



ŠKOLE ZDRAVLJA

prijedlog projekta 2025


Sinergijom Nastavnog zavoda za javno zdravstvo IŽ, IŽ i Škola želimo povećati zdravlje i dobrobit: danas i u budućnosti.





SVJETSKA ZDRAVSTVENA ORGANIZACIJA DEFINIRA ZDRAVLJE KAO STANJE TJELESNOG, MENTALNOG I SOCIJALNOG BLAGOSTANJA (ZDRAVLJA) A NE SAMO ODSUSTVO BOLESTI.

- Zdravstvena pismenost
- Tjelesna pismenost
- Zdravstveni odgoj i obrazovanje
- NZJZIŽ



Zdravstveni odgoj u sustavu odgoja i obrazovanja u RH

Zdravstveni odgoj je: primarna sastavnica, temeljno ljudsko pravo oduvijek prisutan u odgojno obrazovnom sustavu.

Zdravstveni odgoj se sustavno provodi u hrvatskim školama od školske godine 2012./2013., kada je uveden kao obvezni dio školskog kurikulumuma, s ciljem promicanja zdravih životnih navika među djecom i mladima. (Kurikulum zdravstvenog odgoja u osnovnim i srednjim školama (NN 17/2013.)

Implementacija programa opisana je u Priručnicima za učitelje i stručne suradnike (MZOS / AZOO, 2013.)






Zdravstveni odgoj - ključna međupredmetna tema

Zdravstveni odgoj je ključna međupredmetna tema u osnovnim (OŠ) i srednjim školama (SŠ) koja direktno doprinosi razvoju zdravstvene pismenosti među učenicima.

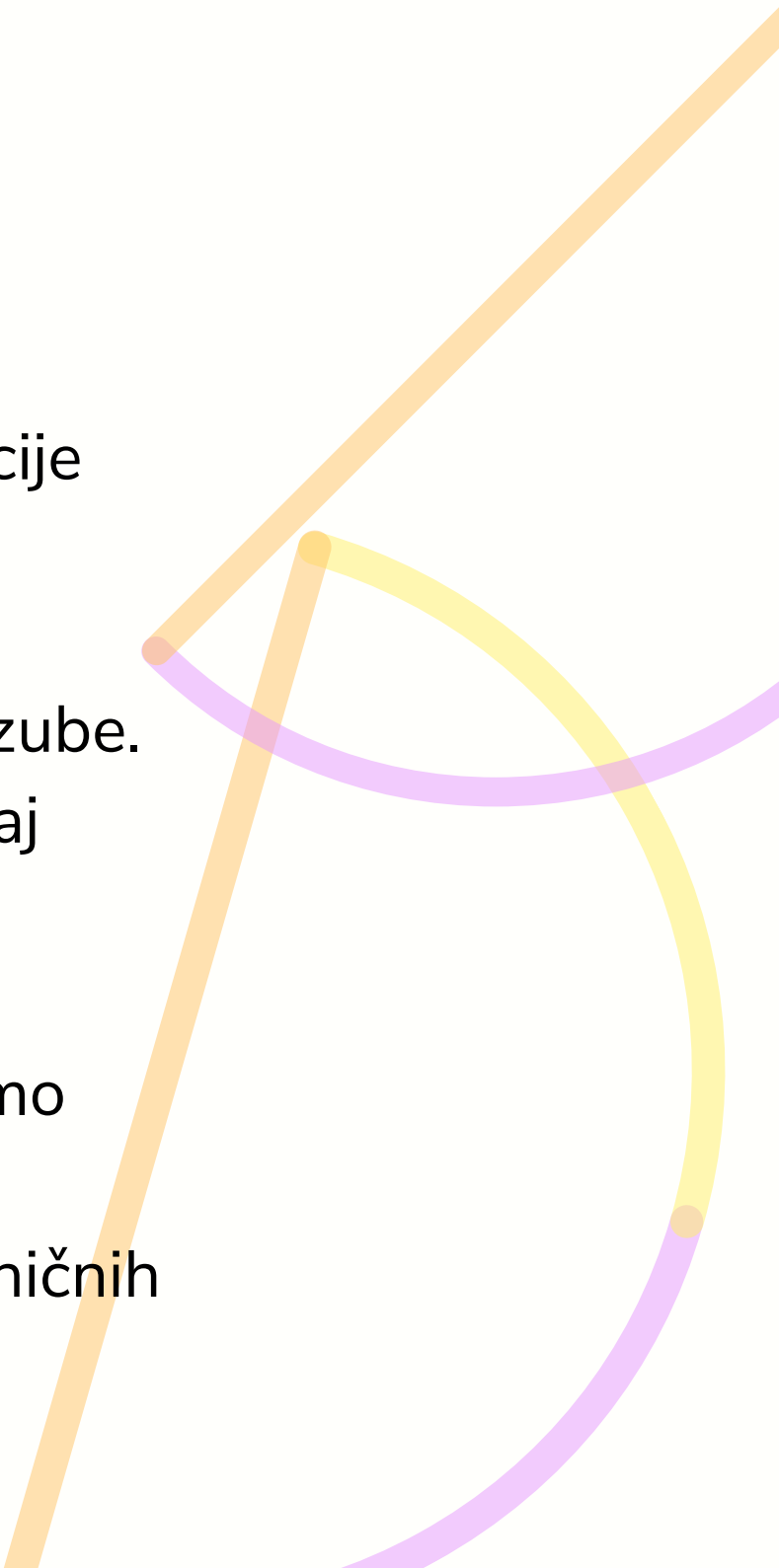
Implementacija zdravstvenog odgoja obuhvaća nekoliko važnih aspekata:

- a) *Integracija u Kurikulume Škola*, i međupredmetno provođenje kroz cikluse obrazovanja.
- b) *Praktične aktivnosti* - Uključivanje praktičnih aktivnosti poput radionica, sportskih dana i projekata vezanih uz zdravlje, gdje učenici mogu primijeniti naučena znanja i razviti zdrave navike.
- c) *Suradnja sa stručnjacima* - angažiranje zdravstvenih stručnjaka (liječnika, nutricionista, psihologa...) koji mogu pružiti dodatne informacije, znanja i savjete učenicima.
- d) *Roditeljska uključenost* - edukacija i uključivanje roditelja u zdravstveni odgoj (obzirom na prehrambene navike, kronične nezarazne bolesti, mentalno zdravlje, tjelesnu aktivnost i stilove života).



Nastavni zavod za javno zdravstvo IŽ i odgojno obrazovni sustav (OŠ i SŠ) u Istarskoj županiji

Podaci koje je Služba NZZJZIŽ prikupila za Istarsku županiju u 2023.g. ukazuju na slijedeće:

- a) Svako treće dijete u osnovnoj školi je preuhranjeno, od toga svako peto dijete pretilo.
 - b) Svaka treća učenica i svaki peti učenik osmog razreda imaju poremećaje refrakcije i akomodacije (najčešće kratkovidnost).
 - c) Svaki četvrti učenik i svaka peta učenica u osmom razredu imaju ravna stopala.
 - d) Svaki šesti učenik i svaka osma učenica na upisu u osnovnu školu imaju nesanirane kariozne zube.
 - e) Svaki šesti učenik i svaka peta učenica osmog razreda imaju ortodontske nepravilnosti (položaj zuba, zagriz) koje su nesanirane tijekom školovanja.
 - f) Svaki osmi učenik i svaka deseta učenica osmog razreda imaju nepravilno držanje.
 - g) Više od 2/3 savjetovanja učenika/ca osnovne škole bilo je zbog mentalnog zdravlja, svako osmo savjetovanje radi odabira budućeg zanimanja.
 - h) Gotovo 2/3 savjetovanja srednjoškolaca bilo je zbog mentalnog zdravlja, svako šesto radi kroničnih bolesti.
- 



Pilot projekt NZJZIŽ

„VRTIĆ ZDRAVLJA“

DV NevenRovinj – Rovigno, DV Vrtuljak Marčana, DV Tičići
Novigrad - Cittanova i DV Kockica Kršan
pedagoška godina 2024. /25.



DJEČJI VRTIĆ
"Vrtuljak Marčana"

PROJEKT ŠKOLE ZDRAVLJA

PODRŠKA NZZJZIŽ JE STRUČNA, KOMPETENTNA, CJELOVITA, HOLISTIČKA. NAMJERA JE OSLUŠKIVATI POTREBE TE GRADITI SURADNIČKI ODNOS IZMEĐU DIONIKA KAO PONUDITI EDUKACIJE U PREFERIRANIM OBLICIMA ISKAZANIM U REZULTATIMA ISTRAŽIVANJA.

● **Ciljana populacija:** Učitelji/ice i nastavnici/ice te posredno učenici/ice OŠ i SŠ u IŽ.

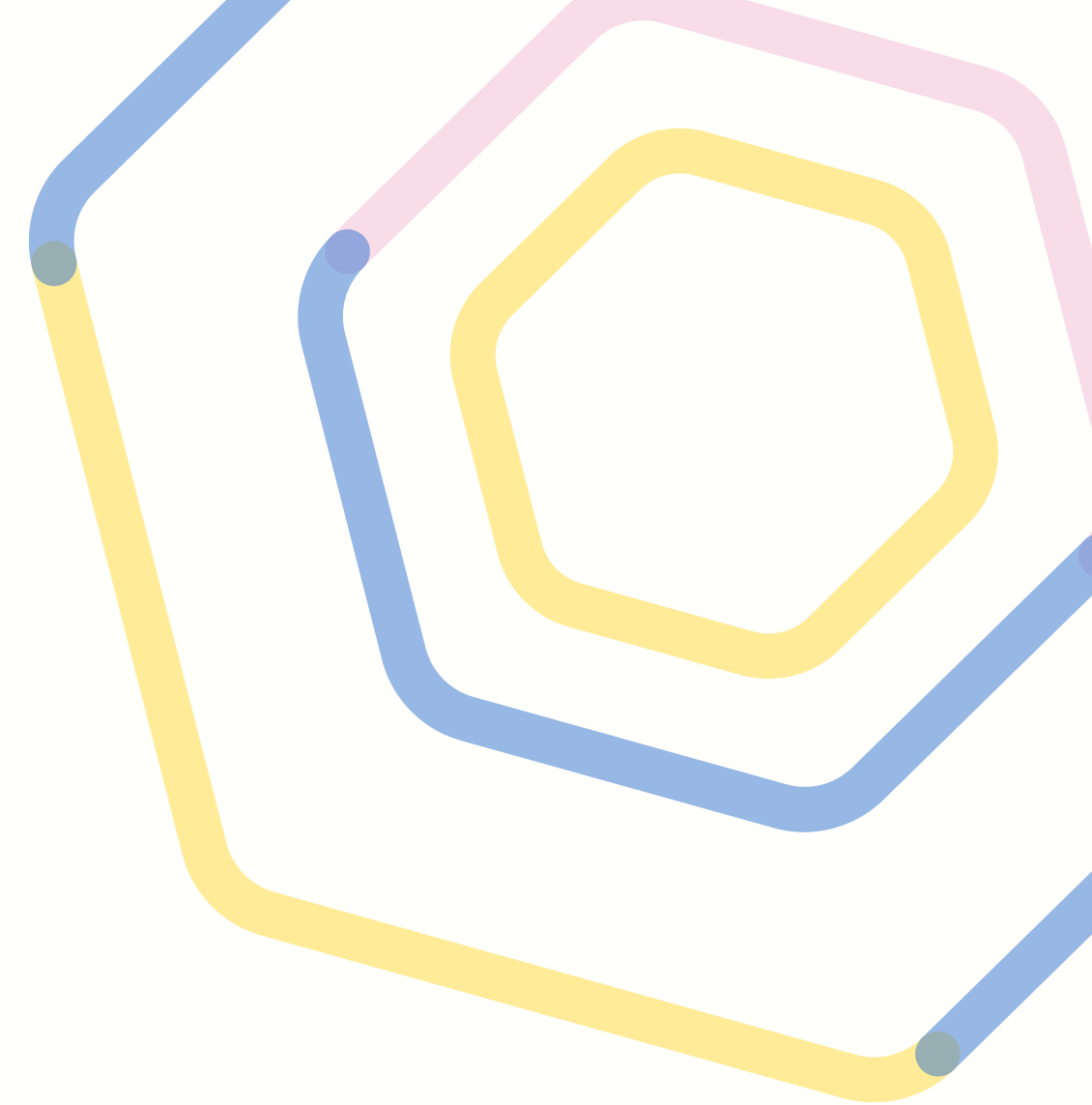
● **Glavni cilj:** Povećati kompetencije učitelja i nastavnika te time i učenika za očuvanje zdravlja i dobrobiti.

● **Specifični ciljevi projekta:**

1. Posredno utjecati na povećanje važnosti dobrobiti i zdravlja u društvu u cjelini, posebice u sredinama u kojima se donose odluke koje također utječu na zdravlje.
2. Omogućiti i graditi okruženje školske zajednice koja je opredijeljena za brigu o dobrobiti i zdravlju te jačanju pozitivnog stava prema zdravlju.
3. Djelovati u smjeru smanjenja pojave bolesti i ozljeda.

● **Misija projekta**

Razvoj i jačanje sposobnosti (capacity building) Škola za stvaranje okruženja koje dobrobit i zdravlje stavljaju kao važnu vrijednost te nastoje stvoriti uvjete za dobrobit i zdrav način života.





Ključni zadaci i teme

Među brojnim sastavnicama zdravlja, djelovanje projekta prvenstveno je usmjereno na dobrobit te prevenciju i kontrolu pojave bolesti iz sljedećih kategorija: kronične nezarazne bolesti, ozljede i otrovanja te zarazne bolesti i mentalno zdravlje, ali i zaštita okoliša.

- **Zdrave životne navike** (pravilna prehrana, tjelesna aktivnost, odgovorno spolno ponašanje)
- **Razvijanje životnih vještina** (mentalno zdravlje, ovisnosti, samopomoć, suradničko učenje, razvijanje mekih vještina, ravnopravnost spolova, empatija i odgovornost za druge)
- **Zaštita od zaraznih bolesti** (higijenske navike i opće mjere, cijepljenje, prenosive bolesti)
- **Prevenција ozljeda i trovanja**
- **Okoliš i zdravlje**



Istraživanje NZJZIŽ, Upitnik za učitelje/ice i nastavnike/ice OŠ i SŠ IŽ

Cilj istraživanja bio je ispitati učitelje i nastavnike o potrebi i podršci u radu u okviru zdravstvenog odgoja.

- Suradnja sa Upravnim odjelom za obrazovanje, sport i tehničku kulturu IŽ u slanju upitnika OŠ i SŠ u IŽ. pri slanju upitnika (od 6. do 17. lipnja 2024.)
- Ispitanici su ispunjavali upitnik dobrovoljno.
- Upitnik je ispunilo **152** učitelja/ice i nastavnika/ice (**5,8%** specifične populacije), od čega je 79.0% žena.
- **Važnost** provođenja Zdravstvenog odgoja u školama za učenike označili su prosječnom ocjenom **4,5** od mogućih 5 (vrlo važan).
- **58,6% ispitanika/ica** smatra da im je potrebna dodatna edukacija u području Zdravstvenog odgoja.





Upitnik i rezultati

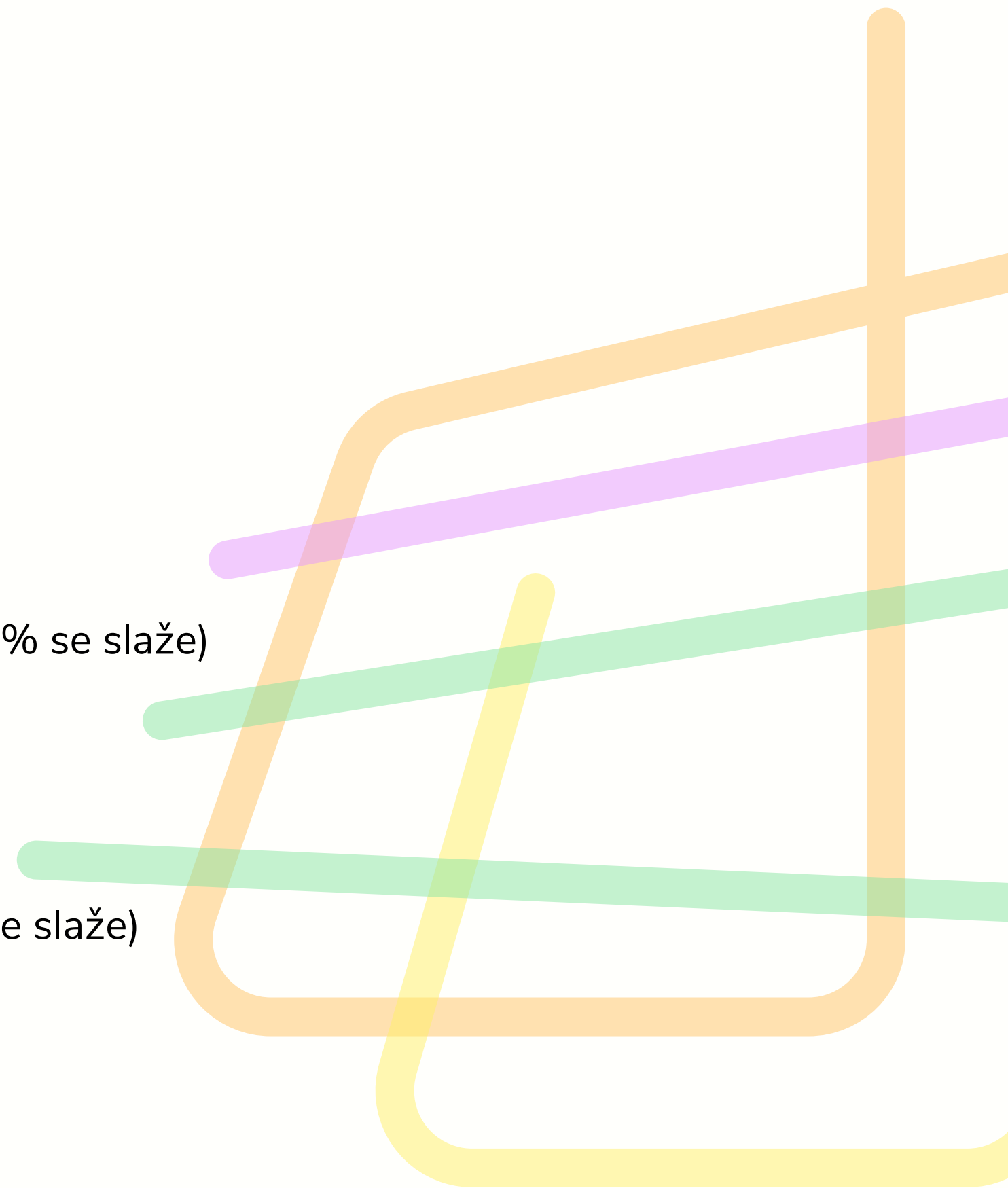
Ispitanici su prepoznali slijedeće najučestalije probleme kod učenika
(rangirano od najveće prosječne ocjene, od mogućih 7):

- ovisnost o ekranima - prosječna ocjena 5,6 (u vrlo velikoj mjeri)
- nepravilna prehrana – prosječna ocjena 4,9 (u velikoj mjeri)
- sjedilački način života – prosječna ocjena 4,8 (u velikoj mjeri)
- nedovoljna tjelesna aktivnost – prosječna ocjena 4,6 (u velikoj mjeri)
- nedovoljna zdravstvena i tjelesna pismenost - prosječna ocjena 4,6 (u velikoj mjeri)
- mentalno zdravlje - prosječna ocjena 4,0 (umjereno)
- ostali ponuđeni problemi dobili su prosječnu ocjenu 3,4 i manju (učestalost - u maloj mjeri).

Najpotrebnije teme edukacije

za uspješnije provođenje Zdravstvenog odgoja

- **Prevenција ovisnosti i ekranizam** - Prosječna ocjena 4,5 (86% se slaže)
- **Razvoj životnih vještina** - Prosječna ocjena 4,5 (87% se slaže)
- **Mentalno zdravlje** - Prosječna ocjena: 4,5 (86% se slaže)
- **Komunikacija, samopoštovanje, suradničko učenje** - Prosječna ocjena 4,4 (84% se slaže)
- **Tjelesna aktivnost** - Prosječna ocjena: 4,0 (73% se slaže)
- **Opća zdravstvena pismenost** – Prosječna ocjena: 4,0 (73% se slaže)
- **Pravilna prehrana** – Prosječna ocjena: 4,0 (72% se slaže)
- **Osobna higijena** - Prosječna ocjena: 3,9 (67% se slaže)
- **Spolno i reproduktivno zdravlje i odgovornost** - Prosječna ocjena: 3,9 (65% se slaže)
- **Zarazne bolesti** - Prosječna ocjena: 3,8 (60% se slaže)





Zaključci o potrebama za edukacijom su sljedeći:

61% ISPITANIKA/ICA SE SLAŽE DA BI EDUKACIJA, RADIONICE I PREDAVANJA NAJVIŠE POMOGLI I OLAKŠALI PROVOĐENJE MEĐUPREDMETNE TEME ZDRAVSTVENOG ODGOJA

a) **Postoji opća potreba za edukacijom:** 59% sudionika u potpunosti se slaže da im je potrebna dodatna edukacija u području zdravstvenog odgoja.

b) **Preferirani oblik edukacije:**

a. Snimke video predavanja: 73% sudionika se slaže s ovim oblikom edukacije, što ukazuje na visoku prihvaćenost ovog pristupa zbog njegove fleksibilnosti;

b. Predavanja i radionice uživo: 59% sudionika se slaže s ovim oblikom edukacije, što čini ovaj oblik i dalje popularnim

c) **Postoji interes za edukacijom na sve ponuđene teme:**

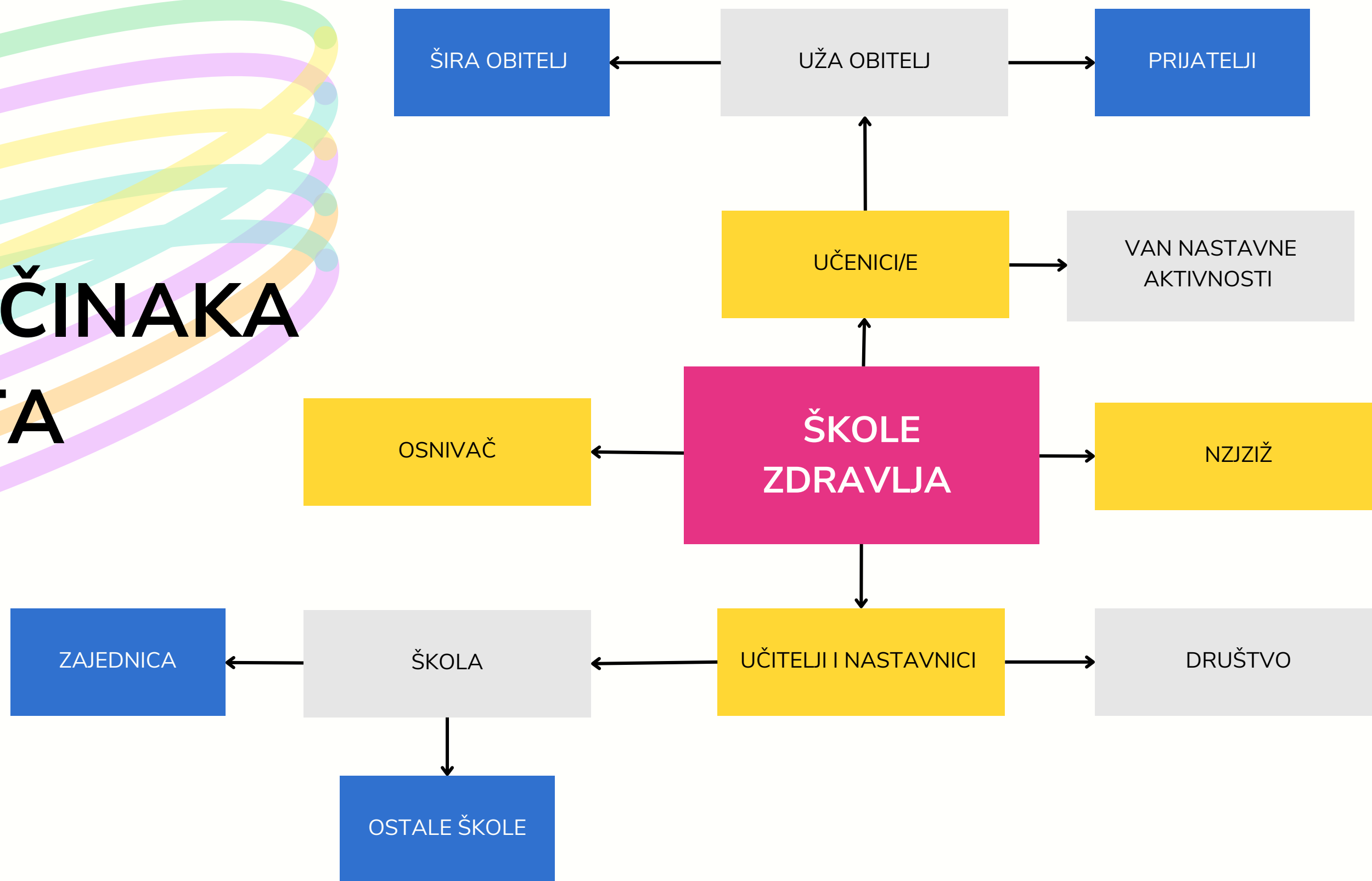
a. *Mentalno zdravlje* (Mentalno zdravlje, Prevencija ovisnosti i ekranizam, Razvoj životnih vještina, Komunikacija, samopoštovanje, suradničko učenje)

b. *Zdrave životne navike i prevencija kroničnih nezaraznih bolesti* (Opća zdravstvena pismenost, Tjelesna aktivnost, Pravilna prehrana, Prevencija pušenja)

c. *Prevencija zaraznih bolesti* (Osobna higijena, Zarazne bolesti, Cijepljenje)

d. *Spolno i reproduktivno zdravlje i odgovornost*

DJELOVANJE UČINAKA PROJEKTA



Zaključno

KVALITETNA SURADNJA NA **NOVOM** PROGRAMU
ĆE UZ NIZ POSTOJEĆIH, STVORITI SINERGIJU
U PODRUČJU JAVNOG ZDRAVSTVA, USTANOVA U ODGOJU I
OBRAZOVANJU I ŽUPANIJE U POLJU JAČANJA ZDRAVSTVENE
PISMENOSTI POPULACIJE.



- Visoka razina podrške ZO i potreba za dodatnom edukacijom.
- Jačanje kompetencija svih dionika.
- Podizanje razine Zdravstvene pismenosti u IŽ u ciljanoj skupini i općenito.

Dodatni materijali: Upitnik, Rezultati istraživanja, Prijedlog i obrazloženje projekta.

HVALA NA PAŽNJI

**Nastavni zavod za javno zdravstvo IŽ
Istituto formativo di sanità pubblica della
Regione Istriana**

Služba za javno zdravstvo i promicanje zdravlja

javno.zdravstvo@zzjiz.hr

