

АКТИВНОСТ

Назив теме¹	ПОЈАМ ЗДРАВЉА „БОЉЕ СПРЕЧИТИ, НЕГО ЛЕЧИТИ - <i>Thomas Fuller</i>
Тип школе (основна или средња)	Средња школа Гимназија“Душан Васиљев“, Кикинда Аутор рада: Миљана Китановић, психолог, стручни сарадник
Узраст ученика	Ученици трећег разреда Гимназије – 17 година
Број учесника	15 ученика
Оквирно време реализације активности	Реализација активности: од 15. септембра до краја полугодишта
Место активности	✓ Едукативне радионице - активности у школи/учионица ✓ Истраживачки рад, студије случаја , тимски рад и сарадничко учење – рад од куће и на терену (Завод за јавно здравље, библиотека, интернет...) ✓ Пројектне активности : Израда и реализација пројекта – Информисање јавности Организација округлог стола (представници локалне власти, родитељи)– просторије школе/медијатека ✓ Изложба: Израда и постављање „Излога“ са добијеним подацима и препорукама – Културни центар ✓ Локални медији – видљивост пројекта/уоченог проблема
Наставни предмети са којима је тема повезана	Биологија, Психологија, Здравље и спорт, Физичко и здравствено васпитање, Методологија научног истраживања
Циљ активности	Разумевање концепта здравља, развијање одговорног односа према здрављу и здравим стилевима живота у функцији превенције болести, смањења ризика и очувања здравља како појединца, тако и друштва у целини.
Очекивани исходи	По завршетку активности, ученик ће бити у стању да: - Разуме појам здравља, динамичност и међусобну повезаност свих аспеката здравља - Препозна везу између ризичног понашања и нарушавања здравља

¹ Одабрати једну од понуђених тема: Појам здравља; Превенција и контрола болести; Употреба психоактивних супстанци; Исхрана и физичка активност; Лична хигијена; Ментално здравље; Превенција повреда; Здравље породице; Животна средина и здравље; Здравље заједнице

	- Развије позитиван став према здрављу и zdravим stilovima живота - Препозна место и улогу личне одговорности у очувању здравља, односно настанку болести или поремећаја
Образложење теме Зашто је ова важна важна? Како се може повезати с другим темама / знањима ученика? Како ће она утицати на даље учење и развијање знања у области здравственог васпитања? Како се она може повезати са искуством ученика и њиховим потребама? Како се ова тема може обрадити са више становишта? Како ова тема може послужити за додатна истраживања, анализе, дискусије...? Који аспекти теме захтевају даље истраживање или активности ученика?	Здравље је универзална вредност, основно људско право, услов квалитетног живота и идеал којем треба непрестано да тежимо, посебно када су у питању најзначајнији делови друштва – деца и млади. Убрзан друштвени, технички и технолошки развој друштва са једне стране унапређује квалитет живота, а са друге стране доприноси јављању многих фактора ризика који угрожавају здравље и смањују могућност квалитетног и продуктивног живота у заједници. Озбиљне и хроничне болести у одраслом добу су последица нездравих навика и понашања у младости. Одговорним понашањем и односом према здрављу младе особе штите и себе и друге и доприносе здравијем и сигурнијем окружењу за живот. Млади су у целом свету, те тако и код нас препознати као група која је од изузетног значаја за развој сваког друштва. Према многим подацима и истраживањима (СЗО, УНИЦЕФ и др.) приметно је да су генерације које долазе у повећаном ризику и да је здравље младих из генерације у генерацију све угроженије. Учење о здрављу није значајно само због адекватног развоја физичких, менталних и социјалних компетенција деце и младих, него и због подстицања развоја других вредности код младих попут одговорног односа према себи, другима и окружењу, развоју емоционалне стабилности, хуманости и солидарности... Период адолесценције је период интензивних промена на физичком и физиолошком плану, плану развоја емоционалних и социјалних вештина, изградње идентитета, период најинтензивнијег учења, формирања ставова, усвајања система вредности, навика, обликовања понашања. Школа је кључна институција која треба да подстакне развој пуних потенцијала сваког појединца, па тако и да подржи програме развоја компетенција ученика везаних за одговоран однос према здрављу. Поред школе, програме и активности за развој одговорног односа према здрављу младих треба да подрже и други актери значајни за социјализацију младих – породица, здравствене институције, медији, друштвене организације... Изучавањем ове теме нагласак је на свеобухватном приступу здрављу у складу са дефиницијом СЗО по којој здравље није само одсуство болести него и физичко, ментално и социјално благостање које омогућава особи да има квалитетан и достојанствен живот. У условима пандемије, према резултатима многих истраживања, посебну пажњу треба посветити развијању програма за подршку менталном здрављу младих.
Неопходна средства / ресурси	- Просторни: учионица, сала за округли сто, простор за изложбу

	- Материјални: Лап топ, видео бим, пак папири, папири за штампање, фломастери, средства за израду фотографија и припрему изложбе - Логистика: Предметни наставници, стручњаци различитог профила (лекари, клинички психолози, познати спортисти, родитељи...)
Остали учесници активности (родитељи, локална заједница...)²	Подршка родитеља, Канцеларије за младе, Црвеног крста, Културног центра...Завода за јавно здравље, сарадња између стручњака у области заштите менталног здравља и стручњака у образовном и социјалном сектору
Предлог активности по фазама	ПРИПРЕМНА ФАЗА – ❖ Одабир ученика за реализацију планираних активности у оквиру програма „Одговоран однос према здрављу“ – ученици трећег разреда (15 ученика) ❖ Утврђивање термина реализације активности и обезбеђивање простора ПОЧЕТНЕ АКТИВНОСТИ Едукативне радионице • 1.час - Појам здравља, аспекти здравља, њихова динамичност и међусобна повезаност ❖ У уводном делу наставник даје основне информације о програму и представља оквир активности које ће бити реализоване. Након уводних речи реализују се следеће активности: ❖ „Олуја речи“ – ученици имају задатак да наведу што већи број речи које повезују са речју „здравље“. Наставник записује речи на табли. ❖ Наставник формира пет група. Свака група од речи које су излистане бира пет речи од којих треба да састави дефиницију појма здравља, затим презентује урађено („дефиниције“ се каче на припремљеном панелу) ❖ Након презентовања радова група, дискусија се усмерава у правцу дефинисања појма здравља. Током дискусије ученици се подстичу да излистају психолошку, физичку и социјалну димензију здравља ❖ Сваки ученик добија радни лист са контуром човека или цртаног јунака. Ученици имају задатак да убележе свој доживљај појма здравља – когнитивни (у пределу главе), емоционални (у пределу груди) и социјални (у пределу руку и ногу) ❖ Изложба радова, дискусија и закључак

² Ово поље није обавезно и попуњава се само уколико активност то захтева.

	• 2. час – Ризична понашања и последице ❖ Техником 3-2-1 ученици се подсећају на оно што је рађено на претходном часу и даје се кратак коментар активности ❖ Сваки ученик добија цедуљу са улогом – особа са неким обликом ризичног понашања (опис у једној реченици) ❖ Активност „Изађи на црту“ – наставник на поду залепи траку са подеоцима (од 1 до 10) и даје кратко упутство за вежбу. ❖ Наставник има припремљену листу тврдњи, чита једну по једну тврдњу, а ученици се, у складу са својом улогом, одређују и стају на место на скали од 1 до 10. Када се ученици поставе на изабрано место, продискутује се позиција сваке особе ❖ У последњој активности ученици треба да напишу на стикерима (1-2), последице ризичног понашања улоге коју су добили. Стикере лепе на припремљен пано. ❖ Наставник чита и анализира записане изјаве ученика, даје коментар и заокружује дискусију • 3. час – Здрави стилови живота и моји избори ❖ У уводном делу часа наставник подсећа ученике на активности са претходног часа и најављује тему ❖ Наставник започиње реченицу „Сутра идем на журку, шта ако...“ и тражи од сваког ученика да заврши реченицу. Анализирају се одговори ученика након завршене активности – позитивна и негативна очекивања, избори и наша одговорност ❖ Наставник подели ученике у три групе. Свака група добија задатак да наведе што већи број здравих стилова живота (на припремљеним папирима). ❖ Након завршене активности, наставник ротира папире и ученицима даје инструкцију да замисле да су експерти у области програма који се баве младим људима. Добили су милион новчаних јединица које треба да распореде на програме који се тичу здравих стилова живота. Расподелу средстава треба графички да прикажу на припремљеном пану уз образложење ❖ Групе презентују своје радове након истека договореног времена за рад. Наставник и остали ученици постављају питања приликом презентовања радова, дискутују ❖ Наставник на крају сумира оно што је речено са освртом на тему и наглашава оно што су ученици препознали да је важно - о чему треба „јавно“ говорити када је у питању здравље
--	--

- ❖ Ученици исказују свој доживљај часа на припремљеном пану са смајлићима (срећан, тужан, равнодушан).

ЦЕНТРАЛНЕ АКТИВНОСТИ

1. Истраживачки рад – квалитативно истраживање

- ❖ Наставник дели ученике у три групе. Свака група добија студију случаја:
Прва група – **Isabelle Caro**, француска глумица и модел
Друга група – **Itzhak Perlman**, израелско – амерички виолиниста
Трећа група – случај **John/Joan**
- ❖ Ученици добијају смернице за истраживачки рад уз објашњење методе рада (припремљен материјал) – Свака група треба да изради нацрт истраживања и треба да истражи и прикупи податке о личности која им је додељена са знаком да сазнања до којих дођу повежу са темама везаним за здравље, а које су обрађене на претходним часовима- здравље, ризична понашања, здрави стилови живота
- ❖ Наставник израђује пано са терминима за консултације и договора са ученицима динамику рада, прати њихов рад
- ❖ Након истека договореног времена ученици презентују своје истраживачке радове.
- ❖ Ученици представљају сазнања до којих су дошли, дискутују се резултати и доносе закључци уз подршку наставника
- ❖ Након презентације дискутује се о проблемима са којима су се суочавали током рада, о утисцима и поставља се оквир за пројектне активности

2. ПРОЈЕКТНЕ АКТИВНОСТИ

- ❖ Израда нацрта пројекта и подела задужења – на основу свих реализованих активности договарају се даље активности које ће се реализовати са циљем информисања локалне јавности о сазнањима до којих су дошли током истраживачког рада и о ономе што сматрају да би требало да се уради када је у питању тема коју су истраживали
- ❖ Организација округлог стола – информисање јавности о потреби израде програма за унапређење менталног здравља (просторије школе/медијатека) – позивање представника локалне власти, представника Савета родитеља, Завода за јавно

	здравље...Дискусија о предлозима за унапређење здравља младих у локалној заједници ЗАВРШНЕ АКТИВНОСТИ ❖ Изложба: Израда и постављање „Излога“ са добијеним подацима и препорукама везаним за унапређење здравља младих – Културни центар ❖ Медијска видљивост – конференција за медије ❖ Евалуација активности – евалуациони листови, дискусија
Начин праћења и евалуације	Током свих фаза процеса – фотографије, продукти радионица, упитници, евалуациони листови, панои за евалуацију, медијски записи (чланци, вести, интервјуи са учесницима пројекта)

Напомена: Планиране активности су у току реализације.

Фотографије са радионица:

