

Kurikulum zdravstvenog odgoja – teme za 4. modul

Uvod

Svrha zdravstvenog odgoja je uspješan razvoj djece i mladih da bi stasali u zdrave, zadovoljne, uspjezne, samosvjesne i odgovorne osobe.

Program Zdravstvenog odgoja temelji se na holističkom poimanju zdravlja, koje obuhvaća očuvanje zdravlja i kvalitete života, humane odnose među spolovima i ljudsku spolnost, prevenciju ovisnosti, kulturu društvene komunikacije i prevenciju nasilničkog ponašanja.

Program se zasniva na višedimenzionalnom modelu koji podrazumijeva povezanost tjelesnog, mentalnog, duhovnog, emocionalnog i socijalnog aspekta zdravlja, a ispunjenje i stabilnost u svakoj od navedenih dimenzija pridonosi cjelovitosti razvoja i povećanju kvalitete življenja svake osobe. Podjela programa Zdravstvenog odgoja u module (Živjeti zdravo, Prevencija ovisnosti, Prevencija nasilničkog ponašanja te Spolno/rodna ravnopravnost i odgovorno spolno ponašanje)

Spolno/rodna ravnopravnost i odgovorno spolno ponašanje je modul kojim se učenicima žele dati znanstveno utemeljene informacije, ali i uvidi u različita promišljanja te raznorodne vrijednosne perspektive. Cilj modula je omogućiti učenicima usvajanje vještina potrebnih za donošenje odgovornih odluka važnih za očuvanje njihova fizičkog i mentalnog zdravlja te im pomoći da kroz razumijevanje različitosti i kritičko promišljanje izgrade pozitivan odnos prema sebi i drugima.

Osposobljavanje za kritičko prosuđivanje životnih situacija i vlastitih postupaka i 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.

Rezultati Zdravstvenog odgoja pokazat će se za nekoliko godina. Očekuje se da će sustavna i dosljedna provedba programa popraviti, prema novijim pokazateljima, zabrinjavajuću zdravstvenu sliku populacije djece i mladih u Republici Hrvatskoj. Stoga je tijekom provedbe potrebno provoditi evaluaciju programa te ga nadograđivati i mijenjati sukladno primjerima dobre prakse.

MODUL: Spolna/rodna ravnopravnost i odgovorno spolno ponašanje

Oznake uz naziv tema:

A = provodi se na satovima razrednika

B = intergirano u već postojeće sadržaje nastavnih predmeta, školskih preventivnih programa, sate razrednika i projekata

***** = ostvaruju timovi školske medicine: nadležni školski liječnici i medicinske sestre/tehničari (posebno kod teme u masturbaciji!)

OSNOVNA ŠKOLA

3.razred:

Odgovornost i poštovanje prema vlastitom tijelu (2 sata) **A**

- prepoznati potrebu brige o vlastitom tijelu i važnost pozitivnog odnosa prema njemu
- iskazati što je prihvatljiv, a što neprihvatljiv tjelesni dodir
- prepoznati promjene uloga rođenjem djeteta u obitelji

4.razred:

Razlike rodnih uloga u društvu/obitelji (1 sat) **A**

Rodna očekivanja među vršnjacima u školi (1 sat) **A**

- opisati razliku između spola i roda, odnosno bioloških karakteristika te društvenih očekivanja i normi

- prepoznati spolne/ rodne stereotipe u medijima
- raspraviti spolne/ rodne uloge u razredu i obitelji

5.razred:

Uloga i pritisak medija u pubertetu (1 sat) A

- raspraviti kako mediji i internet stvaraju norme izgleda i ponašanja
- raspraviti što su stidljivost, zbunjenost i druge neugodne emocije koje se pojavljuju u pubertetu vezane uz fizičke promjene

Vlastito tijelo u promjenama* (1 sat) A

- prepoznati spolnost kao sastavni dio cjelokupnog čovjekova života

- objasniti masturbaciju kao sastavni dio ljudske spolnosti (objasniti pogrešnost nekad raširenih vjerovanja o njezinoj štetnosti)

Pubertet – promjene i teškoće u sazrijevanju B

- prepoznati promjene (fizičke, spolne i psihičke) koje se događaju u pubertetu
- povezati pojave mjesečnice i polucije sa spolnim sazrijevanjem
- razlikovati unutarnje organe za razmnožavanje muškaraca (sjemenici, sjemenovodi, mokraćna cijev) i žena (jajnici, jajovodi, maternica, rodnica)

6.razred:

Emocije u vršnjačkim odnosima (2 sata) A

- razlikovati pojmove prijateljstvo, zaljubljenost, ljubav, bliskost, seksualna privlačnost
- raspraviti kako se stvara bliski odnos između dviju osoba: što nas privlači, kako razumijemo sebe i svoje potrebe, kako izreći vlastite potrebe
- opisati neugodne emocije u odnosima s vršnjacima (npr. odbijanje i razočaranje)

Uloga medija u vršnjačkim odnosima (2 sata) A

- navesti i raspraviti pozitivne i negativne primjere napisa o seksualnosti mladih u medijima

- prepoznati i raspraviti spolne/ rodne stereotipe vezane uz seksualno ponašanje prisutne u medijima
- raspraviti način na koji pornografija prikazuje ljudsku seksualnost te muške i ženske seksualne uloge

7.razred:

Komunikacija o spolnosti (1 sat) A

- objasniti važnost razgovora o spolnosti
- primijeniti u komunikaciji „ja“ poruke
- raspravljati o vrijednostima i međusobnim odnosima

Vršnjački pritisak, samopoštovanje i rizična ponašanja (1 sat) A

- prepoznati pritiske i rizične situacije u prijateljskim/ partnerskim odnosima
- prepoznati i odbiti vršnjačke pritiske i neželjena ponašanja vezana uz spolnost

- dati primjer i diskutirati o rizičnim spolnim ponašanjima

- prepoznati i protumačiti ulogu niskog samopoštovanja u rizičnim spolnim ponašanjima

Prihvatanje različitosti u seksualnosti (1 sat) A

- prepoznati sličnosti i razlike među ljudima kada je riječ o seksualnosti
- raspraviti pojam seksualnih manjina i njihov položaj tijekom povijesti
- prepoznati što je stigmatizacija i diskriminacija

- prepoznati važnost prihvatanja različitosti

8.razred:

Važnost samopoštovanja, asertivnosti i osobnog integriteta za odgovorno odlučivanje (1 sat) A

- izgraditi asertivnost i raspraviti zašto je važna u prevenciji seksualnih rizika
- izraziti i jačati osobni integritet bez obzira na „popularnost“ (raspraviti cijenu „popularnosti“ među vršnjacima)
- raspraviti utjecaj medijskih poruka i izgraditi pozitivnu sliku o vlastitom tijelu

Odgovorno spolno ponašanje (2 sat) A

- definirati odgovorno seksualno ponašanje
- vježbati korake donošenja odgovornih odluka

- objasniti što znači "ne" u komunikaciji o spolnosti

- prepoznati i definirati različite oblike nasilnoga seksualnog ponašanja (kako izbjeći situacije u kojima postoji rizik seksualne agresije)
- raspraviti što znači biti seksualno biće i uključuje li to nužno seksualne odnose (snošaj)
- pokazati na primjerima važnost komunikacije s partnerom za odgovorno seksualno ponašanje

Rizici (pre)ranih seksualnih odnosa (1 sat) **A**

- raspraviti rizike preranog stupanja u seksualne odnose
- raspraviti pitanje odgađanja seksualnih odnosa i pojam apstinencije

Sadržaji **B**

<p>Roditelji i potomci</p> <p>Srodnost i raznolikost</p> <p>Nespolno i spolno razmnožavanje</p> <p>Biološko nasljeđivanje – Nasljeđivanje spola</p> <p>Građa i uloge spolnih organa</p> <p>– muški i ženski spolni organi</p> <p>– sporedna spolna obilježja</p> <p>Menstruacijski ciklus</p> <p>- računanje ciklusa; plodni i neplodni dani</p> <p>Začeće i razvitak djeteta prije rođenja</p> <p>Blizanačka trudnoća</p> <p>Od rođenja do smrti</p> <p>Životna razdoblja čovjeka</p> <p>Odgovorno spolno ponašanje</p>	<ul style="list-style-type: none"> • opisati gene kao nositelje nasljednih osobina • razlikovati spolno od nespolnog razmnožavanja • opisati značajke spolnog razmnožavanja (oba roditelja – žena/ ženka i muškarac/ mužjak, odnosno ženska jajna stanica i muška spolna stanica – spermij, raznolikost potomaka) • obrazložiti važnost genske raznolikosti za opstanak života • opisati kako muške spolne stanice (spolni kromozomi X i Y) određuju spol • povezati građu i ulogu spolnih organa • opisati menstruacijski ciklus • opisati pojavu menstruacije i polucije kao znak spolne zrelosti organizma i mogućnosti oplodnje • obrazložiti zašto spolnu zrelost treba pratiti odgovorno spolno ponašanje • povezati menstruacijski ciklus s plodnim i neplodnim danima • navesti osnovne načine kontracepcije • obrazložiti ulogu kontracepcije • opisati razvoj ploda prije rođenja • razlikovati pojmove trudnoća i porođaj • nabrojiti znakove trudnoće: izostanak mjesečnice, tjelesne promjene • opisati ulogu posteljice i pupčane vrpce • razlikovati pojmove zametak i plod • obrazložiti potrebu odgovornoga ponašanja u trudnoći • opisati značenje pojedinih razdoblja u životu čovjeka • opisati promjene na članovima obitelji i zancima tijekom različitih životnih razdoblja • usporediti tjelesno i spolno sazrijevanje • navesti sličnosti i razlike među spolovima • navesti spolno prenosive bolesti i njihove uzročnike • navesti načine prevencije prenošenja spolno prenosivih bolesti • istaknuti značenje spolnoga odnosa sa zaštitnim sredstvima
--	---

SREDNJA ŠKOLA

1.razred

Razvijanje vještina potrebnih za odgovorno seksualno ponašanje I. (2 sata) **A**

- objasniti SPI i rizike ranog stupanja u seksualne odnose
- opisati djelovanje, prednosti i nedostatke različitih metoda kontracepcije
- raspraviti ulogu medija i vršnjačkog pritiska u seksualnoj inicijaciji adolescenata

- raspraviti važnost donošenja autonomne i odgovorne odluke o stupanju u seksualne odnose (što znači biti spreman/ na?)

- predložiti načine odupiranja vršnjačkim pritiscima

- obrazložiti važnost dogovora o odgovornom seksualnom ponašanju s partnerom
- usporediti različite stavove o seksualnosti i uporabi zaštite

- prepoznati, izreći i zastupati osobne granice i potrebe u partnerskom odnosu

Emocije i komunikacija u vezi (1 sat) **A**

- raspraviti važnost ravnopravnog komuniciranja u partnerskom/ prijateljskom odnosu

- protumačiti pojam i važnost intimnosti u vezi

- objasniti vezu između predrasuda prema ženama i njihove diskriminacije u povijesti

Medijski prikaz seksualnosti (1 sat) **A**

- raspraviti načine prevladavanja spolnih/ rodnih stereotipa
- analizirati prikaz seksualnosti u pornografiji: kako pornografija prikazuje žene, kako muškarce?
- raspraviti kako pornografija utječe na adolescente

2.razred

Razvijanje vještina potrebnih za odgovorno seksualno ponašanje II. (2 sata) **A**

- demonstrirati vještinu komuniciranja o vlastitim potrebama (onoga što želiš i onoga što ne želiš)
- obrazložiti važnost odgovornoga spolnog ponašanja (zaštita)
- usporediti različite vrste zaštite i ulogu stavova pri razvijanju navike
- raspraviti moguće poteškoće pri dogovaranju o uporabi zaštite

Spolno/ rodno nasilje i nasilje u vezama (2 sata) **A**

- opisati obilježja nasilne veze
- definirati različite oblike i moguće posljedice nasilnoga seksualnog ponašanja
- prepoznati situacije u kojima postoji rizik seksualne viktimizacije (što učiniti?)
- objasniti vezu između nedostatka samopoštovanja i rizika seksualne viktimizacije
- potražiti pomoć u slučaju izloženosti seksualnom nasilju
- prepoznati važnost podrške vršnjacima koji su proživjeli seksualno nasilje
- prepoznati štetan utjecaj alkohola na odnose u vezi

3.razred

Seksualna prava i stereotipi (1 sat) **A**

- usporediti stereotipe i društvena očekivanja u kontekstu seksualnosti: što se očekuje od muškaraca, što od žena (imaju li muškarci i žene jednaka seksualna prava?)
- analizirati odredbe Deklaracije o seksualnim pravima Svjetske zdravstvene organizacije

Seksualno zdravlje i najčešći seksualni problemi mladih (1 sat) **A**

- definirati pojam seksualnog zdravlja i opisati najčešće seksualne poteškoće u populaciji mladih

Brak, roditeljstvo i obitelj (1 sat) **A**

- definirati odgovorno roditeljstvo
- usporediti medicinska, religijska i feministička stajališta o prekidu trudnoće
- opisati suvremene promjene vezane uz brak (kasnije stupanje u brak, porast rastava, kontroverze vezane uz istospolni brak) i obitelj (različiti tipovi obitelji)

Stigmatizacija i diskriminacija seksualnih manjina (2 sata) **A**

- analizirati različite pristupe (znanstveni, religijski i aktivistički) ljudskoj homoseksualnosti
- razlikovati pojmove transseksualnost i transrodnost

- prepoznati različite oblike nasilnog ponašanja i diskriminacije prema pripadnicima seksualnih manjina

Stavovi i predrasude **B**

- izgraditi vrijednosti prihvaćanja i tolerancije seksualnih različitosti
- objasniti pojam stava, stereotipa i predrasuda
- objasniti utjecaj stavova, stereotipa i predrasuda na psihičke procese i ponašanje
- navesti primjere stereotipa i predrasuda