

**2. razred osnovne škole**  
**Živjeti zdravo**  
**Zdravlje i bolest**

**Tema, cilj, ishodi učenja i trajanje**

**Tema:** Zdravlje

**Cilj:** naučiti što je zdravlje i bolest i koja nezdrava ponašanja mogu utjecati na zdravlje.

**Ishodi učenja:**

- opisati kada se osjećam zdrav,
- nabrojiti nezdrava ponašanja koja mogu utjecati na zdravlje (nepravilna prehrana, nedostatna tjelesna aktivnost, alkohol, duhan).

**Trajanje:** 1 školski sat

**Potreban materijal**

- *čarobna kutija*, papiri za izradu plakata, flomasteri u boji

**Sadržaj – opis i tijek aktivnosti**

**Uvodna aktivnost**

1. situacija

Cilj: uvesti učenike u temu *Zdravlje i bolest*

U *čarobnoj su kutiji* predmeti (aplikacije): sirup za sniženje tjelesne temperature, četkica za zube, sapun, toplomjer, šampon, zavoj, voće, povrće i dr.

Na što vas podsjećaju predmeti iz čarobne kutije?

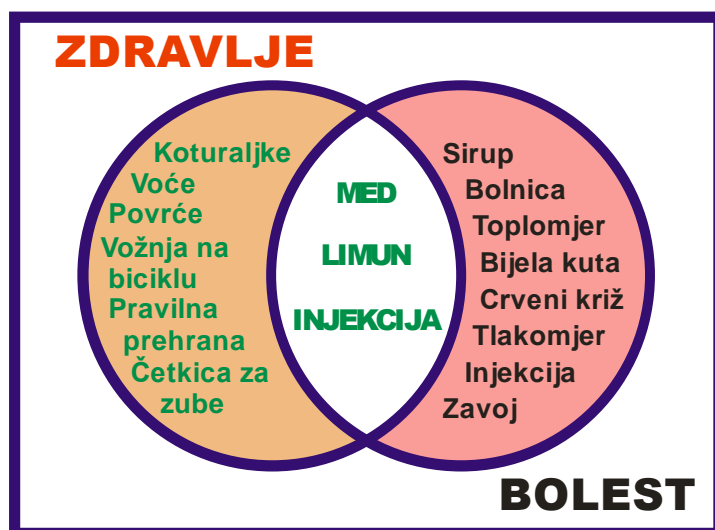
Zadatak je razvrstati predmete u skupinu zdravlje ili bolest. Prilikom razvrstavanja ima učenik koji izgovori poslovicu s temom zdravlje ili bolest.

**Glavni dio**

2. situacija

Cilj: osvještavanje predmeta i/ili preparata koje koristimo kada smo zdravi ili bolesni ili one koje koristimo u oba stanja.

Predmeti koje su učenici izvadili iz *čarobne kutije*, poslagani su na klupu, a slike tih predmeta (u prilogu), stavljamo u Vennov dijagram (sirup, bijela kuta, toplomjer, med, bolnica, crveni križ, četkica za zube, med, vožnja na biciklu, pravilna prehrana, limun, tlakomjer, injekcija, koturaljke, zavoj, voće, povrće).



### 3. situacija

Cilj: osvijestiti pojam zdravlja i pojam bolesti.

Učenici su podijeljeni u dvije skupine koje imaju papire za izradu plakata. Svaki učenik ima flomaster u drugoj boji. Učenici trebaju napisati što znaju o zdravlju (jedna skupina), što znaju o bolesti (druga skupina) po principu oluje ideja bez ponavljanja istih riječi. Nakon desetak minuta svaka skupina pročita što je zapisano na plakatima.

### 4. situacija

Cilj: osvještavanje važnosti prevencije.

Opiši kako se osjećaš kada si zdrav.

Što moramo napraviti da bismo očuvali svoje zdravlje?

(Pravilno se hraniti, redovito vježbati, boraviti dovoljno na svježem zraku i sl.).

Možete li mi nabrojiti neka ponašanja kojima možemo ugroziti zdravlje?

Reci primjer nezdravog načina hranjenja? Što misliš o nezdravoj prehrani? Što misliš o nedovoljnoj tjelesnoj aktivnosti? Što možemo svakodnevno činiti da poboljšamo tjelesnu aktivnost? Jesi li ikada probao neko alkoholno piće? Ili cigaretu? Što misliš o korištenju tih proizvoda?

## Završna aktivnost

### 5. situacija

Cilj: tjelesnim aktivnostima utjecati na unapređenje zdravlja učenika.

Igra *Zdravlje – bolest* (prilagoditi prema *Dan – noć*) ili neka druga tjelesna aktivnost.

## Literatura

Stoppard, M. (2002), *Dječja pitanja i kako na njih odgovoriti*, Zagreb, Profil Internacional d.o.o.

Dworzak-Hofling (1994), *...i onda sam opet bila zdrava*, Zagreb, Naša djeca

Knjiga za nastavnika (1996), *Moj dom*, Zagreb, Školska knjiga

Čorić, Bakarić Palička-Eureka, (2009), Zagreb, Školska knjiga

(UR: James McLain), *Regionalni zdravstveni program fondacije Soros (1992)*, Hrvatsko izdanje Zaklada „Otvoreno društvo“, Hrvatska

