srednje škole u Republici Hrvatskoj.

II.

Nastavni plan i program zdravstvenog odgoja za osnovne i srednje škole u Republici Hrvatskoj provodit će se kao program međupredmetnog sadržaja u nastavnim predmetima i programima, a način njegova provođenja propisan je nastavnim planom i programom zdravstvenog odgoja koji je sastavni dio ove odluke.

III.

Stručno usavršavanje učitelja, nastavnika i stručnih suradnika vezano uz provedbu zdravstvenog odgoja provodit će Agencija za odgoj i obrazovanje.

IV.

Ova odluka stupa na snagu osmoga dana od dana njezine objave u »Narodnim novinama«.

Klasa: 602-01/13-01/00810

Urbroj: 533-18-13-0002

Zagreb, 20. kolovoza 2013.

Ministar

**dr. sc. Željko Jovanović**, v. r.

### NASTAVNI PLAN I PROGRAM ZDRAVSTVENOG ODGOJA ZA OSNOVNE I SREDNJE ŠKOLE

Svrha zdravstvenog odgoja je uspješan razvoj djece i mladih da bi stasali u zdrave, zadovoljne, uspješne, samosvjesne i odgovorne osobe. Opći cilj zdravstvenog odgoja, temeljen na holističkom poimanju zdravlja, jest promicanje zdravlja, zdravih stilova života i usvajanje zdravih 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*, *Prevenција ovisnosti*, *Prevenција nasilničkog ponašanja* i *Spolna/rodna ravnopravnost i odgovorno spolno ponašanje*. Osposobljavanje za kritičko prosuđivanje životnih situacija i vlastitih postupaka za odgovorno donošenje odluka temeljni je cilj svih modula. Također, jednako važan cilj svih modula je razvoj tolerancije, pri čemu je važno pomoći svim učenicima razviti pozitivnu sliku o sebi, ali i usvojiti uvažavanje različitosti među ljudima kao temeljnu vrednotu. Zdravstveni odgoj treba pomoći razvoju sustava vrijednosti kod mladih osoba, potaknuti razvoj empatije i osjetljivosti za potrebe drugih, no istodobno treba ukazati na neprihvatljiva ponašanja i devijantne pojave koje se ne smiju tolerirati ili ignorirati. U raspoređivanju sadržaja Zdravstvenog odgoja u module i razrede vodilo se računa o specifičnostima učeničke razvojne dobi te o interesima koji se u određenoj dobi pojavljuju kod većine učenika i o problemima koji ih zaokupljaju

Modul *Živjeti zdravo* u kojem će djeca učiti o pravilnoj prehrani, osobnoj higijeni, tjelesnoj aktivnosti i mentalnom zdravlju najviše je zastupljen u razrednoj nastavi, ali se njegovi sadržaji protežu i u svim ostalim razredima do četvrtog razreda srednje škole. Sadržajima koje obuhvaća ovaj modul učenicima se želi ukazati na važnost zdrave prehrane i stjecanje pozitivnih navika osobne higijene. Budući da je kod mladih u Hrvatskoj i svijetu očit porast prekomjerne tjelesne mase i pretilosti, nužno je edukacijom djelovati preventivno kroz sve razine odgoja i obrazovanja djece i mladih. Nastavno na dio u kojemu se govori o zdravoj i uravnoteženoj prehrani nastoji se povezati dostupnost znanstveno utemeljenih informacija o prehranbenim namirnicama te djecu i mlade uputiti na preporučene prehrambene namirnice i na važnost provođenja redovite i umjerene tjelesne aktivnosti. Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) podsjeća da je zdravlje više od tjelesnog, da ima mentalne i socijalne dimenzije koje je nemoguće odvojiti. U osiguravanju zaštite mentalnog zdravlja važno je pomoći učenicima prepoznati vrijednost njihovih osjećaja i mišljenja jer jedino tako mogu razviti osjećaj vlastite vrijednosti. Rezultat provedbe zdravstvenog odgoja za promociju mentalnog zdravlja uključuje poticanje i razvoj samopouzdanja i razvijanje životnih vještina od komunikacije do donošenja odluka.

Prevenција ovisnosti je, kao i prevenција nasilničkog ponašanja, zastupljena kroz sve dobne skupine školske djece i mladih. Modul prevenција ovisnosti pripremljen je u cilju unapređivanja univerzalnog modela prevencije ovisnosti u školskom okruženju, kojim se kod djece i mladih pridonosi usvajanju poželjnih društvenih stavova i ponašanja u odnosu na određene oblike rizičnih ponašanja. Uz tradicionalno prisutne teme vezane uz prevenciju pušenja, korištenja alkoholnih pića i zlouporabe droga modul *Prevenција ovisnosti* posebnu pozornost posvećuje i naglašava potrebu za intenziviranjem preventivnih aktivnosti na »novijim« oblicima rizičnih ponašanja prisutnih kod mladih, kao što su kockanje i kladenje adolescenata i problem stradavanja mladih u prometu – prometne nesreće povezane s konzumiranjem alkohola (problem prisutan s tragičnim posljedicama u hrvatskom društvu i prepoznat na međunarodnoj razini kao jedan od prioriteta zdravstvenog odgoja).

Modul *Spolna/rodna ravnopravnost i odgovorno spolno ponašanje* sadrži znanstveno provjerene informacije o spolnosti, a naglasak na razvijanju vještina potrebnih za odgovorno ponašanje, rezultat je teorijskih i iskustvenih modela prevencije rizika zaraze HIV-om i drugim spolno prenosivim bolestima. Upravo znanstveni pristup razvoju vještina nalaže da se neki sadržaji uvedu u nastavu prije no što postanu stvarnost, odnosno osobno iskustvo većeg broja mladih ljudi. Kada je pak riječ o pedagoškim i metodičkim načelima na kojima se četvrti modul zasniva, nužno je spomenuti: (1) dobnu prilagođenost sadržaja i metoda poučavanja, (2) naglasak na interaktivnim metodama poučavanja i poticanju učenika na diskusiju i kritičko razmišljanje te (3) vrijednosnu otvorenost (program pruža informacije i omogućuje diskusiju o različitim vrijednosnim perspektivama). Potonje obilježje potiče aktivnu ulogu roditelja koji će sa svojom djecom razgovarati o obrađenim sadržajima, unoseći svoju perspektivu i životno iskustvo.

Rukovodeći se spoznajom da u aktualnim nastavnim programima već postoje sadržaji, a u školskoj praksi uvriježene brojne aktivnosti u funkciji Zdravstvenog odgoja, program je oblikovan na način koji uvažava sve ono što već postoji i pokazalo se dobrim, a kao dodatne sadržaje ističe ono čemu valja posvetiti više vremena. To

dodatno vrijeme pronađeno je u satima razrednika – do 12 sati godišnje. Dio predviđenih tema ostvarit će razrednici, a u njihovoj pripremi planirano je da im pomognu stručni suradnici, pedagozi, psiholozi, stručnjaci edukacijsko-rehabilitacijskog profila i socijalni pedagozi. U nastavnom planu naveden je broj nastavnih sati sata razrednika na kojima će se ostvarivati dodatne teme zdravstvenoga odgoja. Redoslijed provedbe sadržaja odredit će razrednik u dogovoru s ostalim odgojno-obrazovnim radnicima u školi i vanjskim suradnicima (školska medicina). Navedeni ishodi u okviru svakog modula, omogućit će procjenu kvalitete programa samovrednovanjem škola i vanjskim vrednovanjem.

### Nastavni plan za provedbu zdravstvenog odgoja u okviru sata razrednika

#### Osnovna škola – razredna nastava

r. b.	Moduli	Razred/planirani broj sati po modulu			
		1. razred	2. razred	3. razred	4. razred
1	Živjeti zdravo	6	6	6	5
2	Prevenција nasilničkog ponašanja	2	3	2	2
3	Prevenција ovisnosti	2	2	1	3
4	Spolna/rodna ravnopravnost i spolno odgovorno ponašanje	0	0	2	2
Ukupno sati		10	11	11	12

#### Osnovna škola – predmetna nastava

r. b.	Moduli	Razred/planirani broj sati po modulu			
		5. razred	6. razred	7. razred	8. razred
1	Živjeti zdravo	4	3	5	4
2	Prevenција nasilničkog ponašanja	4	2	2	2
3	Prevenција ovisnosti	2	3	2	2
4	Spolna/rodna ravnopravnost i spolno odgovorno ponašanje	2	4	3	4
Ukupno sati		12	12	12	12

#### Srednja škola

r. b.	Moduli	Razred/planirani broj sati po modulu			
		1. razred	2. razred	3. razred	4. razred
1	Živjeti zdravo	4	4	3	2
2	Prevenција nasilničkog ponašanja	2	2	2	2

3	Prevenција ovisnosti	2	2	2	0
4	Spolna/rodna ravnopravnost i spolno odgovorno ponašanje	4	4	5	0
Ukupno sati		12	12	12	4

**Nastavni plan i program zdravstvenog odgoja – osnovna škola (razredna nastava)**  
([dodatni/428437.pdf](#))

**Nastavni program zdravstvenog odgoja – osnovna škola (predmetna nastava)**  
([dodatni/428438.pdf](#))

**Nastavni plan i program zdravstvenog odgoja – srednja škola** ([dodatni/428439.pdf](#))