

Ministarstvo znanosti,
obrazovanja i sporta

**STRUKOVNI KURIKULUM
ZA STJECANJE KVALIFIKACIJE
KOZMETIČAR**

Popis kratica

ASOO – Agencija za strukovno obrazovanje i obrazovanje odraslih

AZOO – Agencija za odgoj i obrazovanje

DGU – Državna geodetska uprava

DZS – Državni zavod za statistiku

EU – Europska unija

IC-lampa – infracrvena lampa

ITM - izračun indeksa tjelesne mase

MPC – maloprodajna cijena

MUP – Ministarstvo unutarnjih poslova

MZOS – Ministarstvo znanosti obrazovanja i sporta

NCVVO – Nacionalni centar za vanjsko vrednovanje obrazovanja

NN – Narodne novine

RH – Republika Hrvatska

PDV – porez na dodanu cijenu

ŠK – Školska knjiga

TV - televizija

UV-zrak – Ultravioletni zrak

VPC – veleprodajna cijena

Sadržaj

1. Opći dio.....	4
1.1. Kurikulum za stjecanje kvalifikacije	4
1.2. Cilj kurikuluma	4
1.3. Trajanje obrazovanja	4
1.4. Uvjeti upisa, tijeka i završetka obrazovanja.....	4
2. Nastavni plan i program	5
2.1. Nastavni plan	5
2.2. Nastavni program	7
2.2.1. Općeobrazovni dio.....	7
2.2.2. Obvezni strukovni moduli.....	137
2.2.3. Izborni strukovni moduli	198
2.2.4. Završni rad	219
3. Okruženje za učenje	220
4. Kadrovski uvjeti	221
5. Minimalni materijalni uvjeti	230
6. Reference dokumenta	235
6.1. Referentni brojevi	235
6.2. Članovi radnih skupina koji su sudjelovali u izradbi strukovnog kurikuluma	235
6.2.1. Općeobrazovni dio.....	235
6.2.2. Strukovni dio.....	238
6.3. Predlagatelj strukovnog kurikuluma	238

Napomena:

imenice korištene u ovom dokumentu, primjerice polaznik, tehničar, student, korisnik, poslodavac, investitor, stručni suradnik i referent, podrazumijevaju rodnu razliku.

1. Opći dio

1.1. Kurikulum za stjecanje kvalifikacije

Kozmetičar

1.2. Cilj kurikuluma

Cilj kurikuluma je stjecanje kompetencija propisanih standardom strukovne kvalifikacije Kozmetičar.

1.3. Trajanje obrazovanja

Četiri godine

1.4. Uvjeti upisa, tijeka i završetka obrazovanja

Završena osnovna škola.

2. Nastavni plan i program

2.1. Nastavni plan

NASTAVNI PLAN KOZMETIČAR																					
A. OPĆEOBRAZOVNI DIO																					
MODUL	NASTAVNI PREDMETI	Broj sati (godišnje i tjedno - teorija, vježbe i praktična nastava) i broj bodova																			
		1. razred				2. razred				3. razred				4. razred							
		godišnje	tjedno			bodovi	godišnje	tjedno			bodovi	godišnje	tjedno			bodovi	godišnje	tjedno			bodovi
			T	V	PN			T	V	PN			T	V	PN			T	V	PN	
OPĆEOBRAZOVNI MODUL	HRVATSKI JEZIK	105	3		6	105	3		6	105	3		6	96	3		6				
	STRANI JEZIK	70	2		4	70	2		4	70	2		4	64	2		4				
	POVIJEST	70	2		4,5	70	2		4,5												
	VJERONAUKE/ETIKA	35	1		2,5	35	1		2,5	35	1		2,5	32	1		2,5				
	GEOGRAFIJA	70	2		5,5																
	TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA	70		2	2	70		2	2	70		2	2	64		2	2				
	POLITIKA I GOSPODARSTVO													32	1		2				
	BIOLOGIJA	70	2		4																
	LATINSKI JEZIK	70	2		4																
	FIZIKA	70	2		4																
	MATEMATIKA	70	2		4	70	2		4												
UKUPNO SATI / BODOVA A.		700	18	2	40,5	420	10	2	23	280	6	2	14,5	288	7	2	16,5				
UDIO OPĆEOBRAZOVNIH PREDMETA / BODOVA U UKUPNOM FONDU %		65%		68%		39%		38%		26%		24%		31%		28%					
B. POSEBNI STRUKOVNI DIO																					
B1. OBVEZNI STRUKOVNI MODULI	NASTAVNI PREDMETI	Broj sati (godišnje i tjedno - teorija, vježbe i praktična nastava) i broj bodova																			
		1. razred				2. razred				3. razred				4. razred							
		godišnje	tjedno			bodovi	godišnje	tjedno			bodovi	godišnje	tjedno			bodovi	godišnje	tjedno			bodovi
			T	V	PN			T	V	PN			T	V	PN			T	V	PN	
KOZMETIČKI PREPARATI I PROCESI	PRIMIENJENA KEMIJA	70	1	1	4																
	KOZMETOLOGIJA					70	1	1	4,5	70	2		4,5	64		2	6				
	LJEKOVITO BILJE S BOTANIKOM					70	2		4,5												
	NUTRICIONIZAM													64	2		6				
KOZMETIKA U PRIMJENI	ANATOMIJA I FIZIOLOGIJA					70	2		4,5												
	DERMATOLOGIJA									70	2		4,5	32	1		2				
	MEDICINSKA MIKROBIOLOGIJA									70	1	1	4,5								
	PRIMIENJENA KOZMETIKA	70	1	1	4	105		3	6	105		3	6	96		3	6				
	DEKORATIVNA KOZMETIKA									70		2	4,5								
ORGANIZACIJA POSLOVANJA I KOMUNIKACIJA	PRIMIENJENA KOMUNIKACIJA	35	1		2	35	1		2	35	1		2	32	1		2				
	PRIMIENJENA INFORMATIKA									70		2	4,5								
	POSLOVANJE U STRUCI													32	1		2				
PRAKTIČNA NASTAVA	PRAKTIČNA NASTAVA	140			4	5	245			7	11	245			7	11	224			7	11
UKUPNO SATI / BODOVA B1.		315	3	2	4	15	595	6	4	7	32,5	735	4	10	7	41,5	544	5	5	7	35
UDIO OBVEZNIH STRUKOVNIH PREDMETA / BODOVA U UKUPNOM FONDU %		29%		25%		55%		54%		68%		69%		59%		58%					

B. POSEBNI STRUKOVNI DIO																																	
B2. IZBORNI STRUKOVNI MODULI	NASTAVNI PREDMETI *	Broj sati (godišnje i tjedno - teorija, vježbe i praktična nastava) i broj bodova																															
		1. razred				2. razred				3. razred				4. razred																			
		godišnje	tjedno			bodovi	godišnje	tjedno			bodovi	godišnje	tjedno			bodovi	godišnje	tjedno			bodovi												
			T	V	PN			T	V	PN			T	V	PN			T	V	PN													
ŠMINKA	TELEVIZIJSKA I KAZALIŠNA ŠMINKA																	96		3		5,5											
KOZMETIČKE MANUALNE I POMOĆNE METODE	MASOTERAPIJSKE TEHNIKE																	96		3		5,5											
	AROMAKOZMETIKA									70		2		4																			
	STRANI JEZIK U STRUCI	70	2		4,5	70	2		4,5																								
	EKOLOGIJA	70	2		4,5																												
	PRVA POMOĆ					70	2		4,5																								
PEDIKURA	PEDIKURA									70		2		4																			
UKUPNO SATI / BODOVA B2.		70	2		4,5	70	2		4,5	70		2		4	96		3		5,5														
UDIO STRUKOVNIH PREDMETA / BODOVA U UKUPNOM FONDU %		6%				8%				6%				7%				10%				9%											
UKUPNO SATI / BODOVI B1. + B2.		385	5	2	4	19,5	665	8	4	7	37	805	4	12	7	45,5	640	5	8	7	40,5												
UDIO STRUKOVNIH PREDMETA / BODOVA U UKUPNOM FONDU %		35%				33%				61%				62%				74%				76%				69%				68%			
C. ZAVRŠNI RAD																																	
UKUPNO BODOVA C.																						3											
SVEUKUPNO SATI / BODOVI A + B+ C		1085	23	4	4	60	1085	18	6	7	60	1085	10	14	7	60	928	12	10	7	60												

* Napomena: u prvom, drugom, trećem i četvrtom razredu u izbornom strukovnom modulu polaznici biraju jedan od ponuđenih predmeta.

2.2. Nastavni program

2.2.1. Općeobrazovni dio

Naziv nastavnog predmeta: **HRVATSKI JEZIK**

Cilj predmeta:	<ul style="list-style-type: none">▪ naučiti jezikom izraziti vlastite misli, osjećaje, ideje, stavove i prikladno jezično reagirati u međudjelovanju sa sugovornicima u različitim situacijama razvijajući (samo)poštovanje▪ steći potrebne razine slušanja, razumijevanja i govorenja koje su ključne za učenje, rad i život, tj. razviti sposobnost komunikacije u različitim situacijama▪ razumjeti kako jezik djeluje i ovladati potrebnim jezikoslovnim pojmovima, tekstnim vrstama i stilovima▪ steći potrebne razine pisanja ključne za učenje, rad i život, tj. razviti sposobnost komunikacije u različitim situacijama▪ razviti razumijevanje književnosti kao umjetnosti riječi, poštivati hrvatsku književnost i kulturu te književnosti i kulture drugih naroda
Opis predmeta:	<p>U hrvatskom jeziku pet je jedinica ishoda učenja:</p> <ol style="list-style-type: none">I. Slušanje i govorenjeII. Struktura hrvatskog jezikaIII. PisanjeIV. Analiza književnih tekstovaV. Analiza neknjiževnih tekstova. <p>Ishodi su jedinica koncipirani na način da se njihovim ostvarivanjem razvijaju komunikacijske vještine i kompetencije učenika te cjelovito razumijevanje govorenih i pisanih tekstova.</p> <p>Svi se navedeni ishodi ostvaruju u svakoj godini učenja hrvatskog jezika.</p>

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenja

Naziv nastavnog predmeta: **HRVATSKI JEZIK**

Razred: **prvi (1.)**

<p>U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Slušanje i govorenje</p> <ol style="list-style-type: none">1. razlikovati slušanjem monološke i dijaloške govorne oblike s obzirom na komunikacijski kontekst i primatelja2. utvrditi slušanjem bit govornog teksta – eksplicitno i implicitno3. odabrati način govora, rječnik i strukturu rečenice primjereno komunikacijskoj situaciji i primatelju4. organizirati jasno i smisleno govornu poruku pomoću bilježaka i grafičkih prikaza5. govoriti tečno u skladu s pravogovornom, fonološkom, morfološkom, tvorbenom, sintaktičkom, leksičko-semantičkom i stilističkom normom6. provjeriti učinak vlastitog ili tuđeg govora s obzirom na komunikacijsku situaciju i primatelja govorne poruke <p>Struktura hrvatskog jezika</p> <ol style="list-style-type: none">1. razvrstati jezikoslovne pojmove2. opisati sadržaje povezane s povijesti hrvatskog jezika3. razlikovati značajke hrvatskog standardnog jezika u odnosu na druge idiome hrvatskog jezika4. navesti jezična pravila5. izdvojiti strukturu jezičnih jedinica na pojedinoj jezičnoj razini6. utvrditi jezične jedinice na sintagmatskoj razini7. uporabiti jezična pravila hrvatskog standardnog jezika u skladu s pravopisnom, pravogovornom, fonološkom, morfološkom, tvorbenom, sintaktičkom, leksičko-semantičkom i stilističkom normom <p>Pisanje</p> <ol style="list-style-type: none">1. sastavljati različite vrste tekstova2. oblikovati tekstove koji ispunjavaju različite komunikacijske funkcije3. planirati sadržaj teksta primjeren komunikacijskoj funkciji i čitatelju uz smjernice ili samostalno4. napisati samostalno logički i sadržajno povezan tekst5. rabiti različite postupke u oblikovanju teksta s obzirom na vrstu i komunikacijsku funkciju teksta6. koristiti rječnik primjeren komunikacijskoj funkciji teksta i čitatelju7. uporabiti jezična pravila hrvatskog standardnog jezika u skladu
--	---

	<p>s pravopisnom, pravogovornom, fonološkom, morfološkom, tvorbenom, sintaktičkom, leksičko-semantičkom i stilističkom normom</p> <p>8. provjeriti napisani tekst samostalno s obzirom na sadržajnu, strukturnu i jezičnu točnost i primjerenost</p> <p>Analiza književnih tekstova</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. odrediti književne tekstove prema vanjskim odrednicama 2. objasniti književnoteoretske pojmove na prototipnim primjerima 3. utvrditi na književnim tekstovima strukturna, tematska, sadržajna i stilska obilježja 4. prikupiti informacije o zadanim književnim tekstovima iz različitih izvora 5. izdvojiti jezične i stilske pojedinosti u književnim tekstovima 6. usporediti poznate književne tekstove na strukturnoj, sadržajnoj i jezičnoj razini 7. potvrditi argumentima svoj stav o poznatom književnom tekstu <p>Analiza neknjiževnih tekstova</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. razlikovati tekstove po vrsti i komunikacijskoj funkciji iz tiskanog ili elektroničkog izvora 2. identificirati postupke u oblikovanju teksta kojima se ostvaruje komunikacijska funkcija teksta 3. razjasniti značenja riječi u kontekstu specifičnom za pojedini tekst 4. tumačiti tekstove s grafičkim elementima 5. utvrditi bit teksta i sadržajne pojedinosti – eksplicitno i implicitno 6. objasniti namjeru teksta s obzirom na obilježja teksta, očekivanja čitatelja i djelovanje na čitatelja 7. prikupiti informacije o zadanim neknjiževnim tekstovima iz različitih izvora 8. izdvojiti jezične pojedinosti u neknjiževnim tekstovima 9. poduprijeti argumentima stav o neknjiževnom tekstu
Razrada	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
Slušanje – monološki oblici	Javni govor
Govorenje – monološki oblici	Govor
Govorenje – dijaloški oblici	Oluja ideja
Funkcija glasova	Fonem, alofon, fon

u jeziku	Fonem i grafem
Tvorba i podjela glasova	Podjela glasova prema otvoru Slogovi i slogovna struktura Podjela glasova prema zvučnosti Podjela glasova prema mjestu tvorbe
Glasovne promjene	Jednačenje glasova po zvučnosti Jednačenje glasova po mjestu tvorbe Gubljenje suglasnika Palatalizacija Sibilarizacija Jotacija Vokalizacija Nepostojano a
Pravogovorna i pravopisna norma	Pravogovor ili ortoepija Naglasni sustav hrvatskog standardnog jezika Vrednote govornog jezika Pravopis ili ortografija Pisanje velikog i malog slova Pravopisni i rečenični znakovi Pisanje glasova č/ć, dž/đ, Alternacije ije/je/e/i
Hrvatski jezik od prvih pisanih spomenika do kraja 15. stoljeća	Jezik – temelj narodne kulture: trojezičnost i tropismenost hrvatske srednjovjekovne književnosti Izvori hrvatskog književnog jezika (spomenici pismenosti, historiografski spisi, zakonici)
Pisanje - opisivanje	Opisivanje kao postupak
Pisanje - pripovijedanje	Pripovijedanje kao postupak Priča Tehničko izvješće Obavijest Životopis Molba
Priča i novela	Polaznici čitaju dva djela s popisa. Prvo je djelo na popisu obvezatno. Valja odabrati još jedno cjelovito djelo po izboru nastavnika i/ili čitalačkim interesima polaznika. Ranko Marinković, <i>Prah</i> Giovanni Boccaccio, <i>Chichibio</i> Ivan Aralica, <i>Svemu ima vrijeme</i> ili <i>Školjka</i> Miro Gavran, <i>Mali neobični ljudi</i> ili <i>Obiteljske priče</i> Antun Šoljan, <i>Dobri čovjek s Kaprija</i> Ivo Andrić, <i>Put Alije Đerzeleza</i> Dubravko Horvatić, <i>Đavo u podne</i> Vjekoslav Kaleb, <i>Gost</i>
Roman	Polaznici čitaju dva djela s popisa. Prvo je djelo na popisu obvezatno. Valja odabrati još jedno cjelovito djelo po izboru nastavnika i/ili čitalačkim interesima polaznika. Pavao Pavličić, <i>Večernji akt</i> Marija Jurić Zagorka, <i>Vitez slavonske ravni</i> Ivana Simić Bodrožić, <i>Hotel Zagorje</i>

	Victoria Hislop, <i>Otok</i> Khaled Hosseini, <i>Gonič zmajeva</i> John Ronald Reuel Tolkien, <i>Hobbit</i>
Drama	Polaznici čitaju dva djela s popisa. Prvo je djelo na popisu obvezatno. Valja odabrati još jedno cjelovito djelo po izboru nastavnika i/ili čitalačkim interesima polaznika. Miro Gavran, <i>Ljubavi Georgea Washingtona</i> Plaut, <i>Škrtac</i> Pero Budak, <i>Mećava</i> Carlo Goldoni, <i>Gostioničarka Mirandolina</i>
Lirika	Polaznici čitaju šest pjesama: dvije pjesme vezanog stiha, dvije pjesme slobodnog stiha i dvije pjesme u prozi. Vezani stih: Antun Gustav Matoš, Tin Ujević, Vladimir Nazor, Dobriša Cesarić, Vesna Parun, Jacques Prevert, Francesco Petrarca Slobodni stih: Antun Branko Šimić, Dragutin Tadijanović, Nikola Miličević, Mak Dizdar, Nikola Šop, Josip Pupačić, Reiner Maria Rilke Pjesma u prozi: Miroslav Krleža, Danijel Dragojević
Ep	Polaznici čitaju pet pjevanja. Dante Alighieri, <i>Pakao</i> (od I. do V. pjevanja)
Čitanje - opisivački tekstovi	Postupak opisivanja u različitim vrstama tekstova
Čitanje - pripovjedački tekstovi	Postupak pripovijedanja u različitim vrstama tekstova Molba Životopis
Napomene:	Polaznici tijekom nastavne godine pišu dvije školske zadaće. Obvezatne su četiri domaće zadaće u mjesecu.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: usmeno izlaganje, razgovor, čitanje i rad s tekstom, objašnjavanje, pisanje, igranje uloga, simulacije, projektna nastava, placemat (podložak), grupna slagalica. Oblici: individualni oblik rada, čelni oblik rada, rad u paru, rad u skupinama, timski rad, istraživačko učenje, suradničko učenje, samoregulirano učenje. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: pisanje, govorenje i slušanje, jezik, književni tekstovi, neknjiževni tekstovi. Oblici: usmena provjera, pisana provjera, domaća zadaća, školska zadaća, predstavljanje rezultata rada; vrjednovanje supolaznika, samovrjednovanje, zajednička evaluacija, mape, bilješke opisnog praćenja (odnos prema radu, samostalnost, odgovornost).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **HRVATSKI JEZIK**

Razred: **drugi (2.)**

U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	Ishodi učenja navedeni za prvi razred ostvaruju se u sva četiri razreda.
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Slušanje – monološki oblici	Predavanje
Slušanje – dijaloški oblici	Intervju
Govorenje – monološki oblici	Predavanje
Govorenje – dijaloški oblici	Anketa
Morfem i morfologija	Morfem, alomorf, morfologija Vrste morfema
Gramatičke kategorije	Kategorije vrsta riječi Kategorije oblika riječi
Promjenjive riječi	Imenice Imenice i pravopis Zamjenice Zamjenice i pravopis Pridjevi Pridjevi i pravopis Brojevi Brojevi i pravopis Glagoli Glagoli i pravopis
Nepromjenjive riječi	Prilozi Prijedlozi Veznici Čestice Usklici
Hrvatski jezik od 16. do kraja 18. stoljeća	Najvažnije jezikoslovna djela (Bartol Kašić, Juraj Habdelić, Jakov Mikalja, Ardelio Della Bella, Ivan Belostenec)
Pisanje - izlaganje	Izlaganje kao postupak Definicije Sažetak Bilješke i natuknice Zapisnik Stručno izvješće
Cijeli se svijet igra	<i>Polaznici čitaju tri djela s popisa. Prvo je djelo na popisu obvezatno. Valja odabrati još jedno cjelovito djelo i jedan ulomak po izboru nastavnika i/ili čitalačkim interesima polaznika.</i> Molière, <i>Škrtac</i> Pedro Calderón de la Barca, <i>Život je san</i>

	<p>William Shakespeare, <i>San ljetne noći</i> William Shakespeare, <i>Romeo i Julija</i> Tennessee Williams, <i>Tramvaj zvan žudnja</i> Elvis Bošnjak, <i>Nosi nas rijeka</i> Tena Štivičić, <i>Fragile</i></p>
Prometeji	<p>Polaznici čitaju tri djela s popisa. Prvo je djelo na popisu obvezatno. Valja odabrati još jedno cjelovito epsko ili dramsko djelo te ulomak ili pjesmu po izboru nastavnika i/ili čitalačkim interesima polaznika.</p> <p>Eshil, <i>Okovani Prometej</i> Miguel de Cervantes Saavedra, <i>Don Quijote</i> Johann Wolfgang Goethe, <i>Prometej</i> Alfred Victor de Vigny, <i>Smrt vuka</i> Ivan Mažuranić, <i>Smrt Smail-age Čengića</i> Mihail Jurjevič Ljermontov, <i>Junak našeg doba</i> Tin Ujević, <i>Visoki jablani</i> George Gordon Byron, <i>Hodočašće Childea Harolda</i></p>
Žena u književnom djelu	<p>Polaznici čitaju četiri djela s popisa. Prvo je djelo na popisu obvezatno. Valja odabrati još jedno cjelovito epsko ili dramsko djelo i dvije pjesme po izboru nastavnika i/ili čitalačkim interesima polaznika.</p> <p>Milan Begović, <i>Bez trećega</i> Vesna Parun, <i>Ti koja imaš nevinije ruke</i> Biblija, <i>Pjesma nad pjesmama</i> Ivan Slamnig, <i>Barbara</i> Horacije, <i>Lidiji</i> Josip Kozarac, <i>Tena</i> Dinko Šimunović, <i>Muljika</i> Dubravka Ugrešić, <i>Štefica Cvek u raljama života</i> Sofoklo, <i>Antigona</i></p>
Čitanje - izlagački tekstovi	<p>Postupak izlaganja u različitim vrstama tekstova Sažetak Stručno izvješće Popularno-znanstveni članak</p>
Napomene:	<p>Polaznici tijekom nastavne godine pišu dvije školske zadaće. Obvezatne su četiri domaće zadaće u mjesecu.</p>
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: usmeno izlaganje, razgovor, čitanje i rad s tekstom, objašnjavanje, pisanje, igranje uloga, simulacije, projektna nastava, placemat (podložak), grupna slagalica. Oblici: individualni oblik rada, čelni oblik rada, rad u paru, rad u skupinama, timski rad, istraživačko učenje, suradničko učenje, samoregulirano učenje. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: pisanje, govorenje i slušanje, jezik, književni tekstovi, neknjiževni tekstovi. Oblici: usmena provjera, pisana provjera, domaća zadaća, školska zadaća, predstavljanje rezultata rada; vrjednovanje supolaznika, samovrjednovanje, zajednička evaluacija, mape, bilješke opisnog</p>

	praćenja (odnos prema radu, samostalnost, odgovornost).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **HRVATSKI JEZIK**

Razred: **treći (3.)**

U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	Ishodi učenja navedeni za prvi razred ostvaruju se u sva četiri razreda.
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Slušanje – monološki oblici	Izvještaj
Slušanje – dijaloški oblici	Razgovor na temu
Govorenje – monološki oblici	Izvještaj
Govorenje – dijaloški oblici	Službeni razgovor
Sintaksa	Sintaksa
Spojevi riječi	Tipovi odnosa među sastavnicama spojeva riječi
Ustrojstvo rečenice	Obavijesno ustrojstvo rečenice Gramatičko ustrojstvo rečenice
Rečenice po sastavu	Jednostavne i složene rečenice
Nezavisno složena rečenica	Sastavna, rastavna, suprotna, isključna i zaključna rečenica
Zavisno složena rečenica	Subjektivna, predikatna, objektna, atributna rečenica Priložne rečenice: vremenske, načinske, mjesne, pogodbene, uzročne, posljedične, namjerne, dopusne
Povezivanje rečenica u tekstu	Red riječi u rečenici
Pravopisna pravila u sintaksi	Uporaba razgodaka i pravopisnih znakova
Hrvatski jezik u 19. stoljeću	Ljudevit Gaj, <i>Kratka osnova horvatsko-slavenskoga pravopisanja</i>
Pisanje - dokazivanje	Dokazivanje kao postupak Pismo za iskazivanje interesa Prikaz Problemski članak (na teme iz strukovne kvalifikacije i sadržaja predmeta hrvatski jezik) Školski esej
Jureći vlak braće Lumière	<i>Polaznici čitaju tri djela s popisa. Prvo je djelo na popisu obvezatno. Valja odabrati još jedno cjelovito epsko ili dramsko djelo i jednu pjesmu po izboru nastavnika i/ili čitalačkim interesima polaznika.</i> Janko Polić Kamov, <i>Brada</i> Antun Gustav Matoš, <i>Cvijet sa raskršća</i> Antun Gustav Matoš, <i>Notturmo</i> Milan Begović, <i>Kvartet</i> Vladimir Vidrić, <i>Pejzaž II.</i> Charles Baudelaire, <i>Cvjetovi zla</i> Konstantinos Kavafis, <i>Čekajući barbare</i>

	Arthur Schnitzler, <i>Novela o snu</i>
Društveni angažman	<p>Polaznici čitaju tri djela s popisa. Prva su dva djela na popisu obvezatna. Valja odabrati još jedno cjelovito djelo po izboru nastavnika i/ili čitalačkim interesima polaznika.</p> <p>August Šenoa, <i>Prijan Lovro</i> Fjodor Mihajlovič Dostojevski, <i>Zločin i kazna</i> Silvije Strahimir Kranjčević, <i>Gospodskom Kastoru</i> Antun Gustav Matoš, <i>Kip domovine leta 188*</i> Vjenceslav Novak, <i>Posljednji Stipančići</i> Ivan Goran Kovačić, <i>Dani gnjeva</i> Honoré de Balzac, <i>Otac Goriot</i> Charles Dickens, <i>Velika očekivanja</i></p>
Unutarnji svijet	<p>Polaznici čitaju četiri djela s popisa. Prva su dva djela na popisu obvezatna. Valja odabrati još jedno cjelovito epsko ili dramsko djelo i jednu pjesmu po izboru nastavnika i/ili čitalačkim interesima polaznika.</p> <p>William Shakespeare, <i>Hamlet</i> Janko Leskovar, <i>Misao na vječnost</i> Henrik Ibsen, <i>Nora</i> Petar Preradović, <i>Ljudsko srce</i> Ralph Waldo Emerson, <i>Ljubav</i> Milutin Cihlar Nehajev, <i>Bijeg</i> Ranko Marinković, <i>Ruke</i> Franz Kafka, <i>Preobrazba</i></p>
Čitanje - dokazivački tekstovi	Postupak dokazivanja u različitim vrstama tekstova Prikaz Pismo za iskazivanje interesa Problemski članak
Napomene:	Polaznici tijekom nastavne godine pišu dvije školske zadaće. Obvezatne su četiri domaće zadaće u mjesecu.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: usmeno izlaganje, razgovor, čitanje i rad s tekstom, objašnjavanje, pisanje, igranje uloga, simulacije, projektna nastava, placemat (podložak), grupna slagalica.</p> <p>Oblici: individualni oblik rada, čelni oblik rada, rad u paru, rad u skupinama, timski rad, istraživačko učenje, suradničko učenje, samoregulirano učenje.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: pisanje, govorenje i slušanje, jezik, književni tekstovi, neknjiževni tekstovi.</p> <p>Oblici: usmena provjera, pisana provjera, domaća zadaća, školska zadaća, predstavljanje rezultata rada; vrjednovanje supolaznika, samovrjednovanje, zajednička evaluacija, mape, bilješke opisnog praćenja (odnos prema radu, samostalnost, odgovornost).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **HRVATSKI JEZIK**

Razred: **četvrti (4.)**

U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	Ishodi učenja navedeni za prvi razred ostvaruju se u sva četiri razreda.
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Slušanje – monološki oblici	Komentar
Slušanje – dijaloški oblici	Debata
Govorenje – monološki oblici	Komentar
Govorenje – dijaloški oblici	Razgovor na temu
Leksikologija	Uvod u leksikologiju
Jezični sustav i jezični znak	Struktura jezičnog znaka Jednoznačnost i višeznačnost leksema
Leksičko-semantički odnosi	Sinonimija Antonimija Homonimija
Raslojenost leksika	Vremenska raslojenost leksika Područna raslojenost leksika Funkcionalna raslojenost leksika
Međujezični dodiri i leksičko posuđivanje	Posuđenice Vrste posuđenica
Jezična norma i jezični purizam	Jezična norma Jezični purizam
Frazeologija	Frazem i frazeologija Frazemske istoznačnice i frazemski antonimi
Leksikografija	Vrste rječnika Leksikografski (rječnički) članak
Hrvatski jezik u 20. i 21. stoljeću	<i>Deklaracija o položaju i nazivu hrvatskoga književnog jezika kao izraz samobitnosti hrvatskoga jezika</i> Hrvatski jezik - službeni jezik Europske unije
Pisanje - dokazivanje	Školski esej
Pisanje - upućivanje	Upućivanje kao postupak Tehnička uputa
Stoljeće nemira	<i>Polaznici čitaju tri djela s popisa. Prva su dva djela na popisu obvezatna. Valja odabrati još jedno cjelovito djelo po izboru nastavnika i/ili čitalačkim interesima polaznika.</i> Slavko Mihalić, <i>Majstore, ugasi svijeću</i> Miroslav Krleža, <i>Gospoda Glembajevi</i> Ranko Marinković, <i>Kiklop</i> Ivan Goran Kovačić, <i>Jama</i>

	Miljenko Jergović, <i>Sarajevski Marlboro</i> Eugène Ionesco, <i>Čelava pjevačica</i> William Golding, <i>Gospodar muha</i> Orhan Pamuk, <i>Snijeg</i>
Globalno selo	Polaznici čitaju tri djela s popisa. Prva su dva djela na popisu obvezatna. Valja odabrati još jedno cjelovito djelo po izboru nastavnika i/ili čitalačkim interesima polaznika. Albert Camus, <i>Stranac</i> Miroslav Krleža, <i>Cvrčak pod vodopadom</i> Antun Šoljan, <i>Luka</i> Nikolaj Vasiljevič Gogolj, <i>Kabanica</i> Gabriel García Marquez, <i>Sto godina samoće</i> Raymond Carver, <i>Katedrala</i> Aldous Huxley, <i>Divni novi svijet</i> William Gibson, <i>Neuromancer</i>
Hrvatska književna baština	Polaznici čitaju pet djela s popisa. Prva su četiri djela na popisu obvezatna. Valja odabrati još jedan ulomak ili pjesmu po izboru nastavnika i/ili čitalačkim interesima polaznika. Marko Marulić, <i>Judita</i> (ulomci) Hanibal Lucić, <i>Jur ni jedna na svit vila</i> Marin Držić, <i>Dundo Maroje</i> Ivan Gundulić, <i>Osman</i> (1. pjevanje) Ivan Bunić Vučić, <i>Nemoj, nemoj ma Ljubice</i> Fran Krsto Frankopan, <i>Cvitja razmišljenje i žalostno protuženje</i> Tituš Brezovački, <i>Matijaš grabancijaš dijak</i> Matija Antun Reljković, <i>Satir iliti divji čovik</i> Andrija Kačić Miošić, <i>Razgovor ugodni naroda slovinskoga</i>
Čitanje - dokazivački tekstovi	Kritika Komentar
Čitanje - upućivački tekstovi	Postupak upućivanja u različitim vrstama tekstova Tehnička uputa Zakoni
Napomene:	Polaznici tijekom nastavne godine pišu dvije školske zadaće. Obvezatne su četiri domaće zadaće u mjesecu.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: usmeno izlaganje, razgovor, čitanje i rad s tekstom, objašnjavanje, pisanje, igranje uloga, simulacije, projektna nastava, placemat (podložak), grupna slagalica. Oblici: individualni oblik rada, čelni oblik rada, rad u paru, rad u skupinama, timski rad, istraživačko učenje, suradničko učenje, samoregulirano učenje. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: pisanje, govorenje i slušanje, jezik, književni tekstovi, neknjiževni tekstovi. Oblici: usmena provjera, pisana provjera, domaća zadaća, školska zadaća, predstavljanje rezultata rada; vrjednovanje supolaznika, samovrjednovanje, zajednička evaluacija, mape, bilješke opisnog

	praćenja (odnos prema radu, samostalnost, odgovornost).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **ENGLESKI JEZIK**

<p>Cilj predmeta:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razlikovati i primijeniti jezične zakonitosti i vokabular u razvijanju jezičnih vještina na odgovarajućoj razini radi ostvarivanja pisane i usmene komunikacije ▪ čitati kraće tekstove koji su pisani standardnim jezikom ili jezikom struke ▪ razumjeti opis događaja u osobnim pismima ▪ identificirati glavne misli jasnog standardnog razgovora o poznatim temama s kojima se polaznici redovito susreću u školi i u slobodno vrijeme ▪ napisati jednostavan vezani tekst prema osobnom interesu ▪ komunicirati u jednostavnim uobičajenim situacijama o poznatim temama i aktivnostima te sudjelovati u kraćim razgovorima bez pripreme ▪ jednostavno povezivati rečenice kako bi polaznici opisali događaje i svoje doživljaje ▪ usvojiti sociokulturna orijentacijska znanja o zemlji/zemljama jezika koji se uči u svim jezičnim djelatnostima ▪ usvojiti znanje o različitim uzrocima nerazumijevanja među osobama iz različitih kultura ▪ prepoznati sličnosti i razlike između kulture vlastite zemlje i zemlje jezika cilja ▪ uočiti potrebu tolerantnog ophođenja s osobama iz drugih kultura ▪ ostvariti komunikaciju i suradnju s različitim osobama i skupinama u poznatim uvjetima uz uvažavanje različitosti
<p>Opis predmeta:</p>	<p>Nastavom se engleskog jezika uz korištenje kombiniranih metoda i oblika rada, usvajaju se obrasci usmene i pisane komunikacije na tom jeziku. Pri određivanju razina jezične kompetencije koje bi polaznici trebali postići na kraju pojedinih odgojno-obrazovnih razdoblja, odnosno ciklusa srednjoškolskog obrazovanja uzete su u obzir smjernice <i>Zajedničkog europskog referentnog okvira za jezike: učenje, poučavanje, vrednovanje, Europskog jezičnog portfolia i Nacionalnog okvirnog kurikulumu za predškolski odgoj i obrazovanje te opće obvezno i srednjoškolsko obrazovanje</i> i činjenica da je riječ o nastavku učenja prvoga stranog jezika u kontinuitetu od 1. razreda osnovne škole. Po završetku četverogodišnjeg obrazovanja očekuje se da će polaznici doseći razinu A2+, prije svega u području receptivnih jezičnih vještina. Premda bi polaznici sukladno <i>Nastavnom planom i programu za osnovnu školu i Nacionalnom okvirnom kurikulumu za predškolski odgoj i obrazovanje te opće obvezno i srednjoškolsko obrazovanje</i> nakon osam godina učenja prvoga stranog jezika već trebali dosegnuti razinu A2 realno je očekivati heterogenost znanja polaznika iz osnovne škole, uz manja proširenja gradiva povezanih s novim kontekstom i strukom.</p> <p>NAPOMENA: nastavnik odlučuje o udjelu i postotku nastavnih sadržaja iz područja struke. Postotak može varirati od 10 do 20 posto, ovisno o razini i razredu, uvažavajući činjenicu da se u završnim razredima</p>

	povećava udio stručnih predmeta/modula i/ili sadržaja.
--	--

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenjaNaziv nastavnog predmeta: **ENGLESKI JEZIK**Razred: **prvi (1.)**

U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<p>Jezični sustav i sadržaji</p> <p>1. razviti jezične strukture osnovne razine i vokabular u usmenom i pisanom izričaju uz progresiju jezika struke</p> <p>Čitanje</p> <p>1. izdvojiti globalni smisao tekstova jednostavnog raspona vokabulara i jednostavnih jezičnih struktura pisanih standardnim jezikom</p> <p>Slušanje</p> <p>1. identificirati globalno značenje i glavnu misao u snimljenom i/ili izgovorenom tekstu o poznatoj temi</p> <p>2. upotrijebiti osnovne i složenije jezične strukture i vokabular</p> <p>Pisanje</p> <p>1. svrstati osnovne i složenije jezične strukture te osnovni i složeniji vokabular u pisanom izričaju</p> <p>2. izraziti svojim riječima osjećaje vezane sa svakodnevnim i poznatim situacijama</p> <p>Govor</p> <p>1. koristiti odgovarajuće jezične strukture i vokabular u usmenom izričaju</p> <p>2. koristiti jednostavne fraze u društvenim situacijama</p> <p>Međukulturalno djelovanje (interkulturalna kompetencija)</p> <p>1. ponoviti posebnosti kulture zemlje (ili zemalja) jezika cilja</p> <p>2. interpretirati sličnosti i razlike između kulture vlastite zemlje i zemlje (ili zemalja) jezika cilja</p>
	Razrada
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Ja i svijet oko mene	Predstavljanje sebe i drugoga (osobni podatci, izgled, osobine...) Članovi uže i šire obitelji Odnosi u obitelji
Stanovanje	Prostorije u kući/stanu Dijelovi namještaja Život u gradu/na selu/u manjem mjestu Vrste stambenih objekata u različitim zemljama svijeta
Slobodno vrijeme	Vrste sportskih i rekreativnih aktivnosti Izleti Igre, kućni ljubimci, zabava, izlasci
Svakodnevnica	Koliko je sati?

	Dijelovi dana i dani u tjednu Svakodnevne aktivnosti Godišnja doba, mjeseci Vremenske prilike Obilježavanje važnih datuma (blagdani i praznici)
Prehrambene navike	Hrana i piće Obroci Prehrambene navike (piramida prehrane)
Kupovina	Vrste valuta Vrste trgovina Kupovanje u različitim trgovinama
Napomene:	<p>Postignuća u prvom stranom jeziku orijentiraju se prema temeljnom stupnju (A2) <i>Zajedničkog europskog referentnog okvira za jezike</i>; pritom se može očekivati da će polaznici, ako su dotičnom jeziku više izloženi u svakodnevnom okruženju, navedena postignuća vjerojatno nadmašiti.</p> <p>Popis potrebnih jezičnih struktura:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ IMENICE: vrste, rod, broj, posvojni oblik, fraza <i>of</i> ▪ ČLANOVI: određeni i neodređeni, nulti ▪ ZAMJENICE: osobne, upitne, pokazne, <i>it, there is, there are</i>, relativne ▪ VEZNICI: <i>and, or, yet, so, when, until, if, although, since, itd.</i> ▪ PRIDJEVI: stupnjevanje (pravilno i nepravilno), posvojni, pokazni i opisni, pridjevi neodređene količine ▪ BROJEVI: glavni i redni ▪ PRILOZI: mjesta, određenoga i neodređenoga vremena ▪ SINTAKSA: red riječi u rečenici i nezavisno složenoj rečenici; mjesto izravnog i neizravnog objekta, mjesto priloga mjesta i vremena ▪ GLAGOLI: 5 osnovnih oblika: osnova-<i>s</i> oblik, <i>-ed</i> oblik, particip s nastavkom <i>-ing, -ed</i>. Osnovna glagolska vremena – ponavljanje; tvorba i uporaba budućih vremena (<i>going to + infinitive; shall, will; Present Continuous</i> za budućnost), pojam aktiva i pasiva.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: razgovor, usmeno izlaganje (pripovijedanje i objašnjavanje), slušanje, čitanje i rad na tekstu, pisanje, demonstracije.</p> <p>Oblici: Frontalni rad, individualni rad, radu u paru, skupinski rad, alternativni oblici rada.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost svih četiriju jezičnih vještina: govorna produkcija i interakcija, pisano izražavanje (kreativnost i originalnost u pisanom izražavanju), čitanje i slušanje s razumijevanjem, uporaba jezika (gramatička točnost i bogatstvo leksika) te usvojenost određenih sadržaja (npr. elementi kulture i civilizacije, područje struke).</p> <p>Oblici: formativno i sumativno vrjednovanje, samovrjednovanje,</p>

	<p>usmena i pisana provjera znanja.</p> <p>Načini, postupci i elementi vrjednovanja odgojno-obrazovnih postignuća polaznika usklađuju se s odredbama važećega <i>Pravilnika o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika u osnovnoj i srednjoj školi</i> (NN 112/10).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **ENGLESKI JEZIK**

Razred: **drugi (2.)**

U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	Jezični sustav i sadržaji <ol style="list-style-type: none">1. odabrati pravilne jezične sadržaje i oblike2. izdvojiti osnove jezičnog sustava radi ostvarenja komunikacije s različitim osobama u novim uvjetima Čitanje <ol style="list-style-type: none">1. identificirati informacije u kratkom i jednostavnom osobnom pismu2. izdvojiti ključne informacije u svakodnevnim pisanim materijalima na standardnom jeziku Slušanje <ol style="list-style-type: none">1. slijediti zahtjevnije upute i naredbe Pisanje <ol style="list-style-type: none">1. napisati kratak i jednostavan opis osobnih iskustava2. izvijestiti o planovima i zadaćama u kratkom i jednostavnom pisanom obliku Govor <ol style="list-style-type: none">1. izložiti svoje osjećaje povezane sa svakodnevnim i poznatim situacijama2. intervjuirati sugovornika o planovima i zadaćama Međukulturalno djelovanje(interkulturalna kompetencija) <ol style="list-style-type: none">1. izdvojiti pojavnosti koje nose obilježja stereotipa2. navesti uzroke nerazumijevanja među osobama iz različitih kultura3. upotrijebiti osnovna pravila ponašanja u komunikaciji na jeziku cilju
	Razrada
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Putovanja i praznici	Organizacija putovanja Praznici i kako ih provesti Vozni red i prospekti Vrste prijevoza Snalaženje u stranoj zemlji Znamenitosti
Multikulturalnost	Hrvatske kulturne manifestacije Kulturne manifestacije zemalja čiji se jezik uči Slavni ljudi i događaji Europa jučer i danas

	Europska unija, Vijeće Europe, europske institucije za mlade
Mediji i suvremena komunikacija	Tiskani i elektronički mediji Radio i televizija TV vodič i programi Pisana i usmena komunikacija Telefon, SMS, MMS, e-pošta, internet, društvene mreže itd.
Škola i obrazovanje	Vrste škola Predmeti Ocjene Školski pribor Život u školi Školski sustav u Hrvatskoj i drugim zemljama
Sport i zdravlje	Važnost bavljenja sportom Istaknuti hrvatski i svjetski sportaši Briga o zdravlju i tijelu Posjet liječniku
Međuljudski odnosi	Generacijski jaz Odnosi među spolovima Formalne i neformalne situacije
Napomene:	Postignuća u prvom stranom jeziku orijentiraju se prema temeljnom stupnju (A2+) <i>Zajedničkog europskog referentnog okvira za jezike</i> ; pritom se može očekivati da će polaznici, ako su dotičnom jeziku više izloženi u svakodnevnom okruženju, navedena postignuća vjerojatno nadmašiti. Popis potrebnih jezičnih struktura: Ponavljjanje iz prethodnih godina i proširivanje gradiva: <ul style="list-style-type: none"> ▪ ZAMJENICE: posvojne i povratne zamjenice; <i>one</i> kao zamjenica ▪ PRIDJEVI: stupnjevanje (<i>comparison of equality</i>) ▪ PRIJEDLOZI: vrijeme (on, at, in, by, from), mjesto, pravac (on, at, above, under, into) i uzroka (because, for the sake of) ▪ TVORBA RIJEČI: <i>compounds</i> ▪ PRILOZI: tvorba priloga načina – položaj u rečenici ▪ SINTAKSA: upravni i neupravni govor; red riječi u rečenici – načelo tvorbe upitnih i negativnih oblika u jednostavnim i složenim vremenima; slaganje vremena ▪ GLAGOLI: tvorba i uporaba glagolskih vremena Present Perfect Tense - Simple Continuous (odnos); Present Perfect Tense – Preterite Tense (odnos).
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: razgovor, usmeno izlaganje (pripovijedanje i objašnjavanje), slušanje, čitanje i rad na tekstu, pisanje, demonstracije. Oblici: frontalni rad, individualni rad, radu u paru, skupinski rad, alternativni oblici rada. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja	Elementi: usvojenost svih četiriju jezičnih vještina: govorna produkcija i interakcija, pisano izražavanje (kreativnost i originalnost u pisanom izražavanju), čitanje i slušanje s razumijevanjem, uporaba

polaznika:	<p>jezika (gramatička točnost i bogatstvo leksika) te usvojenost određenih sadržaja (npr. elementi kulture i civilizacije, područje struke).</p> <p>Oblici: formativno i sumativno vrjednovanje, samovrjednovanje, usmena i pisana provjera znanja.</p> <p>Načini, postupci i elementi vrjednovanja odgojnoobrazovnih postignuća polaznika usklađuju se s odredbama <i>važćega Pravilnika o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika u osnovnoj i srednjoj školi</i> (NN 112/10).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Jezični sustav i sadržaji</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. primijeniti osnove jezičnog sustava na novim sadržajima 2. koristiti jezične strukture i vokabular u složenijim opisima i situacijama iz svakodnevice i područja struke <p>Čitanje</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. izdvojiti ključne informacije u pisanim materijalima na standardnom jeziku 2. izdvojiti specifične informacije iz jednostavnih izvornih i didaktičkih tekstova <p>Slušanje</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. identificirati globalno značenje i glavnu misao u snimljenom i/ili izgovorenem tekstu na poznatu temu <p>Pisanje</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. raspraviti složenije informacije u osobnim pismima, razglednicama ili e-pošti 2. preoblikovati bilješke nakon čitanja ili slušanja teksta <p>Govor</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. protumačiti složenije informacije iz osobnih pisama, razglednica ili e-pošte <p>Međukulturalno djelovanje (interkulturalna kompetencija)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. razlikovati pozitivne svjetonazore i sociokulturne vrijednosti od različitih oblika diskriminacije 2. primijeniti različite verbalne i neverbalne strategije za uspostavljanje kontakta s osobom iz različite kulture
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Europsko okruženje</p>	<p>Mladi i europsko okruženje Europsko zajedništvo (valuta, itd) Gospodarenje vlastitim novcem</p>
<p>Javne službe</p>	<p>Javno zdravstvo Škole i školski sustavi Javne institucije</p>
<p>Mladi i njihov svijet</p>	<p>Obitelj i društvene veze Mladi na djelu Problemi mladih Oblici prihvatljivog i neprikladnog ponašanja Kultura i supkultura mladih (odijevanje, glazba itd)</p>

Mobilnost i migracije	Mobilnost ljudi i znanja Međunarodno tržište rada Posjeti i razmjene polaznika Stručna praksa i rad u inozemstvu
Društvo i svijet koji nas okružuje	Svijet u kojem živimo – pogled u budućnost Život u suvremenom društvu (ovisnosti, problemi u ponašanju...) Problemi čovječanstva – glad, siromaštvo, nezaposlenost Građanski odgoj Socijalni i društveni odnosi Duhovne i etičke vrijednosti
Znanost i tehnologija	Izumi i otkrića Poznati znanstvenici Suvremene tehnologije
Strukovno usmjerene teme	Povijest struke Zanimljivosti i osobitosti
Napomene:	Postignuća u prvom stranom jeziku orijentiraju se prema temeljnom stupnju (A2+) <i>Zajedničkog europskog referentnog okvira za jezike</i> ; pritom se može očekivati da će polaznici, ako su dotičnom jeziku više izloženi u svakodnevnom okruženju, navedena postignuća vjerojatno nadmašiti. Popis potrebnih jezičnih struktura: <ul style="list-style-type: none"> ▪ ponavljanje iz prethodnih godina i proširivanje gradiva ▪ <i>Tenses</i> – ponavljanje; slaganje vremena; frazalni glagoli; pogodbene rečenice (tip I i II); <i>-ing</i> oblik glagola, pasivne rečenice.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: razgovor, usmeno izlaganje (pripovijedanje i objašnjavanje), slušanje, čitanje i rad na tekstu, pisanje, demonstracije. Oblici: frontalni rad, individualni rad, radu u paru, skupinski rad, alternativni oblici rada. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost svih četiriju jezičnih vještina: govorna produkcija i interakcija, pisano izražavanje (kreativnost i originalnost u pisanom izražavanju), čitanje i slušanje s razumijevanjem, uporaba jezika (gramatička točnost i bogatstvo leksika) te usvojenost određenih sadržaja (npr. elementi kulture i civilizacije, područje struke). Oblici: formativno i sumativno vrjednovanje, samovrjednovanje, usmena i pisana provjera znanja. Načini, postupci i elementi vrjednovanja odgojnoobrazovnih postignuća polaznika usklađuju se s odredbama važećega <i>Pravilnika o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika u osnovnoj i srednjoj školi</i> (NN 112/10).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

<p>U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Jezični sustav i sadržaji</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. iskazati podatke o različitim temama uz povremenu stručnu pomoć u poznatim i novim uvjetima 2. uočiti osnovne jezične pojave radi izbjegavanja ili ispravljanja vlastitih ili tuđih pogrešaka u govoru i pismu <p>Čitanje</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. prepoznati ključne ideje u tekstu pregledno izložene argumentacije 2. razlikovati pisani izričaj od govornog izričaja <p>Slušanje</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. razumjeti bitne informacije iz kratkih snimljenih i/ili izgovorenih odlomaka, uz uvjet da se govori razgovijetno i na standardnom jeziku 2. razlikovati važnije pojedinosti iz kratkih snimljenih i/ili izgovorenih tekstova koji se odnose na svakodnevne životne situacije <p>Pisanje</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. klasificirati informacije o razgovoru, tekstu ili vizualnom materijalu 2. preoblikovati klasificirane informacije u strukturirani pisani izričaj <p>Govor</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. interpretirati složeniji pročitani ili slušani tekst 2. prevesti jednostavne upute i naredbe <p>Međukulturalno djelovanje (interkulturalna kompetencija)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. koristiti prigodni jezični registar (formalno/neformalno) u različitim skupinama i situacijama u poznatim uvjetima 2. provesti složeniju komunikaciju i suradnju u skupini u poznatim uvjetima uz uvažavanje različitosti
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Posao i obrazovanje</p>	<p>Zanimanja Oglasi Životopis i Europass Molba i razgovor za posao</p>

	Moja budućnost
Svijet rada	Moje zanimanje u suvremenom društvu Moje zanimanje u europskom okviru Na radnom mjestu
Potrošačko društvo	Reklame i utjecaj na mlade Konzumerizam
Mobilnost i migracije	Mobilnost ljudi i znanja Kompetitivnost na međunarodnom tržištu rada Posjeti i razmjene polaznika Stručna praksa i rad u inozemstvu
Kultura i civilizacija	Fenomen globalizacije Svijet kao globalno selo Pitanja kulturnog identiteta i suvereniteta
Znanost, umjetnost i popularna kultura	Svijet znanosti i umjetnosti (izložbe, muzeji, koncerti, film) Slavni ljudi i događaji
Društvo i svijet koji nas okružuje	Svijet u kojem živimo – pogled u budućnost Život u suvremenom društvu (ovisnosti, problemi u ponašanju...) Problemi čovječanstva – glad, siromaštvo, nezaposlenost Građanski odgoj Socijalni i društveni odnosi Duhovne i etičke vrijednosti
Solidarnost	Osjetljivost za druge, za obitelj, za slabe, siromašne i bolesne Međugeneracijska skrb Ekološka osviještenost
Strukovno usmjerene teme	Škola i radionica škole Povijest struke Zanimljivosti i osobitosti Sajmovi i izložbe Tehnika i tehnologija u službi struke
Napomene:	Postignuća u prvom stranom jeziku orijentiraju se prema temeljnom stupnju (A2+) <i>Zajedničkog europskog referentnog okvira za jezike</i> , pritom se može očekivati da će polaznici, ako su dotičnom jeziku više izloženi u svakodnevnom okruženju, navedena postignuća vjerojatno nadmašiti. Popis potrebnih jezičnih struktura: <ul style="list-style-type: none"> ▪ ponavljanje iz prethodnih godina i proširivanje gradiva ▪ pasivne rečenice, bezlični oblici, odnosne rečenice, pogodbene rečenice (tip I i II); - <i>ing</i> oblik glagola; <i>causative have</i>.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: razgovor, usmeno izlaganje (pripovijedanje i objašnjavanje), slušanje, čitanje i rad na tekstu, pisanje, demonstracije. Oblici: frontalni rad, individualni rad, radu u paru, skupinski rad, alternativni oblici rada. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja	Elementi: usvojenost svih četiriju jezičnih vještina: govorna produkcija i interakcija, pisano izražavanje (kreativnost i originalnost u pisanom izražavanju), čitanje i slušanje s razumijevanjem, uporaba

polaznika:	<p>jezika (gramatička točnost i bogatstvo leksika) te usvojenost određenih sadržaja (npr. elementi kulture i civilizacije, područje struke).</p> <p>Oblici: formativno i sumativno vrjednovanje, samovrjednovanje, usmena i pisana provjera znanja.</p> <p>Načini, postupci i elementi vrjednovanja odgojnoobrazovnih postignuća polaznika usklađuju se s odredbama važećega <i>Pravilnika o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika u osnovnoj i srednjoj školi</i> (NN 112/10).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **NJEMAČKI JEZIK**

<p>Cilj predmeta:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razlikovati i primijeniti jezične zakonitosti i vokabular u razvijanju jezičnih vještina na odgovarajućoj razini radi ostvarivanja pisane i usmene komunikacije ▪ čitati kraće tekstove koji su pisani standardnim jezikom ili jezikom struke ▪ razumjeti opis događaja u osobnim pismima ▪ identificirati glavne misli jasnog standardnog razgovora o poznatim temama s kojima se redovito susreću u školi i u slobodno vrijeme ▪ napisati jednostavan vezani tekst o temi od osobnog interesa ▪ komunicirati u jednostavnim uobičajenim situacijama o poznatim temama i aktivnostima te sudjelovati u kraćim razgovorima bez pripreme ▪ jednostavno povezivati rečenice kako bi opisali događaje i svoje doživljaje ▪ usvojiti sociokulturna orijentacijska znanja o zemlji/zemljama jezika koji se uči kroz sve jezične djelatnosti ▪ usvojiti znanje o različitim uzrocima nerazumijevanja između osoba iz različitih kultura ▪ prepoznati sličnosti i razlike između kulture vlastite zemlje i zemlje jezika cilja ▪ uočiti potrebu tolerantnog ophođenja s osobama iz drugih kultura ▪ ostvariti komunikaciju i suradnju s različitim osobama i skupinama u poznatim uvjetima uz uvažavanje različitosti
<p>Opis predmeta:</p>	<p>Nastavom se njemačkog jezika uz korištenje kombiniranih metoda i oblika rada, usvajaju se obrasci usmene i pisane komunikacije na tom jeziku. Pri određivanju razina jezične kompetencije koje bi polaznici trebali postići na kraju pojedinih odgojno-obrazovnih razdoblja, odnosno ciklusa srednjoškolskog obrazovanja, uzete su u obzir smjernice <i>Zajedničkog europskog referentnog okvira za jezike: učenje, poučavanje, vrednovanje, Europskog jezičnog portfolia i Nacionalnog okvirnog kurikulumu za predškolski odgoj i obrazovanje te opće obvezno i srednjoškolsko obrazovanje</i> te činjenica da je riječ o nastavku učenja prvog stranog jezika u kontinuitetu od 1. razreda osnovne škole. Po završetku 4. razreda strukovne škole, polaznici bi u osnovnim područjima jezičnih djelatnosti u njemačkom jeziku mogli ostvariti razinu A2+. Premda bi polaznici sukladno <i>Nastavnom planu i programu za osnovnu školu i Nacionalnom okvirnom kurikulumu za predškolski odgoj i obrazovanje te opće obvezno i srednjoškolsko obrazovanje</i> nakon osam godina učenja prvoga stranoga jezika već trebali dosegnuti razinu A2, ista je razina jezične kompetencije polaznika predviđena i na završetku 1. razreda strukovne škole jer je u tom razredu realno očekivati heterogenost znanja polaznika iz osnovne škole uz (manja) proširenja gradiva povezanih s novim kontekstom i strukom.</p> <p>NAPOMENA: nastavnik odlučuje o udjelu i postotku nastavnih sadržaja</p>

	iz područja struke. Postotak može varirati od 10 do 20 posto, ovisno o razini i godini učenja, uvažavajući činjenicu da se u završnim razredima povećava udio stručnih predmeta/modula i/ili sadržaja.
--	--

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenja

Naziv nastavnog predmeta: **NJEMAČKI JEZIK**

Razred: **prvi (1.)**

U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	Jezični sustav i sadržaji 1. razviti jezične strukture osnovne razine i vokabular u usmenom i pisanom izričaju uz progresiju jezika struke Čitanje 1. izdvojiti globalni smisao tekstova jednostavnog raspona vokabulara i jednostavnih jezičnih struktura pisanih standardnim jezikom Slušanje 1. upotrijebiti osnovne i složenije jezične strukture i vokabular 2. identificirati globalno značenje i glavnu misao u snimljenom i/ili izgovorenom tekstu o poznatoj temi Pisanje 1. svrstati osnovne i složenije jezične strukture te osnovni i složeniji vokabular u pisanom izričaju 2. izraziti svojim riječima osjećaje povezane sa svakodnevnim i poznatim situacijama Govor 1. koristiti odgovarajuće jezične strukture i vokabular u usmenom izričaju 2. primijeniti jednostavne fraze u društvenim situacijama Međukulturalno djelovanje (interkulturalna kompetencija) 1. ponoviti posebnosti kulture zemlje (ili zemalja) jezika cilja 2. interpretirati sličnosti i razlike između kulture vlastite zemlje i zemlje (ili zemalja) jezika cilja
	Razrada
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Ja i svijet oko mene	Predstavljanje sebe i drugoga (osobni podatci, izgled, osobine...) Članovi uže i šire obitelji Odnosi u obitelji
Stanovanje	Prostorije u kući/stanu Dijelovi namještaja Život u gradu/na selu/u manjem mjestu Vrste stambenih objekata u različitim zemljama svijeta
Slobodno vrijeme	Vrste sportskih i rekreativnih aktivnosti Izleti Igre, kućni ljubimci, zabava, izlasci
Svakodnevnica	Koliko je sati? Dijelovi dana i dani u tjednu Svakodnevne aktivnosti

	Godišnja doba, mjeseci Vremenske prilike Obilježavanje važnih datuma (blagdani i praznici)
Prehrambene navike	Hrana i piće Obroci Prehrambene navike (piramida prehrane)
Kupovina	Vrste valuta Vrste trgovina Kupovanje u različitim trgovinama
Napomena	Postignuća u prvom stranom jeziku orijentiraju se prema temeljnom stupnju (A2) <i>Zajedničkog europskog referentnog okvira za jezike</i> , pritom se može očekivati da će polaznici, ako su dotičnom jeziku više izloženi u svakodnevnom okruženju, navedena postignuća vjerojatno nadmašiti. Popis potrebnih jezičnih struktura: <ul style="list-style-type: none"> ▪ IMENICE: vrste, rod, broj ▪ ČLANOVI: određeni, neodređeni ▪ ZAMJENICE: osobne, pokazne i posvojne, deklinacija zamjenice, različna man ▪ PRIDJEVI: komparacija, predikatna uporaba, osnove deklinacije pridjeva ▪ PRIJEDLOZI: osnovni prijedlozi s dativom, akuzativom i genitivom ▪ PRILOZI: upitne riječi (Was? Wer? Wieviel? Wie? Wo? Wohin? Wann?) ▪ SINTAKSA: red riječi u izjavnoj, upitnoj i niječnoj rečenici, red riječi u zavisnoj objektivnoj, vremenskoj, odnosnoj i uzročnoj rečenici (dass, weil, wenn, denn) ▪ GLAGOLI: pomoćni, modalni, djeljivi i nedjeljivi u prezentu; povratni glagoli; preterit pomoćnih glagola, perfekt, imperativ.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: razgovor, usmeno izlaganje (pripovijedanje i objašnjavanje), slušanje, čitanje i rad na tekstu, pisanje, demonstracije. Oblici: frontalni rad, individualni rad, radu u paru, skupinski rad, alternativni oblici rada. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost svih četiriju jezičnih vještina: govorna produkcija i interakcija, pisano izražavanje (kreativnost i originalnost u pisanom izražavanju), čitanje i slušanje s razumijevanjem, uporaba jezika (gramatička točnost i bogatstvo leksika) te usvojenost određenih sadržaja (npr. elementi kulture i civilizacije, područje struke). Oblici: formativno i sumativno vrjednovanje, samovrjednovanje, usmena i pisana provjera znanja. Načini, postupci i elementi vrjednovanja odgojnoobrazovnih postignuća polaznika usklađuju se s odredbama važećega <i>Pravilnika o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika u osnovnoj i</i>

	<i>srednjoj školi (NN 112/10).</i>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **NJEMAČKI JEZIK**

Razred: **drugi (2.)**

U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	Jezični sustav i sadržaji <ol style="list-style-type: none">1. odabrati pravilne jezične sadržaje i oblike2. izdvojiti osnove jezičnoga sustava radi ostvarenja komunikacije s različitim osobama u novim uvjetima Čitanje <ol style="list-style-type: none">1. identificirati informacije u kratkom i jednostavnom osobnom pismu2. izdvojiti ključne informacije u svakodnevnim pisanim materijalima na standardnom jeziku Slušanje <ol style="list-style-type: none">1. slijediti zahtjevnije upute i naredbe Pisanje <ol style="list-style-type: none">1. napisati kratak i jednostavan opis osobnih iskustava2. izvijestiti o planovima i zadaćama u kratkom i jednostavnom pisanom obliku Govor <ol style="list-style-type: none">1. izložiti svoje osjećaje povezane sa svakodnevnim i poznatim situacijama2. intervjuirati sugovornika o planovima i zadaćama Međukulturalno djelovanje (interkulturalna kompetencija) <ol style="list-style-type: none">1. izdvojiti pojavnosti koje nose obilježja stereotipa2. navesti uzroke nerazumijevanja među osobama iz različitih kultura3. upotrijebiti osnovna pravila ponašanja u komunikaciji na jeziku cilju
	Razrada
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Putovanja i praznici	Organizacija putovanja Praznici i kako ih provesti Vozni red i prospekti Vrste prijevoza Snalaženje u stranoj zemlji Znamenitosti
Multikulturalnost	Hrvatske kulturne manifestacije Kulturne manifestacije zemalja čiji se jezik uči

	Slavni ljudi i događaji Europa jučer i danas Europska unija, Vijeće Europe, europske institucije za mlade
Mediji i suvremena komunikacija	Tiskani i elektronički mediji Radio i televizija TV vodič i programi Pisana i usmena komunikacija Telefon, SMS, MMS, e-pošta, internet, društvene mreže itd.
Škola i obrazovanje	Vrste škola Predmeti Ocjene Školski pribor Život u školi Školski sustav u Hrvatskoj i drugim zemljama
Sport i zdravlje	Važnost bavljenja sportom Istaknuti hrvatski i svjetski sportaši Briga o zdravlju i tijelu Posjet liječniku
Međuljudski odnosi	Generacijski jaz Odnosi među spolovima Formalne i neformalne situacije
Napomene:	Postignuća u prvom stranom jeziku orijentiraju se prema temeljnom stupnju (A2+) <i>Zajedničkog europskog referentnog okvira za jezike</i> ; pritom se može očekivati da će polaznici, ako su dotičnom jeziku više izloženi u svakodnevnom okruženju, navedena postignuća vjerojatno nadmašiti. Popis potrebnih jezičnih struktura: Ponavljanje i proširivanje: <ul style="list-style-type: none"> ▪ IMENICE: složenice ▪ PRIDJEVI: komparacija, deklinacija pridjeva ▪ PRIJEDLOZI: prijedlozi s dativom, akuzativom i genitivom ▪ SINTAKSA: red riječi u zavisnim rečenicama ▪ GLAGOLI: pregled konjugacije u prezentu, preterit modalnih glagola, konjunktiv II modalnih i pomoćnih glagola i uporaba haben i mögen kod izricanja molbe i želje, Futur I; pasiv; rekcija glagola.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: razgovor, usmeno izlaganje (pripovijedanje i objašnjavanje), slušanje, čitanje i rad na tekstu, pisanje, demonstracije. Oblici: Frontalni rad, individualni rad, radu u paru, skupinski rad, alternativni oblici rada. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost svih četiriju jezičnih vještina: govorna produkcija i interakcija, pisano izražavanje (kreativnost i originalnost u pisanom izražavanju), čitanje i slušanje s razumijevanjem, uporaba jezika (gramatička točnost i bogatstvo leksika) te usvojenost određenih sadržaja (npr. elementi kulture i civilizacije, područje

	<p>struke).</p> <p>Oblici: formativno i sumativno vrjednovanje, samovrjednovanje, usmena i pisana provjera znanja.</p> <p>Načini, postupci i elementi vrjednovanja odgojnoobrazovnih postignuća polaznika usklađuju se s odredbama važećega <i>Pravilnika o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika u osnovnoj i srednjoj školi</i>, (NN 112/10).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Jezični sustav i sadržaji</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. primijeniti osnove jezičnoga sustava na novim sadržajima 2. koristiti jezične strukture i vokabular u složenijim opisima i situacijama iz svakodnevice i područja struke <p>Čitanje</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. izdvojiti ključne informacije u pisanim materijalima na standardnom jeziku 2. izdvojiti specifične informacije iz jednostavnih izvornih i didaktičkih tekstova <p>Slušanje</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. identificirati globalno značenje i glavnu misao u snimljenom i/ili izgovorenom tekstu na poznatu temu <p>Pisanje</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. raspraviti složenije informacije u osobnim pismima, razglednicama ili e-pošti 2. preoblikovati bilješke nakon čitanja ili slušanja teksta <p>Govor</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. protumačiti složenije informacije iz osobnih pisama, razglednica ili e-pošte <p>Međukulturalno djelovanje (interkulturalna kompetencija)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. razlikovati pozitivne svjetonazore i sociokulturne vrijednosti od različitih oblika diskriminacije 2. primijeniti različite verbalne i neverbalne strategije za uspostavljanje kontakta s osobom iz različite kulture
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Europsko okruženje</p>	<p>Mladi i europsko okruženje Europsko zajedništvo (valuta, itd) Gospodarenje vlastitim novcem</p>
<p>Javne službe</p>	<p>Javno zdravstvo Škole i školski sustavi Javne institucije</p>
<p>Mladi i njihov svijet</p>	<p>Obitelj i društvene veze Mladi na djelu Problemi mladih Oblici prihvatljivoga i neprikladnoga ponašanja Kultura i supkultura mladih (odijevanje, glazba itd.)</p>
<p>Mobilnost i</p>	<p>Mobilnost ljudi i znanja</p>

migracije	Međunarodno tržište rada Posjeti i razmjene polaznika Stručna praksa i rad u inozemstvu
Društvo i svijet koji nas okružuje	Svijet u kojem živimo – pogled u budućnost Život u suvremenom društvu (ovisnosti, problemi u ponašanju...) Problemi čovječanstva – glad, siromaštvo, nezaposlenost Građanski odgoj Socijalni i društveni odnosi Duhovne i etičke vrijednosti
Znanost i tehnologija	Izumi i otkrića Poznati znanstvenici Suvremene tehnologije
Strukovno usmjerene teme	Povijest struke Zanimljivosti i osobitosti
Napomene:	Postignuća u prvom stranom jeziku orijentiraju se prema temeljnom stupnju (A2+) <i>Zajedničkog europskog referentnog okvira za jezike</i> ; pritom se može očekivati da će polaznici, ako su dotičnom jeziku više izloženi u svakodnevnom okruženju, navedena postignuća vjerojatno nadmašiti. Popis potrebnih jezičnih struktura: <ul style="list-style-type: none"> ▪ ponavljanje iz prethodnih godina i proširivanje gradiva ▪ pasiv i pasiv preterita, prijedlozi s genitivom, <i>Fragepronomen Frageadverbien</i>, pogodbene rečenice u sadašnjosti, vremenske i namjerne rečenice; infinitiv sa <i>zu</i>; odnosne rečenice; nepravilne upitne rečenice; zamjenički prilozi (<i>welcher, dieser</i>); neupravni govor.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: razgovor, usmeno izlaganje (pripovijedanje i objašnjavanje), slušanje, čitanje i rad na tekstu, pisanje, demonstracije. Oblici: frontalni rad, individualni rad, radu u paru, skupinski rad, alternativni oblici rada. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost svih četiriju jezičnih vještina: govorna produkcija i interakcija, pisano izražavanje (kreativnost i originalnost u pisanom izražavanju), čitanje i slušanje s razumijevanjem, uporaba jezika (gramatička točnost i bogatstvo leksika) te usvojenost određenih sadržaja (npr. elementi kulture i civilizacije, područje struke). Oblici: formativno i sumativno vrjednovanje, samovrjednovanje, usmena i pisana provjera znanja. Načini, postupci i elementi vrjednovanja odgojnoobrazovnih postignuća polaznika usklađuju se s odredbama važećega <i>Pravilnika o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika u osnovnoj i srednjoj školi</i> (NN, 112/10).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **NJEMAČKI JEZIK**

Razred: **četvrti (4.)**

U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	Jezični sustav i sadržaji <ol style="list-style-type: none">1. iskazati podatke o različitim temama uz povremenu stručnu pomoć u poznatim i novim uvjetima2. uočiti osnovne jezične pojave radi izbjegavanja ili ispravljanja vlastitih ili tuđih pogrešaka u govoru i pismu Čitanje <ol style="list-style-type: none">1. prepoznati ključne ideje u tekstu pregledno izložene argumentacije2. razlikovati pisani izričaj od govornog izričaja Slušanje <ol style="list-style-type: none">1. razumjeti bitne informacije iz kratkih snimljenih i/ili izgovorenih odlomaka, uz uvjet da se govori razgovijetno i na standardnome jeziku2. razlikovati važnije pojedinosti iz kratkih snimljenih i/ili izgovorenih tekstova koji se odnose na svakodnevne životne situacije Pisanje <ol style="list-style-type: none">1. klasificirati informacije o razgovoru, tekstu ili vizualnom materijalu2. preoblikovati klasificirane informacije u strukturirani pisani izričaj Govor <ol style="list-style-type: none">1. interpretirati složeniji pročitani ili slušani tekst2. prevesti jednostavne upute i naredbe Međukulturalno djelovanje (interkulturalna kompetencija) <ol style="list-style-type: none">1. koristiti prigodan jezični registar (formalno/neformalno) u različitim skupinama i situacijama u poznatim uvjetima2. provesti složeniju komunikaciju i suradnju u skupini u poznatim uvjetima uz uvažavanje različitosti
	Razrada
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Posao i obrazovanje	Zanimanja i oglasi Životopis i Europass Molba i razgovor za posao Moje zanimanje u suvremenom društvu i europskom okviru Na radnom mjestu
Potrošačko	Reklame i utjecaj na mlade

društvo	Konzumerizam
Mobilnost i migracije	Mobilnost ljudi i znanja Kompetitivnost na međunarodnom tržištu rada Posjeti i razmjene polaznika Stručna praksa i rad u inozemstvu
Kultura i civilizacija	Fenomen globalizacije Svijet kao globalno selo Pitanja kulturnog identiteta i suvereniteta
Znanost, umjetnost i popularna kultura	Svijet znanosti i umjetnosti (izložbe, muzeji, koncerti, film) Slavni ljudi i događaji
Društvo i svijet koji nas okružuje	Svijet u kojem živimo – pogled u budućnost Život u suvremenome društvu (ovisnosti, problemi u ponašanju...) Problemi čovječanstva – glad, siromaštvo, nezaposlenost Građanski odgoj Socijalni i društveni odnosi Duhovne i etičke vrijednosti
Solidarnost	Osjetljivost za druge, za obitelj, za slabe, siromašne i bolesne Međugeneracijska skrb Ekološka osviještenost
Strukovno usmjerene teme	Škola i radionica škole Povijest struke Zanimljivosti i osobitosti Sajmovi i izložbe Tehnika i tehnologija u službi struke
Napomene:	Postignuća u prvom stranom jeziku orijentiraju se prema temeljnom stupnju (A2+) <i>Zajedničkog europskog referentnog okvira za jezike</i> ; pritom se može očekivati da će polaznici, ako su dotičnom jeziku više izloženi u svakodnevnom okruženju, navedena postignuća vjerojatno nadmašiti. Popis potrebnih jezičnih struktura: <ul style="list-style-type: none"> ▪ ponavljanje, proširivanje i sistematiziranje gradiva iz prethodnih godina.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: metoda razgovora, usmenog izlaganja (pripovijedanje i objašnjavanje), slušanja, čitanja i rada na tekstu, metoda pisanja i pisanih radova, metoda demonstracije. Oblici: frontalni rad, individualni rad, radu u paru, skupinski rad, alternativni oblici rada. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost svih četiriju jezičnih vještina: govorna produkcija i interakcija, pisano izražavanje (kreativnost i originalnost u pisanom izražavanju), čitanje i slušanje s razumijevanjem, uporaba jezika (gramatička točnost i bogatstvo leksika) te usvojenost određenih sadržaja (npr. elementi kulture i civilizacije, područje struke). Oblici: formativno i sumativno vrjednovanje, samovrjednovanje, usmena i pisana provjera znanja. Načini, postupci i elementi vrjednovanja odgojnoobrazovnih

	postignuća polaznika usklađuju se s odredbama važećega <i>Pravilnika o načinima, postupcima i elementima vrednovanja učenika u osnovnoj i srednjoj školi</i> (NN 112/10).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **POVIJEST**

<p>Cilj predmeta:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razviti kod polaznika sposobnost povijesnog razmišljanja i širenje temeljnih povijesnih znanja stečenih u osnovnoj školi o povijesti svoje nacije, regije, Europe i svijeta kroz šest povijesnih razdoblja ▪ vrjednovati dokaze ▪ razvijati komparativne i uzročno-posljedične analize ▪ interpretirati povijesne podatke ▪ konstruirati čvrste povijesne argumente i povijesne perspektive
<p>Opis predmeta:</p>	<p>U nastavi povijesti postoje dvije razine obrazovnih standarda: temeljna povijesna znanja i sposobnost povijesnog razmišljanja.</p> <p><i>Standard 1.</i> Temeljna povijesna znanja čine:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ a) poznavanje najvažnijih činjenica, datuma i povijesnih osoba te ▪ b) razumijevanje temeljnih povijesnih pojmova ili tzv. koncepata prvog reda <ul style="list-style-type: none"> - o povijesti svijeta i svoje nacije na pet područja ljudske aktivnosti: društvenom, ekonomskom, znanstveno-tehnološkom, političkom i filozofsko-religijsko-estetskom. <p><i>Standard 2.</i> Sposobnost povijesnog razmišljanja koje se sastoji od pet vještina:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ vještina kronološkog razmišljanja ▪ vještina razumijevanja povijesne naracije ▪ vještina analize i interpretacije povijesnih događaja i procesa ▪ vještina povijesnog istraživanja i ▪ vještina analize vrijednosnih povijesnih tema i zauzimanje stavova. <p>Razvijanje navedenih pet vještina obuhvaća u sebi i upoznavanje tzv. <i>tehničkih koncepata</i> pomoću kojih razumijemo kako se stvara i konstruira povijest. Među tehničke koncepte ubrajamo: kronologiju i pripovijedanje, uzročno-posljedični niz, kontinuitet i promjenu, usporedbu i povijesne izvore.</p> <p>Temeljna povijesna znanja, sposobnost povijesnog razmišljanja i tehnički koncepti razvijaju se u funkcionalnoj međuzavisnosti. Također, svih pet vještina su kumulativnog karaktera, tj. svaka sljedeća vještina ovisi o dovoljno razvijenim vještinama na prethodnoj razini.</p> <p>Kurikulum povijesti ima dvije temeljne komponente, odgojnu i obrazovnu. Poučavanje i učenje povijesti je tako strukturirano da otvara polaznicima prozor u svijet velikog ljudskog iskustva u raznim podnebljima i različitim vremenima. Ono također otkriva širok opseg prilagodbe pojedinca i društva u odnosu na probleme s kojima su se morali suočiti i osvjetljava posljedice različitih izbora koje su ljudi donosili. Dakle, poučavamo o snažnim i dugotrajnim povijesnim procesima unutar civilizacijskih i kulturnih cjelina. Povijest nije</p>

	<p>dogadjaj već stvarni proces. Bez dobrog poznavanja povijesnih procesa mi danas ne možemo pristupiti raspravi o političkim, socijalnim, gospodarskim, kulturnim i moralnim temama u društvu. Bez poznavanja povijesti ne možemo dobiti informirane i samosvjesne građane što je važno za njihovo djelotvorno sudjelovanje u demokratskim procesima upravljanja i ostvarivanja demokratskih ideala nacije za sve građane.</p> <p>Duhovni i moralni razvoj polaznika u koji spadaju tolerancija, slobodno iskazivanje vlastitog mišljenja, poštivanje tuđih stavova i uvjerenja, miroljubivost, patriotizam i izbjegavanje sukoba - sastavni su dio odgojne dimenzije poučavanja i učenja povijesti. Vrjednovanjem nasljeđa raznolikih etničkih i kulturnih baština olakšava se dijalog među pripadnicima različitih kultura. Razvoj temeljnih povijesnih znanja i povijesnog razmišljanja te multikulturalna dimenzija poučavanja i učenja pomoći će mladim ljudima da postanu dobri građani svoje domovine i da se ujedno osjećaju i građanima Europe i svijeta.</p>
--	--

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenja

Naziv nastavnog predmeta: **POVIJEST**

Razred: **prvi (1.)**

<p>U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Od lovca i sakupljača do stanovnika grada</p> <ol style="list-style-type: none">1. opisati svakodnevni život paleolitskog lovca i sakupljača plodova2. preispitati neolitsku revoluciju, podjelu rada, prve izume i tehnologiju3. objasniti kulturne grupe na prostoru današnje Hrvatske u prapovijesno doba i njihove karakteristike4. identificirati vremenski slijed, prostor i karakteristike ranih civilizacija i prvih gradova5. razmotriti graditeljska, umjetnička i znanstvena dostignuća ranih civilizacija6. usporediti prva pisma i njihov utjecaj na politički, društveni i kulturni život ljudi7. razlikovati povijesne procese na današnjem hrvatskom prostoru s onima u Euroaziji do kraja 2. tisućljeća prije Krista <p>Uspon i pad staroga svijeta</p> <ol style="list-style-type: none">1. objasniti obilježja i utjecaj nomadskih naroda na razvoj država do kraja 1. tisućljeća prije Krista2. izdvojiti inovacije i promjene u gradovima i državama3. raspraviti o velikim religijama i svjetonazorima koji su obilježili stari svijet4. ispitati najznačajnija postignuća helenske i helenističke kulture5. objasniti proces objedinjavanja sredozemnog bazena pod rimskom vlašću6. analizirati pojavu kršćanstva i rimsko pravo kao osnove budućeg europskog nasljeđa7. usporediti širenje grčkog i rimskog utjecaja na prostor današnje Hrvatske <p>Srednjovjekovne civilizacije</p> <ol style="list-style-type: none">1. raščlaniti krizu Rimskog Carstva i dezintegracijske procese od 4. do 10. stoljeća2. objasniti političke, društvene i kulturne promjene u Europi između 500. i 1000. godine3. ustanoviti početak, tijek i posljedice razvoja islamske civilizacije na trima kontinentima4. razmotriti konsolidaciju Bizantskog Carstva i širenje kršćanstva na prostor jugoistočne Europe5. istražiti temeljne procese rasta i zastoja u ranom srednjovjekovlju na prostoru Hrvatske
--	--

	<p>6. ispitati promjene u organizaciji države, društva i širenju kršćanstva od 11. do 14. stoljeća</p> <p>7. identificirati jačanje međuregionalne trgovine i kulturne razmjene između triju kontinenata</p> <p>8. protumačiti pojavu i rast Mongolskog Carstva i njegov utjecaj na europske narode i Hrvatsku</p> <p>9. izložiti sazrijevanje i rast društava i kulture u Hrvatskoj i susjednim područjima do 14. stoljeća</p>
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Kultura i način života prvih ljudi ledenog doba	Pojava i razvoj prvih ljudi Materijalna kultura i način života Religijska vjerovanja i prvi tragovi umjetnosti
Neolitska i urbana revolucija	Nagli napredak čovječanstva u doba neolitika Kulturne grupe i nastanak prvih naroda Od stanovnika sela do stanovnika grada
Pojava pisma i nastanak prvih država i civilizacija	Stari istok Pismo – pronalazak neprocjenjive važnosti Graditeljstvo, umjetnost i znanost ranih civilizacija
Današnji hrvatski prostor u prapovijesti	Život paleolitskog lovca – krapinski pračovjek Vučedolska kultura – sjedilački život i metalurgija Iliri i njihova kultura
Prijelomna vremena - inovacije i velika seoba	Nove tehnologije, trgovina i migracije na Sredozemlju i u jugozapadnoj Aziji Uspon i pad starih i novih država Pojava judaizma i Židovska država
Pojava i razvoj egejske civilizacije	Vladavina aristokracije i demokracija u grčkim polisima Grčka i Stari istok između Aleksandra i Rimljana Najpoznatije religije staroga svijeta Helenska i helenistička kultura
Doba velikih carstava	Ujedinjenje Mediterana pod Rimskim Carstvom Religija, rimska kultura i pravo kao kulturno nasljeđe Indija i Kina
Susreti i prožimanja istočnog Jadrana i Sredozemlja	Od autohtonog ilirskog sela do autohtonog grada Grčki i rimski gradovi na istočnoj obali Jadrana Način života i arhitektura rimskog grada na istočnoj obali Jadrana
Susret i suživot triju svjetova na Sredozemlju	Kriza Rimskog Carstva i dezintegracijski procesi Bizantsko Carstvo i širenje kršćanstva Pojava i uspon islamske civilizacije Kulturna i znanstvena razmjena triju svjetova na Sredozemlju
Oporavak Zapada	Nova carstva, kraljevstva i komune Gospodarski i kulturni oporavak Kršćanstvo i društvo Prvi svjetski sustav trgovine (1250. – 1350.)
Slavenski svijet u Europi	Konsolidacija slavenskih naroda nakon seobe Slavenski svijet na razmeđu Istoka i Zapada Mongoli i njihov utjecaj na slavenski svijet
Hrvatska između sredozemnog i	Istočna obala Jadrana u vrijeme seoba: etnogeneza i identiteti Pokršćavanje, organizacija države i razvoj društva

srednjoeuropskog svijeta	Kulturni i gospodarski utjecaji: komune na Jadranu i gradovi u unutrašnjosti „Rubna područja“ hrvatskog srednjovjekovlja
Napomene:	U prvom razredu polaznik će tijekom tri jedinice ishoda učenja <i>Od lovca i sakupljača do stanovnika grada (od pojave čovjeka do 1200. g. pr. Kr.), Uspon i pad staroga svijeta (od 1200. g. pr. Kr. do 300.g.) i Srednjovjekovne civilizacije (od 300. g. do 1350. g.)</i> razumjeti biološke i kulturne procese u svijetu, Europi i na prostoru današnje Hrvatske koji su doveli do stvaranja najranijih ljudskih zajednica, prvih oblika kulture i organizacije društvenog života. Polaznik će razumjeti migracije, pojavu i izgradnju različitih država, religija, kultura, znanosti i trgovine u svijetu, Europi i na prostoru današnje Hrvatske od kraja 2. tisućljeća prije Krista do 300. godine te pojavu i razvoj srednjovjekovnih civilizacija, novih država i kultura na trima kontinentima te kako su te nove države i različite kulturne tradicije i povijesna iskustva utjecala na društvene promjene i odnose u srednjem vijeku.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: <i>verbalne metode</i> (vođeni/tematski usmjereni razgovor, debata, interpretacija povijesnih tekstova, analiza problemskih situacija, izlaganje, dijalog, nastavničko izlaganje); <i>demonstracijske metode</i> (igranja uloga); <i>dokumentacijske metode</i> (rad s udžbenikom, rad s pomoćnom literaturom, rad s posebno pripremljenim materijalima i rad s videomaterijalima i filmovima); <i>operativne metode</i> (grafički i pisani radovi, izrada plakata, mapa i vizualnih prikaza, intervju). Oblici: frontalni, individualni, rad u paru, grupni rad, terenski rad, projektna nastava. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: činjenično znanje, konceptualno znanje, proceduralno znanje i metakognitivno znanje. Oblici: pisana provjera, usmena provjera, samostalni i grupni rad (eseji, referati, prezentacija, plakat, mapa, vizualni prikazi, igranje uloga).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

<p>U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Temelji modernog svijeta</p> <ol style="list-style-type: none">1. ispitati izvore, značajke i posljedice demografske krize i promjene u 14. i 15. stoljeću u svijetu, Europi i Hrvatskoj2. obrazložiti kako su napredak tehnologije, znanosti i kulture, te geografska otkrića u 15. i 16. stoljeću doveli do promjena.3. ocijeniti karakter gospodarske, političke i kulturne dominacije europskih sila nad narodima u kolonijama4. raspraviti kako je hrvatsko društvo doživjelo vjersku, političku, društvenu i kulturnu transformaciju u 16. i 17. stoljeću5. usporediti značajke i razvoj monarhija u Europi te znanstvenu revoluciju i prosvjetiteljstvo6. opisati zbivanja na prostoru Hrvatske u kontekstu ekspanzije Venecije, Habsburgovaca i Osmanlija7. ustanoviti stupanj gospodarskih, kulturnih i religijskih promjena u Europi i Hrvatskoj do kraja 17. stoljeća <p>Doba građanskih revolucija</p> <ol style="list-style-type: none">1. raščlaniti uzroke i posljedice građanskih revolucija krajem 18. i u prvoj polovici 19. stoljeća2. objasniti uzroke i posljedice industrijske i agrarne revolucije3. istražiti kako su liberalizam i socijalističke ideje utjecale na promjene u europskim državama i Hrvatskoj4. ocijeniti kako se razvoj znanosti i tehnologije odrazio na intelektualna kretanja i kulturne promjene u 19. stoljeću5. identificirati promjene euroazijskim carstvima u razdoblju globalne trgovine i europske premoći6. ustanoviti uzroke, pravce i posljedice prekooceanskih migracija Hrvata i ostalih naroda do početka 20. stoljeća7. protumačiti proces teritorijalne integracije i formiranja hrvatske i ostalih nacija u drugoj polovici 19. stoljeća8. raspraviti o promjenama i sukobima u Europi i svijetu u razdoblju "novog imperijalizma" <p>Dvadeseto stoljeće</p> <ol style="list-style-type: none">1. raščlaniti ekonomska, politička i ideološka suparništva među velikim silama kao uzroke svjetskih ratova2. objasniti tijek i posljedice Prvog svjetskog rata u svijetu, Europi i Hrvatskoj3. opisati pokušaje uspostave demokracije i uvođenje totalitarnih sustava nakon Prvog svjetskog rata u svijetu i Europi4. obrazložiti pojavu i karakter nacionalsocijalizma u Njemačkoj5. ispitati višestruke uzroke, tijek i globalne posljedice Drugog
---	--

	<p>svjetskog rata u svijetu, Europi i Hrvatskoj</p> <p>6. izložiti položaj i probleme Hrvatske u prvoj i drugoj jugoslavenskoj državi</p> <p>7. protumačiti raspad komunizma u Europi, raspad socijalističke Jugoslavije i stvaranje samostalne hrvatske države</p> <p>8. identificirati očekivanja i proturječnosti u svijetu u drugoj polovici 20. stoljeća</p> <p>9. raspraviti znanstveni, tehnološki i kulturni napredak čovječanstva u 20. stoljeću</p>
Razrada	
<i>Nastavne cjeline</i>	<i>Razrada – Nastavne teme</i>
Rađanje moderne Europe	Crna smrt i njezine posljedice Pojava nacionalnih država, gradovi i komune Temelji humanizma i renesanse
Velika geografska otkrića i europska ekspanzija	Razvoj znanosti, tehnologije i gospodarstva Kolonijalizam i europeizacija svijeta
Raspad srednjovjekovnih carstava i pojava nacionalnih monarhija	Izazovi s Istoka - uspon Osmanlijskog Carstva i kraj Bizanta Uspon protestantizma i vjerski ratovi u Europi Nastanak modernih europskih država
Hrvatska u "produženom srednjovjekovlju"	Hrvatska u razdoblju zastoja i ugroženosti Stvaranje Habsburškog Carstva i kriza Osmanlijskog Carstva - teritorijalne promjene krajem 17. stoljeća Religijske i kulturne promjene u hrvatskim zemljama
Uzroci i posljedice građanskih revolucija krajem 18. i početkom 19. stoljeća	Doba razuma Američka i Francuska revolucija
Uzroci i posljedice industrijske i agrarne revolucije 18. i 19. stoljeća	Industrijalizacija i modernizacija Uspon SAD-a do svjetske sile
Promjene u euroazijskim društvima u razdoblju svjetske trgovine i porasta europske moći	Osmanlijsko Carstvo i Rusija u 19. stoljeću Kina i Japan u 19. stoljeću
Primjeri nacionalizma, izgradnje država	Europa između restauracije i revolucije Europa u doba nacionalizma i radničkog pokreta

i društvenih reformi u Europi od 1830. do 1914. godine	
„Novi imperijalizam“ moćnih nacionalnih država 1850.-1914. godine i važniji globalni trendovi	Svijet u razdoblju imperijalizma Porast stanovništva i preoceanske migracije Građanska kultura od romantizma do moderne
Teritorijalna integracija hrvatskih zemalja i stvaranje moderne hrvatske nacije	Hrvatski narodni preporod Hrvatska između Austrije i Ugarske
Opća kriza modernog svijeta - problemi industrijalizacije, demokracije i nacionalnosti	Politički odnosi, savezi i sukobi europskih država Revolucionarni pokreti u svijetu početkom stoljeća Europska kultura između historicizma i novih izražajnih oblika
Prvi svjetski rat	Pitanje krivnje za rat i politički učinak rata u pojedinim državama Uzroci i posljedice ruske revolucije 1917. godine Hrvatska u vrtlogu ratnih zbivanja Ljudske žrtve i globalne posljedice Prvog svjetskog rata
Tri oblika političke scene u svijetu od 1919. do 1939. godine	Komunistički sovjetski sustav, fašizam i građanske parlamentarne demokracije Hrvatska u prvoj jugoslavenskoj državi
Drugi svjetski rat	Uzroci i karakter Drugog svjetskog rata Pokreti otpora i ljudske žrtve u Drugom svjetskom ratu Hrvatska u procjepu između nacifašističke i komunističke ideologije - oslobodilački i građanski rat Ljudske žrtve i globalne posljedice Drugog svjetskog rata
Novi međunarodni odnosi i dekolonijalizacija u drugoj polovici 20. stoljeća	Hladni rat i internacionalne krize Dekolonizacija, Kina i Japan u drugoj polovici 20. stoljeća Raspad komunističkog sustava u Europi i stvaranje Europske unije
Hrvatska u socijalističkoj Jugoslaviji i stvaranje samostalne hrvatske države	Hrvatska u socijalističkoj Jugoslaviji Krizna konfederacije i samoupravljanja Domovinski rat i stvaranje samostalne hrvatske države
Napomene:	U drugom razredu polaznik će tijekom tri jedinice ishoda učenja <i>Temelji modernog svijeta (od 1350. do 1750. g.), Doba građanskih revolucija (od 1750. do 1914. g.) i Dvadeseto stoljeće</i> razumjeti

	<p>napredak znanosti, tehnologije i gospodarstva kao i društvena i politička zbivanja te sazrijevanje različitih institucija, ideja i stilova, u Europi, svijetu i Hrvatskoj u vrijeme širenja prekomorske trgovine.</p> <p>Polaznik će razumjeti tri međusobno povezana povijesna procesa u Europi, svijetu i Hrvatskoj: znanstvenu i industrijsku revoluciju, građanske revolucije i uspostavu europske dominacije u svijetu te znanstveni, tehnološki i kulturni napredak čovječanstva kao i ratne sukobe u 20. stoljeću u svijetu, Europi i Hrvatskoj.</p>
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: <i>verbalne metode</i> (vođeni/tematski usmjereni razgovor, debata, interpretacija povijesnih tekstova, analiza problemskih situacija, izlaganje, dijalog, nastavničko izlaganje); <i>demonstracijske metode</i> (igranja uloga); <i>dokumentacijske metode</i> (rad s udžbenikom, rad s pomoćnom literaturom, rad s posebno pripremljenim materijalima i rad s video-materijalima i filmovima); <i>operativne metode</i> (grafički i pisani radovi, izrada plakata, mapa i vizualnih prikaza, intervju).</p> <p>Oblici: frontalni, individualni, rad u paru, grupni rad, terenski rad, projektna nastava.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: činjenično znanje, konceptualno znanje, proceduralno znanje i metakognitivno znanje.</p> <p>Oblici: pisana provjera, usmena provjera, samostalni i grupni rad (eseji, referati, prezentacija, plakat, mapa, vizualni prikazi, igranje uloga).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **KATOLIČKI VJERONAUK**

Cilj predmeta:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ omogućiti i posredovati polaznicima stjecanje znanja, vještina i sposobnosti iz područja vjerskog odgoja i obrazovanja ▪ osobito se usredotočiti na značenje kršćanske vjere za cjeloviti rast i razvoj polaznika
Opis predmeta:	<p>Katolički vjeronauk u srednjoj školi po svojoj naravi i zadaći teži cjelovitu odgoju, obrazovanju i promicanju ljudske osobe kao pojedinca i člana društvene zajednice. U okviru srednjoškolskog obrazovanja osobito pridonosi ostvarivanju odgojno-obrazovnih ciljeva iz društveno-humanističkog područja te potiče njihovo religiozno i socijalno sazrijevanje. Polaznicima omogućuje i pomaže da objektivno i sustavno, u povezanosti s vlastitim pitanjima i suvremenim životnim iskustvom, na osobnoj i zajedničkoj razini, upoznaju i dožive katoličku vjeru, da steknu znanje i razumijevanje njezinih temelja, njezina odnosa prema drugim religijama i svjetonazorima, njezina povijesnog hoda i utjecaja na ljudsko društvo.</p> <p>Pomaže im da prepoznaju njezin doprinos općeprihvaćenim ljudskim vrijednostama, da uočavaju i znaju obrazložiti njezine specifičnosti te da u dijalogu s vjerskim sadržajima, vrijednostama i stavovima i sami postanu humanije osobe. Vjeronauk im, u međupredmetnoj korelaciji sa sadržajima i ciljevima drugih nastavnih predmeta, želi pružiti cjelovitu sliku o njima samima i svijetu u kojemu žive, otvarajući osobito pitanja smisla života koja tek na obzoru transcendencije i govora o Bogu nalaze svoj cjelovit odgovor. U tu svrhu školski se vjeronauk, poštujući odgojno-obrazovnu vlastitost i ciljeve pluralne i demokratske škole, sustavno uobličuje u školski kurikulum kao i drugi nastavni predmeti, čuvajući, dakako, svoju vjersku, odgojnu i obrazovnu posebnost.</p>

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenjaNaziv nastavnog predmeta: **KATOLIČKI VJERONAUK**Razred: **prvi (1.)**

<p>U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Religioznost i put religija</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. navesti temeljna religiozna pitanja o svijetu i životu 2. opisati temeljna obilježja religioznosti 3. razlikovati prirodne i objavljene religije 4. analizirati odrednice velikih svjetskih religija i svjetonazora 5. usporediti monoteističke religije: židovstvo, kršćanstvo i islam 6. voditi dijalog o religioznim pitanjima uvažavajući različitost <p>Kršćanska objava i vjera</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ustanoviti izvore i povijesne etape kršćanske objave 2. navesti bitne sadržaje kršćanske objave i načine njezina prenošenja 3. raščlaniti proces nastanka Biblije i njezinu strukturu 4. otkriti temeljne poruke Svetog pisma i njegovo značenje za kršćanski život 5. opisati Isusov povijesni lik i njegovo povijesnospasenjsko značenje kao Sina Božjega 6. protumačiti poruku i djelo Isusa Krista te njegovu prisutnost u životu Crkve danas 7. usporediti osobu Isusa Krista s utemeljiteljima drugih religija <p>Kršćanska vjera u suvremenom svijetu</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. razlikovati vjernički i prirodoznanstveni pogled na stvarnost svijeta i čovjeka 2. objasniti komplementarnost vjerničkog i znanstvenog pristupa stvarnosti
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
U potrazi za smislom života	<p>U vrtlogu svijeta i života Upoznaj samoga sebe – vlastitosti ljudske osobe Smisao i besmisao života Kršćanska vjera kao odgovor smisla Živjeti kao protagonist – životna uporišta</p>
Čovjek - religiozno biće	<p>Vjera - iskonska ljudska potreba Čovjek je po naravi religiozan Razvoj religije Politeističke religije i religije koje ne poznaju pojam osobnog Boga ili božanstva Monoteističke religije Posebnost kršćanstva u odnosu na druge religije</p>
Kršćanska objava	Kršćanska objava i njezino prenošenje

i Sveto pismo	Biblija kao pisana Božja riječ i pristup Bibliji Biblijski govor o Bogu Biblija u životu kršćana
Isus Krist - vrhunac objave	Isus - povijesna osoba Isusov lik Navještaj kraljevstva Božjega Isusovo otkupiteljsko djelo Isus Krist - pravi Bog i pravi čovjek Zajedništvo s Kristom
Tajna stvaranja - govor znanosti i govor vjere	Prirodnoznanstvena tumačenja nastanka svijeta Biblijsko-vjernički pristup stvaranju Odnos vjere i prirodnih znanosti
Napomene:	Sukladno <i>Ugovoru o katoličkom vjeronauku u javnim školama i vjerskom odgoju u predškolskim ustanovama</i> iz 1999. godine, nastava katoličkog vjeronauka u načelu je planirana za dva školska sata tjedno (70 sati godišnje), ali trenutačno se u većini škola u Republici Hrvatskoj realizira unutar jednog školskog sata tjedno (35 sati godišnje). U skladu s time, nastavnik je slobodan unutar postojeće satnice prilagoditi nastavni plan i ponuđene teme u skladu s odgojno-obrazovnim potrebama polaznika, a vodeći računa o obrazovnim ishodima.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: metoda razgovora (vođeni/tematski usmjereni razgovor, debata, paralaonica, interpretacija književnih i biblijskih tekstova, analize problemskih situacija, rasprave...) demonstracije, igranja uloga, metoda pisanja (asocijacija, osobnih iskustava, intervjuja, eseja), rada na tekstu, portfolio metoda, praktičnih radova (izrada maketa, plakata), usmenog izlaganja, terenskog rada, rad s filmom, rad s glazbom, rad s fotografijama, meditativno-molitveni elementi. Oblici: frontalni, individualni, skupni, rad u paru, timski rad, terenski rad, projektna nastava. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: znanje, zalaganje, kultura međuosobne komunikacije, stvaralačko izražavanje. Oblici: pisana provjera, usmena provjera, samostalni i skupni praktični rad (eseji, referati, projekt, prezentacija, istraživanje, plakat, poster, modeli).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

<p>U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Crkva u sadašnjosti i prošlosti</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. otkriti povijesne početke i strukturiranje Crkve 2. objasniti važnost Crkve za kršćansku vjeru i život 3. razmotriti značenje Blažene Djevice Marije kao uzor vjere 4. iskazati odnos sakramenata kršćanske inicijacije i pripadnosti Crkvi 5. navesti temeljne odrednice susreta Crkve s antičkim svijetom 6. analizirati život i djelovanje Crkve u srednjem vijeku 7. opisati krize i obnove Crkve u novom vijeku 8. ustanoviti zadaće Crkve u suvremenom svijetu 9. primijeniti načela ekumenizma <p>Kršćanska antropologija</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. povezati obilježja zrele osobnosti i izbor životnih vrijednosti 2. objasniti kršćansko poimanje slobode 3. usporediti općeljudske i kršćanske vrjednote
<p>Razrada</p>	
<p><i>Nastavne cjeline</i></p>	<p><i>Razrada – Nastavne teme</i></p>
<p>Sloboda – izbor i odgovornost</p>	<p>Mladi čovjek u hodu prema slobodi i zrelosti Ususret drugome U potrazi za vrjednotama</p>
<p>Život s Crkvom i u Crkvi</p>	<p>Ustanovljenje Crkve i pripadnost Crkvi Sakramenti kršćanske inicijacije – darovi milosnoga života i zajedništva Službe i karizme u Crkvi – slobodno i radosno življenje Evanđelja Jedna Crkva u mnoštvu Crkava – prema punom zajedništvu Marija – uzor vjere i majka Crkve</p>
<p>Zajednica koja oslobađa i služi – povijest Crkve</p>	<p>Susret s antičkim svijetom – evanđeoska sloboda i mučeništvo Kršćanstvo na hrvatskom jezičnom prostoru u srednjem vijeku Crkva u srednjem vijeku – od duhovnog i kulturnog procvata do ratova i raskola Crkva kršćanskoga služenja siromašnima - dominikanci i franjevci (13.-14. st.) Crkva u doba humanizma – promicanje vjere, tradicije i kulture Vrijeme dubokih podjela – reformacijska kriza i obnova Crkve Crkva i moderno doba – duhovni, prosvjetni i kulturni preporod Crkva u suvremenom svijetu – služiteljica čovjeka i čovječanstva</p>
<p>S crkvom na putu vjere i slobode – molitva, slavlje, svjedočenje</p>	<p>Molitva Crkve, osobna i zajednička molitva Slaviti život u crkvenom zajedništvu i slavljima Dobrovoljstvo kao oblik općeljudskog i kršćanskog služenja</p>
<p>Napomene:</p>	<p>Sukladno <i>Ugovoru o katoličkom vjeronauku u javnim školama i vjerskom odgoju u predškolskim ustanovama</i> iz 1999. godine,</p>

	nastava katoličkog vjeronauka u načelu je planirana za dva školska sata tjedno (70 sati godišnje), ali se trenutno u većini škola u Republici Hrvatskoj realizira unutar jednog školskog sata tjedno (35 sati godišnje). U skladu s time, nastavnik je slobodan unutar postojeće satnice prilagoditi nastavni plan i ponuđene teme u skladu s odgojno-obrazovnim potrebama polaznika, a vodeći računa o obrazovnim ishodima.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: metoda razgovora (vođeni/tematski usmjereni razgovor, debata, paralaonica, interpretacija književnih i biblijskih tekstova, analize problemskih situacija, rasprave) demonstracije, igranja uloga, metoda pisanja (asocijacija, osobnih iskustava, intervjua, eseja), rada na tekstu, portfolio metoda, praktičnih radova (izrada maketa, plakata), usmenog izlaganja, terenskog rada, rad s filmom, rad s glazbom, rad s fotografijama, meditativno-molitveni elementi.</p> <p>Oblici: frontalni, individualni, skupni, rad u paru, timski rad, terenski rad, projektna nastava.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: znanje, zalaganje, kultura međuosobne komunikacije, stvaralačko izražavanje.</p> <p>Oblici: pisana provjera, usmena provjera, samostalni i skupni praktični rad (eseji, referati, projekt, prezentacija, istraživanje, plakat, poster, modeli).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Kršćanska antropologija</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ustanoviti posljedice različitih poimanja čovjeka za konkretan život 2. otkriti temelje ljudskog dostojanstva u čovjekovoj stvorenosti na sliku Božju 3. prepoznati u Isusu Kristu ideal ostvarenog čovječstva <p>Kršćansko razumijevanje morala</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. objasniti značenje savjesti kao kriterija razlučivanja dobra i zla 2. razmotriti odnos vjere i morala u Svetom pismu 3. ustanoviti odnos evanđeoskog zakona ljubavi i kršćanskog djelovanja 4. povezati vjeru i ljubav prema Bogu s njihovim konkretnim izrazima 5. navesti odrednice kršćanskog poimanja obitelji 6. protumačiti kršćanski stav prema životu i njegovoj zaštiti 7. uspostaviti odnos između spoznaje Boga kao istine i života u istini
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Kršćansko poimanje čovjeka</p>	<p>Čovjek kao stvorenje i slika Božja Isusov put kao paradigma kršćaninova puta</p>
<p>Čovjek – moralno biće</p>	<p>Čovjek - polazište etičkog razmišljanja Kriteriji dobra i zla Odnos vjere i morala Savjest - norma etičkog djelovanja Savjest pred zakonom i suvremenim etičkim pitanjima</p>
<p>Ljubav prema Bogu i bližnjemu – temelji kršćanske moralnosti</p>	<p>Bog – temelj kršćanske moralnosti Objavljeni moralni zakon – temeljni zakon Znakovi ljubavi prema Bogu Zlo i grijeh – prijestup istinske ljubavi prema Bogu i bližnjemu Evanđeoski zakon ljubavi</p>
<p>"Muško i žensko stvori ih"</p>	<p>Čovjek - žena i muškarac Obitelj u Božjem naumu Ženidba - sakrament bračne ljubavi i zajedništva Roditelji i obitelj - odgovorno roditeljstvo</p>
<p>Dostojanstvo ljudskoga života</p>	<p>Svetost i dostojanstvo ljudskoga života Životom obdareni i u život pozvani Čuvanje cjelovitosti i dostojanstva ljudske osobe – izazovi znanosti Dostojanstvo osobe pred stvarnošću patnje, bolesti i smrti</p>
<p>Živjeti u istini</p>	<p>Hoditi u istini „Istina će vas osloboditi“</p>
<p>Napomene:</p>	<p>Sukladno <i>Ugovoru o katoličkom vjeronauku u javnim školama i vjerskom odgoju u predškolskim ustanovama</i> iz 1999. godine, nastava katoličkog vjeronauka u načelu je planirana za dva školska</p>

	sata tjedno (70 sati godišnje), ali se trenutačno u većini škola u Republici Hrvatskoj realizira unutar jednog školskog sata tjedno (35 sati godišnje). U skladu s time, nastavnik je slobodan unutar postojeće satnice prilagoditi nastavni plan i ponuđene teme u skladu s odgojno-obrazovnim potrebama polaznika, a vodeći računa o obrazovnim ishodima.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: metoda razgovora (vođeni/tematski usmjereni razgovor, debata, parlanica, interpretacija književnih i biblijskih tekstova, analize problemskih situacija, rasprave) demonstracije, igranja uloga, metoda pisanja (asocijacija, osobnih iskustava, intervjua, eseja), rada na tekstu, portfolio metoda, praktičnih radova (izrada maketa, plakata), usmenog izlaganja, terenskog rada, rad s filmom, rad s glazbom, rad s fotografijama, meditativno-molitveni elementi.</p> <p>Oblici: frontalni, individualni, skupni, rad u paru, timski rad, terenski rad, projektna nastava.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: znanje, zalaganje, kultura međuosobne komunikacije, stvaralačko izražavanje.</p> <p>Oblici: pisana provjera, usmena provjera, samostalni i skupni praktični rad (eseji, referati, projekt, prezentacija, istraživanje, plakat, poster, modeli).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

<p>U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Kršćanska vjera u suvremenom svijetu</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. prepoznati promjene odnosa prema religiji i kršćanstvu u suvremenom svijetu 2. razlučiti obilježja zrele i prosvijećene od fanatične i manipulativne religioznosti 3. ustanoviti specifične razlike između kršćanstva i drugih religija 4. primijeniti Kristov put osmišljavanja i prevladavanja patnje na događaje u osobnom životu i svijetu 5. otkriti mogućnosti suradnje i specifičnog doprinosa kršćanske vjere rješavanju globalnih problema: ekologije, mira u svijetu, etičkih i bioetičkih pitanja <p>Kršćanska objava i vjera</p> <ol style="list-style-type: none"> 10. analizirati odrednice kršćanske vjere u Kristovo uskrsnuće, život vječni i eshatološko dovršenje <p>Kršćansko razumijevanje morala</p> <ol style="list-style-type: none"> 11. izložiti temeljne odrednice kršćanskog pogleda na ljudski rad 12. opisati doprinos kršćanske vjere zalaganju za mir u svijetu
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Suvremeni čovjek pred pitanjem Boga</p>	<p>Poteškoće suvremenog čovjeka s Bogom - izazov nevjere Suvremena religioznost i njezina pitanja Traganje za iskustvom svetoga i "nova religioznost" Pitanje Boga pred iskustvom patnje i zla u svijetu Dokazi o Božjoj opstojnosti</p>
<p>Biblijska slika i iskustvo Boga</p>	<p>Bog u svjedočanstvu vjere Staroga zavjeta Bog u svjedočanstvu vjere Novoga zavjeta Kršćansko iskustvo Božje prisutnosti u skrivenosti Sakramentalno iskustvo milosrdnoga Boga Bog u iskustvu kršćanskih svetaca i svjedoka vjere</p>
<p>Ljudski rad i stvaralaštvo</p>	<p>Čovjek sustvaratelj Kršćanski pogled na rad Opće dobro, pravda i solidarnost Etika poslovanja Kršćansko zauzimanje za mir</p>
<p>Izazovi znanstveno-tehničkog napretka</p>	<p>Budućnost i moć znanja Informatizacija i globalizacija Znanost u službi poboljšanja života Briga za okoliš Zajedništvom do napretka</p>
<p>Kršćanska nada u budućnost</p>	<p>Svjetovna očekivanja budućnosti Eshatološki i apokaliptički tekstovi u Bibliji Čovjek pred pitanjem svršetka Kršćanska nada u dovršenje: novo stvorenje, uskrsnuće i život vječni</p>

Napomene:	Sukladno <i>Ugovoru o katoličkom vjeronauku u javnim školama i vjerskom odgoju u predškolskim ustanovama</i> iz 1999. godine, nastava katoličkog vjeronauka u načelu je planirana za dva školska sata tjedno (70 sati godišnje), ali se trenutno u većini škola u Republici Hrvatskoj realizira unutar jednog školskog sata tjedno (35 sati godišnje). U skladu s time, nastavnik je slobodan unutar postojeće satnice prilagoditi nastavni plan i ponuđene teme u skladu s odgojno-obrazovnim potrebama polaznika, a vodeći računa o obrazovnim ishodima.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: metoda razgovora (vođeni/tematski usmjereni razgovor, debata, paralaonica, interpretacija književnih i biblijskih tekstova, analize problemskih situacija, rasprave) demonstracije, igranja uloga, metoda pisanja (asocijacija, osobnih iskustava, intervjua, eseja), rada na tekstu, portfolio metoda, praktičnih radova (izrada maketa, plakata), usmenog izlaganja, terenskog rada, rad s filmom, rad s glazbom, rad s fotografijama, meditativno-molitveni elementi.</p> <p>Oblici: frontalni, individualni, skupni, rad u paru, timski rad, terenski rad, projektna nastava.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: znanje, zalaganje, kultura međuosobne komunikacije, stvaralačko izražavanje.</p> <p>Oblici: pisana provjera, usmena provjera, samostalni i skupni praktični rad (eseji, referati, projekt, prezentacija, istraživanje, plakat, poster, modeli).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **ETIKA**

Cilj predmeta:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ stjecati teorijsko znanje iz vrijednosnog normativnog područja koje se odnosi na međuljudske odnose i komunikaciju ▪ razvijati svijest o moralnoj odgovornosti prema sebi i uzajamnosti prema zajednici
Opis predmeta:	<p>Etika u srednjoj školi je predmetno područje koje se bavi filozofijom morala kao dijela filozofije koje razmatra odnos dobra i zla te načela ispravnog djelovanja. U okviru filozofije etika je sistematizirana kao praktična disciplina koja se bavi ljudskim djelovanjem unutar neke socijalne skupine prema kriterijima moralne ispravnosti. U tom smislu etika je temeljna disciplina iz koje je moguće izvesti različite primijenjene etike kao što su individualna etika, socijalna etika te različite etike specifičnih područja poput bioetike, profesionalnih etika i sl. Etika kao disciplina crpi svoja uporišta i iz drugih filozofskih disciplina poput filozofske antropologije, političke, pravne i socijalne filozofije. Unutar interdisciplinarnog pristupa etika također uključuje spoznaje znanstvenih disciplina poput psihologije, sociologije, socijalne i razvojne psihologije te općih teorija kulture. Unutar interdisciplinarne suradnje nužno je uključiti filozofiju bez koje nije moguće utemeljeno i bez proizvoljnosti raspravljati o ključnim životnim i odgojnim temama.</p> <p>Osnovni smisao poduke u ovom području jest razviti kompetencije moralne prosudbe te usvajanje obrazaca moralnog ponašanja; pri tome je bitno polaznike uvesti u situacije koje uključuju moralne konflikte za koje nemaju gotove odgovore i do kojih trebaju doći razložnim sučeljavanjem različitih stajališta. Smisao moralnog razvoja jest intuitivno i impulzivno rješavanje problema zamijeniti racionalnom i logičnom argumentacijom.</p> <p>Moralne prosudbe zahtijevaju sposobnost percipiranja realiteta, procjenu vlastitog iskustva, sposobnost razumijevanja stajališta drugih i sposobnost apstraktnog mišljenja. To znači da nije dovoljno znati pravila nego i kako ih primijeniti u određenim situacijama.</p>

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenja

Naziv nastavnog predmeta: **ETIKA**

Razred: **prvi (1.)**

U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none">1. razlikovati osnovne etičke pojmove2. ispitati različite perspektive samospoznaje3. analizirati konstitutivne pojmove mitsko-religijskih izvora etike4. preispitati moralne temelje i poruke mitsko-religijskih izvora i učenja5. identificirati granične situacije6. procijeniti različita moralna načela djelovanja7. suprotstaviti razloge moralnih sukoba analizom konfliktnih situacija
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
U potrazi za identitetom	Različite perspektive samospoznaje Uloge, uzori, idoli Osjećanje, htijenje, mišljenje
Prepreke u potrazi	Granične situacije Borba sa zlom ili s moći Žudnja za znanjem ili izazov želje za moći
Orijentacija i zamke na putu	Životni izbor Zlouporeba moći Ispravnost/neispravnost individualnog puta
Ciljevi: lažni, prividni, istinski	Potruga za nedostižnim Logika srca i logika uma Transcendiranje realiteta kao put do vrjednota
Odgovornost za sebe i druge – moralna dimenzija života	Savjest Moralni razvitak tijekom konfliktnih situacija Moralnost kao uzajamnost odnosa s drugima Etika kao svijest o moralu
Napomene:	Nastavni se proces 75 % vremena izvodi praktično radi zadovoljenja kriterija izvedbe navedenog ishoda, a 25 % služi za povezivanje usvojenih sadržaja s teorijskim spoznajama i praktičnom primjenom.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: metoda razgovora (vođeni/tematski usmjereni razgovor, diskusija, interpretacija tekstova, analize problemskih situacija, rasprave...), izrada PPT prezentacija, metoda pisanja (eseja), rada na tekstu, praktičnih radova (plakata), usmenog izlaganja, rad s filmom, izrada projektnih zadataka, izrada domaćih uradaka. Oblici: frontalni, individualni, skupni, rad u paru, timski rad, projektna nastava. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, konkretna primjena sadržaja na različitim oblicima zadaća, suradnja u nastavi. Oblici: pisana provjera, usmena provjera, samostalni i skupni praktični rad (eseji, referati, projekt, prezentacija, istraživanje, plakat, poster).

LiteraturaLiteratura za
polaznike:Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih
nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **ETIKA**

Razred: **drugi (2.)**

U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	Etika socijalnog života <ol style="list-style-type: none">1. analizirati značaj individualne slobode u ljudskome društvu2. identificirati temeljne vrijednosti ljudskog zajedništva3. izdvojiti razloge konflikata u društvu i mogućnosti kompromisa4. otkriti temeljne vrijednosti antičke političke filozofije5. ispitati pretpostavke novovjekovnih političkih i socijalnih filozofija6. preispitati smisao pojmova ljudskog dostojanstva, ljudskih prava, slobode, jednakosti, socijalne pravednosti i tolerancije u modernoj demokraciji7. procijeniti fenomene suvremenog društva, razvoja znanosti i tehnologije, konzumerizma i zlouporabe medija
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Individualna sloboda i odgovornost prema zajednici	Višedimenzionalnost pojma slobode: sloboda individualnog izbora, slobodna volja, sloboda djelovanja Individualne slobode i djelovanje u odnosu prema drugima: odgovornost i uzajamnost Uspješnost ili neuspješnost partnerstva s drugima Sukob između potrebe za vlastitim ispunjenjem i ispunjenjem socijalnih zahtjeva (egoizam i altruizam, težnja ka sreći i moralna odgovornost) Rješavanje individualnih sukoba s drugima: strpljivost, suosjećanje, obazrivost, tolerancija Različitost interesa ili sukobi interesa u društvu? Imperativ mirnog rješavanja sukoba Temelji kulturnog pluralizma Feministički pokret i ravnopravnost žena
Najviše vrijednosti socijalnog i političkog života (antičko i moderno razdoblje)	Platonova utopija pravednosti Temelji Aristotelove teorije djelovanja. Politička filozofija kao jedinstvo etike i politike Ćudoređe kao temelj zajedništva Etičke kreposti i načelo sredine Vrste pravednosti (komutativna i distributivna) Novovjekovne utopije, borba protiv privatnog vlasništva (T. More) Kontraktualistički modeli države (T. Hobbes, J. J. Rousseau) Klasični utilitarizam i principi utilitarizma (J. S. Mill, J. Bentham) Opće dobro kao zbroj pojedinačnih interesa Račun užitka Hedonizam i pravednost Pojam ljudskog dostojanstva Ljudska prava i njihovo podrijetlo Pravo i pravednost, legalnost i moralnost (J. Locke, I. Kant) Pojam socijalne pravednosti; razlike među ljudima i problem jednakost ljudi (K. Marx, J. Rawls)
Izazovi suvremenog	Ambivalentnost razvoja znanosti i tehnologije Imperativ beskonačnog napretka

društva	Tehnologija i znanost u službi moći Konzumerizam kao stil života Veliki ekonomski i politički sustavi i (ne)mogućnost njihove kontrole Uloga medija u svakodnevnom životu i mogućnost njihove zlouporabe
Napomene:	Nastavni se proces 75 % vremena izvodi praktično radi zadovoljenja kriterija izvedbe navedenog ishoda, a 25 % služi za povezivanje usvojenih sadržaja s teorijskim spoznajama i praktičnom primjenom.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: metoda razgovora (vođeni/tematski usmjereni razgovor, diskusija, interpretacija tekstova, analize problemskih situacija, rasprave...), izrada PPT prezentacija, metoda pisanja (eseja), rada na tekstu, praktičnih radova (plakata), usmenog izlaganja, rad s filmom, izrada projektnih zadataka, izrada domaćih uradaka. Oblici: frontalni, individualni, skupni, rad u paru, timski rad, projektna nastava. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, konkretna primjena sadržaja na različitim oblicima zadaća, suradnja u nastavi. Oblici: pisana provjera, usmena provjera, samostalni i skupni praktični rad (eseji, referati, projekt, prezentacija, istraživanje, plakat, poster).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv predmeta: **ETIKA**

Razred: **treći (3.)**

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Primijenjena etika</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. identificirati izabrane pojmove iz područja primijenjene etike 2. preispitati različita shvaćanja odnosa čovjeka i prirode 3. razlikovati različite ekološke teorije 4. procijeniti smisao i granice znanstveno-tehnološkog razvoja 5. analizirati smisao etičkih kodeksa i zakletvi 6. izdvojiti karakteristične probleme medicinske bioetike
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Čovjek, priroda, etika</p>	<p>Čovjek i priroda Pojam i predmet bioetike Antropocentrizam, patocentrizam, biocentrizam, holizam Čovjek i životinjski svijet Čovjek i svijet biljaka</p>
<p>Kvaliteta života</p>	<p>Opstanak i preživljavanje Poboljšanje kvalitete života Održivi razvoj</p>
<p>Smisao i granice tehnološkog razvoja</p>	<p>Odgovornost u tehnološkoj civilizaciji Tehnološka izvedivost i etička dopustivost Etika odgovornosti kao etika tehnološke civilizacije</p>
<p>Ekologija i zaštita okoliša</p>	<p>Ekološki pokret i ekološka etika Ekološka odgovornost Ekosustavi Ekološka svijest i osobna angažiranost</p>
<p>Bioetika i biologijske znanosti</p>	<p>Evolucionizam, darvinizam, kreacionizam Eugenika Genetika i biotehnologija</p>
<p>Medicinska bioetika</p>	<p>Etika humanih reproduktivnih tehnologija Pobačaj Etika transplantacije organa i trgovina organima Etika umiranja i smrti Eutanazija</p>
<p>Napomene:</p>	<p>Nastavni se proces 75 % vremena izvodi praktično radi zadovoljenja kriterija izvedbe navedenog ishoda, a 25 % služi za povezivanje usvojenih sadržaja s teorijskim spoznajama i praktičnom primjenom.</p>
<p>Ostalo</p>	
<p>Metode i oblici rada:</p>	<p>Metode: metoda razgovora (vođeni/tematski usmjereni razgovor, diskusija, interpretacija tekstova, analize problemskih situacija, rasprave...), izrada PPT prezentacija, metoda pisanja (eseja), rada na tekstu, praktičnih radova (plakata), usmenog izlaganja, rad s filmom, izrada projektnih zadataka, izrada domaćih uradaka. Oblici: frontalni, individualni, skupni, rad u paru, timski rad, projektna nastava. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>

Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, konkretna primjena sadržaja na različitim oblicima zadaća, suradnja u nastavi.</p> <p>Oblici: pisana provjera, usmena provjera, samostalni i skupni praktični rad (eseji, referati, projekt, prezentacija, istraživanje, plakat, poster).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv predmeta: **ETIKA**

Razred: **četvrti (4.)**

U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	Etika kao filozofija morala <ol style="list-style-type: none">1. ispitati odnos morala i etike2. analizirati moral kao predrefleksivno iskustvo3. razlučiti pojmove morala i ćudoređa4. procijeniti idealan zahtjev važenja morala5. raščlaniti strukturu etike6. izdvojiti osnovne etičke pojmove Etička argumentacija i etičke teorije <ol style="list-style-type: none">1. razlikovati filozofske pristupe utemeljenju etike2. razlučiti strategije opravdanja važenja etike3. preispitati filozofsko-antropološko utemeljenje etike4. suprotstaviti različite etičke argumentacije5. analizirati etičke tekstove
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Moral i etika	Moral kao predmet i sadržaj etike Moral kao predrefleksivno iskustvo Moral i ćudoređe Idealni zahtjev važenja morala, moral kao trebanje Etika kao filozofija morala Struktura etike: normativna, deskriptivna i metaetika Temeljni etički pojmovi
Različiti filozofski pristupi utemeljenju etike	Razdioba etičkih teorija Etika pravila i etika dobrog života Aristotelovo utemeljenje etike vrline Kantova deontološka etika Utilitaristička etika (Bentham, Mill) Nietzscheova kritika morala, etički nihilizam Habermasova etika diskursa Kontraktualistička etika (Hobbes, Rousseau, Rawls) Metaetička, logičko-jezična analiza etičkih iskaza Relativističko osporavanje etike (kulturni relativizam) Metafizičko opravdanje etike (teološka etika) Tradicijsko i religiozno opravdanje etike (običajnost i ćudoređe) Filozofsko-antropološko opravdanje/osporavanje etike izvedeno iz biti čovjeka
Napomene:	Nastavni se proces 75 % vremena izvodi praktično radi zadovoljenja kriterija izvedbe navedenog ishoda, a 25 % služi za povezivanje usvojenih sadržaja s teorijskim spoznajama i praktičnom primjenom.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: metoda razgovora (vođeni/tematski usmjereni razgovor, diskusija, interpretacija tekstova, analize problemskih situacija, rasprave), izrada PPT prezentacija, metoda pisanja (eseja), rada na tekstu, praktičnih radova (plakata), usmenog izlaganja, rad s filmom,

	<p>izrada projektnih zadataka, izrada domaćih uradaka.</p> <p>Oblici: frontalni, individualni, skupni, rad u paru, timski rad, projektna nastava.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, konkretna primjena sadržaja na različitim oblicima zadaća, suradnja u nastavi.</p> <p>Oblici: pisana provjera, usmena provjera, samostalni i skupni praktični rad (eseji, referati, projekt, prezentacija, istraživanje, plakat, poster).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **GEOGRAFIJA**

Cilj predmeta:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razviti temeljna znanja, vještine i kompetencije polaznika u području geografije ▪ osposobiti ih za zanimanja u određenom strukovnom području
Opis predmeta:	<p>Nastavni predmet ciljevima i obrazovnim ishodima pridonosi ostvarenju općih ciljeva odgoja i obrazovanja u Hrvatskoj, a posebice općim ciljevima prirodoslovnog i društveno-humanističkog područja kao i temeljnim vrijednostima navedenim u Nacionalnom okvirnom kurikulumu. Primjenom načela aktualizacije i korelacije ostvaruje posebnu ulogu u povezivanju društvenog i humanističkog područja, čime pridonosi korelaciji i integraciji nastavnih sadržaja, a time i koherentnosti poučavanja u ova dva područja odgoja i obrazovanja. Budući da primarno proučava prirodno-geografske i društveno-geografske elemente, procese i sustave, u različitim prostornim okvirima, od lokalnog, preko regionalnog i nacionalnog do globalnog, geografsko obrazovanje omogućuje polaznicima razumijevanje svijeta u kojem žive, razumijevanje prostornih odnosa i organizaciju prostora, prakticiranje načela održivog razvoja te razvija vještine važne za svakodnevni život. Geografska znanja i vještine primarno omogućuju razvoj prirodoslovne kompetencije i opće kulture (kulturna svijest i izražavanje), a participiraju u razvoju svih ostalih temeljnih kompetencija, posebice u razvoju kompetencije komuniciranja na materinskom i stranom jeziku, matematičke kompetencije i primjeni informacijsko-komunikacijske tehnologije.</p> <p>U sustavu znanosti je polje u području interdisciplinarnih znanosti i podijeljena je na četiri grane: fizičku, društvenu, regionalnu i primijenjenu geografiju. Nastavni sadržaji koji će se poučavati u prvoj godini za zanimanje kozmetičar znanstveno su utemeljeni, prilagođeni dobi polaznika i strukturirani po načelu od bližeg prema daljem.</p>

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenja

Naziv predmeta: **GEOGRAFIJA**

Razred: **prvi (1.)**

<p>U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Geografski pristup</p> <ol style="list-style-type: none">1. izreći definiciju geografije2. nabrojiti grane, discipline i objekt istraživanja pojedinih disciplina geografije3. opisati položaj geografije u sustavu znanosti i sustavu odgoja i obrazovanja4. prepoznati važnost geografije u obrazovanju i svakodnevnom životu osobe5. opisati doprinos znanstvenih spoznaja geografije unaprjeđenju kvalitete života, razvoju društva i gospodarstva6. prepoznati ulogu geografije u prostornom i regionalnom planiranju i upravljanju prostorom prema konceptu održivog razvoja <p>Zemlja u Sunčevu sustavu i svemiru</p> <ol style="list-style-type: none">1. izreći definicije osnovnih pojmova o svemiru2. imenovati svemirska tijela3. odrediti položaj Zemlje u Sunčevu sustavu4. opisati postanak te prepoznati oblik i dimenzije Zemlje5. razlikovati gibanja Zemlje i njihove posljedice6. prepoznati utjecaj gibanja Zemlje na ljude i ljudske djelatnosti <p>Orijentacija i geografske karte</p> <ol style="list-style-type: none">1. razlikovati osnovne kartografske pojmove2. razlikovati vrste i načine upotrebe geografskih karata3. rabiti planove naselja, topografske karte, kompas i GPS za kretanje u prostoru4. opisati primjenu suvremenih tehničkih sredstava za orijentaciju5. predočiti prostorne pojave i procese na temelju zadanih podataka koristeći se skicama, dijagramima, tablicama, tematskim kartama <p>Prirodno-geografski procesi i organizacija prostora</p> <ol style="list-style-type: none">1. navesti razlike među elementima prirodne osnove na lokalnoj, regionalnoj, nacionalnoj i kontinentalnoj razini imenovati primjere na geografskoj karti2. prepoznati prirodno-geografske procese na lokalnoj, regionalnoj, nacionalnoj i kontinentalnoj razini3. izdvojiti prirodne pojave i interakcije pozivajući se na osnovne principe prirodnih znanosti i koristiti znanstveno nazivlje4. prepoznati utjecaj prirodno-geografskih faktora na organizaciju
--	--

	<p>prostora</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. opisati važnost racionalnog korištenja tla, pitke vode i drugih prirodnih bogatstava 6. prepoznati koncept održivog razvoja, važnost zaštite okoliša i nužnost pravedne raspodjele prirodnih i stečenih dobara <p>Društveno-geografski procesi i organizacija prostora</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. razlikovati demografski razvoj i demografske strukture u zavičaju, Hrvatskoj i u svijetu 2. prepoznati utjecaj svjetskih religija na kulturu, tradiciju, umjetnost, gospodarstvo i način života 3. usporediti organizaciju prostora na lokalnoj, regionalnoj, nacionalnoj, kontinentalnoj i globalnoj razini 4. razlikovati prostorne sustave primarnih, sekundarnih i tercijarnih djelatnosti u mjestu, zavičaju, Hrvatskoj, Europi i svijetu 5. primijeniti kriterije za mjerenje razvijenosti gospodarstva na regionalnoj i nacionalnoj razini 6. objasniti procese europskog integriranja i globalizacijske procese te njihov utjecaj na hrvatsko društvo 7. objasniti djelovanje međunarodnih organizacija i regionalnih integracija, razvoj i strukturu Europske unije, njezine glavne ciljeve i vrijednosti 8. raspraviti važnost poznavanja i pozitivnoga vrjednovanja nasljeđa i vlastitoga identiteta kao hrvatskih, europskih građanina i građanina svijeta
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Geografski pristup	Podjela i razvoj geografije u Hrvatskoj i svijetu
Zemlja u Sunčevu sustavu i Svemiru	Svemir – postanak i struktura Sunčev sustav Gibanja Zemlje
Orijentacija i geografske karte	Orijentacija u prostoru i određivanja položaja na Zemlji Predočavanje prostornih pojava i procesa na geografskim kartama Izrada tablica, dijagrama i tematskih karata Geografski informacijski sustavi
Prirodno-geografski procesi i organizacija prostora	Elementi i oblici reljefa na Zemlji Geološka prošlost Zemlje Zonalna građa Zemlje i sastav litosfere Globalna tektonika ploča Endogeni procesi i oblici reljefa Egzogeni procesi i oblici reljefa Vrijeme i klima te promjene klime Klasifikacija klime Povezanost klime, vegetacije i tla Svjetsko more (podjela, svojstva i gibanja)

	Vode na kopnu (voda u podzemlju, tekućice, jezera, močvare) Prirodna bogatstva i odnos čovjeka prema prirodnim bogatstvima
Društveno-geografski procesi i organizacija prostora	Razvoj naseljenosti u Hrvatskoj i svijetu Razmještaj stanovništva u Hrvatskoj i svijetu Prirodno kretanje stanovništva i populacijska politika u Hrvatskoj i svijetu Prostorno i opće kretanje stanovništva u Hrvatskoj i svijetu Biološki, društveno-gospodarski i kulturno-antropološki sastav stanovništva u Hrvatskoj i svijetu Naseljenost i naselja u Hrvatskoj i svijetu Prostorni sustavi primarnih, sekundarnih i tercijarnih djelatnosti u Hrvatskoj i svijetu Ljudske djelatnosti, organizacija prostora i okoliš Važnost trgovine u hrvatskom i svjetskom gospodarstvu Povezanost gospodarskih sustava, demografskih i ekonomskih procesa Onečišćenje zraka, voda i tla Zaštićena područja Opći pokazatelji gospodarskog razvoja Nejednaki gospodarski i regionalni razvoj Prostor i položaj Republike Hrvatske Položaj Republike Hrvatske u regionalnim integracijama i međunarodnim organizacijama Europska unija Globalizacija i identitet
Napomene:	/
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: razgovora, demonstracije, rada na tekstu, izravna grafička, neizravna grafička, pisanih radova, praktičnih radova, usmenog izlaganja, terenskog rada. Oblici: frontalni, samostalni, rad u paru, rad u skupinama, timski rad, terenski rad, projektna nastava. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: odnos prema radu, napredovanje u radu i postignućima, samostalnom i skupnom radu. Ocjenjuje se opisno, a ne brojčanom ocjenom. Oblici: usmena provjera, pisana provjera, samostalni praktični rad (projekt, prezentacija, istraživanje, plakat, poster, modeli, istraživački izvještaj, dnevnik terenskog rada ili terenske nastave).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA**

<p>Cilj predmeta:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ stjecati optimalnu količinu kineziološkog teorijskog znanja koje je bitno za provedbu smislenog i samostalnog tjelesnog vježbanja ▪ provoditi različite kineziološke aktivnosti koje su izravno u funkciji usvajanja i usavršavanja motoričkog znanja kojim se polaznik/djelatnik koristi u sportsko-rekreacijske svrhe ▪ poznavati i provoditi kineziološke transformacijske i kineziterapeutske postupke koji su izravno u funkciji unapređenja zdravlja i prevencije profesionalnih bolesti
<p>Opis predmeta:</p>	<p>Kozmetičar je osoba sposobna za samostalno obavljanje svih tretmana njege kože lica i tijela te njege i obrade noktiju ruku i stopala.</p> <p>U ovom zanimanju posao se provodi u sjedećem i stojećem položaju. Leđa i noge najopterećeniji su dio lokomotornog sustava. Preporuča se da postupci unapređenja kinantropoloških obilježja budu usmjereni na jačanje mišića trupa, nogu i prsiju.</p> <p>Vježbe jačanja i istezanja bilo bi dobro provoditi u ležećem položaju zbog rasterećenja leđa, nogu i zdjelice.</p> <p>Sjedenje i stajanje zahtijevaju malu energetska potrošnju i nepovoljno djeluju na rad dišnog i krvožilnog sustava te su takve osobe sklone povećanju tjelesne mase i masnog tkiva. Zbog navedenog preporuča se posebnu pažnju usmjeriti ka razvoju aerobnih kapaciteta.</p> <p>Osjećaj za timski rad jedna je od temeljnih osobina za uspješno obavljanje ovog zanimanja. Za utjecaj na razvoj sposobnosti timskog rada posebno su pogodne polistrukturalne kompleksne aktivnosti kao što su odbojka, košarka i sl.</p> <p>Od izvannastavnih dislociranih aktivnosti, s obzirom na utvrđenu dinamičku i statičku aktivaciju lokomotornog sustava, preporučaju se aktivnosti plivanja i vožnje bicikla.</p>

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenjaNaziv predmeta: **TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA**Razred: **prvi (1.)**

<p>U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Kineziološka teorijska znanja</p> <ol style="list-style-type: none">1. poznavati bitne informacije iz povijesti sporta kao dijela opće kulture2. prepoznati indiciranost i kontraindiciranost određenih kinezioloških aktivnosti prema izabranom zanimanju3. navesti značaj i specifičnosti vježbanja koje treba provoditi tijekom radnog vijeka u funkciji sportske rekreacije4. navesti teorijska znanja o samostalnom planiranju, programiranju i kontroli procesa vježbanja (određivanje volumena, ekstenziteta i intenziteta vježbanja)5. nabrojiti specifične kineziološke i kineziterapeutske transformacijske postupke za unapređenje i očuvanje zdravlja s ciljem prevencije potencijalno najčešćih antropoloških negativnosti tijekom obavljanja izabranog zanimanja <p>Kineziološke aktivnosti</p> <ol style="list-style-type: none">1. isplanirati monostrukturne ciklične aktivnosti koje se mogu koristiti u funkciji cjeloživotnog vježbanja kao sportsko-rekreacijski sadržaj2. uskladiti polistrukturne acikličke aktivnosti koje su međupovezane s tipičnim kinantropološkim obilježjima iz opisa zanimanja3. kombinirati polistrukturne kompleksne aktivnosti koje su međupovezane s tipičnim kinantropološkim obilježjima iz opisa zanimanja4. ovladati polistrukturnim konvencionalnim aktivnostima koje su međupovezane s tipičnim kinantropološkim obilježjima iz opisa zanimanja5. demonstrirati izvođenje jedne monostrukturne ciklične aktivnosti koja se može koristiti u funkciji cjeloživotnog vježbanja kao osnovni sportsko-rekreacijski sadržaj, a po mogućnosti polaznik ima interesa za njom <p>Transformacija kinantropoloških obilježja</p> <ol style="list-style-type: none">1. isplanirati izvedbu odabranih sadržaja s ciljem utjecaja na razvoj i održavanje bitnih morfoloških obilježja (optimizaciju sastava tijela - povećanje mišićne mase, potkožno masno tkivo)2. razlikovati izvedbu odabranih sadržaja s ciljem utjecaja na razvoj i održavanje bitnih motoričkih sposobnosti (fleksibilnost, koordinacijska svojstva, brzinsko eksplozivnih svojstva razvoj i održavanje jakosti)3. prilagoditi izvedbu odabranih sadržaja s ciljem utjecaja na razvoj i održavanje bitnih funkcionalnih sposobnosti (aerobna i anaerobna izdržljivost)
--	---

	<p>4. usporediti izvedbu bitnih kinezioloških sadržaja s ciljem cjelovite transformacije lokomotornog sustava (mobilnosti lokomotornog sustava stabilnosti lokomotornog sustava)</p> <p>5. kombinirati izvedbu odabranih sadržaja s ciljem svladavanja sadržaja različitih programa za prevenciju lokomotornih ozljeda (relativne vježbe jakosti, primjena elastičnih otpora, primjena proprioceptivnih vježbi, primjeri povezivanja sadržaja iz različitih programa prevencije s ciljem maksimizacije učinkovitosti)</p> <p>Kineziološki postupci unapređenja zdravlja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. pokazati i nabrojiti kineziterapeutske vježbe za prevenciju tegoba onih dijelova lokomotornog sustava koji su najviše aktivirani izabranim zanimanjem 2. izabrati i pokazati statičke vježbe istezanja (stretching) za regeneraciju onih dijelova lokomotornog sustava koji su najviše aktivirani izabranim zanimanjem 3. pokazati i provesti kineziterapeutske vježbe za rehabilitaciju nakon ozljeda onih dijelova lokomotornog sustava koji su najviše aktivirani izabranim zanimanjem 4. sastaviti i provesti statičke vježbe istezanja (stretching) za smanjenje tonusa onih dijelova lokomotornog sustava koji su najviše aktivirani izabranim zanimanjem 5. objasniti i primijeniti skup vježbi masaže i samomasaže (labavljenja, glađenja, gnječenja, istresanja) u stajanju, sjedenju ili ležanju onih dijelova lokomotornog sustava koji su najviše aktivirani izabranim zanimanjem
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Kineziološka teorijska znanja	<p>UVODNIK: za ovu jedinicu ishoda učenja izvedbeno je predviđen fond do 10% ukupnog fonda sati (6-7 sati). Teorijske nastavne teme u pravilu se trebaju provoditi kako su navedene jer su smisleno povezane s ostalim jedinicama ishoda učenja u svakom razredu. Naravno da je u različitim uvjetima rada dopušteno osmišljavanje drukčijih teorijskih tema. Takav pristup omogućuje da se osmisle teorijske nastavne teme koje su izravno povezane s provedivim motoričkim nastavnim temama u uvjetima pojedine srednje strukovne škole.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Značaj tjelesnog vježbanja i sporta u razvoju društva 2. Sustav za kretanje čovjeka (dijelovi, građa, funkcija) 3. Energetski potencijali čovjeka tijekom vježbanja 4. Optimalan sastav tijela (metode optimizacije) 5. Pravilna prehrana i važnost unosa tekućine 6. Utjecaj procesa vježbanja na ljudski organizam (pozitivni učinci vježbanja i štetne tjelesne aktivnosti) 7. Modeliranje postupaka za redukciju potkožnoga masnoga tkiva

<p>Kineziološke aktivnosti</p>	<p>UVODNIK: u ovoj jedinici ishoda učenja hotimično je naveden veliki broj nastavnih tema. Razlog tomu izvire iz činjenice da se uvjeti rada za nastavu tjelesne i zdravstvene kulture u srednjim strukovnim školama izrazito razlikuju. Zato ovakav način omogućuje izbor nastavnih tema iz propisanog nastavnog plana i programa, bez obzira na uvjete rada, koje će uvrstiti u izvedbeni nastavni plan i program.</p> <p>I. ATLETIKA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kros ili standardna ciklična kretanja različitim tempom do 8 min. 2. „Leteće“ trčanje do 40 m 3. Trčanje do 100 m 4. Trčanja –motoričko postignuće 5. Skokovi s noge na nogu po označenim prostorima (ili sa strunjače na strunjaču) 6. Skokovi odrazom svaki četvrti korak 7. Skok udalj tehnikom 2 ½ koraka 8. Bacanje Vortex-a u dalj 9. Atletski troboj (trčanje, skok, bacanje) <p>II. SPORTSKA GIMNASTIKA – POLAZNICI</p> <ol style="list-style-type: none"> 10. Različite varijante premeta strance 11. Stoj na glavi 12. Stoj na rukama, kolut naprijed 13. Odbočka <p>III. SPORTSKA GIMNASTIKA – POLAZNICE</p> <ol style="list-style-type: none"> 14. Ljuljanje na karikama 15. Pomicanje u visu 16. Njihom strance premah odnožno 17. Klimom premah zgrčeno 18. Okreti u čučnju i usponu na obje noge za 180 (niska greda) 19. Valcer – korak, okret u usponu za 180 na obje noge (niska greda) 20. Galop – naprijed, okret u čučnju za 180 na obje noge (niska greda) <p>IV. RITMIČKA GIMNASTIKA</p> <ol style="list-style-type: none"> 21. Kruženje rukama u čeonj, bočnoj i vodoravnoj ravnini (obručem, loptom, vijačom) u mjestu i kretanju 22. Poskoci i skokovi ritmičke gimnastike kroz vijaču 23. Bacanje i hvatanje vijače u kombinaciji s tjelesnim elementima 24. Skok "kadet" 25. Skok "jelenji" <p>V. PLES I AEROBIKA</p> <ol style="list-style-type: none"> 26. Engleski valcer (okreti, wisq, promenada) 27. Disko foks plesovi 28. Aerobika <p>VI. BORILAČKI SPORTOVI</p> <ol style="list-style-type: none"> 29. Bočno bacanje tsuri goshi 30. Nožno bacanje de ashi braai 31. Kretanja tsugi ashi i ayumi ashi 32. Polukružni koraci – tai sabaki (mae sabaki i ushiro sabaki)
--------------------------------	--

	<p>VII. KOŠARKA</p> <p>33. Dodavanje jednom rukom guranjem – izravno i od podloge</p> <p>34. Promjene smjera i tempa kretanja s poluaktivnom i aktivnom obranom</p> <p>35. Ubacivanje lopte u koš jednom rukom odozgor nakon okreta</p> <p>36. Obrana „čovjek na čovjeka“ (1:1; 2:2; 3:3)</p> <p>37. Igra (taktika i suđenje)</p> <p>VIII. NOGOMET</p> <p>38. Vođenje lopte različitim dijelovima stopala i brzine kretanja (pravocrtno vođenje i uz promjene pravca vođenja)</p> <p>39. Promjene mjesta vođenjem lopte te primopredajom lopte u suradnji dvojice polaznika</p> <p>40. Promjene mjesta vođenjem lopte te primopredajom lopte u suradnji dvojice polaznika s udarcem na vrata</p> <p>41. Igra za posjed lopte u ograničenom prostoru 4:2, 4:4, 5:5 (otkrivanje, slobodan broj dodira po lopti)</p> <p>42. Igra futsal (taktika igre, primjena pravila i suđenje)</p> <p>IX. ODBOJKA</p> <p>43. Pojedinačni blok smeča visoke lopte</p> <p>44. Odbijanje podlakticama preko glave</p> <p>45. Vršno odbijanje skretanjem pravca leta lopte</p> <p>46. Igra 6:6, zaštita od protivničkog napada 1:2:3 (1 polaznik u bloku, 2. polaznik u prednjoj zoni iza bloka, 3. polaznik u stražnjoj zoni)</p> <p>47. Igra (taktika i suđenje)</p> <p>X. RUKOMET</p> <p>48. Razne igre s loptom</p> <p>49. Šutiranje s tla iskorakom suprotnom nogom u odnosu na šutersku ruku u visini boka/iznad visne boka „Jensen“</p> <p>50. Jednostruka križanja</p> <p>51. Prizemljenje do skleka nakon šuta s crte</p> <p>52. Osnovna vratarska tehnika, bočno i dubinsko kretanje braniča te sprječavanje napadača sportskim prekršajem</p> <p>53. Igra (taktika i suđenje)</p> <p>XI. BADMINTON</p> <p>54. Bekend servis</p> <p>55. Vodoravni (drive) udarac</p> <p>56. Osnove taktike igre u paru</p> <p>57. Igra (taktika i suđenje)</p> <p>XII. TENIS</p> <p>58. Privikavanje na lopticu i reket (spužvasta loptica)</p> <p>59. Forhend (spužvasta loptica)</p> <p>60. Bekend (spužvasta loptica)</p> <p>61. Igra (taktika i suđenje)</p>
Transformacija kinantropoloških obilježja	<p>UVODNIK: u ovoj jedinici ishoda učenja za svaku nastavnu temu naveden je jedan primjer njezine provedbe. To omogućuje da se dorečeno prepozna njezin smisao te da se, u različitim uvjetima rada, osmisle daljnje nastavne teme s istovjetnim ciljem.</p>

	<p>I. MORFOLOŠKA OBILJEŽJA (opći razvoj i održavanje)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Primjena vijače (redukcija potkožnog masnog tkiva) 2. Primjena medicinke (razvoj mišićne mase) 3. Primjena elastičnih traka (razvoj mišićne mase) 4. Primjena bučica (razvoj mišićne mase) <p>II. MOTORIČKE SPOSOBNOSTI (razvoj i održavanje fleksibilnosti)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Statičko aktivno istezanje (pretklon raznožno) 2. Statičko pasivno istezanje (prednoženje u ležećem položaju uz potisak partnera) 3. Dinamičko istezanje (dinamičko prednoženje u stojećem položaju) 4. PNF istezanje (istezanje, kontrakcija, relaksacija) 5. Balističko istezanje (prednoženje i zanoženje maksimalnom amplitudom u stojećem položaju) <p>(razvoj i održavanje koordinacijskih svojstava)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Biotički načini svladavanja prostora (hodanja, trčanja, puzanja, valjanja) 2. Biotički načini svladavanja prepreka (preskoci, penjanja, provlačenja, obilaženja) 3. Biotički načini svladavanja otpora (dizanja, nošenja, potiskivanja, vučenja) 4. Biotički načini svladavanja baratanja predmetima (dodavanja, bacanja, vođenja, žongliranja) 5. Vježbe pravovremenosti - timing (kretanje i zaustavljanje u zadanim uvjetima) 6. Vježbe ritma (prelazak podnih ljestava niskim skipom) <p>III. FUNKCIONALNE SPOSOBNOSTI (razvoj i održavanje aerobnih sposobnosti)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Standardna metoda (trčanje 20' intenzitetom 50%) 2. Varijabilna metoda (trčanje 20' s izmjenama intenziteta 2' 40% i 2' 60%) 3. Intervalna metoda (trčanje maksimalnim intenzitetom 6x20" s odmorom 10")
<p>Kineziološki postupci unapređenja zdravlja</p>	<p>UVODNIK: nastavne teme iz ove jedinice učenja mogu se sustavno provoditi tijekom svih godina školovanja. Primjeri ovih kinezioloških postupaka za unapređenje zdravlja navedeni u poglavlju „Ostalo“ koji se nalazi na kraju programa četvrtoga razreda.</p> <p>I. Prevencija razvoja cervikalnog i lumbalno-sakralnog sindroma VJEŽBE ZA KRALJEŽNICU</p> <p>II. Prevencija razvoja kalcificirajućeg tendinitisa i drugih simptoma bolnog ramena VJEŽBE ZA RAMENA</p>

	<p>III. Prevencija razvoja sindroma karpalnog i kubitalnog kanala, rizartrize i De Quervainove bolesti VJEŽBE ZA ŠAKE I RUČNE ZGLOBOVE</p> <p>IV. Prevencija razvoja osteoartritisa kuka i sindroma prenaprezanja mišića kukova, prevencija razvoja prepatelarnog burzitisa, skakačkog koljena i drugih simptoma bolnog koljena VJEŽBE ZA KUKOVE I KOLJENA</p> <p>V. Prevencija razvoja spuštenih svodova stopala i osteoartritisa nožnih zglobova VJEŽBE ZA STOPALA</p>
Napomene:	<p>Opće napomene</p> <p>Program tjelesne i zdravstvene kulture za srednje strukovne škole izrađen je u skladu s vrijednostima ovog odgojno-obrazovnog područja i njegovim dokazanim utjecajem na integralne promjene antropoloških obilježja, s naglaskom na unaprjeđenje kinantropoloških obilježja. Ispunjavanje navedenih vrijednosti uvjetovalo je izradbu ovog programa temeljem većeg broja kriterija. Prvi se odnosi na provedivost nastavnih tema u izrazito različitim materijalnim uvjetima srednjih strukovnih škola Republike Hrvatske. Upravo zbog različitih materijalnih uvjeta u programu je naveden veći broj nastavnih tema kako bi se za različite uvjete i zanimanja mogao izraditi provediv, a prema zanimanju usmjeren izvedbeni nastavni plan i program. Zbog toga se drugi kriterij morao odnositi na primjerenost svake nastavne teme dobi i spolu polaznika, a treći na indiciranu usmjerenost nastavnih tema prema strukovnim zanimanjima. Slijede kriteriji sigurnost polaznika i usklađenost s potencijalnim interesima i stvarnim potrebama polaznika. Time je ovaj program rasterećen nastavnih tema koje zbog nedostatnih materijalnih uvjeta nije moguće provesti u većem broju srednjih strukovnih škola. Nadalje, rasterećen je i onih nastavnih tema koje zbog svoje složenosti ne mogu biti u funkciji ishoda učenja jer ih većina polaznika ne može svladati određenim uspjehom.</p> <p>Program tjelesne i zdravstvene kulture za srednje strukovne škole osmišljen je na način da u svakom razredu sadrži četiri međupovezane jedinice ishoda učenja. To su (1) Kineziološka teorijska znanja, (2) Kineziološke aktivnosti, (3) Transformacija kinantropoloških obilježja i (4) Kineziološki postupci unaprjeđenja zdravlja. Time je potpuno promijenjen smisao nastave tjelesne i zdravstvene kulture u srednjim strukovnim školama jer su određene mjerljive jedinice ishoda učenja koje svaki polaznik (osim polaznika s posebnim potrebama) tijekom redovitog pohađanja nastave tjelesne i zdravstvene kulture mora obvezno naučiti na primjerenom razini. Na takav način skupna učinkovitost svih jedinica ishoda učenja omogućuje ostvarivanje bitnih kompetencija iz ovog odgojno-obrazovnog područja za pojedino zanimanje.</p> <p>U programu se nastavna tema navodi samo jedanput i ne ponavlja se u istom navodu, što znači da se ista može izabrati i ponavljati u svim višim razredima. Drugim riječima, ono što je navedeno kao nastavna tema, primjerice u 1. razredu, može se planirati i u svim višim razredima, iako se ista ne navodi u programima viših razreda. Navedeno pravilo, zbog vertikalne unutarpredmetne povezanosti i programske povezanosti osnovnog i srednjeg školstva, nastavnik po potrebi može koristiti i sve nastavne teme iz programa za osnovne škole. Takav pristup istodobno</p>

	<p>omogućuje kreativnost nastavnika i olakšava izradu izvedbenog nastavnog plana i programa za pojedini razredni odjel jer uvažava zahtjeve s obzirom na različit sastav polaznika prema sposobnostima i pojedinačne razlike u količini stečenih motoričkih znanja u osnovnoj školi.</p> <p>Temeljna postavka ovog programa uzima u obzir biološke različitosti polaznika i polaznica. Zbog toga predmetna nastava tjelesne i zdravstvene kulture u srednjim strukovnim školama, kako sa znanstvenih tako i sa stručnih spoznaja mora se organizirati i provoditi posebno (odvojeno) za polaznike, a posebno za polaznice.</p> <p><u>Posebne napomene</u></p> <p>Nastavni predmet ima veliki broj posebnosti. Zbog toga je neke uputno istaknuti:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ u izvedbeni nastavni plan i program treba međupovezano uvrstiti nastavne teme koje su određene svim jedinicama ishoda učenja ▪ zbog posebnosti nastavnog predmeta i uvjeta u kojima se odvija nastavni proces posebnu pozornost treba obratiti sigurnosti i motivaciji polaznika ▪ vrjednovanje postignuća polaznika provoditi prema individualnim mogućnostima ▪ nastavu izvoditi u nastavnim satima od 45 minuta, osim gdje su školske sportske dvorane udaljene od škole više od 10 minuta hoda i ako nastavu nije moguće organizirati na drugi način.
Ostalo	
	<p>Primjeri nastavnih tema za jedinicu ishoda učenja:</p> <p>KINEZIOLOŠKI POSTUPCI UNAPREĐENJA ZDRAVLJA</p> <p>I. Prevencija razvoja cervikalnog i lumbalno-sakralnog sindroma</p> <p>VJEŽBE ZA KRALJEŽNICU</p> <p>Statičke vježbe za vratni dio kralježnice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. postaviti dlanove s ukriženim prstima na čelo pa gurati glavu naprijed, a istovremeno rukama pružati otpor 2. postaviti dlanove s ukriženim prstima na desnu stranu lica pa gurati glavu u desnu stranu, a istovremeno rukama pružati otpor 3. postaviti dlanove s ukriženim prstima na lijevu stranu lica pa gurati glavu u lijevu stranu, a istovremeno rukama pružati otpor 4. postaviti dlanove s ukriženim prstima iza glave pa gurati glavu prema natrag, a istovremeno rukama pružati otpor. <p>Dinamičke vježbe za vratni dio kralježnice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. glavom izvoditi pokret naprijed – natrag 2. glavom rotirati u desnu pa u lijevu stranu 3. podizati ramena gore i polako ih spuštati 4. postaviti dlanove s ukriženim prstima iza glave te potiskivati laktove prema unutra. <p>Statičke vježbe za lumbalno-sakralni dio kralježnice</p> <p>Položaj na leđima (ruke su uz tijelo):</p>

1. stopala pogrčiti i zadržati položaj
2. koljena pogrčiti pa leđima pritiskati podlogu
3. koljena pogrčiti pa naizmjenično lijevom i desnom nogom uz pogrčeno stopalo koljeno privlačiti k sebi, a rukom pružati otpor
4. koljena pogrčiti pa s obje noge istodobno uz pogrčena stopala koljena privlačiti k sebi, a rukama pružati otpor
5. koljena pogrčiti, tjeme fiksirati uz podlogu, dlanove ukriženih prstiju postaviti na čelo te izvoditi pretklon glavom, a istovremeno rukama pružati otpor.

Potrbuške (s podloškom pod kukovima, ruke u priručenju):

1. upiranje o podlogu prstima nogu do potpunog opružanja koljena
2. s rukama u uzručenju naizmjenice po podlozi istezati suprotnu ruku i suprotnu nogu
3. s rukama u uzručenju po podlozi istovremeno istezati obje ruke i obje noge
4. s dlanovima ukriženih prstiju iza glave izvoditi zaklon glavom, a istovremeno rukama pružati otpor.

Dinamičke vježbe za lumbalno-sakralni dio kralježnice

Položaj na leđima (ruke su uz tijelo):

1. plantarna fleksija
2. pogrčiti lijevo stopalo pa privlačiti petu po podlozi k sebi, ponoviti desnom
3. pogrčiti istovremeno oba stopala pa privlačiti pete po podlozi k sebi
4. koljena pogrčiti te polako podizati i spuštati zdjelicu
5. koljena pogrčiti, staviti ruke na prsa i podizati trup.

Položaj na boku (donja ruka je pod glavom, gornjom se oslanja o podlogu, donja je noga savijena, a gornja ispružena):

1. pogrčiti gornju nogu, opružiti ju do početnog položaja
2. pogrčiti stopalo pa odizati ispruženu nogu
3. pogrčiti stopalo pa ispruženom nogom napraviti krug.

Potrbuške (s podloškom pod kukovima, ruke u priručenju):

1. nožnim prstima se upirati u podlogu do opružanja koljena
2. naizmjenična fleksija potkoljenica
3. istovremena fleksija potkoljenica
4. s rukama u priručenju doći do položaja uzručenja
5. s rukama u uzručenju, naizmjenice podizati lijevu ruku i desnu nogu pa desnu ruku i lijevu nogu.

II. Prevencija razvoja kalcificirajućeg tendinitisa i drugih simptoma bolnog ramena

VJEŽBE ZA RAMENA

Ležeći na leđima (ruke u priručenju s nogama flektiranim u zglobovima koljena i kuka):

1. podizati ruke do odručenja, a ramena istovremeno pritiskati dolje i natrag
2. rukom uhvatiti suprotni lakat u visini ramena, istegnuti ruku u jednu stranu te drugom rukom u drugu stranu
3. s laktovima postavljenim u visini ramena stisnuti šake, okrenuti ruke

- prema van i pritiskati šakama o podlogu
4. laktove spojiti u visini ramena ispred glave, podlaktice prisloniti jednu uz drugu, stisnuti šake i raširiti ruke pod pravim kutem uz pritiskanje o podlogu
 5. s glavom u prirodnom položaju, rukama u priručenju, ramena podizati prema gore
 6. s rukama u uzručenju, naizmjenično izvoditi opružanja rukama

Ležeći na trbuhu (stisnute pete uz petu, stisnute stražnjice)

1. s laktovima u visini ramena, stisnuti šake i podizati ruke i glavu od podloge (kao da se želi spojiti lopatica), pogled usmjeriti prema dolje
2. uhvatiti ruke iza leđa, podignuti glavu, ramena i gornji dio tijela, pogled usmjeriti prema dolje.

III. Prevencija razvoja sindroma karpalnog i kubitalnog kanala, rizartroze i De Quervainove bolesti

VJEŽBE ZA ŠAKE I RUČNE ZGLOBOVE

1. stisnuti prste šake te opružiti
2. raširiti ispružene prste pa zatvoriti šaku stišćući prste
3. pomicanje palca u njegovom korijenskom zglobu uz izvedbu što većeg kruga
4. istegnuti palac što dalje od šake te ga vratiti pokušavajući dodirnuti vrškove jednog po jednog prsta, od drugog do petog
5. ruku koja je položena na rukohvat stolice ili na stol, savijati u ručnom zglobu prema gore i dolje
6. s rukom koja je u laktu flektirana pod pravim kutom, okretati dlan prema gore pa prema dolje, a pri tome ne pomicati lakat
7. stisnuti list papira između ispruženih prstiju šake, a drugom ga rukom pokušati izvući
8. osloniti podlakticu na ravnu površinu s dlanom okrenutim prema gore te savijati šaku prema gore uz pružanje otpora suprotnom šakom
9. osloniti podlakticu na ravnu površinu s dlanom okrenutim prema dolje te savijati šaku prema gore, uz pružanje otpora suprotnom šakom

IV. Prevencija razvoja osteoartritisa kuka i sindroma prenaprezanja mišića kukova, prevencija razvoja prepatelarnog burzitisa, skakačkog koljena i drugih simptoma bolnog koljena

VJEŽBE ZA KUKOVE I KOLJENA

Ležeći na leđima

1. rukama u priručenju, ispruženih nogu s pogrčenim stopalima, izvoditi naizmjenična odnoženja
2. s jastukom ispod koljena, naizmjenično opružanje nogu s pogrčenim stopalom, gurajući jastuk u pod
3. obje noge flektirane, ispružiti jednu nogu u visini s koljenom druge noge, stopalo pogrčiti prema sebi, zadržati i vratiti u početni položaj, izvoditi naizmjenice jednom pa drugom nogom
4. početni položaj polusjedeći, noge su ispružene, stopala pogrčena,

	<p>između nogu jastuk, stisnuti jastuk napinjući mišiće stražnjice i zadržavati koljena ispružena, opustiti se i ponoviti u ležećem i stojećem položaju</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. početni položaj ležeći na boku, savinuti ruku i nogu na kojima se leži, gornja noga je ispružena, stopala pogrčena prema sebi, podignuti nogu, zadržati je u odignutom položaju, gornja ruka je savijena i oslonjena dlanom o podlogu 6. položaj na truhu, s jastukom ispod truhua, pogrčiti stopalo jedne noge, savinuti koljeno i natkoljenu od podloge, odizati koljeno i natkoljenu od podloge, bez podizanja zdjelice, zadržati u tom položaju 7. sjedeći na stolcu uspravno, pridržavajući se rukama, jednu pa drugu nogu ispružiti u koljenskom zglobu, zadržati u tom položaju te vratiti u početni položaj 8. sjedeći na stolcu uspravno, pridržavajući se rukama, jednu pa drugu nogu saviti u zglobu kuku, zadržati u tom položaju te vratiti u početni položaj <p>V. Prevencija razvoja spuštenih svodova stopala i osteoartritisa nožnih zglobova</p> <p>VJEŽBE ZA STOPALA</p> <p>Sjedeći položaj</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. savinuti nožne prste oba stopala ne dižući ih s poda, ispraviti prste stopala 2. podignuti prednji dio stopala držeći petu na podu, spustiti prednji dio stopala, zatim podignuti i spustiti petu 3. podignuti prednji dio stopala, okrenuti stopalo prema van, spustiti stopalo, vratiti u sredinu 4. podignuti pete, okrenuti pete prema van, spustiti pete, vratiti u sredinu 5. podignuti jedno koljeno, ispružiti stopalo, zategnuti stopalo, spustiti stopalo, naizmjenice lijevo i desno pa istovremeno oba 6. podignuti ispruženu nogu, zategnuti prste prema sebi, naizmjenično jedna pa druga noga pa istovremeno obje 7. podignuti ispruženu nogu, kružno pomicati stopalo, stopalom ispisivati brojeve po zraku 8. bosim prstima stopala gužvati novinski papir
<p>Metode i oblici rada:</p>	<p>Metode:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ prikazivanja – metoda usmenog izlaganja, metoda postavljanja i rješavanja, metoda pokazivanja ili demonstracije; ▪ vježbanja – intervalna metoda vježbanja, varijabilna metoda vježbanja, kontinuirana metoda vježbanja; ▪ sigurnosti – metoda sprječavanja ili prevencije, čuvanja ili zaštite, pomaganja ili asistencije; ▪ nadzora – metoda praćenja vježbanja, usmjeravanja vježbanja, zaustavljanja vježbanja. <p>Oblici:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ jednostavniji (pojedinačni, dvojke, trojke, četvorke i paralelni) ▪ složeniji (paralelno-izmjenični, sukcesivno-izmjenični, izmjenični,

	<p>kružni, stanični, stazni i poligonski).</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
<p>Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:</p>	<p>Elementi: motorička znanja, motorička postignuća, kinantropološka postignuća (morfoloških obilježja, motoričkih sposobnosti i funkcionalnih sposobnosti prema metodologiji vrjednovanja), odgojni učinci rada.</p> <p>Oblici: Vrjednovanje rada polaznika provoditi uvažavajući stanje njihova antropološkog statusa, stvarne mogućnosti svakog polaznika i cjelokupni napredak pojedinca tijekom nastavne godine.</p>
Literatura	
<p>Literatura za polaznike:</p>	<p>Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.</p>

Naziv predmeta: **TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA**

Razred: **drugi (2.)**

<p>U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Ishodi učenja navedeni za prvi razred ostvaruju se u sva četiri razreda.</p>
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Kineziološka teorijska znanja</p>	<p>UVODNIK: za ovu jedinicu ishoda učenja izvedbeno je predviđen fond do 10% ukupnog fonda sati (6-7 sati). Teorijske nastavne teme u pravilu se trebaju provoditi kako su navedene jer su smisleno povezane s ostalim jedinicama ishoda učenja u svakom razredu. Naravno da je u različitim uvjetima rada dopušteno osmišljavanje drukčijih teorijskih tema. Takav pristup omogućuje da se osmisle teorijske nastavne teme koje su izravno povezane s provedivim motoričkim nastavnim temama u uvjetima pojedine srednje strukovne škole.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Olimpizam 2. Tjelesno vježbanje kao čimbenik kulture življenja 3. Sastav kinantropoloških obilježja i postupci razvoja 4. Izračun indeksa tjelesne mase (ITM) u funkciji redukcije masnog tkiva i povećanja mišićne mase 5. Utjecaj tjelesnog vježbanja na pojedine organske sustave (lokomotorni, neurološki) sa stajališta pojedinog zanimanja 6. Obilježja morfološkog, motoričkog i funkcionalnog razvoja polaznika u adolescenciji Energetske vrijednosti prehrambenih namirnica (vitamini, minerali, voda-postupci prehidratacije, hidratacije i rehidratacije, dodaci prehrani...)
<p>Kineziološke aktivnosti</p>	<p>UVODNIK: u ovoj jedinici ishoda učenja hotimično je naveden veliki broj nastavnih tema. Razlog tomu izvire iz činjenice da se uvjeti rada za nastavu tjelesne i zdravstvene kulture u srednjim strukovnim školama izrazito razlikuju. Zato ovakav način omogućuje izbor nastavnih tema iz propisanog nastavnog plana i programa, bez obzira na uvjete rada, koje će uvrstiti u izvedbeni nastavni plan i program.</p> <p>I. ATLETIKA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tehnika brzog hodanja 2. Kros ili standardna ciklička kretanja različitim tempom do 10 min. 3. Trčanje dionica 150 - 200 m 4. Trčanja–motoričko postignuće 5. Skokovi odrazom svaki treći korak 6. Skok uvis prekoračnom tehnikom lijevom i desnom nogom pojedinačno sa zbrojem preskočenih visina – motoričko postignuće 7. Sunožno preskakivanje prepreka različitih visina (20 – 50 cm) 8. Bacanje Vortex-a u cilj na tlu 9. Atletski troboj (trčanje, skok, bacanje) <p>II. SPORTSKA GIMNASTIKA - POLAZNICI</p> <ol style="list-style-type: none"> 10. Leteći kolut 11. Raznoška uzduž sprave (kozlič) 12. Salto na povišenje od mekih strunjača pomoću odraznog pomagala

	<p>III. SPORTSKA GIMNASTIKA – POLAZNICE</p> <p>13. Stoj na rukama u kolut naprijed</p> <p>14. Ljuljanja na karikama – saskok u zaljuljaju</p> <p>15. Klimom premah raznožni</p> <p>16. Upor prednji na nižoj pritki, kovrtljaj naprijed</p> <p>17. Naskok premahom jedne noge odnožno do upora jašućeg; polkin korak, "tupfer", "vaga", saskok "jelenji"</p> <p>IV. RITMIČKA GIMNASTIKA</p> <p>18. Skokovi s udarcem noge o nogu</p> <p>19. Kotrljanje lopte po tlu i tijelu</p> <p>20. Bacanje i hvatanje lopte u kombinaciji s tjelesnim elementima</p> <p>21. Otvoreni - zatvoreni poskok na mjestu i u kretanju</p> <p>22. Preskakivanje vijače naprijed i nazad križanjem ruku</p> <p>23. "Leteći" skok vijačom</p> <p>24. Skok "škare" povezano naprijed – nazad</p> <p>V. PLES I AEROBIKA</p> <p>25. Rock plesovi</p> <p>26. Rumba (okreti, wisq, promenada)</p> <p>27. Samba (okreti, wisq, promenada)</p> <p>28. „New body“ aerobika (aerobika s bučicama)</p> <p>VI. BORILAČKI SPORTOVI</p> <p>29. Okreti za bacanja – mae mawari sabaki ushiro mawari sabaki</p> <p>30. Bočno bacanje tsumi goshi</p> <p>31. Nožno bacanje de ashi braai u kretanju</p> <p>32. Poluga juji gatame i gušenje hadaka jime</p> <p>VII. KOŠARKA</p> <p>33. Ubacivanje lopte u koš jednom rukom preko glave – horog (nakon vođenja i na dodanu loptu)</p> <p>34. Obrambeni skok i zagrađivanje</p> <p>35. Oduzimanje lopte (presijecanjem ili izbijanjem iz posjeda)</p> <p>36. Slobodna bacanja</p> <p>37. Zonska obrana</p> <p>38. Igra (taktika i suđenje)</p> <p>VIII. NOGOMET</p> <p>39. Dinamičko dodavanje i primanje lopte različitim dijelovima stopala (primopredaja lopte u suradnji dvojice polaznika)</p> <p>40. Udarci na vrata nakon dodane lopte</p> <p>41. Dupli pas u suradnji dvojice polaznika (osnovna struktura suradnje)</p> <p>42. Dupli pas u suradnji dvojice polaznika s udarcem na vrata 2:1 (+ vratar)</p> <p>43. Slobodna igra 5+1 : 5+1 (taktika i suđenje)</p> <p>IX. ODBOJKA</p> <p>44. Vršno odbijanje preko glave</p> <p>45. Niski odbojkaški stav i obrana «oštrih» lopti poluupijačem</p> <p>46. Povaljka u stranu i odbijanje čekićem</p> <p>47. Obrana u prednjoj liniji - pojedinačni i grupni blok</p>
--	--

	<p>48. Igra 6:6, zaštita vlastitog smeča 2:3 (2 polaznika u prednjoj zoni, 3 polaznika u stražnjoj zoni, suđenje)</p> <p>X. RUKOMET</p> <p>49. Zaustavljanje lopte s dvije i jednom rukom u različitim visinama</p> <p>50. Šutiranje sa zemlje otklonom u suprotnu stranu u odnosu na šutersku ruku „ polueret“</p> <p>51. Povratna lopta – dupli pas</p> <p>52. Poučavanje zonske obrane 5:1</p> <p>53. Igra (taktika i suđenje)</p> <p>XI. BADMINTON</p> <p>54. Smeč udarac</p> <p>55. Obrana nakon smeč udarca (paralela i dijagonala, forhend i bekend)</p> <p>56. Forhend i bekend visoki (lift) udarac s mreže (dugi udarac s mreže zamahom reketa ispod struka)</p> <p>57. Igra (taktika i suđenje)</p> <p>XII. TENIS</p> <p>58. Forhend i bekend s obzirom na vrste rotacija (ravni, spin,...)</p> <p>59. Ravni servis</p>
<p>Transformacija kinantropoloških obilježja</p>	<p>UVODNIK: u ovoj jedinici ishoda učenja za svaku nastavnu temu naveden je jedan primjer njene provedbe. To omogućuje da se dorečeno prepozna njezin smisao te da se, u različitim uvjetima rada, osmisle daljnje nastavne teme s istovjetnim ciljem.</p> <p>I. MORFOLOŠKA OBILJEŽJA razvoj i održavanje mobilnosti lokomotornog sustava</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Vježbe za mobilnost gležnja (dinamička dorzalna fleksija u stojećem položaju) 2. Vježbe za mobilnost kuka (dinamičko istezanje pregibača natkoljenice u iskoraku) 3. Vježbe torakalne mobilnosti (zasuci) 4. Vježbe mobilnosti ramena (kruženje rukom uz imitaciju dodavanja) 5. Primjeri vježbanja za razvoj i održavanje mobilnosti lokomotornog sustava 6. Pilates s malim loptama <p>II. MOTORIČKE SPOSOBNOSTI razvoj i održavanje jakosti</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Vježbe relativne jakosti (sklek) 2. Vježbe repetitivne jakosti (potisak s ravne klupe, 3 serije po 8-10 ponavljanja) 3. Vježbe maksimalne jakosti (potisak s ravne klupe, 5 serija po 1-3 ponavljanja) 4. Vježbe elastične jakosti (potisak s ravne klupe s naglašenom brzinom u obje faze) 5. Vježbe eksplozivne jakosti (bacanje medicine iz sjeda, samo koncentričkim načinom)

	<p>III. FUNKCIONALNE SPOSOBNOSTI sadržaji za razvoj i održavanje anaerobne izdržljivosti</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Intervalna standardna metoda fosfagene izdržljivosti (trčanje 10x50m, maksimalni intenzitet, odmor 2') 2. Intervalna varijabilna metoda fosfagene izdržljivosti (trčanje 10x50m, maksimalni intenzitet, a između ponavljanja vrlo sporo trčanje 2') 3. Intervalna standardna metoda glikolitičke izdržljivosti (trčanje 6x400m, intenzitet 80-90%, odmor 4') 4. Intervalna varijabilna metoda glikolitičke izdržljivosti (trčanje 3x6', 30" maksimalni intenzitet, 30" 50%, odmor 5') 5. Kontinuirana varijabilna metoda glikolitičke izdržljivosti (trčanje 12', 1' maksimalni intenzitet, 1' 50%)
<p>Kineziološki postupci unapređenja zdravlja</p>	<p>UVODNIK: nastavne teme iz ove jedinice učenja mogu se sustavno provoditi tijekom svih godina školovanja. Primjeri ovih kinezioloških postupaka za unapređenje zdravlja navedeni su u poglavlju „Ostalo“ koje se nalazi na kraju programa četvrtog razreda.</p> <p>I. Prevencija razvoja cervikalnog i lumbalno-sakralnog sindroma VJEŽBE ZA KRALJEŽNICU</p> <p>II. Prevencija razvoja kalcificirajućeg tendinitisa i drugih simptoma bolnog ramena VJEŽBE ZA RAMENA</p> <p>III. Prevencija razvoja sindroma karpalnog i kubitalnog kanala, rizartroze i De Quervainove bolesti VJEŽBE ZA ŠAKE I RUČNE ZGLOBOVE</p> <p>IV. Prevencija razvoja osteoartritisa kuka i sindroma prenaprezanja mišića kukova, prevencija razvoja prepatelarnog burzitisa, skakačkog koljena i drugih simptoma bolnog koljena VJEŽBE ZA KUKOVE I KOLJENA</p> <p>V. Prevencija razvoja spuštenih svodova stopala i osteoartritisa nožnih zglobova VJEŽBE ZA STOPALA</p>
<p>Napomene:</p>	<p><u>Opće napomene</u></p> <p>Program tjelesne i zdravstvene kulture za srednje strukovne škole izrađen je u skladu s vrijednostima ovog odgojno-obrazovnog područja i njegovim dokazanim utjecajem na integralne promjene antropoloških obilježja, s naglaskom na unaprjeđenje kinantropoloških obilježja. Ispunjavanje navedenih vrijednosti uvjetovalo je izradbu ovog programa temeljem većeg broja kriterija. Prvi se odnosi na provedivost nastavnih tema u izrazito različitim materijalnim uvjetima srednjih strukovnih škola Republike Hrvatske. Upravo zbog različitih materijalnih uvjeta u programu je naveden veći broj nastavnih tema kako bi se za različite uvjete i zanimanja mogao izraditi provediv, a prema zanimanju usmjeren izvedbeni nastavni plan i program. Zbog toga se drugi kriterij morao odnositi na primjerenost svake nastavne teme dobi i spolu polaznika, a treći na indiciranu usmjerenost nastavnih tema prema strukovnim zanimanjima. Slijede kriteriji sigurnost polaznika i</p>

usklađenost s potencijalnim interesima i stvarnim potrebama polaznika. Time je ovaj program rasterećen od nastavnih tema koje zbog nedostatnih materijalnih uvjeta nije moguće provesti u većem broju srednjih strukovnih škola. Nadalje, rasterećen je i od onih nastavnih tema koje zbog svoje složenosti ne mogu biti u funkciji ishoda učenja jer ih većina polaznika ne može svladati određenim uspjehom.

Program tjelesne i zdravstvene kulture za srednje strukovne škole osmišljen je na način da u svakom razredu sadrži četiri međupovezane jedinice ishoda učenja. To su (1) Kineziološka teorijska znanja, (2) Kineziološke aktivnosti, (3) Transformacija kinantropoloških obilježja i (4) Kineziološki postupci unapređenja zdravlja. Time je potpuno promijenjen smisao nastave tjelesne i zdravstvene kulture u srednjim strukovnim školama jer su određene mjerljive jedinice ishoda učenja koje svaki polaznik (osim polaznika s posebnim potrebama) tijekom redovitog pohađanja nastave tjelesne i zdravstvene kulture mora obvezno naučiti na primjerenoj razini. Na takav način skupna učinkovitost svih jedinica ishoda učenja omogućuje ostvarivanje bitnih kompetencija iz ovog odgojno-obrazovnog područja za pojedino zanimanje.

U programu se nastavna tema navodi samo jedanput i ne ponavlja se u istom navodu, što znači da se ista može izabrati i ponavljati u svim višim razredima. Drugim riječima, ono što je navedeno kao nastavna tema, primjerice u 1. razredu, može se planirati i u svim višim razredima, iako se ista ne navodi u programima viših razreda. Navedeno pravilo, zbog vertikalne unutarpredmetne povezanosti i programske povezanosti osnovnog i srednjeg školstva, nastavnik po potrebi može koristiti i sve nastavne teme iz programa za osnovne škole. Takav pristup istodobno omogućuje kreativnost nastavnika i olakšava izradu izvedbenog nastavnog plana i programa za pojedini razredni odjel jer uvažava zahtjeve s obzirom na različit sastav polaznika prema sposobnostima i pojedinačne razlike u količini stečenih motoričkih znanja u osnovnoj školi.

Temeljna postavka ovog programa uzima u obzir biološke različitosti polaznika i polaznica. Zbog toga predmetna nastava tjelesne i zdravstvene kulture u srednjim strukovnim školama, kako sa znanstvenih tako i sa stručnih spoznaja, mora se organizirati i provoditi posebno (odvojeno) za polaznike, a posebno za polaznice.

Posebne napomene

Nastavni predmet kultura ima veliki broj posebnosti. Zbog toga je neke uputno istaknuti:

- u izvedbeni nastavni plan i program treba međupovezano uvrstiti nastavne teme koje su određene svim jedinicama ishoda učenja
- zbog posebnosti nastavnog predmeta i uvjeta u kojima se odvija nastavni proces posebnu pozornost treba obratiti sigurnosti i motivaciji polaznika
- vrjednovanje postignuća polaznika provoditi prema individualnim mogućnostima
- nastavu izvoditi u nastavnim satima od 45 minuta, osim gdje su školske sportske dvorane udaljene od škole više od 10 minuta hoda i

	ako nastavu nije moguće organizirati na drugi način.
Ostalo	
	<p>Primjeri nastavnih tema za jedinicu ishoda učenja:</p> <p>KINEZIOLOŠKI POSTUPCI UNAPREĐENJA ZDRAVLJA</p> <p>I. Prevencija razvoja cervikalnog i lumbalno-sakralnog sindroma</p> <p>VJEŽBE ZA KRALJEŽNICU</p> <p>Statičke vježbe za vratni dio kralježnice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. postaviti dlanove s ukriženim prstima na čelo pa gurati glavu naprijed, a istovremeno rukama pružati otpor 2. postaviti dlanove s ukriženim prstima na desnu stranu lica pa gurati glavu u desnu stranu, a istovremeno rukama pružati otpor 3. postaviti dlanove s ukriženim prstima na lijevu stranu lica pa gurati glavu u lijevu stranu, a istovremeno rukama pružati otpor 4. postaviti dlanove s ukriženim prstima iza glave pa gurati glavu prema natrag, a istovremeno rukama pružati otpor. <p>Dinamičke vježbe za vratni dio kralježnice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. glavom izvoditi pokret naprijed – natrag 2. glavom rotirati u desnu pa u lijevu stranu 3. podizati ramena gore i polako ih spuštati 4. postaviti dlanove s ukriženim prstima iza glave te potiskivati laktove prema unutra. <p>Statičke vježbe za lumbalno-sakralni dio kralježnice</p> <p>Položaj na leđima (ruke su uz tijelo):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. stopala pogrčiti i zadržati položaj 2. koljena pogrčiti pa leđima pritiskati podlogu 3. koljena pogrčiti pa naizmjenično lijevom i desnom nogom uz pogrčeno stopalo koljeno privlačiti k sebi, a rukom pružati otpor 4. koljena pogrčiti pa s obje noge istodobno uz pogrčena stopala koljena privlačiti k sebi, a rukama pružati otpor 5. koljena pogrčiti, tjeme fiksirati uz podlogu, dlanove ukriženih prstiju postaviti na čelo te izvoditi pretklon glavom, a istovremeno rukama pružati otpor. <p>Potrbuške (s podloškom pod kukovima, ruke u priručenju):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. upiranje o podlogu prstima nogu do potpunog opružanja koljena 2. s rukama u uzručenju naizmjenice po podlozi istezati suprotnu ruku i suprotnu nogu 3. s rukama u uzručenju po podlozi istezati obje ruke i obje noge 4. s dlanovima ukriženih prstiju iza glave izvoditi zaklon glavom, a istovremeno rukama pružati otpor. <p>Dinamičke vježbe za lumbalno-sakralni dio kralježnice</p> <p>Položaj na leđima (ruke su uz tijelo):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. plantarna fleksija 2. pogrčiti lijevo stopalo pa privlačiti petu po podlozi k sebi, ponoviti desnom 3. pogrčiti istovremeno oba stopala pa privlačiti pete po podlozi k sebi 4. koljena pogrčiti te polako podizati i spuštati zdjelicu

5. koljena pogrčiti, staviti ruke na prsa i podizati trup.

Položaj na boku (donja ruka je pod glavom, gornjom se oslanja o podlogu, donja je noga savijena, a gornja ispružena):

1. pogrčiti gornju nogu, opružiti ju do početnog položaja
2. pogrčiti stopalo pa odizati ispruženu nogu
3. pogrčiti stopalo pa ispruženom nogom napraviti krug.

Potrbuške (s podloškom pod kukovima, ruke u priručenju):

1. nožnim prstima upirati se u podlogu do opružanja koljena
2. naizmjenična fleksija potkoljenica
3. istovremena fleksija potkoljenica
4. s rukama u priručenju doći do položaja uzručenja
5. s rukama u uzručenju, naizmjenice podizati lijevu ruku i desnu nogu pa desnu ruku i lijevu nogu.

II. Preveniraja razvoja kalcificirajućeg tendinitisa i drugih simptoma bolnog ramena

VJEŽBE ZA RAMENA

Ležeći na leđima (ruke u priručenju s nogama flektiranim u zglobu koljena i kuka):

1. podizati ruke do odručenja, a ramena istovremeno pritiskati dolje i natrag
2. rukom uhvatiti suprotni lakat u visini ramena, istegnuti ruku u jednu stranu te drugom rukom u drugu stranu
3. s laktovima postavljenim u visini ramena stisnuti šake, okrenuti ruke prema van i pritiskati šakama o podlogu
4. laktove spojiti u visini ramena ispred glave, podlaktice prisloniti jednu uz drugu, stisnuti šake i raširiti ruke pod pravim kutem uz pritiskanje o podlogu
5. s glavom u prirodnom položaju, rukama u priručenju, ramena podizati prema gore
6. s rukama u uzručenju, naizmjenično izvoditi opružanja rukama.

Ležeći na trbuhu (stisnute pete uz petu, stisnute stražnjice):

1. s laktovima u visini ramena, stisnuti šake i podizati ruke i glavu od podloge (kao da se želi spojiti lopatica), pogled usmjeriti prema dolje
2. uhvatiti ruke iza leđa, podignuti glavu, ramena i gornji dio tijela, pogled usmjeriti prema dolje.

III. Preveniraja razvoja sindroma karpalnog i kubitalnog kanala, rizartroze i De Quervainove bolesti

VJEŽBE ZA ŠAKE I RUČNE ZGLOBOVE

Vježbe su sljedeće:

1. stisnuti prste šake te opružiti
2. raširiti ispružene prste pa zatvoriti šaku stiščući prste
3. pomicanje palca u njegovom korijenskom zglobu uz izvedbu što većeg kruga

4. istegnuti palac što dalje od šake te ga vratiti pokušavajući dodirnuti vrškove jednog po jednog prsta, od drugog do petog
5. ruku koja je položena na rukohvat stolice ili na stol, savijati u ručnom zglobu prema gore i dolje
6. s rukom koja je u laktu flektirana pod pravim kutom, okretati dlan prema gore, pa prema dolje, a pri tome ne pomicati lakat
7. stisnuti list papira između ispruženih prstiju šake, a drugom ga rukom pokušati izvući
8. osloniti podlakticu na ravnu površinu s dlanom okrenutim prema gore te savijati šaku prema gore uz pružanje otpora suprotnom šakom
9. osloniti podlakticu na ravnu površinu s dlanom okrenutim prema dolje te savijati šaku prema gore, uz pružanje otpora suprotnom šakom.

IV. Prevencija razvoja osteoartritisa kuka i sindroma prenaprezanja mišića kukova, prevencija razvoja prepatelarnog burzitisa, skakačkog koljena i drugih simptoma bolnog koljena

VJEŽBE ZA KUKOVE I KOLJENA

Ležeći na leđima:

1. rukama u priručenju, ispruženih nogu s pogrčenim stopalima, izvoditi naizmjenična odnoženja
2. s jastukom ispod koljena, naizmjenično opružanje nogu s pogrčenim stopalom, gurajući jastuk u pod
3. obje noge flektirane, ispružiti jednu nogu u visini s koljenom druge noge, stopalo pogrčiti prema sebi, zadržati i vratiti u početni položaj, izvoditi naizmjenice jednom, pa drugom nogom
4. početni položaj polusjedeći, noge su ispružene, stopala pogrčena, između nogu jastuk, stisnuti jastuk napinjući mišiće stražnjice i zadržavati koljena ispružena, opustiti se i ponoviti u ležećem i stojećem položaju
5. početni položaj ležeći na boku, savinuti ruku i nogu na kojima se leži, gornja noga je ispružena, stopala pogrčena prema sebi, podignuti nogu, zadržati je u odignutom položaju, gornja ruka je savijena i oslonjena dlanom o podlogu
6. položaj na truhu, s jastukom ispod truhua, pogrčiti stopalo jedne noge, savinuti koljeno i natkoljenu od podloge, odizati koljeno i natkoljenu od podloge, bez podizanja zdjelice, zadržati u tom položaju
7. sjedeći na stolcu uspravno, pridržavajući se rukama, jednu pa drugu nogu ispružiti u koljenskom zglobu, zadržati u tom položaju te vratiti u početni položaj
8. sjedeći na stolcu uspravno, pridržavajući se rukama, jednu pa drugu nogu saviti u zglobu kuku, zadržati u tom položaju te vratiti u početni položaj

V. Prevencija razvoja spuštenih svodova stopala i osteoartritisa nožnih zglobova

VJEŽBE ZA STOPALA

	<p>Sjedeći položaj:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. savinuti nožne prste oba stopala ne dižući ih s poda, ispraviti prste stopala 2. podignuti prednji dio stopala držeći petu na podu, spustiti prednji dio stopala, zatim podignuti i spustiti petu 8. podignuti prednji dio stopala, okrenuti stopalo prema van, spustiti stopalo, vratiti u sredinu 9. podignuti pete, okrenuti pete prema van, spustiti pete, vratiti u sredinu 10. podignuti jedno koljeno, ispružiti stopalo, zategnuti stopalo, spustiti stopalo, naizmjenice lijevo i desno pa istovremeno oba 11. podignuti ispruženu nogu, zategnuti prste prema sebi, naizmjenično jedna pa druga noga pa istovremeno obje 12. podignuti ispruženu nogu, kružno pomicati stopalo, stopalom ispisivati brojeve po zraku 13. bosim prstima stopala gužvati novinski papir.
Metode i oblici rada:	<p>Metode:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ prikazivanja – metoda usmenog izlaganja, metoda postavljanja i rješavanja, metoda pokazivanja ili demonstracije ▪ vježbanja – intervalna metoda vježbanja, varijabilna metoda vježbanja, kontinuirana metoda vježbanja ▪ sigurnosti – metoda sprječavanja ili prevencije, čuvanja ili zaštite, pomaganja ili asistencije ▪ nadzora – metoda praćenja vježbanja, usmjeravanja vježbanja, zaustavljanja vježbanja. <p>Oblici:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ jednostavniji (pojedinačni, dvojke, trojke, četvorke i paralelni) ▪ složeniji (paralelno-izmjenični, sukcesivno-izmjenični, izmjenični, kružni, stanični, stazni i poligonski). <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: motorička znanja, motorička postignuća, kinantropološka postignuća (morfoloških obilježja, motoričkih sposobnosti i funkcionalnih sposobnosti prema metodologiji vrjednovanja), odgojni učinci rada</p> <p>Oblici: Vrjednovanje rada polaznika provoditi uvažavajući stanje njihova antropološkog statusa, stvarne mogućnosti svakog polaznika i cjelokupni napredak pojedinca tijekom nastavne godine.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA**

Razred: **treći (3.)**

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Ishodi učenja navedeni za prvi razred ostvaruju se u sva četiri razreda.</p>
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Kineziološka teorijska znanja</p>	<p>UVODNIK: za ovu jedinicu ishoda učenja izvedbeno je predviđen fond do 10% ukupnog fonda sati (6-7 sati). Teorijske nastavne teme u pravilu se trebaju provoditi kako su navedene jer su smisljeno povezane s ostalim jedinicama ishoda učenja u svakom razredu. Naravno da je u različitim uvjetima rada dopušteno osmišljavanje drukčijih teorijskih tema. Takav pristup omogućuje da se osmisle teorijske nastavne teme koje su izravno povezane s provedivim motoričkim nastavnim temama u uvjetima pojedine srednje strukovne škole.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Razvoj tjelesnog vježbanja i sporta u Hrvatskoj 2. Uzroci ozljeđivanja u izabranom zanimanju 3. Indicirane i kontraindicirane vrste kinezioloških aktivnosti sa stajališta izabranog zanimanja 4. Određivanje volumena opterećenja tijekom tjelesnog vježbanja 5. Osobitosti spolova i tjelesno vježbanje 6. Rehabilitacija pokretom i kretanjem nakon profesionalnih ozljeda 7. Cjeloživotni utjecaj kinezioloških tjelovježbenih podražaja na zdravlje polaznika
<p>Kineziološke aktivnosti</p>	<p>UVODNIK: U ovoj jedinici ishoda učenja hotimično je naveden veliki broj nastavnih tema. Razlog tomu izvire iz činjenice da se uvjeti rada za nastavu tjelesne i zdravstvene kulture u srednjim strukovnim školama izrazito razlikuju. Zato ovakav način omogućuje izbor nastavnih tema iz propisanog nastavnog plana i programa, bez obzira na uvjete rada, koje će uvrstiti u izvedbeni nastavni plan i program.</p> <p>I. ATLETIKA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kros i standardna ciklička kretanja različitim tempom do 12 minuta 2. Trčanje dionica 40, 60, 80 m 3. Trčanje dionica 200 - 300 m 4. Trčanja –motoričko postignuće 5. Troskok s mjesta 6. Jednonožni skokovi po označenom prostoru (ili sa strunjače na strunjaču) 7. Skok uvis leđnom ili prekoračnom tehnikom – motoričko postignuće 8. Atletski troboj (trčanje, skok, bacanje) <p>II. SPORTSKA GIMNASTIKA – POLAZNICI</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Sastav po izboru polaznika (tlo) <p>III. SPORTSKA GIMNASTIKA – POLAZNICE</p> <ol style="list-style-type: none"> 10. Sastav po izboru polaznica (tlo) 11. Sastav po izboru polaznica (greda) <p>IV. RITMIČKA GIMNASTIKA</p>

12. „Jelenji“ skok
13. Vrtnje obruča oko šake i dijelova tijela
14. Kotrljanje obruča po tlu u kombinaciji s tjelesnim elementima
15. Bacanje i hvatanje obruča povezano s plesnim koracima
16. Vodoravni krug vijačom jednom rukom iznad glave i povezano vodoravni krug s preskokom ("osmica") u mjestu i kretanju
17. Preskakivanje vijače "škarama" pogrčeno
18. Preskakivanje vijače plesnim koracima (galop naprijed, polka)
19. Sastav (vijača) - sastav prema izboru polaznica
20. Sastav (obruč) - sastav prema izboru polaznica

V. PLES I AEROBIKA

21. Cha-cha-cha
22. Salsa
23. Polka, Western polka (okreti, wisq, promenada)
24. Step aerobika

VI. BORILAČKI SPORTOVI

25. Poluga ude garami
26. Udarac rukom naprijed pravocrtni
27. Udarac nogom naprijed pravocrtni
28. Donji, unutarnji i vanjski blok

VII. KOŠARKA

29. Otvaranje za prijem lopte
30. Razvijanje protunapada – dolazak u prijem lopte, otvaranje prvog dodavanja i tranzicija
31. Presing čovjek na čovjeka na polovici i cijelom igralištu
32. Napad na presing čovjek na čovjeka
33. Igra (taktika i suđenje)

VIII. NOGOMET

34. Driblinzi i fintiranja 1:1
35. Driblinzi i fintiranja 1:1 s udarcima na vrata (vratar)
36. Oduzimanja lopte 1:1 i 2:2
37. Suradnja dvojice polaznika (otkrivanja, primopredaja lopte, driblinzi i fintiranja) 2:1 i 2:2 s udarcima na vrata (vratar), te oduzimanja lopte
38. Igra 4+1 : 4+1 (taktika i suđenje)

IX. ODBOJKA

39. Smeč iz zaleta varkom «kuhanjem» iza bloka
40. Povaljka u stranu odbijanje jednom rukom
41. Vršno odbijanje u skoku
42. Taktika igre (napad trećom loptom)

X. RUKOMET

43. Finta – varka s presvlačenjem
44. Skok šut s otklonom tijela u suprotnu stranu u odnosu na šutersku ruku „ skokšut polueret“
45. Kombinirani sustav obrane – varijanta 5+1
46. Igra (taktika i suđenje)

	<p>XI. BADMINTON</p> <p>47. Rezani forhend drop</p> <p>48. Bekend dugi udarac (clear)</p> <p>49. Kretanja po terenu s naglaskom na centralnu poziciju (obrambena i napadačka)</p> <p>50. Igra (taktika i suđenje)</p> <p>XII. TENIS</p> <p>51. Forhend volej (spužvasta loptica)</p> <p>52. Bekend volej (spužvasta loptica)</p> <p>53. Smeč (spužvasta loptica)</p> <p>54. Igra (taktika i suđenje)</p>
<p>Transformacija kinantropoloških obilježja</p>	<p>UVODNIK: u ovoj jedinici ishoda učenja za svaku nastavnu temu naveden je jedan primjer njene provedbe. To omogućuje da se dorečeno prepozna njezin smisao te da se, u različitim uvjetima rada, osmisle daljnje nastavne teme s istovjetnim ciljem.</p> <p>I. MORFOLOŠKA OBILJEŽJA</p> <p>Razvoj i održavanje stabilnosti lokomotornog sustava</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Vježbe stabilnosti stopala (podizanje na prste) 2. Vježbe stabilnosti koljena (ravni naizmjenični iskorak) 3. Vježbe stabilnosti lumbalno-sakralnog dijela trupa (prednji izdržaj 40") 4. Vježbe stabilnosti lopatice (vanjska rotacija u ramenu s elastičnom trakom) 5. Primjer vježbanja za stabilnost lokomotornoga sustava u funkciji zanimanja 6. Pilates s velikim loptama <p>II. MOTORIČKE SPOSOBNOSTI</p> <p>Razvoj i održavanje brzinsko eksplozivnih svojstava</p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Vježbe za razvoj i održavanje brzine (10 ustajanja iz raznih položaja s reakcijom na zvučni podražaj) 8. Vježbe za razvoj i održavanje agilnosti (trčanje naprijed-natraške 6x5m) 9. Vježbe za razvoj i održavanje eksplozivne snage tipa skoka (preskoci preko švedske klupe) 10. Vježbe za razvoj i održavanje eksplozivne snage tipa sprinta (10x5m, odmor 30") 11. Vježbe za razvoj i održavanje eksplozivne snage tipa udarca (izvođenje različitih udaraca specifičnih za pojedine sportove) <p>III. FUNKCIONALNE SPOSOBNOSTI</p> <p>Optimizacija sastava tijela (smanjenje potkožnog masnog tkiva)</p> <ol style="list-style-type: none"> 12. Metode aerobnog vježbanja (trčanje 30' niskim intenzitetom) 13. Metode anaerobnog vježbanja (trčanje 20', 2' visoki intenzitet, 2' 50%) 14. Metode vježbanja s vanjskim opterećenjem (kružno vježbanje, 15 vježbovnih mjesta, vježbanje 60", a oporavak 20")
<p>Kineziološki</p>	<p>UVODNIK: nastavne teme iz ove jedinice učenja mogu se sustavno</p>

<p>postupci unaprjeđenja zdravlja</p>	<p>provoditi tijekom svih godina školovanja. Primjeri ovih kinezioloških postupaka za unaprjeđenje zdravlja navedeni su u poglavlju „Ostalo“ koje se nalazi na kraju programa četvrtoga razreda.</p> <p>I. Prevencija razvoja cervikalnog i lumbalno-sakralnog sindroma VJEŽBE ZA KRALJEŽNICU</p> <p>II. Prevencija razvoja kalcificirajućeg tendinitisa i drugih simptoma bolnog ramena VJEŽBE ZA RAMENA</p> <p>III. Prevencija razvoja sindroma karpalnog i kubitalnog kanala, rizartroze i De Quervainove bolesti VJEŽBE ZA ŠAKE I RUČNE ZGLOBOVE</p> <p>IV. Prevencija razvoja osteoartritisa kuka i sindroma prenaprezanja mišića kukova, prevencija razvoja prepatelarnog burzitisa, skakačkog koljena i drugih simptoma bolnog koljena VJEŽBE ZA KUKOVE I KOLJENA</p> <p>V. Prevencija razvoja spuštenih svodova stopala i osteoartritisa nožnih zglobova VJEŽBE ZA STOPALA</p>
<p>Napomene:</p>	<p><u>Opće napomene</u></p> <p>Program tjelesne i zdravstvene kulture za srednje strukovne škole izrađen je u skladu s vrijednostima ovog odgojno-obrazovnog područja i njegovim dokazanim utjecajem na integralne promjene antropoloških obilježja, s naglaskom na unaprjeđenje kinantropoloških obilježja. Ispunjavanje navedenih vrijednosti uvjetovalo je izradbu ovog programa temeljem većeg broja kriterija. Prvi se odnosi na provedivost nastavnih tema u izrazito različitim materijalnim uvjetima srednjih strukovnih škola Republike Hrvatske. Upravo zbog različitih materijalnih uvjeta u programu je naveden veći broj nastavnih tema kako bi se za različite uvjete i zanimanja mogao izraditi provediv, a prema zanimanju usmjeren izvedbeni nastavni plan i program. Zbog toga se drugi kriterij morao odnositi na primjerenost svake nastavne teme dobi i spolu polaznika, a treći na indiciranu usmjerenost nastavnih tema prema strukovnim zanimanjima. Slijede kriteriji sigurnost polaznika i usklađenost s potencijalnim interesima i stvarnim potrebama polaznika. Time je ovaj program rasterećen od nastavnih tema koje zbog nedostatnih materijalnih uvjeta nije moguće provesti u većem broju srednjih strukovnih škola. Nadalje, rasterećen je i od onih nastavnih tema koje zbog svoje složenosti ne mogu biti u funkciji ishoda učenja jer ih većina polaznika ne može svladati određenim uspjehom.</p> <p>Program tjelesne i zdravstvene kulture za srednje strukovne škole osmišljen je na način da u svakom razredu sadrži četiri međupovezane jedinice ishoda učenja. To su (1) Kineziološka teorijska znanja, (2) Kineziološke aktivnosti, (3) Transformacija kinantropoloških obilježja i (4) Kineziološki postupci unaprjeđenja zdravlja. Time je potpuno promijenjen smisao nastave tjelesne i zdravstvene kulture u srednjim strukovnim školama jer su određene mjerljive jedinice ishoda učenja koje svaki polaznik (osim polaznika s posebnim potrebama) tijekom redovitog pohađanja nastave tjelesne i zdravstvene kulture</p>

	<p>mora obvezno naučiti na primjerenj razini. Na takav način skupna učinkovitost svih jedinica ishoda učenja omogućuje ostvarivanje bitnih kompetencija iz ovog odgojno-obrazovnog područja za pojedino zanimanje.</p> <p>U programu se nastavna tema navodi samo jedanput i ne ponavlja se u istom navodu, što znači da se ista može izabrati i ponavljati u svim višim razredima. Drugim riječima, ono što je navedeno kao nastavna tema, primjerice u 1. razredu, može se planirati i u svim višim razredima, iako se ista ne navodi u programima viših razreda. Navedeno pravilo, zbog vertikalne unutarpredmetne povezanosti i programske povezanosti osnovnog i srednjeg školstva, nastavnik po potrebi može koristiti i sve nastavne teme iz programa za osnovne škole. Takav pristup istodobno omogućuje kreativnost nastavnika i olakšava izradu izvedbenog nastavnog plana i programa za pojedini razredni odjel jer uvažava zahtjeve s obzirom na različit sastav polaznika prema sposobnostima i pojedinačne razlike u količini stečenih motoričkih znanja u osnovnoj školi.</p> <p>Temeljna postavka ovog programa uzima u obzir biološke različitosti polaznika i polaznica. Zbog toga predmetna nastava tjelesne i zdravstvene kulture u srednjim strukovnim školama, sa znanstvenih i sa stručnih spoznaja, mora se organizirati i provoditi posebno (odvojeno) za polaznike, a posebno za polaznice.</p> <p><u>Posebne napomene</u></p> <p>Nastavni predmet kultura ima veliki broj posebnosti. Zbog toga je neke uputno istaknuti:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ u izvedbeni nastavni plan i program treba međupovezano uvrstiti nastavne teme koje su određene svim jedinicama ishoda učenja ▪ zbog posebnosti nastavnog predmeta i uvjeta u kojima se odvija nastavni proces posebnu pozornost treba obratiti sigurnosti i motivaciji polaznika ▪ vrjednovanje postignuća polaznika provoditi prema individualnim mogućnostima ▪ nastavu izvoditi u nastavnim satima od 45 minuta, osim gdje su školske sportske dvorane udaljene od škole više od 10 minuta hoda i ako nastavu nije moguće organizirati na drugi način.
Ostalo	
	<p>Primjeri nastavnih tema za jedinicu ishoda učenja: KINEZIOLOŠKI POSTUPCI UNAPREĐENJA ZDRAVLJA</p> <p>I. Prevencija razvoja cervikalnog i lumbalno-sakralnog sindroma VJEŽBE ZA KRALJEŽNICU Statičke vježbe za vratni dio kralježnice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. postaviti dlanove s ukriženim prstima na čelo pa gurati glavu naprijed, a istovremeno rukama pružati otpor 2. postaviti dlanove s ukriženim prstima na desnu stranu lica pa gurati glavu u desnu stranu, a istovremeno rukama pružati otpor 3. postaviti dlanove s ukriženim prstima na lijevu stranu lica pa gurati glavu u lijevu stranu, a istovremeno rukama pružati otpor 4. postaviti dlanove s ukriženim prstima iza glave pa gurati glavu prema natrag, a istovremeno rukama pružati otpor

Dinamičke vježbe za vratni dio kralježnice:

1. glavom izvoditi pokret naprijed – natrag
2. glavom rotirati u desnu pa u lijevu stranu
3. podizati ramena gore i polako ih spuštati
4. postaviti dlanove s ukriženim prstima iza glave te potiskivati laktove prema unutra.

Statičke vježbe za lumbalno-sakralni dio kralježnice

Položaj na leđima (ruke su uz tijelo):

1. stopala pogrčiti i zadržati položaj
2. koljena pogrčiti pa leđima pritiskati podlogu
3. koljena pogrčiti pa naizmjenično lijevom i desnom nogom uz pogrčeno stopalo koljeno privlačiti k sebi, a rukom pružati otpor
4. koljena pogrčiti pa s obje noge istodobno uz pogrčena stopala koljena privlačiti k sebi, a rukama pružati otpor
5. koljena pogrčiti, tjeme fiksirati uz podlogu, dlanove ukriženih prstiju postaviti na čelo te izvoditi pretklon glavom, a istovremeno rukama pružati otpor.

Potrbuške (s podloškom pod kukovima, ruke u priručenju):

1. upiranje o podlogu prstima nogu do potpunog opružanja koljena
2. s rukama u uzručenju naizmjenice po podlozi istezati suprotnu ruku i suprotnu nogu
3. s rukama u uzručenju po podlozi istovremeno istezati obje ruke i obje noge
4. s dlanovima ukriženih prstiju iza glave izvoditi zaklon glavom, a istovremeno rukama pružati otpor.

Dinamičke vježbe za lumbalno-sakralni dio kralježnice

Položaj na leđima (ruke su uz tijelo):

1. plantarna fleksija
2. pogrčiti lijevo stopalo pa privlačiti petu po podlozi k sebi, ponoviti desnom
3. pogrčiti istovremeno oba stopala pa privlačiti pete po podlozi k sebi
4. koljena pogrčiti te polako podizati i spuštati zdjelicu
5. koljena pogrčiti, staviti ruke na prsa i podizati trup.

Položaj na boku (donja ruka je pod glavom, gornjom se oslanja o podlogu, donja je noga savijena, a gornja ispružena):

1. pogrčiti gornju nogu, opružiti ju do početnog položaja
2. pogrčiti stopalo pa odizati ispruženu nogu
3. pogrčiti stopalo pa ispruženom nogom napraviti krug.

Potrbuške (s podloškom pod kukovima, ruke u priručenju):

1. nožnim se prstima upirati u podlogu do opružanja koljena
2. naizmjenična fleksija potkoljenica
3. istovremena fleksija potkoljenica
4. s rukama u priručenju doći do položaja uzručenja
5. s rukama u uzručenju, naizmjenice podizati lijevu ruku i desnu nogu pa desnu ruku i lijevu nogu.

II. Prevencija razvoja kalcificirajućeg tendinitisa i drugih simptoma

bolnog ramena
VJEŽBE ZA RAMENA

Ležeći na leđima

(ruke u priručnju s nogama flektiranim u zglobu koljena i kuka):

1. podizati ruke do odručenja, a ramena istovremeno pritiskati dolje i natrag
2. rukom uhvatiti suprotni lakat u visini ramena, istegnuti ruku u jednu stranu, te s drugom rukom u drugu stranu
3. s laktovima postavljenim u visini ramena stisnuti šake, okrenuti ruke prema vani i pritiskati šakama o podlogu
4. laktove spojiti u visini ramena ispred glave, podlaktice prisloniti jednu uz drugu, stisnuti šake i raširiti ruke pod pravim kutem uz pritiskanje o podlogu
5. s glavom u prirodnom položaju, rukama u priručnju, ramena podizati prema gore
6. s rukama u uzručenju, naizmjenično izvoditi opružanja rukama.

Ležeći na trbuhu

(stisnute pete uz petu, stisnute stražnjice):

7. s laktovima u visini ramena, stisnuti šake i podizati ruke i glavu od podloge (kao da se želi spojiti lopatica), pogled usmjeriti prema dolje
8. uhvatiti ruke iza leđa, podignuti glavu, ramena i gornji dio tijela, pogled usmjeriti prema dolje.

III. Prevencija razvoja sindroma karpalnog i kubitalnog kanala, rizartroze i De Quervainove bolesti

VJEŽBE ZA ŠAKE I RUČNE ZGLOBOVE

Vježbe su sljedeće:

1. stisnuti prste šake te opružiti
2. raširiti ispružene prste pa zatvoriti šaku stišćući prste
3. pomicati palac u korijenskom zglobu uz izvedbu što većega kruga
4. istegnuti palac što dalje od šake te ga vratiti pokušavajući dodirnuti vrškove jednog po jednog prsta, od drugog do petog
5. ruku koja je položena na rukohvat stolice ili na stol savijati u ručnom zglobu prema gore i dolje
6. s rukom koja je u laktu flektirana pod pravim kutom, okretati dlan prema gore pa prema dolje, a pri tome ne pomicati lakat
7. stisnuti list papira između ispruženih prstiju šake, a drugom ga rukom pokušati izvući
8. osloniti podlakticu na ravnu površinu s dlanom okrenutim prema gore te savijati šaku prema gore uz pružanje otpora suprotnom šakom
9. osloniti podlakticu na ravnu površinu s dlanom okrenutim prema dolje te savijati šaku prema gore, uz pružanje otpora suprotnom šakom.

IV. Prevencija razvoja osteoartritisa kuka i sindroma prenaprezanja mišića kukova, prevencija razvoja prepatelarnog burzitisa, skakačkog koljena i drugih simptoma bolnog koljena

VJEŽBE ZA KUKOVE I KOLJENA

	<p>Ležeći na leđima:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. rukama u priručenju, ispruženih nogu s pogrčenim stopalima, izvoditi naizmjenična odnoženja 2. s jastukom ispod koljena, naizmjenično opružanje nogu s pogrčenim stopalom, gurajući jastuk u pod 3. obje noge flektirane, ispružiti jednu nogu u visini s koljenom druge noge, stopalo pogrčiti prema sebi, zadržati i vratiti u početni položaj, izvoditi naizmjenice jednom pa drugom nogom 4. početni položaj polusjedeći, noge su ispružene, stopala pogrčena, između nogu jastuk, stisnuti jastuk napinjući mišiće stražnjice i zadržavati koljena ispružena, opustiti se i ponoviti u ležećem i stojećem položaju 5. početni položaj ležeći na boku, savinuti ruku i nogu na kojima se leži, gornja noga je ispružena, stopala pogrčena prema sebi, podignuti nogu, zadržati je u odignutom položaju, gornja ruka je savijena i oslonjena dlanom o podlogu 6. položaj na trbuhu, s jastukom ispod trbuha, pogrčiti stopalo jedne noge, savinuti koljeno i natkoljenicu od podloge, odizati koljeno i natkoljenicu od podloge, bez podizanja zdjelice, zadržati u tom položaju 7. sjedeći na stolcu uspravno, pridržavajući se rukama, jednu pa drugu nogu ispružiti u koljenskom zglobu, zadržati u tom položaju te vratiti u početni položaj 8. sjedeći na stolcu uspravno, pridržavajući se rukama, jednu pa drugu nogu saviti u zglobu kuku, zadržati u tom položaju te vratiti u početni položaj. <p>V. prevencija razvoja spuštenih svodova stopala i osteoartritisu nožnih zglobova.</p> <p>VJEŽBE ZA STOPALA Sjedeći položaj:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. savinuti nožne prste oba stopala ne dižući ih s poda, ispraviti prste stopala 2. podignuti prednji dio stopala držeći petu na podu, spustiti prednji dio stopala, zatim podignuti i spustiti petu 3. podignuti prednji dio stopala, okrenuti stopalo prema van, spustiti stopalo, vratiti u sredinu 4. podignuti pete, okrenuti pete prema van, spustiti pete, vratiti u sredinu 5. podignuti jedno koljeno, ispružiti stopalo, zategnuti stopalo, spustiti stopalo, naizmjenice lijevo i desno pa istovremeno obje 6. podignuti ispruženu nogu, zategnuti prste prema sebi, naizmjenično jedna pa druga noga pa istovremeno obje 7. podignuti ispruženu nogu, kružno pomicati stopalo, stopalom ispisivati brojeve po zraku 8. osim prstima stopala gužvati novinski papir.
<p>Metode i oblici rada:</p>	<p>Metode:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ prikazivanja – metoda usmenoga izlaganja, metoda postavljanja i rješavanja, metoda pokazivanja ili demonstracije ▪ vježbanja – intervalna metoda vježbanja, varijabilna metoda vježbanja, kontinuirana metoda vježbanja

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ sigurnosti – metoda sprječavanja ili prevencije, čuvanja ili zaštite, pomaganja ili asistencije ▪ nadzora – metoda praćenja vježbanja, usmjeravanja vježbanja, zaustavljanja vježbanja. <p>Oblici:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ jednostavnije (pojedinačna, dvojke, trojke, četvorke i paralelna) ▪ složenije (paralelno-izmjenična, sukcesivno-izmjenična, izmjenična, kružna, stanična, stazna i poligonska). <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: motorička znanja, motorička postignuća, kinantropološka postignuća (morfoloških obilježja, motoričkih sposobnosti i funkcionalnih sposobnosti prema metodologiji vrjednovanja), odgojni učinci rada</p> <p>Oblici: Vrjednovanje rada polaznika provoditi uvažavajući stanje njihova antropološkog statusa, stvarne mogućnosti svakog polaznika i cjelokupni napredak pojedinca tijekom nastavne godine.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **TJELESNA I ZDRAVSTVENA KULTURA**

Razred: **četvrti (4.)**

<p>U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Ishodi učenja navedeni za prvi razred ostvaruju se u sva četiri razreda.</p>
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Kineziološka teorijska znanja</p>	<p>UVODNIK: za ovu jedinicu ishoda učenja izvedbeno je predviđen fond do 10% ukupnog fonda sati (6-7 sati). Teorijske nastavne teme u pravilu se trebaju provoditi kako su navedene jer su smisleno povezane s ostalim jedinicama ishoda učenja u svakom razredu. Naravno da je u različitim uvjetima rada dopušteno osmišljavanje drukčijih teorijskih tema. Takav pristup omogućuje da se osmisle teorijske nastavne teme koje su izravno povezane s provedivim motoričkim nastavnim temama u uvjetima pojedine srednje strukovne škole.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kulturološko-povijesne dimenzije tjelesnog vježbanja i sporta u funkciji kulture življenja 2. Energetska potrošnja tijekom radnog dana i optimizacija prehrane 3. Masaža i samomasaža kao sredstvo oporavka (utjecaj, vrste, izvođenja pojedinih zahvata) 4. Odabir kinezioloških aktivnosti u funkciji sportske rekreacije 5. Moguća patološka stanja uzrokovana izabranim zanimanjem 6. Primjena novih tehnologija u funkciji samostalnog praćenja procesa tjelesnog vježbanja (monitori srčane frekvencije-Polar, Omron ili Tanita vage...)
<p>Kineziološke aktivnosti</p>	<p>UVODNIK: u ovoj jedinici ishoda učenja hotimično je naveden veliki broj nastavnih tema. Razlog tomu izvire iz činjenice da se uvjeti rada za nastavu tjelesne i zdravstvene kulture u srednjim strukovnim školama izrazito razlikuju. Zato ovakav način omogućuje izbor nastavnih tema iz propisanog nastavnog plana i programa, bez obzira na uvjete rada, koje će uvrstiti u izvedbeni nastavni plan i program.</p> <p>I. ATLETIKA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Kros i standardna ciklička kretanja različitim tempom 12 min. i više 2. Trčanje dionica 300-400 m 3. Trčanja–motoričko postignuće 4. Troskok s mjesta – motoričko postignuće 5. Skok udalj individualno odabranim tehnikom - motoričko postignuće 6. Skok uvis leđna ili prekoračna tehnika – motoričko postignuće 7. Atletski troboj (trčanje, skok, bacanje) <p>II. RITMIČKA GIMNASTIKA</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Individualna/skupna vježba s vijačom, loptom ili obručem <p>III. PLES I AEROBIKA</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Bečki valcer (koreografija) 10. Quadrilla (koreografija)

	<p>11. Tae-bo aerobika</p> <p>IV. BORILAČKI SPORTOVI</p> <p>12. Obrana od pljuske (udarca rukom)</p> <p>13. Obrana od obuhvata</p> <p>14. 1Obrana od hvata za kosu</p> <p>15. Sprovođenje ključem na ruci</p> <p>16. Obrana od napada nožem</p> <p>V. KOŠARKA</p> <p>17. Dodavanje lopte uz primjenu finte dodavanje</p> <p>18. Suradnja dva igrača u napadu – napad blokadama</p> <p>19. Obrana od blokade preuzimanjem i probijanjem</p> <p>20. Igra (primjena timske taktike 5:5)</p> <p>VI. NOGOMET</p> <p>21. Žongliranje loptom po podlozi i u zraku različitim dijelovima tijela</p> <p>22. Igra za posjed lopte u ograničenom prostoru 4:2 i 5:2 s određenim brojem dodira po lopti (3 dodira, 2 dodira, 1 dodir)</p> <p>23. Igra za posjed lopte u ograničenom prostoru 4:4 i 5:5 s određenim brojem dodira po lopti (3 dodira, 2 dodira)</p> <p>24. Igra 4+1: 4+1 s određenim brojem dodira po lopti (3 dodira, 2 dodira)</p> <p>VII. ODBOJKA</p> <p>25. Tenis servis</p> <p>26. Tradicionalni sustav 4-2 (dizač u prednjoj zoni)</p> <p>27. Povezivanje sustava obrane polja VI-naprijed u</p> <p>28. Povezivanje zaštite 1:2:3 (1. polaznik u bloku, 2. polaznik u prednjoj zoni iza bloka, 3. polaznik u stražnjoj zoni) i zaštite 2:3 (2. polaznik u prednjoj zoni, 3. polaznik u stražnjoj zoni)</p> <p>29. Igra (taktika i suđenje)</p> <p>VIII. RUKOMET</p> <p>30. Blokade u napadu (okomite i dijagonalne)</p> <p>31. Utrčavanja te odvlačenja krilnih napadača bez lopte i s loptom</p> <p>32. Fintiranje u vođenju i dodavanju (R)</p> <p>33. Igra (taktika i suđenje)</p> <p>IX. BADMINTON</p> <p>34. Igra na mreži: zakucavanje (net kill), rezana kratka loptica</p> <p>35. Igranje udaraca s fintama, varkama (dugi, drop, net drop)</p> <p>36. Igra (osnovne taktike u mješovitim parovima)</p> <p>X. TENIS</p> <p>37. Spin servis</p> <p>38. Igra mali tenis (taktička primjena osnovnih udaraca u igri)</p>
<p>Transformacija kinantropoloških obilježja</p>	<p>UVODNIK: u ovoj jedinici ishoda učenja za svaku nastavnu temu naveden je jedan primjer njene provedbe. To omogućuje da se dorečeno prepozna njezin smisao te da se, u različitim uvjetima rada, osmisle daljnje nastavne teme s istovjetnim ciljem.</p>

	<p>I. LOKOMOTORNI SUSTAV prevencija lokomotornih ozljeda</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Primjena relativnih vježbi jakosti u programima prevencije ozljeda (jednonožni čučanj) 2.Primjena elastičnih otpora u programima prevencije ozljeda (odupiranje trupa rotacijskoj sili elastičnog otpora) 3.Primjena propioceptivnih vježbi u programima prevencije ozljeda (sporo trčanje s naskokom na jednu nogu i zadržavanjem ravnoteže) 4.Primjeri treninga za prevenciju ozljeda lokomotornog sustava <p>II. MORFOLOŠKA OBILJEŽJA optimizacija sastava tijela (povećanje mišićne mase)</p> <ol style="list-style-type: none"> 5.Vježbe potisaka i privlačenja (potisak s ravne klupe, horizontalno veslanje) 6.Vježbe pregiba i opružanja (pregib podlaktica bučicama, opružanje podlaktica bučicama) 7.Vježbe odmicanja i primicanja (razvlačenje bučicama, primicanje natkoljenice ležeći na boku) 8.Sustavi vježbanja I. (kumulativna ponavljanja, retrokumulativna ponavljanja, superserije) 9.Sustavi vježbanja II. (padajuće serije, negativna ponavljanja, forsirana ponavljanja)
Kineziološki postupci unapređenja zdravlja	<p>UVODNIK: nastavne teme iz ove jedinice učenja mogu se sustavno provoditi tijekom svih godina školovanja. Primjeri ovih kinezioloških postupaka za unaprjeđenje zdravlja navedeni su u poglavlju „Ostalo“ koje se nalazi na kraju programa četvrtoga razreda.</p> <p>I. Prevencija razvoja cervikalnog i lumbalno-sakralnog sindroma VJEŽBE ZA KRALJEŽNICU</p> <p>II. Prevencija razvoja kalcificirajućeg tendinitisa i drugih simptoma bolnog ramena VJEŽBE ZA RAMENA</p> <p>III. Prevencija razvoja sindroma karpalnog i kubitalnog kanala, rizartroze i De Quervainove bolesti VJEŽBE ZA ŠAKE I RUČNE ZGLOBOVE</p> <p>IV. Prevencija razvoja osteoartritisa kuka i sindroma prenaprezanja mišića kukova, prevencija razvoja prepatelarnog burzitisa, skakačkog koljena i drugih simptoma bolnog koljena VJEŽBE ZA KUKOVE I KOLJENA</p> <p>V. Prevencija razvoja spuštenih svodova stopala i osteoartritisa nožnih zglobova VJEŽBE ZA STOPALA</p>
Napomene:	<p><u>Opće napomene</u></p> <p>Program tjelesne i zdravstvene kulture za srednje strukovne škole izrađen je u skladu s vrijednostima ovog odgojno-obrazovnog područja i njegovim dokazanim utjecajem na integralne promjene</p>

antropoloških obilježja, s naglaskom na unapređenje kinantropoloških obilježja. Ispunjavanje navedenih vrijednosti uvjetovalo je izradbu ovog programa temeljem većeg broja kriterija. Prvi se odnosi na provedivost nastavnih tema u izrazito različitim materijalnim uvjetima srednjih strukovnih škola Republike Hrvatske. Upravo zbog različitih materijalnih uvjeta u programu je naveden veći broj nastavnih tema kako bi se za različite uvjete i zanimanja mogao izraditi provediv, a prema zanimanju usmjeren izvedbeni nastavni plan i program. Zbog toga se drugi kriterij morao odnositi na primjerenost svake nastavne teme dobi i spolu polaznika, a treći na indiciranu usmjerenost nastavnih tema prema strukovnim zanimanjima. Slijede kriteriji sigurnost polaznika i usklađenost s potencijalnim interesima i stvarnim potrebama polaznika. Time je ovaj program rasterećen od nastavnih tema koje zbog nedostatnih materijalnih uvjeta nije moguće provesti u većem broju srednjih strukovnih škola. Nadalje, rasterećen je i od onih nastavnih tema koje zbog svoje složenosti ne mogu biti u funkciji ishoda učenja jer ih većina polaznika ne može svladati određenim uspjehom.

Program tjelesne i zdravstvene kulture za srednje strukovne škole osmišljen je na način da u svakom razredu sadrži četiri međupovezane jedinice ishoda učenja. To su (1) Kineziološka teorijska znanja, (2) Kineziološke aktivnosti, (3) Transformacija kinantropoloških obilježja i (4) Kineziološki postupci unapređenja zdravlja. Time je potpuno promijenjen smisao nastave tjelesne i zdravstvene kulture u srednjim strukovnim školama jer su određene mjerljive jedinice ishoda učenja koje svaki polaznik (osim polaznika s posebnim potrebama) tijekom redovitog pohađanja nastave tjelesne i zdravstvene kulture mora obvezno naučiti na primjereoju razini. Na takav način skupna učinkovitost svih jedinica ishoda učenja omogućuje ostvarivanje bitnih kompetencija iz ovog odgojno-obrazovnog područja za pojedino zanimanje.

U programu se nastavna tema navodi samo jedanput i ne ponavlja se u istom navodu, što znači da se ista može izabrati i ponavljati u svim višim razredima. Drugim riječima, ono što je navedeno kao nastavna tema, primjerice u 1. razredu, može se planirati i u svim višim razredima, iako se ista ne navodi u programima viših razreda. Navedeno pravilo, zbog vertikalne unutarpredmetne povezanosti i programske povezanosti osnovnog i srednjeg školstva, nastavnik po potrebi može koristiti i sve nastavne teme iz programa za osnovne škole. Takav pristup istodobno omogućuje kreativnost nastavnika i olakšava izradu izvedbenog nastavnog plana i programa za pojedini razredni odjel jer uvažava zahtjeve s obzirom na različit sastav polaznika prema sposobnostima i pojedinačne razlike u količini stečenih motoričkih znanja u osnovnoj školi.

Temeljna postavka ovog programa uzima u obzir biološke različitosti polaznika i polaznica. Zbog toga predmetna nastava tjelesne i zdravstvene kulture u srednjim strukovnim školama sa znanstvenih i sa stručnih spoznaja mora se organizirati i provoditi posebno (odvojeno) za polaznike, a posebno za polaznice.

Posebne napomene

Nastavni predmet ima veliki broj posebnosti. Zbog toga je neke uputno istaknuti:

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ u izvedbeni nastavni plan i program treba međupovezano uvrstiti nastavne teme koje su određene svim jedinicama ishoda učenja ▪ zbog posebnosti nastavnog predmeta i uvjeta u kojima se odvija nastavni proces posebnu pozornost treba obratiti sigurnosti i motivaciji polaznika ▪ vrjednovanje postignuća polaznika provoditi prema individualnim mogućnostima. <p>Nastavu izvoditi u nastavnim satima od 45 minuta, osim gdje su školske sportske dvorane udaljene od škole više od 10 minuta hoda i ako nastavu nije moguće na drugi način organizirati.</p>
Ostalo	
	<p>Primjeri nastavnih tema za jedinicu ishoda učenja: KINEZIOLOŠKI POSTUPCI UNAPREĐENJA ZDRAVLJA</p> <p>I. Prevencija razvoja cervikalnog i lumbalno-sakralnog sindroma VJEŽBE ZA KRALJEŽNICU</p> <p>Statičke vježbe za vratni dio kralježnice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. postaviti dlanove s ukriženim prstima na čelo pa gurati glavu naprijed, a istovremeno rukama pružati otpor 2. postaviti dlanove s ukriženim prstima na desnu stranu lica pa gurati glavu u desnu stranu, a istovremeno rukama pružati otpor 3. postaviti dlanove s ukriženim prstima na lijevu stranu lica pa gurati glavu u lijevu stranu, a istovremeno rukama pružati otpor 4. postaviti dlanove s ukriženim prstima iza glave pa gurati glavu prema natrag, a istovremeno rukama pružati otpor. <p>Dinamičke vježbe za vratni dio kralježnice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. glavom izvoditi pokret naprijed – natrag 2. glavom rotirati u desnu pa u lijevu stranu 3. podizati ramena gore i polako ih spuštati 4. postaviti dlanove s ukriženim prstima iza glave te potiskivati laktove prema unutra. <p>Statičke vježbe za lumbalno-sakralni dio kralježnice Položaj na leđima (ruke su uz tijelo):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. stopala pogrčiti i zadržati položaj 2. koljena pogrčiti pa leđima pritiskati podlogu 3. koljena pogrčiti pa naizmjenično lijevom i desnom nogom uz pogrčeno stopalo koljeno privlačiti k sebi, a rukom pružati otpor 4. koljena pogrčiti pa s obje noge istodobno uz pogrčena stopala koljena privlačiti k sebi, a rukama pružati otpor 5. koljena pogrčiti, tjeme fiksirati uz podlogu, dlanove ukriženih prstiju postaviti na čelo te izvoditi pretklon glavom, a istovremeno rukama pružati otpor. <p>Potrbuške (s podloškom pod kukovima, ruke u priručenju):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. upiranje o podlogu prstima nogu do potpunog opružanja koljena 2. s rukama u uzručenju naizmjenice po podlozi istezati suprotnu ruku i suprotnu nogu 3. s rukama u uzručenju po podlozi istovremeno istezati obje ruke i

	<p>obje noge</p> <p>4. s dlanovima ukriženih prstiju iza glave izvoditi zaklon glavom, a istovremeno rukama pružati otpor.</p> <p>Dinamičke vježbe za lumbalno-sakralni dio kralježnice</p> <p>Položaj na leđima (ruke su uz tijelo):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. plantarna fleksija 2. pogrčiti lijevo stopalo pa privlačiti petu po podlozi k sebi, ponoviti desnom 3. pogrčiti istovremeno oba stopala pa privlačiti pete po podlozi k sebi 4. koljena pogrčiti te polako podizati i spuštati zdjelicu 5. koljena pogrčiti, staviti ruke na prsa i podizati trup. <p>Položaj na boku_(donja ruka je pod glavom, gornjom se oslanja o podlogu, donja je noga savijena, a gornja ispružena):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. pogrčiti gornju nogu, opružiti ju do početnog položaja 2. pogrčiti stopalo pa odizati ispruženu nogu 3. pogrčiti stopalo pa ispruženom nogom napraviti krug. <p>Potrbuške (s podloškom pod kukovima, ruke u priručenju):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. nožnim prstima upirati se u podlogu do opružanja koljena 2. naizmjenična fleksija potkoljenica 3. istovremena fleksija potkoljenica 4. s rukama u priručenju, doći do položaja uzručenja 5. s rukama u uzručenju, naizmjenice podizati lijevu ruku i desnu nogu pa desnu ruku i lijevu nogu <p>II.Prevenција razvoja kalcificirajućeg tendinitisa i drugih simptoma bolnog ramena</p> <p>VJEŽBE ZA RAMENA</p> <p>Ležeći na leđima:</p> <p>(ruke u priručenju s nogama flektiranim u zglobov koljena i kuka):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. podizati ruke do odručenja, a ramena istovremeno pritiskati dolje i natrag 2. rukom uhvatiti suprotni lakat u visini ramena, istegnuti ruku u jednu stranu te s drugom rukom u drugu stranu 3. s laktovima postavljenim u visini ramena stisnuti šake, okrenuti ruke prema vani i pritiskati šakama o podlogu 4. laktove spojiti u visini ramena ispred glave, podlaktice prisloniti jednu uz drugu, stisnuti šake i raširiti ruke pod pravim kutem uz pritiskanje o podlogu 5. s glavom u prirodnom položaju, rukama u priručenju, ramena podizati prema gore 6. s rukama u uzručenju, naizmjenično izvoditi opružanja rukama. <p>Ležeći na trbuhu:</p> <p>(stisnute pete uz petu, stisnute stražnjice)</p> <ol style="list-style-type: none"> 7. s laktovima u visini ramena, stisnuti šake i podizati ruke i glavu od podloge (kao da se želi spojiti lopatica), pogled usmjeriti prema dolje 8. uhvatiti ruke iza leđa, podignuti glavu, ramena i gornji dio tijela, pogled usmjeriti prema dolje.
--	---

III. Prevencija razvoja sindroma karpalnog i kubitalnog kanala, rizartroze i De Quervainove bolesti
VJEŽBE ZA ŠAKE I RUČNE ZGLOBOVE

1. stisnuti prste šake te opružiti
2. raširiti ispružene prste pa zatvoriti šaku stišćući prste
3. pomicanje palca u njegovom korijenskom zglobu uz izvedbu što većeg kruga
4. istegnuti palac što dalje od šake te ga vratiti pokušavajući dodirnuti vrškove jednog po jednog prsta, od drugog do petog.
5. ruku koja je položena na rukohvat stolice ili na stol, savijati u ručnom zglobu prema gore i dolje
6. s rukom koja je u laktu flektirana pod pravim kutom, okretati dlan prema gore pa prema dolje, a da pri tome ne pomicati lakat
7. stisnuti list papira između ispruženih prstiju šake, a drugom ga rukom pokušati izvući
8. osloniti podlakticu na ravnu površinu s dlanom okrenutim prema gore te savijati šaku prema gore uz pružanje otpora suprotnom šakom
9. osloniti podlakticu na ravnu površinu s dlanom okrenutim prema dolje te savijati šaku prema gore, uz pružanje otpora suprotnom šakom.

IV. Prevencija razvoja osteoartritisa kuka i sindroma prenaprezanja mišića kukova, prevencija razvoja prepatelarnog burzitisa, skakačkog koljena i drugih simptoma bolnog koljena

VJEŽBE ZA KUKOVE I KOLJENA

Ležeći na leđima:

1. rukama u priručenju, ispruženih nogu s pogrčenim stopalima, izvoditi naizmjenična odnoženja
2. s jastukom ispod koljena, naizmjenično opružanje nogu s pogrčenim stopalom, gurajući jastuk u pod
3. obje noge flektirane, ispružiti jednu nogu u visini s koljenom druge noge, stopalo pogrčiti prema sebi, zadržati i vratiti u početni položaj, izvoditi naizmjenice jednom pa drugom nogom
4. Početni položaj polusjedeći, noge su ispružene stopala pogrčena, između nogu jastuk, stisnuti jastuk napinjući mišiće stražnjice i zadržavati koljena ispružena, opustiti se i ponoviti u ležećem i stojećem položaju
5. Početni položaj ležeći na boku, savinuti ruku i nogu na kojima se leži, gornja noga je ispružena, stopala pogrčena prema sebi, podignuti nogu, zadržati je u odignutom položaju, gornja ruka je savijena i oslonjena dlanom o podlogu
6. položaj na trbuhu, s jastukom ispod trbuha, pogrčiti stopalo jedne noge, savinuti koljeno i natkoljenicu od podloge, odizati koljeno i natkoljenicu od podloge, bez podizanja zdjelice, zadržati u tom položaju
7. sjedeći na stolcu uspravno, pridržavajući se rukama, jednu pa drugu nogu ispružiti u koljenskom zglobu, zadržati u tom položaju te vratiti u početni položaj
8. sjedeći na stolcu uspravno, pridržavajući se rukama, jednu pa drugu nogu saviti u zglobu kuku, zadržati u tom položaju te vratiti u

	<p>početni položaj.</p> <p>V. Prevencija razvoja spuštenih svodova stopala i osteoartritisa nožnih zglobova</p> <p>VJEŽBE ZA STOPALA</p> <p>Sjedeći položaj:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. savinuti nožne prste oba stopala ne dižući ih s poda, ispraviti prste stopala 2. podignuti prednji dio stopala držeći petu na podu, spustiti prednji dio stopala, zatim podignuti i spustiti petu 3. podignuti prednji dio stopala, okrenuti stopalo prema van, spustiti stopalo, vratiti u sredinu 4. podignuti pete, okrenuti pete prema van, spustiti pete, vratiti u sredinu 5. podignuti jedno koljeno, ispružiti stopalo, zategnuti stopalo, spustiti stopalo, naizmjenice lijevo i desno pa istovremeno oba 6. podignuti ispruženu nogu, zategnuti prste prema sebi, naizmjenično jedna pa druga noga pa istovremeno obje 7. podignuti ispruženu nogu, kružno pomicati stopalo, stopalom ispisivati brojeve po zraku 8. bosim prstima stopala gužvati novinski papir.
Metode i oblici rada:	<p>Metode:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ prikazivanja – metoda usmenoga izlaganja, metoda postavljanja i rješavanja, metoda pokazivanja ili demonstracije ▪ vježbanja – intervalna metoda vježbanja, varijabilna metoda vježbanja, kontinuirana metoda vježbanja ▪ sigurnosti – metoda sprječavanja ili prevencije, čuvanja ili zaštite, pomaganja ili asistencije ▪ nadzora – metoda praćenja vježbanja, usmjeravanja vježbanja, zaustavljanja vježbanja. <p>Oblici:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ jednostavnije (pojedinačna, dvojke, trojke, četvorke i paralelna) ▪ složenije (paralelno-izmjenična, sukcesivno-izmjenična, izmjenična, kružna, stanična, stazna i poligonska). <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: motorička znanja, motorička postignuća, kinantropološka postignuća (morfoloških obilježja, motoričkih sposobnosti i funkcionalnih sposobnosti prema metodologiji vrjednovanja), odgojni učinci rada</p> <p>Oblici:</p> <p>Vrjednovanje rada polaznika provoditi uvažavajući stanje njihova antropološkog statusa, stvarne mogućnosti svakog polaznika i cjelokupni napredak pojedinca tijekom nastavne godine.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **POLITIKA I GOSPODARSTVO**

<p>Cilj predmeta:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ uočiti važnost participacije u društvenom, kulturnom, gospodarskom i političkom razvoju društva u kojem živimo ▪ razviti političku kulturu kao činitelja stvaranja i stabilnosti suvremenih demokracija ▪ usvojiti znanja o pravima i obvezama građana u demokraciji ▪ usvojiti znanja o ljudskim pravima kao važnom preduvjetu za život u multikulturalnom svijetu s naglaskom na poštivanje različitosti ▪ usvojiti znanja i steći sposobnost kritičkog prosuđivanja položaja hrvatskog društva u kontekstu europskih integracija i globalizacijskih procesa ▪ razviti stavove prema aktualnim političkim zbivanjima ▪ usvojiti znanja o ustrojstvu vlasti na nacionalnoj razini ▪ prepoznati čimbenike i razlikovati tipove gospodarskih sustava ▪ shvatiti važnost razvijanja poduzetničke kompetencije
<p>Opis predmeta:</p>	<p>Nastavni plan i program sastoji se od dva dijela. Prvi dio obrađuje pojmove iz politike čija je svrha izgradnja polaznikovih stavova prema aktualnim političkim zbivanjima te shvaćanje politike kao nezaobilaznog segmenta u svakodnevnom funkcioniranju pojedinca i društva. U okviru Gospodarstva obrađuju se sadržaji koji uključuju temelje slobodnog tržišnog gospodarstva te razvijanje poduzetničke kompetencije kao bitnog činitelja na tržištu rada.</p>

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenjaNaziv nastavnog predmeta: **POLITIKA I GOSPODARSTVO**Razred: **treći (3.)**

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Politika</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. opisati razvoj političke znanosti od stare Grčke do danas 2. povezati utjecaj zakona i aktivnosti u svakodnevnom životu 3. izložiti pojmove moći, vlasti i autoriteta 4. prikazati načine političkog djelovanja u demokratskom društvu 5. identificirati odrednice civilnog društva 6. protumačiti pojam ljudskih prava u kontekstu njihovog razvoja i dokumenata koji ih reguliraju 7. navesti značajke i oblike države 8. prepoznati različite političke sustave - demokracija, tiranija, aristokracija, diktatura, totalitarizam 9. iskazati obilježja i funkcije političkih stranaka 10. prikazati politički sustav Republike Hrvatske s naglaskom na djelokrug rada zakonodavne, izvršne i sudske vlasti <p>Gospodarstvo</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. opisati razvoj ekonomske znanosti 2. izložiti osnovne ekonomske pojmove 3. pokazati vrste gospodarskih sustava s naglaskom na temeljna ekonomska pitanja 4. prikazati funkcioniranje tržišta i tržišnih mehanizama 5. istražiti vrste novca i načine financiranja poslovnih organizacija 6. povezati vrste ekonomske politike i vrste ekonomskih ciljeva 7. demonstrirati značenje poduzetničkog pothvata 8. interpretirati obilježja marketinga i instrumente marketinškog spleta 9. raspraviti o gospodarskom sustavu Republike Hrvatske s naglaskom na globalizacijski proces 10. protumačiti povijesni razvoj i funkcioniranje EU
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Politika i političko djelovanje	Razvoj političke znanosti Značaj zakona u svakodnevnom životu Vlast, moć i autoritet Političko djelovanje Civilno društvo Ljudska prava
Država	Država Oblici države Narod i nacija

Politički sustavi	Politički sustavi Demokracija- neposredna i predstavnička Totalitarizam, diktatura, tiranija, aristokracija Političke stranke Političke stranke u Republici Hrvatskoj
Izbori	Izbori Izborni sustavi Izborni zakon Republike Hrvatske
Ustrojstvo Republike Hrvatske	Ustav Republike Hrvatske Ustrojstvo vlasti Republike Hrvatske – zakonodavna vlast Izvršna i sudska vlast
Uvod u ekonomiju	Razvoj ekonomske znanosti Osnovni ekonomski pojmovi Temeljna ekonomska pitanja Vrste gospodarskih sustava
Tržište	Tržište i tržišni mehanizmi Ekonomska politika – fiskalna i monetarna politika Ekonomski ciljevi – makroekonomski i mikroekonomski ciljevi Novac i gospodarstvo – vrste novca i oblici kapitala Vrste poslovnih organizacija
Poduzetništvo i marketing	Poduzetništvo i poduzetnički pothvat Obilježja marketinga Marketinški splet Marketing i etika
Hrvatska i Europska Unija	Gospodarski sustav Republike Hrvatske Povijesni razvoj EU i institucije EU
Napomene:	/
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: predavačka metoda, metoda dijaloga, heuristička metoda, problemska metoda, istraživačka metoda. Oblici: frontalni oblik nastave, diferencirana nastava, individualizirana nastava, problemska nastava, programirana nastava, mentorska nastava, demonstracijska nastava. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polznika:	Elementi: usvojenost i razumijevanje sadržaja. Oblici: aktivnost (domaće zadaće, seminarski rad, istraživanje, suradnja u nastavi i dr.)
Literatura:	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu odobrenih udžbenika i drugih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **BIOLOGIJA**

Cilj predmeta:	<ul style="list-style-type: none">▪ usvojiti i međusobno povezati ključne biološke koncepte u objašnjavanju pojava i procesa u živome svijetu, kako bi stekli temeljnu biološku pismenost kao svojinu i alat građanina suvremenog demokratskog društva▪ proširiti znanja o zdravlju i rizicima od bolesti te oblikovati stavove o potrebi odgovornog ponašanja prema vlastitom zdravlju i zdravlju drugih ljudi▪ stečena znanja staviti u funkciju oblikovanja stavova o potrebi očuvanja bogatstva prirode i prirodne ravnoteže te obrazložiti potrebu vlastitog odgovornog ponašanja prema prirodi i okolišu
Opis predmeta:	Polaznici stječu znanja i razvijaju i vještine, počevši od manualne spretnosti i umijeća korištenja pribora za praktičan rad, do promatranja, opisivanja, izdvajanja bitnog, zaključivanja, prezentiranja i rada u timu. Učenje biologije ciljano utječe i na afektivnu domenu polaznikovog razvoja, usvajanjem poštovanja prema životu te razvijanjem empatije prema drugim ljudima i drugim živim bićima, kao i odgovornost za očuvanje prirode, okoliša, vlastitog i tuđeg zdravlja.

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenja

Naziv nastavnog predmeta: **BIOLOGIJA**

Razred: **prvi (1.)**

<p>U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Čovjek i zdravlje</p> <ol style="list-style-type: none">1. raspraviti zdrave stilove življenja te važnost pravilne i redovite primjene higijenskih navika u svakodnevnom životu2. protumačiti putove ulaska patogenih mikroorganizama i nametnika u tijelo čovjeka i mjere prevencije3. povezati najčešće virusne i bakterijske bolesti s načinima njihova liječenja4. diskutirati djelovanje sredstava ovisnosti na zdravlje i ponašanje ljudi5. protumačiti važnost preuzimanja odgovornosti za vlastito zdravlje6. na primjerima različite ovisnosti7. prikupiti informacije o opasnostima za zdravlje povezane sa specifičnostima zanimanja za koje se školuje8. prikazati zahvate prve pomoći koji mogu spasiti život ugroženoj osobi9. predvidjeti posljedice poremećaja ravnoteže u organizmu <p>Sazrijevanje i spolnost čovjeka</p> <ol style="list-style-type: none">1. prepoznati povezanost sazrijevanja i životnih razdoblja s djelovanjem hormona2. povezati funkciju spolnih organa s higijenom3. navesti prednosti i nedostatke različitih metoda planiranja trudnoće4. opisati proces oplodnje i razvoj ploda do porođaja.5. povezati promjene tijekom trudnoće s odgovornim ponašanjem trudnice6. raspraviti različite stavove o spolnosti i odgovornom spolnom ponašanju <p>Promjenljivost živog svijeta i nasljeđivanje</p> <ol style="list-style-type: none">1. interpretirati osnovne genetičke pojmove2. opisati ulogu gena3. razlikovati uzroke varijabilnosti živih bića4. povezati sličnosti i razlike među ljudima s osnovama nasljeđivanja5. razlikovati uzroke i posljedice evolucijskih procesa.6. diskutirati dokaze evolucije7. protumačiti primjenu genetike na različitim područjima ljudske djelatnosti
--	--

Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Čovjek i zdravlje	<p>Značenje vlastitog zdravlja i potreba zdravog stila življenja Povezanost najčešćih bolesti i poremećaja organskih sustava s mogućim čimbenicima rizika i prevencijom Osobna higijena Zdrava hrana i razborita prehrana Umor, odmor i rekreacija Ovisnosti (pušenje i ovisnost o duhanu, alkohol i alkoholizam, droge i narkomanija, ostale ovisnosti) Pružanje prve pomoći (zahvati koji spašavaju život)</p> <p><i>Samostalni i grupni rad:</i> Primjeri poremećaja ravnoteže u organizmu i njihove posljedice Poremećaji prehrane i utjecaj medija na stavove o zdravlju Utjecaj vršnjaka i medija na oblikovanje zdravih stilova življenja Odgovorno ponašanje prema zdravlju (donošenje odluka) Rizici za zdravlje povezani sa specifičnostima zanimanja i načinom života</p>
Spolnost i sazrijevanje čovjeka	<p>Životni ciklus čovjeka i razvoj spolnosti Pubertet i adolescencija Građa i funkcija muškog i ženskog spolnog sustava Menstrualni ciklus i oplodnja Trudnoća, porod, dojenje i njega novorođenčadi Sredstva kontracepcije i metode planiranja trudnoće</p> <p><i>Samostalni i grupni rad:</i> Odgovorno spolno ponašanje i partnerski odnosi (donošenje odluka) Utjecaj vršnjaka i medija na spolno ponašanje</p>
Promjenljivost živog svijeta i nasljeđivanje	<p>Područje istraživanja genetike i osnovni genetički pojmovi Kemijska osnova i mehanizam djelovanja gena Varijabilnost živih bića (razmnožavanje, mutacije, utjecaj okoliša) Križanje i umjetno odabiranje Primjeri nasljeđivanja kod čovjeka Čimbenici evolucijskih procesa Primjeri prilagodbe i usložavanja građe i funkcija živih bića tijekom evolucije Dokazi biološke evolucije</p> <p><i>Samostalni i grupni rad:</i> Mapa fenotipskih svojstva u obitelji/razredu Primjena genetike u svakodnevnom životu</p>
Napomene:	/
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: određuje nastavnik prema odobrenoj stručnoj literaturi te sadržaju poučavanja/učenja, a naglasak treba staviti na suradničko učenje, istraživačko učenje, učenje otkrivanjem i samostalno učenje. Tu su i verbalne, vizualne, prakseološke.</p> <p>Oblici: frontalni rad, grupni rad/rad u skupinama, rad u parovima, individualni rad, timski rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje</p>

	nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost i razumijevanje sadržaja. Oblici: aktivnost (domaće zadaće, seminarski rad, istraživanje, suradnja u nastavi i dr.), usmena i pisana provjera
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu odobrenih udžbenika i drugih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **LATINSKI JEZIK**

Cilj predmeta:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ steći jezična i komunikacijska znanja, sposobnosti i vještine koje mogu primijeniti i u standardnom hrvatskom jeziku te stranim jezicima ▪ razvijati čitateljske interese, literarne sposobnosti, potrebu za sadržajima medijske kulture te sposobnost kritičkoga pristupa različitim medijima i njihovim sadržajima
Opis predmeta:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ naučiti jezikom izraziti vlastite misli, osjećaje, ideje, stavove i prikladno jezično reagirati u međudjelovanju sa sugovornicima u različitim kontekstima razvijajući (samo)poštovanje ▪ steći primjerene razine slušanja, govorenja, čitanja i pisanja ključne za učenje, rad i život, tj. razviti sposobnost komunikacije u različitim situacijama ▪ znati primijeniti i razumjeti jezik struke u svim segmentima te ga uspješno rabiti u radu, komunikaciji s pacijentima, kolegama, nadređenima, suradnicima ▪ biti osposobljeni kao djelatnici koji koriste usvojeno znanje i razvijaju vještine sigurnog ponašanja, pribranog i osviještenog u svim situacijama ▪ osvijestiti povezanost unutar jezično-komunikacijskoga područja i ostalih odgojno-obrazovnih područja stječući temelje za cjeloživotno učenje ▪ razvijati socijalne vještine, samopoštovanje, osobnu ekologiju, profesionalnu savjesnost te humani odnos prema korisniku zdravstvene skrbi ▪ naučiti primijeniti odgovornost za osobni, socijalni i profesionalni razvoj

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenja

Naziv nastavnog predmeta: **LATINSKI JEZIK**

Razred: **prvi (1.)**

U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	Ovladanost gramatičkim oblicima i strukturama <ol style="list-style-type: none">1. prepoznati pojedine promjenjive vrste riječi2. prepoznati osnovne gramatičke oblike i jezične strukture3. klasificirati osnovne gramatičke oblike4. objasniti prefiksalsnu i sufiksalsnu tvorbu stručnih termina5. primijeniti pravilo jezičnih zakonitosti
	Razumijevanje teksta pisanoga latinskim jezikom <ol style="list-style-type: none">1. objasniti pojedine dijelove jezičnih struktura (sintagmi, fraza, konstrukcija, rečenica).2. izraziti značenje informacije prilagođeno sintaksi hrvatskog jezika3. izdvojiti ključne informacije u usmenom i pisanom izričaju4. primijeniti zakonitosti i pravila povezana s analizom i prijevodom jezičnih struktura5. usporediti značenja pojedinih oblika sa značenjima unutar novosloženih oblika
	Vokabular i stručna terminologija <ol style="list-style-type: none">1. prepoznati vrstu riječi u latinskom jeziku2. pokazati zakonitosti i pravila povezana s pravilnim izgovorom i pisanjem3. prepoznati latinsku riječi u suvremenim izvedenicama4. odabrati pojedine riječi ili sintagme u zadanoj situaciji5. raščlaniti osnovu riječi od nastavaka, predmetaka, završetaka
	Civilizacijski sadržaji <ol style="list-style-type: none">1. objasniti pojam ukorijenjenosti nacionalnog identiteta i njegov doprinos u stvaranju europskog kulturnog nasljeđa.2. usporediti različite izvore informacija, njihovu korisnost za proučavanje određene teme, njihov kontekst i autorovu namjeru3. prepoznati sustav humanističkih vrijednosti4. prepoznati uporabu pojmova iz antičke i srednjovjekovne kulture i civilizacije kao znanstvenu i civilizacijsku tekovinu5. odabrati poruke stavljajući ih u širi kontekst
	Razrada
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Uvod u latinski jezik	Značenje učenja latinskog jezika u zdravstvenoj struci Razvoj latinskog do romanskih jezika

	<p>Utjecaj na ostale strane jezike Pojam latinizma, grecizma, internacionalizma u svakodnevnom govoru i u struci (Upoznavanje s kulturološko-civilizacijskim i strukovnim ishodištem te vlastitom kulturološkom baštinom u cjelokupnim dostignućima civilizacije)</p>
Fonetika i fonologija	<p>Povijest latinskog jezika i pisma Glasovni sustav. Izgovor - klasični, tradicionalni - uporaba u zdravstvenim strukama Naglasak (Pravilna primjena izgovora i pravopisa te osvještavanje potrebe za pravilnim čitanjem, pisanjem i razumijevanjem vokabulara.)</p>
Morfologija	<p>Imenice - osnovni rječnički oblik; deklinacija (1.-5.), iznimke Pridjevi – osnovni rječnički oblici, deklinacija, komparacija, iznimke i komparativ u medicinskom nazivlju Zamjenice - osobne, posvojne, pokazne, zamjениčki pridjevi Brojevi - bilježenje rimskim brojkama, glavni, redni, dijelni, priložni umnožni Glagoli – rječnički oblik svih glagola glagolske osnove, vremena i načini; glagolska stanja; glagolska imena - participi, infinitivi aktivnog i pasivnog prezenta, imperativ; Prilozi, prijedlozi, veznici, uzvici (Pravilna uporaba rječnika, osnovnih gramatičkih kategorija, interpretacija i uporaba određenog fonda riječi; razvijanje osnovnih strategija suradničkog i individualnog učenja, utvrđivanje sposobnosti evaluacije i samoevaluacije, apsolutne i relativno-kriterijske.)</p>
Tvorba medicinskog nazivlja	<p>Gramatičke i značenjske tvorbe (latinskih te riječi grčkog podrijetla) Tvorba pridjeva Tvorba imenica Tvorba medicinskog nazivlja - termini <i>unius verbi, composita...</i> Dijelovi recepta, kratice (Korištenje daljnjeg fonda riječi, analize i sinteze, procjena samostalnosti u radu, strategije rada u paru, u grupi.)</p>
Sintaksa	<p>Sintaksa padeža Sintaksa jednostavne rečenice (Naglašena samostalna uporaba rječnika, analiza i prijevod sintagmi, kombiniranje dosadašnjih vještina u novim situacijama.)</p>
Stručni latinski	<p>Osnove latinskog jezika za pisanje i čitanje anatomske izraza, dijagnoza i sl. Osnove latinskog jezika za pisanje i čitanje recepata (Povezivanje s hrvatskim jezikom i stranim jezicima, argumentiranje primjene nekih postupaka u različitim situacijama s različitim posljedicama.)</p>
Napomene:	<p>Nastavni se proces 70% vremena izvodi praktično radi zadovoljenja kriterija izvedbe navedenog ishoda, a 30% služi za povezivanje usvojenih sadržaja s teorijskim spoznajama i praktičnom primjenom.</p>
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: usmeno izlaganje, demonstracija, razgovor. Oblici: frontalni oblik rada, individualni oblik rada, rad u paru, rad u skupinama, timski rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>

<p>Elementi i oblici praćenja, kriteriji vrjednovanja ishoda:</p>	<p>Elementi: vokabular (poznavanje opće i stručne terminologija u osnovnom i izvedenim oblicima). Usvojenost sadržaja (reproduciranje usvojenih zakonitosti uz pojedine jednostavne primjere) Primjena sadržaja (prezentiranje vještine prepoznavanja ili tvorbe oblika, njihove uporabe i razumijevanje značenja u pojedinačnoj situaciji).</p> <p>Samostalan rad (sve aktivnosti učenika koje radi prema zadanom obrascu ili slobodno odabranom, individualno ili kao dio grupnog uratka, u školi ili drugdje).</p> <p>Oblici: samovrjednovanje i zajednička ocjena (evaluacija) rada usmena provjera (čitanje, izgovor, usvojenost pojmova, analiza i prijevod teksta), pisana provjera (rješavanje zadataka na satu, provjera znanja zadatcima objektivnog tipa, provjera primjene usvojenog znanja školskom zadaćom), seminarski rad, radne mape, prezentacija rezultata projekata, domaće zadaće.</p>
<p>Literatura</p>	
<p>Literatura za polaznike:</p>	<p>Prema Katalogu odobrenih udžbenika i drugih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.</p>

Naziv nastavnog predmeta: **FIZIKA**

Cilj predmeta:	▪ dopuniti znanja, vještine i kompetencije polaznika u području fizike na razini srednjeg obrazovanja radi cjelovitog osposobljavanja za određeno zanimanje
Opis predmeta:	Fizika je osnova primijenjenih znanosti i tehnologija pa su zakonitosti fizike temelj za primijenjenu znanost kao što je geodezija. Važan i karakterističan u fizici je eksperimentalni pristup koji omogućuje višekratno ponavljanje i istraživanje neke pojave, a time njezino detaljno upoznavanje i opisivanje. Stoga je pokus neizostavan dio fizikalnog odgoja i obrazovanja. Fizika se služi opažanjem i mjerenjem te logičkim razmišljanjem i matematičkim zaključivanjem. Otuda proizlaze dva tijesno povezana pristupa, eksperimentalni i teorijski. Fizikalna pismenost uključuje kompetencije koje polazniku omogućuju promatranje i istraživanje pojava, razmišljanje o njima i razumijevanje njihova objašnjenja te na temelju toga kreativno odlučivanje i poduzimanje akcija.

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenja

Naziv nastavnog predmeta: **FIZIKA**

Razred: **prvi (1.)**

U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	Sile i polja <ol style="list-style-type: none">1. riješiti problem uporabom Newtonovih zakona gibanja2. primijeniti opis sile teže, trenja i elastične sile u različitim primjerima3. slagati i razlagati sile koje djeluju na tijelo crtanjem vektora sila4. raspraviti opći zakon gravitacije i gibanje satelita oko Zemlje5. prosuditi ravnotežu krutog tijela6. razmatrati pojave djelovanja sila u tekućinama i plinovima te primijeniti opise tlakova u različitim primjerima7. objasniti međudjelovanje točkastih električnih naboja pomoću Coulombovog zakona8. povezati magnetsko, električno i gravitacijsko polje kao jedinstven koncept prostora kojega čini djelovanje različitih sila
	Rad i energija <ol style="list-style-type: none">1. objasniti rad u mehanici ovisno o položaju vektora sile2. razlikovati rad stalne sile u odnosu na rad promjenjive sile3. uporabiti izraz za snagu pri djelovanju stalne sile4. usporediti korisnosti različitih primjera rada5. opisati različite vrste energije6. raspraviti kinetičku energiju tijela u različitim primjerima7. konstruirati pojam gravitacijske potencijalne energije8. primijeniti zakon očuvanja energije
	Termodinamika <ol style="list-style-type: none">6. razlikovati unutarnju energiju, toplinu i temperaturu1. povezati pojam temperature sa srednjom kinetičkom energijom čestica2. razmotriti probleme termičkog rastezanja u različitim dimenzijama3. istražiti plinske zakone4. opisati načine prijenosa topline5. objasniti pojam rada na različitim primjerima u termodinamici6. primijeniti 1. zakon termodinamike na termodinamičkim procesima7. raspraviti rad toplinskih strojeva pomoću 2. zakona termodinamike

	<p>Elektromagnetski valovi i svjetlost</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. razmotriti svojstva elektromagnetskih valova i dijelove elektromagnetskog spektra 2. objasniti primjenu elektromagnetskih valova u prijenosu informacija na daljinu i u medicini 3. primijeniti zakon odbijanja svjetlosti na primjeru ravnog zrcala 4. opisati lom svjetlosti na granici sredstva i disperziju svjetlosti na prizmi 5. konstruirati sliku koju daje tanka leća te navesti njezina svojstva 6. primijeniti jednadžbu leće 7. objasniti pojave valne optike (interferencija, ogib i polarizacija svjetlosti)
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Sile i polja	Sila i masa Sila teža, trenje, elastična sila Newtonovi zakoni gibanja Centripetalna sila Gravitacijska sila Tlak Uzgon Coulombov zakon Električno polje Magnetsko polje
Rad i energija	Mehanički rad i energija Kinetička i potencijalna energija Snaga i korisnost stroja Zakon očuvanja energije u mehaničkim sustavima.
Termodinamika	Toplinsko rastezanje i stezanje čvrstih tvari i tekućina Temperatura, unutarnja energija, toplina i toplinski kapacitet tijela Prijenos topline Plinski zakoni Prvi i drugi zakon termodinamike
Elektromagnetski valovi i svjetlost	Nastajanje i rasprostiranje elektromagnetskih valova Spektar i brzina elektromagnetskih valova Zakoni geometrijske optike Ravno zrcalo Disperzija svjetlosti Leće Interferencija i ogib svjetlosti Polarizacija svjetlosti
Napomene:	/
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: Nastava se ostvaruje od popularno-fenomenološke razine i rješavanja kvalitativnih problema pomoću pokusa do rješavanja kvantitativnih problema i zadataka. Zajednička je zadaća svih sudionika nastavnog procesa razumijevanje fizikalnog smisla pa je konstrukciju pojmova, teorija i modela potrebno započeti od pokusa ili

	<p>pojave i kvalitativnog shvaćanja te postupno uvoditi formalno-matematički opis i to samo onaj koji su polaznici svladali u matematici. Preferiraju se problemski i istraživački usmjerene metode uz izvođenje temeljnih pokusa te metoda rasprave između svih sudionika u procesu učenja.</p> <p>Oblici: Pretpostavka je učenja interaktivni pristup u nastavi koji podupire rad u paru, manjim skupinama ili timu što poboljšava samostalno učenje. Učenje se ostvaruje aktivnošću svakog polaznika/ce što podrazumijeva njegovo planiranje rada, postavljanje pretpostavki za rješavanje problema, promatranje i opisivanje pojava, izvođenje pokusa i mjerenje, postavljanje pitanja, obradu podataka, zaključivanje i osmišljavanje objašnjenja te raspravu i kritičko prosuđivanje rezultata.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
<p>Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:</p>	<p>Elementi: praćenje, vrjednovanje i ocjenjivanje polaznika/ce treba maksimalno integrirati u nastavni proces i provoditi usmenom komunikacijom sa svakim polaznikom i vrednovanjem ishoda učenja u usmenom i pisanom obliku. Tijekom svakog se polugodišta planiraju po dva pisana jednosatna provjeravanja ishoda učenja.</p> <p>Oblici: vrjednovanje se ishoda učenja provodi najmanje trima elementima: temeljno znanje i razumijevanje, primjena i samostalnost.</p> <p>Temeljno znanje i razumijevanje podrazumijeva usvojenost temeljnih znanstvenih pojmova, koncepcija, načela i teorija fizike, poznavanje veza i odnosa između koncepata, objašnjavanje fizikalnih pojava u prirodi i nastalih ljudskim djelovanjem te razumijevanje primjene tih spoznaja i njihov utjecaj na društvo i prirodni okoliš. To znači:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ iskazati značenje pojmova, fizikalnih veličina, mjernih jedinica i fizikalnih simbola ▪ poznavati mjerne instrumente i opremu te razumijeti njihovu uporabu ▪ povezati pojmove i fizikalne veličine u zakonitosti, načela i teorije uporabom fizikalnog jezika i simbola ▪ objasniti pojave opisom i uporabom fizikalnih zakonitosti, načela i teorija ▪ obrazložiti doprinos i utjecaj znanosti i tehnologije na društvo, gospodarstvo i okoliš. <p>Primjena fizikalnih zakonitosti i teorija na svakodnevnim problemima i primjerima podrazumijeva uporabu stečenih znanja i vještina u poznatim situacijama na temelju uvježbanih modela. To znači:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ prikazati dostupne podatke o problemu (pojavi) na znanstveni način i razvrstati ih u glavne kategorije ▪ raspraviti problem (pojavu) s različitih gledišta, smisleno rasčlaniti problem (tabelarni prikaz, grafikon) i zakonitosti međusobnih odnosa u sklopu pojave ▪ riješiti problem primjenom uvježbanih metoda i modela.

	Samostalnost polaznika podrazumijeva polaznikov odnos prema radu pri učenju fizike što uključuje njegovu motivaciju, aktivnost, navike, osobni stav, samopouzdanje, pozitivne osjećaje, prihvaćanje pravila i vrijednosti zajedničkog rada te kvalitetan odnos prema ostalim polaznicima.
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu odobrenih udžbenika i drugih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **MATEMATIKA**

<p>Cilj predmeta:</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ usvojiti temeljna matematička znanja, vještine i procese te uspostaviti i razumjeti matematičke odnose i veze ▪ biti osposobljeni za rješavanje matematičkih problema i primjenu matematike u različitim kontekstima, uključujući i svijet rada ▪ razviti pozitivan odnos prema matematici, odgovornost za svoj uspjeh i napredak te svijest o svojim matematičkim postignućima ▪ prepoznati i razumjeti povijesnu i društvenu ulogu matematike u znanosti, kulturi, umjetnosti i tehnologiji te njezin potencijal za budućnost društva ▪ biti osposobljeni za apstraktno i prostorno mišljenje te logičko zaključivanje ▪ učinkovito komunicirati matematička znanja, ideje i rezultate služeći se različitim prikazima ▪ učinkovito primjenjivati tehnologiju ▪ steći čvrste temelje za cjeloživotno učenje i nastavak obrazovanja
<p>Opis predmeta:</p>	<p>U društvu temeljenom na informacijama i tehnologiji potrebno je kritički misliti o složenim temama, tumačiti dostupne informacije, analizirati nove situacije i prilagoditi im se, donositi utemeljene odluke u svakodnevnom životu, rješavati različite probleme, učinkovito primjenjivati tehnologiju te razmjenjivati ideje i mišljenja. Budući da matematika izučava kvantitativne odnose, strukturu, oblike i prostor, pravilnosti i zakonitosti, analizira slučajne pojave, promatra i opisuje promjene u različitim kontekstima te daje precizan simbolički jezik i sustav za opisivanje, prikazivanje, analizu, propitivanje, tumačenje i posredovanje ideja, matematičko obrazovanje omogućuje stjecanje znanja, vještina, sposobnosti, načina mišljenja i stavova nužnih za uspješno i korisno sudjelovanje u takvom društvu.</p>

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenja

Naziv nastavnog predmeta: **MATEMATIKA**

Razred: **prvi (1.)**

<p>U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Osnove brojeva</p> <ol style="list-style-type: none">1. povezati skupove N, Z, Q i R2. rabiti apsolutnu vrijednost u algebarskom izrazu3. odrediti udaljenost točaka na brojevnom pravcu4. provoditi u skupu realnih brojeva osnovne računске operacije, potenciranje s cjelobrojnim eksponentom i korjenovanje5. procijeniti i prikazati vrijednost realnog broja na traženu točnost6. odrediti vrijednost trigonometrijskih funkcija šiljastoga kuta zadanog u stupnjevima <p>Osnove algebre i funkcija</p> <ol style="list-style-type: none">1. odrediti postotke, omjere i razmjere2. rabiti potencije s prirodnim eksponentom i kvadratni korijen3. računati elementarne algebarske izraze4. riješiti jednostavnije linearne jednadžbe, nejednadžbe i sustave jednadžbi te nacrtati graf linearne funkcije <p>Osnove oblika i prostora</p> <ol style="list-style-type: none">1. koristiti pravokutni koordinatni sustav u ravnini za prikaz točaka te određivanje udaljenosti i polovišta2. primijeniti osnovne geometrijske oblike u ravnini i njihova svojstva3. rabiti poučke o sukladnosti i sličnosti trokuta kod jednostavnih geometrijskih oblika u ravnini4. koristiti svojstva pravokutnog trokuta <p>Osnove mjerenja</p> <ol style="list-style-type: none">1. odabrati odgovarajuće mjere i mjerne jedinice i pretvoriti ih u odgovarajuće vrijednosti veće ili manje mjerne jedinice2. rabiti formule za opseg i površinu osnovnih geometrijskih oblika u ravnini3. povezati Pitagorin poučak i pravokutni trokut u jednostavnijim zadacima iz planimetrije4. primijeniti proporcionalnost veličina i sličnost trokuta5. rabiti svojstva kutova6. rabiti trigonometriju pravokutnog trokuta <p>Osnove podataka</p> <ol style="list-style-type: none">1. prikupiti podatke iz primarnih izvora
--	---

	<p>2. klasificirati prikupljene podatke iz primarnih izvora</p> <p>3. predočiti prikupljene podatke pomoću linijskog i stupčastog dijagrama</p>
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Osnove brojeva	<p>Skupovi N, Z, Q i R</p> <p>Računske operacije u skupu R (zbrajanje, oduzimanje, množenje, dijeljenje, potenciranje s cjelobrojnim eksponentom, korjenovanje)</p> <p>Apsolutna vrijednost realnog broja</p> <p>Brojevni pravac</p> <p>Vrijednosti sinusa, kosinusa i tangensa u pravokutnom trokutu</p> <p>Procjena i zaokruživanje</p>
Osnove algebre i funkcija	<p>Postotci, omjeri i razmjeri</p> <p>Potencije i korijeni</p> <p>Algebarski izrazi i algebarski razlomci</p> <p>Linearne jednadžbe i sustavi jednadžbi</p> <p>Linearne nejednadžbe</p> <p>Linearna funkcija</p>
Osnove oblika i prostora	<p>Pravokutni koordinatni sustav u ravnini</p> <p>Sukladnost i sličnost</p> <p>Pravokutni trokut</p> <p>Geometrijski oblici u ravnini</p>
Osnove mjerenja	<p>Mjerne jedinice</p> <p>Geometrijski oblici u ravnini – opseg i površina, Pitagorin poučak, poučak o obodnom i središnjem kutu, Talesov poučak i svojstva zbroja unutarnjih kutova trokuta, četverokuta i mnogokuta</p> <p>Trigonometrija pravokutnog trokuta</p>
Osnove podataka	Prikupljanje, obrada i predočavanje podataka
Napomene:	<p>Matematički procesi (prikazivanje i komunikacija, povezivanje, logičko mišljenje, argumentiranje i zaključivanje, rješavanje problema i matematičko modeliranje, primjena tehnologije) ne poučavaju se kao zasebne nastavne cjeline već se ostvaruju pri poučavanju i učenju konkretnih matematičkih sadržaja.</p>
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: predavačka metoda, metoda dijaloga, heuristička metoda, problemska metoda, programirana metoda, demonstracijska metoda i istraživačka metoda.</p> <p>Oblici: frontalni oblik nastave, diferencirana nastava, individualizirana nastava, problemska nastava, programirana nastava, egzemplarna nastava, mentorska nastava, demonstracijska nastava.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost i razumijevanje sadržaja (usmenim i pisanim načinom, individualnim učenjem, kooperativnim ili suradničkim učenjem, projektnom nastavom, istraživačkim učenjem, seminarskim radom, e-učenjem).</p> <p>Oblici: primjena znanja, aktivnost (domaće zadaće, seminarski rad, istraživanje, suradnja u nastavi i dr.).</p>
Literatura	
Literatura za	Prema Katalogu odobrenih udžbenika i drugih nastavnih sredstava

polaznike:	Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.
------------	--

Naziv nastavnog predmeta: **MATEMATIKA**

Razred: **drugi (2.)**

<p>U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<p>Osnove brojeva:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. primijeniti definiciju logaritma i osnovna svojstva računskih operacija s logaritmima u računski jednostavnijim situacijama <p>Osnove algebre i funkcija:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. riješiti jednostavnu kvadratnu jednadžbu i nejednadžbu te odrediti karakteristične točke kvadratne funkcije 2. odrediti vrijednosti eksponencijalne funkcije i rješenja eksponencijalne jednadžbe <p>Osnove oblika i prostora:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. proučiti osnovne geometrijske oblike u prostoru i njihova svojstva <p>Osnove mjerenja:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. primijeniti formule za oplošje i obujam geometrijskih oblika u prostoru <p>Osnove podataka:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. objasniti prikupljene i prikazane podatke 2. odrediti aritmetičku sredinu prikupljenih podataka
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Osnove brojeva</p>	<p>Logaritam pozitivnog broja</p>
<p>Osnove algebre i funkcija</p>	<p>Kvadratna jednadžba Kvadratna funkcija Kvadratna nejednadžba Eksponencijalna funkcija Eksponencijalna jednadžba</p>
<p>Osnove oblika i prostora</p>	<p>Geometrija prostora</p>
<p>Osnove mjerenja</p>	<p>Geometrijski oblici u prostoru – oplošje i obujam</p>
<p>Osnove podataka</p>	<p>Analiza prikupljenih i obrađenih podataka Vjerojatnost</p>
<p>Napomene:</p>	<p>Matematički procesi (prikazivanje i komunikacija, povezivanje, logičko mišljenje, argumentiranje i zaključivanje, rješavanje problema i matematičko modeliranje, primjena tehnologije) ne poučavaju se kao zasebne nastavne cjeline već se ostvaruju pri poučavanju i učenju konkretnih matematičkih sadržaja.</p>
<p>Ostalo</p>	
<p>Metode i oblici rada:</p>	<p>Metode: predavačka metoda, metoda dijaloga, heuristička metoda, problemska metoda, programirana metoda, demonstracijska metoda i istraživačka metoda. Oblici: frontalni oblik nastave, diferencirana nastava, individualizirana nastava, problemska nastava, programirana nastava, egzemplarna nastava, mentorska nastava, demonstracijska nastava.</p>

	Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost i razumijevanje sadržaja (usmenim i pisanim načinom, individualnim učenjem, kooperativnim ili suradničkim učenjem, projektnom nastavom, istraživačkim učenjem, seminarskim radom, e-učenjem). Oblici: primjena znanja, aktivnost (domaće zadaće, seminarski rad, istraživanje, suradnja u nastavi i dr.).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu odobrenih udžbenika i drugih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

2.2.2. Obvezni strukovni moduli

Naziv modula	KOZMETIČKI PREPARATI I PROCESI
Popis strukovnih jedinica ishoda učenja iz standarda kvalifikacije	Pripravci za njegu kože Aromakozmetička njega kože
Kako učiti i raditi s ovim modulom	
Cilj modula:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ prepoznati, razlikovati, odabrati i predložiti pripravke za njegu kože lica i tijela ▪ pripremiti i primijeniti odgovarajući kozmetički pripravak ▪ koristiti stručni jezik u opisu pripravaka i indikacija za korištenje pripravaka
Opis modula:	<p>Kozmetički preparati i procesi je modul koji se temelji na izučavanju pripravaka za njegu kože kao i aromakozmetičkoj njezi kože kojoj su osnova spomenuti pripravci.</p> <p>Izučavanjem ovog modula polaznici stječu znanja o sastavu pripravaka za njegu kože, sposobni su razlikovati laboratorijski pribor, pravilno skladištiti i čuvati pripravke, razlikovati bazna i eterična ulja kao i ljekovito bilje te iskazati osnovne principe nutricionizma.</p> <p>Polaznici su sposobni primijeniti pravila rada u laboratoriju, koristiti pripravke za njegu kože na propisan i pravilan način, primijeniti ciljanu kombinaciju aromakozmetičkih pripravaka i savjetovati klijenta o svakodnevnim postupcima njege i nutricionizmu.</p>
Nastavni predmeti koji se izvode u ovom modulu:	<p>Primijenjena kemija (1. razred, 2 sata, 4 boda)</p> <p>Kozmetologija (2. razred, 2 sata, 4,5 bodova)</p> <p>Kozmetologija (3. razred, 2 sata, 4,5 bodova)</p> <p>Kozmetologija (4. razred, 2 sata, 6 bodova)</p> <p>Ljekovito bilje s botanikom (2. razred, 2 sata, 4,5 bodova)</p> <p>Nutricionizam (4. razred, 2 sata, 6 bodova)</p>

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenjaNaziv nastavnog predmeta: **PRIMIJEJENA KEMIJA**Razred: **prvi (1.)**

U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none">1. razlikovati pripravke za njegu kože2. razlikovati sastav te način pripravljanja i korištenja pripravaka3. razlikovati laboratorijski pribor4. primijeniti pravila rada u laboratoriju
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Tvari	Vrste tvari (homogene, heterogene) Element, spoj, smjesa Agregatna stanja tvari Simboli i formule, stehiometrijski koeficijenti Kemijske promjene tvari
Struktura atoma i periodni sustav elemenata	Struktura atoma Elementarne čestice Struktura, veličina i masa atoma Relativna atomska masa Izotopi Mol tvari Elektronski omotač Suvremeni periodni sustav elemenata i struktura atoma Elektronegativnost
Veze između atoma i molekula	Vrste kemijskih veza Ionska veza, ioni i valencije Ionski kristali Kovalentna veza Atomski kristali Molekulski kristali Polarnost molekula Vodikova veza
Glavne vrste kemijskih spojeva	Oksidi Kiseline Baze pH i indikatori Neutralizacija Soli
Otopine	Otopine – vrste, zasićenost, koncentracija Izražavanje sastava otopina: maseni i volumni udio tvari Osnove kemijskog računa Voda - vrste, sastav, tvrdoća
Osnove elektrokemije	Elektroliti i neelektroliti Vodljivost Elektroliza
Upoznavanje s laboratorijem za kozmetologiju Laboratorijsko posuđe i pribor (vježbe)	Pravila reda, rada i održavanje čistoće laboratorija Instalacije, oprema, pribor, kemikalije Specifičnost uređenja i rada u laboratoriju za kozmetologiju Mjere opreza pri radu Pružanje prve pomoći Upoznavanje laboratorijskog posuđa i pribora

	Pranje laboratorijskog posuđa i pribora Pranje masnog posuđa i pravilno odlaganje otpada
Osnovne laboratorijske tehnike (vježbe)	Osnovne laboratorijske tehnike rada: usitnjavanje, mjerenje temperature, odmjeravanje volumena, vaganje, zagrijavanje – izravno i neizravno: plamenici, vodena kupelj Tehnike rada s priborom i supstancijama koje se koriste u pripremi kozmetičkih pripravaka
Metode odvajanja smjesa (vježbe)	Filtracija Destilacija Ekstrakcija Demineralizacija
Prave otopine, suspenzije i priprema otopina masenog i volumnog udjela (vježbe)	Otopine, otapanje, topljivost Nezasićene, zasićene i prezasićene otopine Suspenzije Organska i anorganska otapala Otapanje organskih i anorganskih supstancija u organskim i anorganskim otapalima Suspenzije Suspenzijski koeficijent
Koloidne otopine u kozmetologiji (vježbe)	Koloidne otopine Emulzije ; mlijeko – mliječni losioni sapunica - pjena za brijanje želatina – sol i gel mjerenje gustoće otopina
pH i indikatori (vježbe)	Kiseline, lužine pH i indikatori Određivanje pH otopina pomoću univerzalnog indikatorskog papira
Elektrokemija (vježbe)	Elektroliza Mjerenje vodljivosti različitim otopinama
Napomene:	Nastavni se proces 50 % vremena izvodi praktično radi zadovoljenja kriterija izvedbe navedenog ishoda, a 50 % služi za povezivanje usvojenih sadržaja s teorijskim spoznajama i praktičnom primjenom. U realizaciji vježbi razredni odjel dijeli se u skupine od 10 do 14 polaznika.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja provjera domaćih uradaka, kontrolne zadaće. Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere. Oblici: usmena provjera, pisana provjera, te prepoznavanje stručnih pojmova.
Literatura	

Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.
--------------------------	---

Naziv nastavnog predmeta: **KOZMETOLOGIJA**

Razred: **drugi (2.)**

<p>U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. razlikovati pripravke za njegu kože 2. razlikovati sastav te način pripravljanja i korištenja pripravka 3. pripremiti za korištenje odgovarajuće pripravke za njegu kože 4. koristiti pripravke za njegu kože na propisan i pravilan način 5. skladištiti i čuvati pripravke u propisanom roku uporabe i na pravilan način 6. pripremiti aromakozmetičke pripravke za tretman poštivajući propisane koncentracije eteričnih ulja 7. primijeniti ciljanu kombinaciju aromakozmetičkih pripravaka
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Uvod u organsku kemiju</p>	<p>Klasifikacija organskih spojeva Funkcionalne skupine Struktura C-atoma</p>
<p>Ugljikovodici</p>	<p>Ugljikovodici – klasifikacija Alkani – struktura, nomenklatura, kemijske reakcije Alkani u svakodnevnom životu Cikloalkani – struktura, nomenklatura Halogenalkani Alkeni – struktura, nomenklatura Alkini – struktura, nomenklatura Reakcije adicije na dvostruku i trostruku vezu Areni – struktura benzena, kemijska svojstva arena Areni u svakodnevnom životu</p>
<p>Nafta</p>	<p>Nafta – nastanak, sastav, frakcijska destilacija Parafin, vazelin – svojstva, upotreba</p>
<p>Organski spojevi s kisikom</p>	<p>Alkoholi – struktura, podjela, nomenklatura, fizikalna i kemijska svojstva Važniji alkoholi: metanol, etanol, glicerol Viši masni alkoholi Fenoli – struktura, nomenklatura, svojstva Eteri – struktura, nomenklatura, svojstva Aldehidi – struktura, nomenklatura, svojstva Ketoni – struktura, nomenklatura, svojstva Organske kiseline Više masne kiseline Sapuni – saponifikacija Esteri – svojstva i primjena Masti i ulja – struktura i svojstva, predstavnici Katalitičko hidrogeniranje Voskovi – svojstva, predstavnici</p>
<p>Polimerizacija</p>	<p>Polimeri – polimerizacija</p>
<p>Biološki važni spojevi – bioaktivne tvari</p>	<p>Ugljikohidrati – monosaharidi, disaharidi, polisaharidi Bjelančevine (kolagen, elastin) Enzimi (fermenti) i koenzimi Vitamini Hormoni i fitohormoni</p>

	<p>Liposomi Feromoni Djelotvorni kompleksi (ekstrakti placente, matična mliječ)</p>
<p>Sirovine za izradu kozmetičkih pripravaka i aktivne tvari u kozmetičkim pripravcima</p>	<p>Uvod u kozmetologiju – definicija Sirovine u kozmetičkim preparatima – podjela Otapala – anorganska, organska Podloge u kozmetičkim pripravcima - masne, nemasne Masne podloge – gelovi ugljikovodika, silikonski gelovi, lipogeli Zamjene za prirodne masne podloge Nemasne podloge Hidrogelovi – ugušivači Stvaratelji gela prirodnog, polusintetskog i mineralnog podrijetla Sintetičke makromolekularne supstance Makrogelovi (Carbowaxi) Emulgatori Konzervansi Antioksidansi Humektansi Boje i pigmenti Mirisi Djelovanje pojedinih aktivnih tvari: adstringensi, adsorbenti, antiflogistici, baktericidi i bakteriostatici, fungicidi i fungistatici, keratolitici, keratoplastici, repelenti</p>
<p>Laboratorijsko posuđe i pribor</p>	<p>Laboratorijsko posuđe i pribor</p>
<p>Sastav organskih tvari</p>	<p>Kvalitativno dokazivanje sastava organskih tvari Dokazivanje C, H, N, O u organskim spojevima</p>
<p>Vrste organskih spojeva</p>	<p>Organske kiseline Dobivanje i svojstva octene kiseline Dokazivanje mliječne kiseline u kiselom mlijeku Izolacija limunske kiseline iz limuna Više masne kiseline Izolacija masne kiseline iz sapuna Masti, ulja, voskovi Razlaganje masti Izolacija masti iz oraha i kikirikija Alkoholi Termička razgradnja glicerola Saponifikacija i sapuni Izrada natrijeva i kalijeve sapuna Luksuzni sapuni</p>
<p>Sirovine za izradu kozmetičkih pripravaka</p>	<p>Pčelinji proizvodi Izrada prirodnog pilinga od meda i morske soli Hidrogelovi – ugušivači Izolacija škroba iz krumpira Dobivanje sluzi iz bijelog sljeza ili dinje Boje Izolacija boja iz prirodnih materijala – klorofil, karotenoidi Izolacija flavona iz cikle</p>
<p>Napomene:</p>	<p>Nastavni se proces 33 % vremena izvodi praktično radi zadovoljenja kriterija izvedbe navedenog ishoda, a 67 % služi za povezivanje usvojenih sadržaja s teorijskim spoznajama i praktičnom primjenom. U realizaciji vježbi razredni odjel dijeli se u skupine od 10 do 14</p>

	polaznika.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: verbalne (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode.</p> <p>Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu.</p> <p>Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće.</p> <p>Primjena sadržaja - usmena provjera znanja provjera domaćih uradaka, kontrolne zadaće.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere.</p> <p>Oblici: usmena provjera, pisana provjera, te prepoznavanje stručnih pojmova.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **KOZMETOLOGIJA**

Razred: **treći (3.)**

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. razlikovati sastav te način pripravljanja i korištenja pripravka 2. identificirati sastav i djelovanje pripravaka za tretiranje i njegu kože 3. pripremiti za korištenje odgovarajuće pripravke za njegu kože 4. koristiti pripravke za njegu kože na propisan i pravilan način 5. skladištiti i čuvati pripravke u propisanom roku upotrebe i na pravilan način 6. razlikovati bazna i eterična ulja za njegu kože 7. pripremiti aromakozmetičke pripravke za tretman poštivajući propisane koncentracije eteričnih ulja 8. primijeniti ciljanu kombinaciju aromakozmetičkih pripravaka
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Disperzni sustavi Prave otopine Suspenzije Emulzije</p>	<p>Pripremanje otopina masenog i volumnog udjela koje su potrebne za preparacije (etanol, borna kiselina i dr.) Suspenzije Tekući puderi i puder kreme Emulzije - izgled, nastajanje, tipovi emulzija Emulgatori: kationaktivni, anionaktivni, neionogeni, amfoterni, kompleksni emulgatori</p>
<p>Ekstraktivni pripravci</p>	<p>Ekstraktivni pripravci Ekstrakcija i ekstraktivna sredstva Macerati, infuzi, dekoti Etanolne iscrpine biljnih droga - tinkture Uljne iscrpine biljnih droga Areni u svakodnevnom životu</p>
<p>Ulja</p>	<p>Bazna ulja - vrste i djelovanje</p>
<p>Eterična ulja</p>	<p>Eterična ulja – izvori, načini dobivanja, svojstva i djelovanje. Dobivanje eteričnih ulja destilacijom vodenom parom. Aromatične kupke, ulja za masažu</p>
<p>Masti i kreme</p>	<p>Masti Kreme – vrste, svojstva i namjena Kreme za čišćenje kože: emulgirane i bezvodne Kreme za njegu kože: dnevne, noćne, hidratantne, za hlađenje (Cold cream) Kreme za specifične namjene</p>
<p>Paste</p>	<p>Paste</p>
<p>Puderi</p>	<p>Puderi (posipi, prašci)</p>
<p>Losioni</p>	<p>Losioni – vrste, svojstva i namjena Adstringentni, emolientni, hidratantni losioni Tonici</p>
<p>Gelovi</p>	<p>Gelovi (želei) - stvaratelji gela, vrste i svojstva gelova</p>
<p>Tlačni kozmetički pripravci</p>	<p>Tlačni kozmetički pripravci Sastav i vrste aerosola</p>
<p>Kozmetičke maske</p>	<p>Maske - oblici, sastav, djelovanje na pojedine tipove kože Maske za čišćenje kože: hidratantne, umirujuće, hranjive, za</p>

	<p>regeneriranje, za izbjeljivanje, mineralne, peel-off maske, parafinske maske Pakunzi Ljekovita blata Maske s algama Maske za kućnu upotrebu</p>
Napomene:	U realizaciji vježbi razredni odjel dijeli se u skupine od 10 do 14 polaznika.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: verbalne (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode.</p> <p>Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu.</p> <p>Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće.</p> <p>Primjena sadržaja - usmena provjera znanja provjera domaćih uradaka, kontrolne zadaće.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere.</p> <p>Oblici: usmena provjera, pisana provjera te prepoznavanje stručnih pojmova.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **KOZMETOLOGIJA**

Razred: **četvrti (4.)**

<p>U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. razlikovati način pripravljanja i korištenja pripravka 2. pripremiti za korištenje odgovarajuće pripravke za njegu kože 3. koristiti pripravke za njegu kože na propisan i pravilan način 4. skladištiti i čuvati pripravke u propisanom roku upotrebe i na pravilan način 5. razlikovati bazna i eterična ulja za njegu kože 6. pripremiti aromakozmetičke pripravke za tretman poštivajući propisane koncentracije eteričnih ulja 7. primijeniti ciljanu kombinaciju aromakozmetičkih pripravaka
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Aktivne tvari biljaka i njihovo djelovanje na kožu</p>	<p>Eterična ulja, voćne kiseline, glikozidi, saponini, tanini, biljne sluzi, silicijeva kiselina, vitamini Aromatične kupke Odoriranje prostora</p>
<p>Herbalna kozmetika</p>	<p>Biljne droge u kozmetičkim pripravcima Kreme, mlijeka, losioni, tonici, gelovi, pilinzi, kupke i maske na bazi bilja</p>
<p>Pripravci za čišćenje kože i održavanje čistoće tijela</p>	<p>Kupke. Soli za kupanje Ulja Dezodoransi i antiperspiransi Pripravci za intimnu higijenu</p>
<p>Pripravci za njegu ruku i nogu</p>	<p>Kreme, losioni, gelovi, posipi, tlačni pripravci Pripravci za njegu i očvršćivanje nokata</p>
<p>Depilatori</p>	<p>Adhezivna sredstva – voskovi Kemijski depilatori</p>
<p>Piling - pripravci za ljuštenje kože</p>	<p>Mehanički i kemijski piling AHA-alfa-hidroksi kiseline, voćne kiseline</p>
<p>Pripravci za njegu zrele kože</p>	<p>Pripravci za regeneraciju kože Kreme protiv bora Prirodni antioksidansi</p>
<p>Pripravci dječje kozmetike</p>	<p>Kreme, losioni, posipi</p>
<p>Pripravci muške kozmetike</p>	<p>Sapuni i pjene za brijanje, losioni za prije brijanja i poslije brijanja, puderi, kreme i balzami</p>
<p>Pripravci za zaštitu kože</p>	<p>Pripravci za zaštitu od UV-zraka Insektni repelenti Prirodni repelenti</p>
<p>Kozmetičko-medicinski pripravci</p>	<p>Pripravci za njegu kože s aknama</p>
<p>Pripravci za njegu kože s celulitom</p>	<p>Pripravci na bazi bilja Alge i ljekovito blato</p>
<p>Pripravci s</p>	<p>Parfemi i toaletne vode</p>

mirisnom komponentom	Kolonjske vode Čvrsti mirisi
Dekorativna kozmetika	Podloge za šminku Puderi - vrste, sastav, djelovanje Ruževi, olovke i sjajila za usnice Sjenila za očne kapke Maskare Lakovi za nokte i odstranjivači lakova za nokte
Hipoalergena kozmetika	Nusdjelovanje kozmetičkih pripravaka i kozmetička sredstva koja ih mogu izazvati
Standardi i pravilnici u kozmetici	Deklaracija kozmetičkog proizvoda Farmakopeja
Industrijska proizvodnja kozmetike	Domaći i strani proizvođači kozmetike
Napomene:	U realizaciji vježbi razredni odjel se dijeli u skupine od 10 do 14 polaznika.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja provjera domaćih uradaka, kontrolne zadaće. Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere. Oblici: usmena provjera, pisana provjera te prepoznavanje stručnih pojmova.
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **LJEKOVITO BILJE S BOTANIKOM**

Razred: **drugi (2.)**

<p>U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. razlikovati način pripravljanja i korištenja pripravka 2. pripremiti za korištenje odgovarajuće pripravke za njegu kože 3. koristiti pripravke za njegu kože na propisani i pravilan način 4. pravilno skladištiti i čuvati pripravke u propisanom roku upotrebe 5. razlikovati bazna i eterična ulja za njegu kože 6. pripremiti aromakozmetičke pripravke za tretman poštivajući propisane koncentracije eteričnih ulja 7. primijeniti ciljanu kombinaciju aromakozmetičkih pripravaka
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Citologija i morfologija biljaka</p>	<p>Osnovna obilježja biljnih organizama Građa biljne stanice Biljna tkiva Biljni organi: korijen, stabljika, list, cvijet i plod</p>
<p>Sistematika bilja</p>	<p>Osnovni pojmovi Prokarioti: bakterije i modrozelenne alge Alge Gljive i lišaji Mahovine Papratnjače Golosjemenjače Kritosjemenjače</p>
<p>Korisno i ljekovito bilje</p>	<p>Definicija biljne droge Sušenje i čuvanje droga Upute za izradu herbarija</p>
<p>Biljne droge</p>	<p>Droge sa silicijevom kiselinom Droge s voćnim kiselinama Droge s ugljikohidratima Droge sa sluzima Eterična ulja – svojstva i dobivanje Droge s eteričnim uljima – anetol, eugenol, geraniol Droge s mentolom Droge s cineolom Droge citrus vrsta Droge s tujonom Droge s azulenom Smole, balzami i mliječni sokovi Voskovi Droge s glikozidima: fenolski glikozidi, flavonoidi Tioheterozidi Antracenski heterozidi Kardiotonični glikozidi Saponini Droge s trjeslovinama Alkaloidi: porodica Solanaceae Droge s kofeinom</p>

	Alkaloidi opijata Marihuana i hašiš
Hrvatsko ljekovito bilje	Posjet Botaničkom vrtu u Zagrebu. Hrvatsko ljekovito bilje
Simptomatsko djelovanje biljnih droga	Djelovanje biljnih droga na kožu, živčani sustav, dišne putove, reproduktivni sustav
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja provjera domaćih uradaka, kontrolne zadaće. Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere, praćenje izrade herbarija. Oblici: usmena provjera, pisana provjera, te prepoznavanje stručnih pojmov.
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **NUTRICIONIZAM**

Razred: **četvrti (4.)**

U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none"> 1. objasniti tijek kućne njege i pomoćnih postupaka 2. savjetovati klijenta o svakodnevnim postupcima za održavanje rezultata
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Uvod u dijetetiku	Prehrana kroz povijest Genetski modificirana hrana Poremećaji prehrane Uloga hrane u nastanku bolesti Anatomija probavnog sustava Osnove fiziologije probave
Hranjive tvari	Bjelančevine – uloga, podjela i izvori Probava bjelančevina i dnevne potrebe Ugljikohidrati – uloga, podjela i izvori Probava ugljikohidrata i dnevne potrebe Lipidi – uloga, podjela i izvori Probava lipida i dnevne potrebe Vitamini - uloga, podjela i izvori Minerali – uloga i izvori Elementi u tragovima – uloga i izvori Voda i njezina važnost za organizam
Živežne namirnice	Meso i riba Jaja Izvori lipida Mlijeko i mliječni proizvodi Žitarice Voće i voćne preradevine Povrće Med i slatkiši Bezalkoholna i alkoholna pića Stimulansi: čaj, kava, kakao, čokolada Sol i začini Dodaci prehrani – koncentracije bjelančevina i ugljikohidrata s metabolitima
Higijena namirnica, čuvanje i pripremanje hrane	Sanitarni nadzor nad živežnim namirnicama Čuvanje hrane od zagađenja i kvarenja Fizikalne metode konzerviranja hrane Kemijske i biološke metode konzerviranja hrane Pripremanje hrane
Prehrambene potrebe i navike	Navike uzimanja jela Energetske potrebe organizma Izračunavanje energetske potrebe organizma Odabir namirnica Priprema dnevnog jelovnika
Dijetoterapija	Piramida zdrave prehrane Vegetarijanska prehrana Makrobiotička prehrana Visokokalorična i redukcijska dijeta
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.

Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: verbalne (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode.</p> <p>Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu.</p> <p>Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće.</p> <p>Primjena sadržaja - usmena provjera znanja provjera domaćih uradaka, kontrolne zadaće.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere.</p> <p>Oblici: usmena provjera, pisana provjera, te prepoznavanje stručnih pojmova.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv modula	KOZMETIKA U PRIMJENI
Popis strukovnih jedinica ishoda učenja iz standarda kvalifikacije	Tretmani njege lica Tretmani njege tijela Aparativna njega lica i tijela Depilacija lica i tijela i estetsko tretiranje dlačica Njega ruku i stopala i oblikovanje noktiju Kozmetičke masažne tehnike Dekorativna kozmetika
Kako učiti i raditi s ovim modulom	
Cilj modula:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ provesti kozmetičku dijagnostiku kože ▪ odabirati preparate i aparate ▪ negovati kožu lica i tijela ▪ korigirati i nijansirati obrve, bojiti trepavice ▪ koristiti nekoliko metoda depilacije ▪ koristiti stručni jezik u komunikaciji sa suradnicima i korisnicima usluge ▪ aplicirati dekorativnu dnevnu i večernju šminku ▪ identificirati individualne stavove o sklonosti vlastitom napretku i cjeloživotnom učenju i usavršavanju
Opis modula:	<p>Kozmetika u primjeni je modul koji se temelji na izučavanju i primjenu pravila rada i postupanja s klijentom u raznim segmentima kozmetičarskog poslova – od prihvata klijenta, procjene kože i starenja do primjene odgovarajućih kozmetičkih i dekorativnih pripravaka pazeći pri tom da se isti postupci prilagode svakom klijentu ponaosob.</p> <p>Izučavanjem ovog modula polaznici stječu znanja o tipovima i starenju kože, sposobni su prepoznati bakterijske, parazitne, gljivične i alergijske bolesti, kontraindikacije za tretman, ciste, tumore kože, imunološke reakcije, spolno prenosive bolesti kao i bolesti vezivnog i potkožnog tkiva, sposobni su razlikovati pripravke i postupke njege kože u tretmanu, zdepilaciju, estetsko tretiranje dlačica, preparate za njegu kože, make-up pripravke i pribor te prilagoditi make-up osobnosti svakog klijenta.</p> <p>Polaznici su sposobni demonstrirati oštećenja kože, održavati visok stupanj higijene pribora i opreme, primjenjivati propise zaštite na radu, pripremiti sebe, radni prostor i klijenta za tretman, kombinirati pripravke sukladno pravilima struke, istražiti subjektivne i objektivne potrebne klijenta, odabrati odgovarajuće pripravke sukladno tipu kože i starenje, depilirati tijelo, tretirati trepavice i obrve te izvesti posttretmansku dezinfekciju i njegu tretiranog područja, koristiti i održavati aparate za njegu kože te savjetovati klijenta o postaparativnoj njezi, primjenjivati make-up poštujući pravila korekcije lica, održavati pribor te savjetovati klijenta o svakodnevnoj</p>

	<p>aplikaciji ciljanih dekorativnih pripravaka.</p> <p>Anatomija i fiziologija (2. razred, 2 sata, 4,5 bodova)</p> <p>Dermatologija (3. razred, 2 sata, 4,5 bodova)</p> <p>Dermatologija (4. razred, 1 sat, 2 boda)</p> <p>Medicinska mikrobiologija (3. razred, 2 sata, 4,5 bodova)</p> <p>Primijenjena kozmetika (1. razred, 2 sata, 4 boda)</p> <p>Primijenjena kozmetika (2. razred, 3 sata, 6 bodova)</p> <p>Primijenjena kozmetika (3. razred, 3 sata, 6 bodova)</p> <p>Primijenjena kozmetika (4. razred, 3 sata, 6 bodova)</p> <p>Dekorativna kozmetika (3. razred, 2 sata, 4,5 bodova)</p>
Nastavni predmeti koji se izvode u ovom modulu:	

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenjaNaziv nastavnog predmeta: **ANATOMIJA I FIZIOLOGIJA**Razred: **drugi (2.)**

U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none">1. razlikovati tipove i stanja kože2. identificirati mikroskopsku građu kože, te fiziologiju i funkciju kože i njenih adneksa3. opisati anatomske građu i fiziologiju tijela u cjelini
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Uvod	Ravnine tijela Tkiva
Kosti i zglobovi	Građa i podjela kostiju Kosti glave Kosti trupa Kosti ramenog obruča Kosti gornjih ekstremiteta Kosti donjih ekstremiteta Zglobovi
Mišići	Građa i podjela mišića Fiziologija mišićnog sustava Mišići glave Mišići vrata Mišići leđa Mišići prsnog koša Mišići trbuha Mišići gornjih udova Mišići donjih udova
Živčani sustav	Anatomija i fiziologija živčanog sustava Podjela živčanog sustava Refleksi
Osjetilni sustav	Osjetila i osjeti Osjetilo vida Osjetila sluha i ravnoteže Osjetila mirisa i okusa
Endokrini sustav	Uloga i fiziologija endokrinog sustava Žlijezde s unutarnjim izlučivanjem
Krv	Sastav krvi
Krvožilni i limfni sustav	Srce – anatomija i fiziologija Krvne žile Limfni sustav
Imunološki sustav	Imunološki sustav Imunološke reakcije Imunizacija
Dišni sustav	Dišni sustav Fiziologija disanja
Tjelesne tekućine i bubrezi	Tjelesne tekućine i njihove uloge. Mokraćni sustav Građa i funkcija bubrega
Spolni sustav	Muški spolni organi Ženski spolni organi

	Spolni hormoni Menstruacijski ciklusi
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja provjera domaćih uradaka, kontrolne zadaće. Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere. Oblici: usmena provjera, pisana provjera, te prepoznavanje stručnih pojmova.
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **DERMATOLOGIJA**

Razred: **treći (3.)**

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. identificirati mikroskopsku građu kože, te fiziologiju i funkciju kože i njenih adneksa 2. prepoznati bakterijske, parazitarne, gljivične i alergijske bolesti kože i kožnih adneksa 3. prepoznati dermatološke probleme na koži 4. odrediti tip i stanje kože 5. prepoznati kontraindikacije za tretman
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Uvod</p>	<p>Dermatologija: definicija i značaj Koža kao najveći organ Morfologija kože</p>
<p>Mikroskopska anatomija kože</p>	<p>Slojevi kože: epidermis, dermis, subcutis Živci kože Krvne žile kože Žlijezde lojnice Žlijezde znojnice Mirisne žlijezde, mliječna žlijezda Dlaka Nokat</p>
<p>Fiziologija kože</p>	<p>Zaštitna funkcija kože Ostale funkcije kože (termoregulacija, osjetni organ, imunološki organ, organ metabolizma, resorpcijski organ) Starenje kože</p>
<p>Opća patologija kože</p>	<p>Izgled bolesne kože, eflorescencije Eflorescencija u razini kože Eflorescencija iznad razine kože Eflorescencija ispod razine kože Dijagnoza i terapija kožnih bolesti</p>
<p>Bakterijske infekcije kože</p>	<p>Epidermalne piodermije: Impetigo contagiosa, Perleche Folikularne piodermije: Folliculitis simplex, Furunculus, Carbunculus Piodermije žlijezda znojnica Erizipel Tuberkuloza kože</p>
<p>Gljivične bolesti kože</p>	<p>Saprofitije, Pytiriasis versicolor Dermatofitoze: uzročnici, patogeneza, izgled promjena na koži, vlasištu, noktima i između prstiju Kandidijaza</p>
<p>Virusne bolesti kože</p>	<p>Herpes simplex virusi (tip I i tip II) Herpes zoster Bradavice</p>
<p>Parazitarne bolesti kože</p>	<p>Svrab Ušljivost</p>
<p>Bolesti adneksa kože</p>	<p>Sebastaza, seboreja Seborejički dermatitis Akne (uzroci nastanka, oblici, terapija) Rosacea</p>

	Bolesti žlijezda znojnica Bolesti kose i vlasišta: ožiljne i neožiljne alopecije Bolesti nokta: onihoze, upalne bolesti
Poremećaji u pigmentaciji kože	Hiperpigmentacije: sunčeve pjege, trudničke pjege Hipopigmentacije: vitiligo, albinizam
Bolesti krvnih žila	Poremećaji u venskoj cirkulaciji donjih ekstremiteta Proširene vene Vaskulitisi, purpure
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja provjera domaćih uradaka, kontrolne zadaće. Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere. Oblici: usmena provjera, pisana provjera, te prepoznavanje stručnih pojmova.
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **DERMATOLOGIJA**

Razred: **četvrti (4.)**

U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none"> 1. demonstrirati na primjeru oštećenja kože nastala fizikalnim i mehaničkim faktorima 2. prepoznati ciste, nevise, benigni i maligni tumor kože 3. prepoznati imunološke reakcije na koži 4. prepoznati spolne bolesti, bolesti vezivnog i potkožnog tkiva
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Oštećenja kože fizikalnim i mehaničkim faktorima	Fotodermatoze – uvod Klasifikacija fotodermatoza: solarni dermatitis, fototoksični dermatitis, fotoalergijski kontaktni dermatitis Mehanička oštećenja kože Toplinska oštećenja kože: opekline i smrzotine
Tumori	Ciste Nevusi Benigni tumori kože Maligni tumori kože: karcinomi, melanom
Bolesti kože uzrokovane imunološkim reakcijama	Alergijske kožne bolesti Kontaktni alergijski dermatitis Atopijski dermatitis ili neurodermitis Urtikarija
Psorijaza	Psorijaza: patogeneza, provocirajući faktori, klinička slika, terapija
Disvitaminoze na koži	Retinol, vitamini B-kompleksa, askorbinska kiselina, tokoferol
Spolno prenosive bolesti	Sifilis Gonoreja. HPV infekcija Chlamydia trachomatis Genitalni herpes HIV infekcija
Bolesti vezivnog tkiva	Atrofija kože Strije
Bolesti potkožnog tkiva i poremećaji vezivnog tkiva	Pretilost Celulit
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće.

	<p>Primjena sadržaja - usmena provjera znanja provjera domaćih uradaka, kontrolne zadaće.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere.</p> <p>Oblici: usmena provjera, pisana provjera te prepoznavanje stručnih pojmova.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **MEDICINSKA MIKROBIOLOGIJA**

Razred: **treći (3.)**

U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none"> 1. prepoznati bakterijske, parazitarne, gljivične i alergijske bolesti kože i kožnih adneksa, te kontraindikacije za provedbu pedikure 2. održavati higijenu pribora i opreme
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Uvod	Mikrobiologija: značaj i podjela Razvitak mikrobiologije
Morfologija i citologija bakterija	Oblici i veličina bakterija Građa bakterijske stanice
Fiziologija bakterija	Kemijski sastav bakterija Metabolizam bakterija Razmnožavanje i rast bakterija
Djelovanje fizikalnih i kemijskih čimbenika na mikroorganizme	Antimikrobni i antiparazitski lijekovi Dezinfekcija mehaničkim postupcima Dezinfekcijska sredstva Sterilizacija suhom toplinom Sterilizacija vlažnom toplinom
Epidemiologija zaraznih bolesti	Mikroorganizmi fiziološke flore čovjeka Patogeni mikroorganizmi – infekcija Putovi širenja infekcije Ulazna vrata infekcija Virulencija mikroorganizama Dispozicija domaćina
Imunologija	Nespecifična obrana organizma Druga crta nespecifične obrane Specifična obrana organizma Aktivna i pasivna imunizacija
Uzgoj mikroorganizama u laboratorijskim uvjetima	Uzgoj bakterija u laboratoriju Hranjive podloge Osnovne značajke bakterijskih kolonija Bojanje mikroorganizama
Specijalna bakteriologija	Kugličaste bakterije: stafilokoki, streptokoki, meningokoki, gonokoki Crijevne bakterije: Salmonella, Escherichia coli, Proteus, Clostridium, Mycobacterium
Virologija	Opća svojstva virusa Uzgajanje i način izolacije virusa Patogeneza virusnih bolesti: virusi herpesa, virusi hepatitisa i virusi AIDS-a
Mikologija	Morfologija i fiziologija gljiva Dermatofiti
Parazitologija	Opća svojstva parazita Paraziti (nametnici) čovjeka
Napomene:	Nastavni se proces 50 % vremena izvodi praktično radi zadovoljenja kriterija izvedbe navedenog ishoda, a 50 % služi za povezivanje usvojenih sadržaja s teorijskim spoznajama i praktičnom primjenom. U realizaciji vježbi razredni odjel se dijeli u skupine od 10 do 14 polaznika.

Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode.</p> <p>Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu.</p> <p>Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće.</p> <p>Primjena sadržaja - usmena provjera znanja provjera domaćih uradaka, kontrolne zadaće.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere.</p> <p>Oblici: usmena provjera, pisana provjera te prepoznavanje stručnih pojmova.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **PRIMIENJENA KOZMETIKA**

Razred: **prvi (1.)**

<p>U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. prepoznati tip i stanje kože 2. pripremiti sebe, radni prostor i klijenta 3. poštivati propise o zaštiti na radu 4. razlikovati mlijeko, ulje, gel, pjenu za čišćenje kože, tonike i losione, različite vrste pilinga, ampule, serume i koncentrate, maske, kreme i fluide za njegu kože 5. razlikovati postupke njege kože u tretmanu lica 6. kombinirati pripravke sukladno pravilima struke 7. istražiti objektivne i subjektivne potrebe kože i klijenta 8. odabrati odgovarajuće preparate sukladno tipu i stanju kože
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Uvod u kozmetiku i povijesni razvoj</p>	<p>Definicija kozmetike i njezin povijesni razvoj Uloga kozmetike u svakodnevnom životu, važnost, sadržaj i rutina kozmetičke njege Uloga i odgovornosti učenice kozmetičarke</p>
<p>Higijena u kozmetičkom salonu</p>	<p>Higijena – osobna, radnog mjesta, radnog prostora i sanitarnog čvora Lik i izgled kozmetičarke Radna odjeća i obuća Organizacija radnog prostora i rada Priprema i korištenje potrošnog i pomoćnog materijala Priprema radnog mjesta Zaštita na radu</p>
<p>Osnove komunikacije</p>	<p>Profesionalno ponašanje kozmetičarke u radnom okruženju Komunikacija s klijentom Osnovni elementi konzultacijskog razgovora Komunikacija sa suradnicima</p>
<p>Oprema kozmetičkog salona</p>	<p>Osnovna i pomoćna oprema kozmetičkog salona Potrošni materijal</p>
<p>Osnovni aparati</p>	<p>Osnovni aparati u kozmetici: vapon, visoka frekvencija, lupa, frimotor Rukovanje osnovnim aparatima</p>
<p>Koža</p>	<p>Koža - funkcija i tipovi Pojave koje narušavaju estetski izgled kože Karakteristike pojedinih tipova i stanja kože Određivanje, prepoznavanje i razlikovanje tipova i stanja kože Metodologija i postupci kozmetičke dijagnostike kože</p>
<p>Površinsko čišćenje kože</p>	<p>Vrste kozmetičkih pripravaka za površinsko čišćenje lica, vrata i dekoltea Postupak površinskog čišćenja lica, vrata i dekoltea</p>
<p>Uvod u masaže</p>	<p>Djelovanje masaže Vrste i osnovni pokreti masaže Masažna sredstva Masaža ruku</p>

Kozmetički preparati	Kozmetički preparati - vrste, oblici, djelovanje Izbor preparata prema tipovima i stanjima kože Tehnika aplikacije i uklanjanja kozmetičkih preparata
	U realizacije vježbi razredni odjel dijeli se u skupine od 10 do 14 polaznika.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, pisana provjera znanja. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja. Suradnja u nastavnom procesu - izrada radnih zadataka u paru. Oblici: usmena provjera, demonstracija s individualnim zadacima koje kreira nastavnik.
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **PRIMIENJENA KOZMETIKA**

Razred: **drugi (2.)**

<p>U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. prepoznati tip i stanje kože 2. pripremiti sebe, radni prostor i klijenta 3. poštivati propise o zaštiti na radu 4. razlikovati mlijeko, ulje, gel, pjenu za čišćenje kože, tonike i losione, različite vrste pilinga, ampule, serume i koncentrate, maske, kreme i fluide za njegu kože 5. razlikovati postupke njege kože u tretmanu lica 6. kombinirati pripravke sukladno pravilima struke 7. istražiti objektivne i subjektivne potrebe kože i klijenta 8. odabrati odgovarajuće preparate sukladno tipu i stanju kože 9. odabrati ciljani tretman njege 10. kombinirati tehnike sukladno zahtjevima kože i klijenta 11. identificirati normalnu dlakavost i poremećaje dlakavosti 12. razlikovati pripravke za depilaciju lica i tijela 13. razlikovati postupke depilacije lica i tijela 14. razlikovati pripravke za estetsko tretiranje dlačica 15. razlikovati postupke estetskog tretiranja dlačica 16. depilirati lice i tijelo odabranim metodama i pripravcima 17. bojiti trepavice, nijansirati i korigirati obrve te izvesti minimal trepavica 18. provoditi prateću pripremu i poslijetretmansku dezinfekciju i njegu tretiranog područja 19. savjetovati klijenta o primjeni odgovarajućih ciljanih preparata 20. planirati idući tretman depilacije ili estetskog tretiranja dlačica
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Kozmetička dijagnostika kože s konzultacijskim razgovorom</p>	<p>Dijagnostika tipa i stanja kože Konzultacije oko izbora tretmana Savjetovanje o svakodnevnoj kućnoj njezi Osnovni pristup u određivanju tipa i stanja kože</p>
<p>Dlačice na licu i tijelu i metode depilacije</p>	<p>Prirodna i pojačana dlakavost, te poremećaji dlakavosti Uklanjanje suvišnih dlačica: depilacija i epilacija Kozmetički oblici depilatora i njihovo djelovanje Metode uklanjanja suvišnih dlačica; hladna i topla depilacija voskom, egipatska/šećerna depilacija, depilacija koncem/svilom Pripremni, pomoćni i završni postupci u tretmanima depilacije; dezinfekcija i aplikacija preparata za usporavanje rasta dlačica</p>
<p>Njega obrva i trepavica</p>	<p>Bojanje trepavica i nijansiranje obrva Korekcija obrva prema obliku lica</p>

	Minival trepavica
Masaže za relaksaciju	Relaksacijske masaže - uloga, vrste, pokreti Masaža za relaksaciju leđa. Masaža stopala Masaža vlasišta
Masaža lica vrata i dekoltea	Osnovne tehnike ručne masaže - pokreti u masaži lica, vrata i dekoltea
Piling i maska kao osnove kozmetičke njege	Definicija, vrste i oblici kozmetičkih pripravaka i postupci ljuštenja površinskog sloja kože Mehanički i kemijsko-mehanički piling Postupci rada, ovisno o vrsti pilinga Vrste maski Primjena prikladnih vrsta i oblika maski
Specijalni preparati za njegu kože lica i tijela	Ampule Peel off maske Modelage maske Alge Blata Gline
Osnovni kozmetički tretman	Redoslijed kozmetičkog tretmana za hidrataciju i njegu kože Njega kože primjerena godišnjim dobima Prepoznavanje i odabir prioriteta u njezi kože
Svakodnevna njega tijela	Svakodnevni postupci njege tijela
Napomene:	U realizaciji vježbi razredni odjel dijeli se u skupine od 10 do 14 polaznika.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, pisana provjera znanja. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja. Suradnja u nastavnom procesu - izrada radnih zadataka u paru. Oblici: usmena provjera, demonstracija s individualnim zadacima koje je kreirao nastavnik.
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none">1. prepoznati tip i stanje kože2. pripremiti sebe, radni prostor i klijenta3. poštivati propise o zaštiti na radu4. razlikovati mlijeko, ulje, gel, pjenu za čišćenje kože, tonike i losione, različite vrste pilinga, ampule, serume i koncentrate, maske, kreme i fluide za njegu kože5. razlikovati postupke njege kože u tretmanu lica6. kombinirati pripravke sukladno pravilima struke7. istražiti objektivne i subjektivne potrebe kože i klijenta8. odabrati odgovarajuće preparate sukladno tipu i stanju kože9. odabrati ciljani tretman njege10. kombinirati tehnike sukladno zahtjevima kože i klijenta11. identificirati normalnu dlakavost i poremećaje dlakavosti12. razlikovati pripravke za depilaciju lica i tijela13. razlikovati postupke depilacije lica i tijela14. razlikovati pripravke za estetsko tretiranje dlačica15. razlikovati postupke estetskog tretiranja dlačica16. depilirati lice i tijelo odabranim metodama i pripravcima17. bojiti trepavice, nijansirati i korigirati obrve, te izvesti minival trepavica18. provoditi prateću pripremu i poslijetretmansku dezinfekciju i njegu tretiranog područja19. savjetovati klijenta o primjeni odgovarajućih ciljanih preparata20. planirati idući tretman depilacije ili estetskog tretiranja dlačica21. identificirati mikroskopsku građu kože, te fiziologiju i funkciju kože i njenih adneksa22. prepoznati bakterijske, parazitarne, gljivične i alergijske bolesti kože i kožnih adneksa23. identificirati sastav i djelovanje pripravaka za tretiranje i njegu kože ruku i stopala i noktiju24. razlikovati dekorativne pripravke za uljepšavanje i ukrašavanje noktiju25. razlikovati pribor i aparate za njegu, obradu i nadogradnju noktiju i njegu i obradu kože ruku i stopala26. primijeniti pravilnu tehniku i vrstu preparativne i dekorativne kozmetike za nokte prema stanju, tipu i željama klijenta.27. bilježiti rezultate tretmana
---	---

	<p>28. savjetovati klijenta o kućnoj njezi</p> <p>29. razlikovati osnovne i specifične aparate za njegu kože</p> <p>30. razlikovati učinke i djelovanje aparata za njegu kože</p> <p>31. poštivati propise o zaštiti na radu, posebno povezane s korištenjem aparata</p> <p>32. nabrojiti indikacije i kontraindikacije za korištenje aparata</p> <p>33. odabirati aparate sukladno potrebama kože i željama klijenta</p> <p>34. koristiti na pravilan način aparate za njegu kože</p> <p>35. održavati aparate sukladno uputama proizvođača</p> <p>36. bilježiti rezultate aparativne njege</p> <p>37. savjetovati klijenta o poslijeoperativnoj njezi</p>
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Kozmetička dijagnostika kože i vođenje kartoteke klijenta	<p>Određivanje tipa i stanja kože</p> <p>Savjetodavni razgovor s klijentom</p> <p>Preporuka tretmana</p> <p>Klasično vođenje kartoteke klijenta</p> <p>Važne napomene i podaci u kartonu klijenta</p> <p>Čuvanje privatnosti klijenta</p> <p>Kompjuterski programi koji služe u suvremenoj kozmetičkoj praksi (informativno)</p>
Klasični tretmani lica	<p>Opća priprema za kozmetički tretman</p> <p>Omekšavanje kože lica</p> <p>Čišćenje lica ekspresijom</p> <p>Masaža lica vrata i dekoltea s odabirom tehnike i preparata</p> <p>Završna dezinfekcija i njega prema tipu kože</p> <p>Kozmetički tretman suhe kože</p> <p>Kozmetički tretman mješovite kože</p> <p>Kozmetički tretman mladenačke masne kože</p> <p>Njega aknaste kože</p> <p>Njega zrele kože</p>
Mehaničko čišćenje kože (ekspresijom)	<p>Eflorescencija na koži</p> <p>Omekšavanje kože vodenom parom, toplim oblozima, termo maskom, IC-lampom</p> <p>Ekspresija komedona, akni i milijuma (na leđima, rukama, licu, vratu)</p>
Kemijski i biološki piling	<p>AHA- alfa hidroksi kiseline u postupku ljuštenja kože</p> <p>Koncentracije, djelovanje na kožu, postupak rada</p> <p>Biološki piling -djelovanje, postupak rada</p>
Njega ruku i stopala s obradom noktiju	<p>Higijena nogu i stopala</p> <p>Prepoznavanje gljivičnih promjena na noktima ruku i stopala</p> <p>Kupke nogu i njega stopala</p> <p>Njega i masaža ruku</p> <p>Parafinska njega</p> <p>Pribor za obradu noktiju i kože</p> <p>Obrada kože i noktiju ruku i stopala</p>
Aparati u	Iontoforeza

kozmetici	<p>Ultrazvuk u kozmetičkoj praksi</p> <p>Kavitacija</p> <p>Mezoterapija</p> <p>Mikrodermoabrazija</p> <p>Derma rolleri</p> <p>Uređaji s kisikom</p> <p>Radiofrekvencija</p> <p>Kromoterapija – energija i uloga boja u zdravlju kože te vrste primjene i aplikacije</p> <p>Uređaji za elektromišićnu stimulaciju</p> <p>Termo deke i IC deke</p> <p>Laser u kozmetičkoj praksi</p>
Sunčanje i solarij	<p>Djelovanje UV zraka na kožu</p> <p>Kontraindikacije</p> <p>Zdravo sunčanje i zaštita kože od UV-zraka</p> <p>Aparati s UV-zrakama</p> <p>Pravilna uporaba solarija</p>
Napomene:	U realizaciji vježbi razredni odjel dijeli se u skupine od 10 do 14 polaznika.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode.</p> <p>Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu.</p> <p>Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, pisana provjera znanja.</p> <p>Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - izrada radnih zadataka u paru.</p> <p>Oblici: usmena provjera, demonstracija s individualnim zadacima koje je kreirao nastavnik.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none">1. prepoznati tip i stanje kože2. pripremiti sebe, radni prostor i klijenta3. poštivati propise o zaštiti na radu4. razlikovati mlijeko, ulje, gel, pjenu za čišćenje kože, tonike i losione, različite vrste pilinga, ampule, serume i koncentrate, maske, kreme i fluide za njegu kože5. razlikovati postupke njege kože u tretmanu lica6. kombinirati pripravke sukladno pravilima struke7. istražiti objektivne i subjektivne potrebe kože i klijenta8. odabrati odgovarajuće preparate sukladno tipu i stanju kože9. odabrati ciljani tretman njege10. kombinirati tehnike sukladno zahtjevima kože i klijenta11. identificirati normalnu dlakavost i poremećaje dlakavosti12. razlikovati pripravke za depilaciju lica i tijela13. razlikovati postupke depilacije lica i tijela14. razlikovati pripravke za estetsko tretiranje dlačica15. razlikovati postupke estetskog tretiranja dlačica16. depilirati lice i tijelo odabranim metodama i pripravcima17. bojiti trepavice, nijansirati i korigirati obrve, te izvesti minival trepavica18. provoditi prateću pripremu i poslijetretmansku dezinfekciju i njegu tretiranog područja19. savjetovati klijenta o primjeni odgovarajućih ciljanih preparata20. planirati idući tretman depilacije ili estetskog tretiranja dlačica21. identificirati mikroskopsku građu kože, te fiziologiju i funkciju kože i njenih adneksa22. prepoznati bakterijske, parazitarne, gljivične i alergijske bolesti kože i kožnih adneksa23. identificirati sastav i djelovanje pripravaka za tretiranje i njegu kože ruku i stopala i noktiju24. razlikovati dekorativne pripravke za uljepšavanje i ukrašavanje noktiju25. razlikovati pribor i aparate za njegu, obradu i nadogradnju noktiju i njegu i obradu kože ruku i stopala26. primijeniti pravilnu tehniku i vrstu preparativne i dekorativne kozmetike za nokte prema stanju, tipu i željama klijenta.27. bilježiti rezultate tretmana
--	---

	<p>28. savjetovati klijenta o kućnoj njezi</p> <p>29. razlikovati osnovne i specifične aparate za njegu kože</p> <p>30. razlikovati učinke i djelovanje aparata za njegu kože</p> <p>31. poštivati propise o zaštiti na radu, posebno povezane s korištenjem aparata</p> <p>32. nabrojiti indikacije i kontraindikacije za korištenje aparata</p> <p>33. odabirati aparate sukladno potrebama kože i željama klijenta</p> <p>34. koristiti na pravilan način aparate za njegu kože</p> <p>35. održavati aparate sukladno uputama proizvođača</p> <p>36. bilježiti rezultate aparativne njege</p> <p>37. savjetovati klijenta o poslijeaparativnoj njezi</p>
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Masaža tijela (klasična)	Preparati za masažu Tehnike klasične masaže tijela Postupak rada - masaža ruku, nogu i glutealnog područja, leđa i lumbalnog područja, abdomena, vlasišta
Njega tijela	Klasična njega tijela Preparati za njegu tijela; piling, maska, ampule i serumi Postupak njege tijela sukladno tipu i stanju kože Opuštajući kozmetički tretmani za dobrobit kože tijela Zimski, proljetni, ljetni i jesenski koncept njege tijela
Celulit	Definicija i uzroci nastajanja celulita Utvrđivanje stanja kože i analiza tkiva Pripravci i metode za uklanjanje celulita Body wrapping Masažne tehnike uklanjanja celulita Savjetodavni razgovor i odabir programa tretiranja celulita Svakodnevna njega kod kuće
Limfna drenaža	Osnove limfne drenaže Indikacije i kontraindikacije
Refleksologija	Osnove refleksologije Masaža refleksnih zona na ruci
Specifični kozmetički tretmani i trendovi	Trendovi i noviteti u kozmetičkoj struci
Elementi ponude i prodaje usluga i preparata u salonu	Prodajni pristup u kozmetičkom salonu Tehnike ponude usluga i preparata u salonu
Aromaterapija	Vrste, djelovanje i upotreba eteričnih ulja u kozmetičkoj praksi Aromaterapija lica Aromaterapija tijela
Napomene:	U realizaciji vježbi razredni odjel dijeli se u skupine od 10 do 14 polaznika.
Ostalo	

<p>Metode i oblici rada:</p>	<p>Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode.</p> <p>Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
<p>Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:</p>	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu.</p> <p>Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, pisana provjera znanja.</p> <p>Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - izrada radnih zadataka u paru.</p> <p>Oblici: usmena provjera, demonstracija s individualnim zadacima koje je kreirao nastavnik.</p>
<p>Literatura</p>	
<p>Literatura za polaznike:</p>	<p>Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.</p>

Naziv nastavnog predmeta: **DEKORATIVNA KOZMETIKA**

Razred: **treći (3.)**

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. navesti kronološki razvoj make up-a i razlikovati osnovna obilježja i stilove pojedinih povijesnih razdoblja 2. prisjetiti se anatomije lica, vrata i dekoltea 3. razlikovati oblike lica 4. razlikovati i kombinirati boje 5. razlikovati make up pribor i pripravke 6. održavati higijenu make up pribora i pripravaka 7. prilagoditi make up sukladno tipu, stanju i starosti kože 8. primijeniti korekciju oblika lica pravilnom aplikacijom pudera, rumenila, sjenila, ruža i sjajila na odgovarajuća mjesta koristeći odgovarajući pribor 9. primijeniti make-up različitih povijesnih razdoblja poštujući razlike obilježja i stilova pojedinih povijesnih razdoblja 10. savjetovati klijenta o svakodnevnoj aplikaciji ciljanih dekorativnih pripravaka
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Povijest dekorativne kozmetike</p>	<p>Povijesni razvoj dekorativne kozmetike</p>
<p>Vrste pripravaka i osnovni pribor</p>	<p>Vrste pripravaka Vrste pribora Održavanje pribora</p>
<p>Osnovne tehnike šminkanja</p>	<p>Aplikacija pripravaka sukladno pravilima struke</p>
<p>Dnevna i večernja šminka</p>	<p>Aplikacija i razlikovanje dnevne i večernje šminke</p>
<p>Korektivna kozmetika</p>	<p>Prikrivanje nedostataka na koži i estetska korekcija šminkom</p>
<p>Napomene:</p>	<p>U realizaciji vježbi razredni odjel dijeli se u skupine od 10 do 14 polaznika.</p>
<p>Ostalo</p>	
<p>Metode i oblici rada:</p>	<p>Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
<p>Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:</p>	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, pisana provjera znanja. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja.</p>

	Suradnja u nastavnom procesu - izrada radnih zadataka u paru. Oblici: usmena provjera, demonstracija s individualnim zadacima koje je kreirao nastavnik.
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv modula	ORGANIZACIJA POSLOVANJA I KOMUNIKACIJA
Popis strukovnih jedinica ishoda učenja iz standarda kvalifikacije	Organizacija, prodaja i marketing Komunikacija u radnom okruženju Primijenjena informatika
Kako učiti i raditi s ovim modulom	
Cilj modula:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razviti i koristiti komunikacijske obrasce ▪ koristiti tehnike i alate poslovanja u struci ▪ koristiti stručnu terminologiju u svakodnevnom radu ▪ koristiti računalne programe za vođenje poslovanja
Opis modula:	<p>Organizacija poslovanja i komunikacija je modul koji se temelji na izučavanju osnovnih zakonskih propisa i obveza te izučavanju osnova psihologije i komunikologije koje su nužne za odvijanje pravilne i kvalitetne komunikacije između klijenta i djelatnika. Informatička znanja, koja se izučavaju, omogućavaju kvalitetno vođenje dokumentacije, prezentiranje usluga i roba kao i planiranje aktivnosti za duži vremenski period.</p> <p>Izučavanjem ovog modula polaznici stječu znanja o vrstama poželjnih tema i oblika razgovora u kozmetičkom salonu, identifikaciji važnosti elektroničke komunikacije, razlikovanju zakonskih obveza i propisa kojima podliježu kozmetički saloni, identificiranju osnovnih i pomoćnih poslova u salonu kao praćenju zahtjeva tržišta.</p> <p>Polaznici su sposobni koristiti govor tijela, mimiku i glas u tretmanima, rješavati nelagodne situacije s klijentom, voditi ciljanju komunikaciju tijekom tretmana, koristiti računalne programe i internet u svakodnevnom radu, voditi dokumentaciju o poslovanju salona, prezentirati promociju usluga i roba, provoditi prodaju roba i usluga te planirati sezonsku njegu tijela.</p>
Nastavni predmeti koji se izvode u ovom modulu:	<p>Primijenjena komunikacija (1. razred, 1 sat, 2 boda)</p> <p>Primijenjena komunikacija (2. razred, 1 sat, 2 boda)</p> <p>Primijenjena komunikacija (3. razred, 1 sat, 2 boda)</p> <p>Primijenjena komunikacija (4. razred, 1 sat, 2 boda)</p> <p>Primijenjena informatika (3. razred, 2 sata, 4,5 bodova)</p> <p>Poslovanje u struci (4. razred, 1 sat, 2 boda)</p>

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenjaNaziv nastavnog predmeta: **PRIMIJEJENA KOMUNIKACIJA**Razred: **prvi (1.)**

U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none"> 1. identificirati osnovne komunikacijske procese 2. prepoznati poželjne oblike i teme razgovora u kozmetičkom salonu 3. planirati konzultacijski i savjetodavni razgovor s klijentom 4. pravilno koristiti govor tijela, mimiku i glas u tretmanu 5. voditi ciljanu komunikaciju u tijeku tretmana 6. riješiti nelagodne situacije s klijentima 7. voditi konzultacijski razgovor 8. planirati tijek tretmana
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Uvod u psihologiju	Definicija psihologije i razvoj psihologije kroz stoljeća Važnost i uloga psihologije u svakodnevnom životu Važnost i primjena psihologije u kozmetičkoj struci
Biološke osnove doživljavanja i ponašanja	Građa živčanog sustava Središnji i periferni živčani sustav Veliki mozak Endokrini sustav
Osjeti i percepcija	Osjetila i osjeti Kožni osjeti Osjetna adaptacija i rekuperacija Važnost osjetila u kozmetičkoj struci Utjecaj tretmana i dodira na osjetila
Pamćenje i tehnike lakšeg pamćenja	Definicija pamćenja, faze pamćenja i učenje Zaboravljanje Smetnje pamćenja Tehnike bržeg pamćenja imena i pojmova
Inteligencija	Definicija i mjerenje inteligencije Različite vrste inteligencije Razvoj inteligencije Emocionalna inteligencija
Ličnost i samopouzdanje	Definicija ličnosti i razvoj ličnosti Psihički poremećaji i njihovo liječenje Samopouzdanje Tehnike osnaživanja i izgradnje samopouzdanja
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u

<p>praćenja i vrjednovanja polaznika:</p>	<p>nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće ili zadaci objektivnog tipa. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja (nivo analize i sinteze), provjera ili prezentacija, praktični dio kontrolnih zadaća – interpretacije. Suradnja u nastavnom procesu - prezentacija grupnog/timskog rada ili rada u paru – usmena, pred pločom Oblici: usmena provjera, pisana provjera, te prepoznavanje stručnih pojmova.</p>
<p>Literatura</p>	
<p>Literatura za polaznike:</p>	<p>Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.</p>

Naziv nastavnog predmeta: **PRIMIENJENA KOMUNIKACIJA**

Razred: **drugi (2.)**

<p>U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. identificirati osnovne komunikacijske procese 2. prepoznati poželjne oblike i teme razgovora u kozmetičkom salonu 3. planirati konzultacijski i savjetodavni razgovor s klijentom 4. pravilno koristiti govor tijela, mimiku i glas u tretmanu 5. voditi ciljanu komunikaciju u tijekom tretmana 6. riješiti nelagodne situacije s klijentima 7. voditi konzultacijski razgovor 8. planirati tijek tretmana
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Komunikacija</p>	<p>Osnove komunikacije Komunikacijski kanal i sugovornici Verbalna i neverbalna komunikacija Ostvarivanje dobrog odnosa ujednačenom komunikacijom Stvaranje dojmova</p>
<p>Aktivno slušanje</p>	<p>Važnost aktivnog slušanja u kozmetici Otvorena i zatvorena pitanja Primjena aktivnog slušanja u komunikacijskom procesu</p>
<p>Učenje</p>	<p>Učenje – definicija i vrste Brzo čitanje Mentalne mape</p>
<p>Percepcija</p>	<p>Percepcija – funkcije i načela; perceptivna konstantnost Perceptivne varke i halucinacije</p>
<p>Asertivnost</p>	<p>Važnost i primjena asertivnosti u kozmetici</p>
<p>Napomene:</p>	<p>Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.</p>
<p>Ostalo</p>	
<p>Metode i oblici rada:</p>	<p>Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
<p>Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:</p>	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće ili zadaci objektivnog tipa. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja (nivo analize i sinteze), provjera ili prezentacija domaćih uradaka, praktični dio kontrolnih zadaća – interpretacije. Suradnja u nastavnom procesu - prezentacija grupnog/timskog rada ili rada u paru – usmena, elektronička, pred pločom Oblici: usmena provjera, pisana provjera, te prepoznavanje stručnih pojmova – na bazi logične primjene i zaključivanja).</p>

LiteraturaLiteratura za
polaznike:Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih
nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **PRIMIENJENA KOMUNIKACIJA**

Razred: **treći (3.)**

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. identificirati osnovne komunikacijske procese 2. prepoznati poželjne oblike i teme razgovora u kozmetičkom salonu 3. planirati konzultacijski i savjetodavni razgovor s klijentom 4. pravilno koristiti govor tijela, mimiku i glas u tretmanu 5. voditi ciljanu komunikaciju u tijekom tretmana 6. riješiti nelagodne situacije s klijentima 7. voditi konzultacijski razgovor 8. planirati tijek tretmana
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Razvoj pojedinca</p>	<p>Predmet i metode razvojne psihologije Osnovna obilježja svakog razvojnog razdoblja u životu pojedinca Pubertet i adolescencija</p>
<p>Prezentacijske vještine</p>	<p>Prezentacija usluga Prezentacija proizvoda 4-mat prezentacije</p>
<p>Perceptivni filtri</p>	<p>Definicija i primjena u svakodnevnom životu Važnost osvještavanja perceptivnih filtara u poslovnom okruženju</p>
<p>Zone distance</p>	<p>Definicija Važnost zona distance u kozmetici Prednosti poznavanja i poštivanje zona distance</p>
<p>Timski rad</p>	<p>Definicija Prihvatanje različitosti i doprinosa pojedinaca</p>
<p>Konzultacijski razgovori s klijentima</p>	<p>Otkrivanje potreba i želja klijenta Tehnika vođenja razgovora</p>
<p>Napomene:</p>	<p>Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.</p>
<p>Ostalo</p>	
<p>Metode i oblici rada:</p>	<p>Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
<p>Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:</p>	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja – usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće ili zadaci objektivnog tipa. Primjena sadržaja – usmena provjera znanja – praktičnom primjenom sadržaja (nivo analize i sinteze), provjera ili prezentacija domaćih uradaka, praktični dio kontrolnih zadaća – interpretacije. Suradnja u nastavnom procesu – prezentacija grupnog/timskog rada ili rada u paru – usmena, elektronička, pred pločom</p>

	Oblici: usmena provjera, pisana provjera te prepoznavanje stručnih pojmova – na bazi logične primjene i zaključivanja).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **PRIMIENJENA KOMUNIKACIJA**

Razred: **četvrti (4.)**

<p>U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. identificirati osnovne komunikacijske procese 2. prepoznati poželjne oblike i teme razgovora u kozmetičkom salonu 3. planirati konzultacijski i savjetodavni razgovor s klijentom 4. pravilno koristiti govor tijela, mimiku i glas u tretmanu 5. voditi ciljanu komunikaciju tijekom tretmana 6. riješiti nelagodne situacije s klijentima 7. voditi konzultacijski razgovor 8. planirati tijek tretmana
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Motivacija</p>	<p>Motivacija. Vrsta motiva i potreba Maslovljeva teorija motivacije Sukob motivacija Frustracija i obrambeni mehanizmi</p>
<p>Vrijednosti</p>	<p>Iznalaženje vrijednosti i hijerarhija vrijednosti</p>
<p>Uvjerenja</p>	<p>Uvjerenja Ograničavajuća uvjerenja Osvješćavanje i uklanjanje ograničavajućih uvjerenja</p>
<p>Identitet</p>	<p>Identitet-definicija Osnovna obilježja svakog razvojnog razdoblja u životu pojedinca. Pubertet i adolescencija</p>
<p>Konflikti i rješavanje konflikata</p>	<p>Konflikti Tehnika rješavanja konflikata</p>
<p>Socijalna psihologija</p>	<p>Pojedinac u društvu Stavovi, predrasude i stereotipi Glasine</p>
<p>Napomene:</p>	<p>Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.</p>
<p>Ostalo</p>	
<p>Metode i oblici rada:</p>	<p>Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
<p>Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:</p>	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće ili zadaci objektivnog tipa. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja (nivo analize i sinteze), provjera ili prezentacija domaćih uradaka, praktični dio kontrolnih zadaća – interpretacije.</p>

	<p>Suradnja u nastavnom procesu - prezentacija grupnog/timskog rada ili rada u paru – usmena, elektronička, pred pločom.</p> <p>Oblici: usmena provjera, pisana provjera, te prepoznavanje stručnih pojmova – na bazi logične primjene i zaključivanja).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **PRIMIENJENA INFORMATIKA**

Razred: **treći (3.)**

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. identificirati važnost elektronske komunikacije s dobavljačima i klijentima 2. koristiti programe za oblikovanje i obradu teksta; u svrhu izrade službenih dopisa, molbi za posao, životopisa i izvještaja 3. koristiti programe za izradu cjenika, računa, kalkulacija tretmana, izvještaja o prometu roba i usluga, grafikona, rasporeda rada djelatnika i salona te kartone klijenata 4. koristiti pružatelje servisa elektronske pošte za komunikaciju s klijentima i dobavljačima 5. koristiti internet pretraživače i društvene mreže u svrhu pronalaženja potrebnih informacija o struci, promocije i prodaje roba i usluga
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Programi za pisanje i obradu teksta</p>	<p>MS Word Pisanje i oblikovanje teksta i tablica u Wordu Obrada tekstovnih zapisa Umetanje slika i grafičkih prikaza</p>
<p>Programi za izradu proračuna i baza podataka te vođenje poslovnih knjiga</p>	<p>MS Excel Izrada proračunskih tablica te primjena formula i funkcija. Izrada i uređivanje grafikona na osnovi proračunskih tablica Tablica kao baza podataka – obrasci, pretraživanje, filtriranje, sortiranje (formiranje cijena, obračun popusta na usluge, izrada cjenika) MS Access Izrada baze podataka, tablica, obrazaca Povezivanje tablica, upiti bazi, izvještaji (evidencija i skladištenje, izrada kartoteke klijenata)</p>
<p>Programi za izradu prezentacija</p>	<p>MS Power Point Upotreba programa, izrada stranica, umetanje slika i dijagrama Pisanje i umetanje teksta Upotreba predložaka Pregled prezentacije Praktični savjeti i preporuke za izradu prezentacije Izrada prezentacije učeničkih timova na temelju radnog zadatka, s primjenom znanja i vještina usvojenih u prethodnim nastavnim cjelinama i u drugim nastavnim predmetima Prezentacija radnih zadataka učeničkih timova u formi MS Power Point prezentacije s primjenom višemedijskih tehnologija</p>
<p>Programi za pretraživanje interneta i pristup društvenim mrežama te pružatelji usluga elektronske</p>	<p>Internet i njegove usluge - www i e-mail. Pretraživanje i prikupljanje web-stranica važnih za struku (programi za izračunavanje idealne tjelesne težine, proporcija tijela...) Pretraživanje zakonskih akata povezanih sa zaštitom na radu i strukom, u zemlji i inozemstvu Pretraživanje web stranica na zadanu temu te pisanje izvješća o temi i slanje nastavniku elektronskom poštom Povezivanje s drugim programima – MS Word (prikupljanje podataka</p>

pošte	i slika prikupljenih na internetu, njihova obrada i umetanje u MS Word i Excel dokument) Društvene mreže kao sredstvo promocije usluga i zaštita privatnosti
Projektni rad	Upoznavanje učenika s ciljevima i zadaćama rada te metodologijom projektnog načina rada s posebnim osvrtom na rad u timovima. Osnova projektnog rada jest multidisciplinarni pristup - primjena znanja i vještina usvojenih u ovom predmetu te drugim nastavnim predmetima (posebno <i>primijenjena komunikacija, primijenjena kozmetika</i>). Određivanje radnih zadataka učeničkih timova, priprema teme i prikupljanje materijala, unos i obrada materijala, izrada učeničkih izvješća i prezentacija rezultata.
Napomene:	U realizaciji vježbi razredni odjel dijeli se u skupine od 10 do 14 polaznika.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće ili zadaci objektivnog tipa. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja (nivo analize i sinteze), provjera ili prezentacija domaćih uradaka, zadaci izračuna, interpretacije, grafičkih prikaza. Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere, izrada radnih listova u paru, rješavanje problema unutar manje grupe, urednost i preglednost pisanih radova – kod grafičkih i tabelarnih prikaza, prezentacija grupnog/timskog rada ili rada u paru – usmena, elektronička, pred pločom. Oblici: usmena provjera, pisana provjera (rješavanje teorijskih i praktičnih zadataka, te prepoznavanje stručnih pojmova – na bazi logične primjene i zaključivanja), vježbe (domaći uradak).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **POSLOVANJE U STRUCI**

Razred: **četvrti (4.)**

<p>U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. razlikovati propise i zakonske obveze kojima podliježu kozmetički saloni 2. identificirati osnovne i pomoćne poslove u salonu 3. opisati osnovna pravila ponašanja u kozmetičkom salonu 4. voditi dokumentaciju u salonu; ažurirati cjenike, kartoteku klijenta, knjigu prometa, pratiti nabavu roba i stanje zaliha, pratiti promet salona 5. pratiti zahtjeve tržišta i potrebe klijenata 6. prezentirati promociju usluga i roba 7. organizirati provedbe tretmana usluga i prodaje roba 8. provoditi prodaju roba i usluga 9. planirati sezonsku njegu lica i tijela
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Osnove ekonomije</p>	<p>Povijest ekonomije Makroekonomija i mikroekonomija</p>
<p>Osnove prodaje</p>	<p>Prodajni proces VPC i MPC cjenici PDV Poslovni plan</p>
<p>Osnove organizacije rada</p>	<p>Trgovačko društvo Obrt Hijerarhija i organizacija u tvrtkama</p>
<p>Osnove marketinga</p>	<p>Marketing – definicija Strateški, taktički, administrativni i transformacijski marketing</p>
<p>Projektni rad</p>	<p>Kozmetički salon – izrada poslovnog plana i odabir marketinške strategije</p>
<p>Napomene:</p>	<p>Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.</p>
<p>Ostalo</p>	
<p>Metode i oblici rada:</p>	<p>Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
<p>Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:</p>	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, pisana provjera – kontrolne zadaće ili zadaci objektivnog tipa. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja (nivo analize i sinteze), provjera ili prezentacija domaćih uradaka, zadaci izračuna, interpretacije, grafičkih prikaza. Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere, izrada radnih listova u paru, rješavanje</p>

	<p>problema unutar manje grupe, urednost i preglednost pisanih radova – kod grafičkih i tabelarnih prikaza, prezentacija grupnog/timskog rada ili rada u paru – usmena, elektronička, pred pločom.</p> <p>Oblici: usmena provjera, pisana provjera (rješavanje teorijskih i praktičnih zadataka, te prepoznavanje stručnih pojmova – na bazi logične primjene i zaključivanja), vježbe (domaći uradak).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv modula	PRAKTIČNA NASTAVA
Popis strukovnih jedinica ishoda učenja iz standarda kvalifikacije	Pripravci za njegu kože Kozmetička dijagnostika kože s konzultacijom, odabirom preparata i tretmana Tretmani njege lica Tretmani njege tijela Aparativna njega lica i tijela Depilacija lica i tijela i estetsko tretiranje dlačica Njega ruku i stopala i oblikovanje noktiju Aromakozmetička njega kože Kozmetičke masažne tehnike Dekorativna kozmetika Organizacija, prodaja i marketing Komunikacija u radnom okruženju Primijenjena informatika
Kako učiti i raditi s ovim modulom	
Cilj modula:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razumjeti i objasniti karakteristike kože, sastav i karakteristike preparata te uporabu pribora i alata ▪ primjenjivati odgovarajuće preparate i tretmane, pribor i aparate te raditi na siguran način ▪ koristiti stručnu terminologiju, stari jezik te komunikacijske vještine u cilju savjetovanja klijenata i cjeloživotnog usavršavanja
Opis modula:	Kako bi se budući kozmetičari mogli samostalno i odgovorno obavljati zadatke, potrebno je teorijske spoznaje povezati s praktičnim radom. Ovaj modul objedinjuje znanja koja je polaznik usvojio tijekom školovanja. Tijekom obavljanja praktične nastave polaznici moraju biti aktivno uključeni u rad kozmetičkih salona, salona za masažu, wellness i SPA salona.
Nastavni predmeti koji se izvode u ovom modulu:	Praktična nastava (1. razred, 4 sata, 5 bodova) Praktična nastava (2. razred, 7 sati, 11 bodova) Praktična nastava (3. razred, 7 sati, 11 bodova) Praktična nastava (4. razred, 7 sati, 11 bodova)

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenjaNaziv nastavnog predmeta: **PRAKTIČNA NASTAVA**Razred: **prvi (1.)**

U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none"> 1. prepoznati tip i stanje kože 2. pripremiti sebe, radni prostor i klijenta 3. poštivati propise o zaštiti na radu 4. razlikovati mlijeko, ulje, gel, pjenu za čišćenje kože, tonike i losione, različite vrste pilinga, ampule, serume i koncentrate, maske, kreme i fluide za njegu kože 5. razlikovati postupke njege kože u tretmanu lica 6. kombinirati pripravke sukladno pravilima struke 7. istražiti objektivne i subjektivne potrebe kože i klijenta 8. identificirati mikroskopsku građu kože te fiziologiju i funkciju kože i njenih adneksa 9. prepoznati bakterijske, parazitarne, gljivične i alergijske bolesti kože i kožnih adneksa
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Osnove zaštite na radu	Zaštita od struje Rukovanje opremom Upotreba rukavica i sterilnog pribora za rad Infekcije i zaštita od infekcija Protupožarna zaštita
Uvod u kozmetiku	Definicija kozmetike Uloga kozmetike u svakodnevnom životu, važnost, sadržaj i rutina kozmetičke njege Uloga i odgovornosti učenice kozmetičarke
Higijena u kozmetičkom salonu	Higijena – osobna, radnog mjesta, radnog prostora i sanitarnog čvora Lik i izgled kozmetičarke Radna odjeća i obuća Organizacija radnog prostora i rada Priprema i korištenje potrošnog i pomoćnog materijala Priprema radnog mjesta Zaštita na radu
Osnove komunikacije	Profesionalno ponašanje kozmetičarke u radnom okruženju Komunikacija s klijentom Osnovni elementi konzultacijskog razgovora Komunikacija sa suradnicima
Oprema kozmetičkog salona	Osnovna i pomoćna oprema kozmetičkog salona Potrošni materijal
Osnovni aparati	Osnovni aparati u kozmetici: vapon, visoka frekvencija, lupa, frimotor Rukovanje osnovnim aparatima
Koža	Koža - funkcija i tipovi Pojave koje narušavaju estetski izgled kože Karakteristike pojedinih tipova i stanja kože

	<p>Određivanje, prepoznavanje i razlikovanje tipova i stanja kože Metodologija i postupci kozmetičke dijagnostike kože</p>
Površinsko čišćenje kože	<p>Vrste kozmetičkih pripravaka za površinsko čišćenje lica, vrata i dekoltea Postupak površinskog čišćenja lica, vrata i dekoltea</p>
Uvod u masaže	<p>Djelovanje masaže Vrste i osnovni pokreti masaže Masažna sredstva Masaža ruku</p>
Kozmetički preparati	<p>Kozmetički preparati - vrste, oblici, djelovanje Izbor preparata prema tipovima i stanjima kože Tehnika aplikacije i uklanjanja kozmetičkih preparata</p>
Napomene:	<p>Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao praktična nastava kod poslodavca. Polaznik je obavezan položiti ispit zaštite na radu prije obavljanja praktične nastave u kozmetičkom salonu.</p>
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: verbalne (metode usmenog izlaganja i dijaloška metoda), vizualne metode (metoda pokazivanja i poduke i tekstualno-ilustrativna metoda), prakseološke metode (laboratorijska metoda i produkcijska metoda). Oblici: zajednički (frontalni), rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja. Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi. Oblici: usmena provjera, pisana provjera (rješavanje teorijskih i praktičnih zadataka, te prepoznavanje stručnih pojmova – na bazi logične primjene i zaključivanja), vježbe (domaći uradak).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	<p>Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.</p>

Naziv nastavnog predmeta: **PRAKTIČNA NASTAVA**

Razred: **drugi (2.)**

<p>U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. prepoznati tip i stanje kože 2. pripremiti sebe, radni prostor i klijenta 3. poštivati propise o zaštiti na radu 4. razlikovati mlijeko, ulje, gel, pjenu za čišćenje kože, tonike i losione, različite vrste pilinga, ampule, serume i koncentrate, maske, kreme i fluide za njegu kože 5. razlikovati postupke njege kože u tretmanu lica 6. kombinirati pripravke sukladno pravilima struke 7. istražiti objektivne i subjektivne potrebe kože i klijenta 8. odabrati odgovarajuće preparate sukladno tipu i stanju kože 9. odabrati ciljani tretman njege 10. kombinirati tehnike sukladno zahtjevima kože i klijenta 11. identificirati normalnu dlakavost i poremećaje dlakavosti 12. razlikovati pripravke za depilaciju lica i tijela 13. razlikovati postupke depilacije lica i tijela 14. razlikovati pripravke za estetsko tretiranje dlačica 15. razlikovati postupke estetskog tretiranja dlačica 16. depilirati lice i tijelo odabranim metodama i pripravcima 17. bojiti trepavice, nijansirati i korigirati obrve, te izvesti minival trepavica 18. provoditi prateću pripremu i poslijetretmansku dezinfekciju i njegu tretiranog područja 19. identificirati mikroskopsku građu kože te fiziologiju i funkciju kože i njenih adneksa 20. prepoznati bakterijske, parazitarne, gljivične i alergijske bolesti kože i kožnih adneksa
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Kozmetička dijagnostika kože s konzultacijskim razgovorom</p>	<p>Dijagnostika tipa i stanja kože Konzultacije oko izbora tretmana Savjetovanje o svakodnevnoj kućnoj njezi Osnovni pristup u određivanju tipa i stanja kože</p>
<p>Dlačice na licu i tijelu i metode depilacije</p>	<p>Prirodna i pojačana dlakavost, te poremećaji dlakavosti Uklanjanje suvišnih dlačica: depilacija i epilacija Kozmetički oblici depilatora i njihovo djelovanje Metode uklanjanja suvišnih dlačica; hladna i topla depilacija voskom, egipatska/šećerna depilacija, depilacija koncem/svilom Pripremni, pomoćni i završni postupci u tretmanima depilacije; dezinfekcija i aplikacija preparata za usporavanje rasta dlačica</p>
<p>Njega obrva i trepavica</p>	<p>Bojanje trepavica i nijansiranje obrva Korekcija obrva prema obliku lica</p>

	Minival trepavica
Masaže za relaksaciju	Relaksacijske masaže - uloga, vrste, pokreti Masaža za relaksaciju leđa Masaža stopala Masaža vlasišta
Masaža lica vrata i dekoltea	Osnovne tehnike ručne masaže - pokreti u masaži lica, vrata i dekoltea
Piling i maska kao osnove kozmetičke njege	Definicija, vrste i oblici kozmetičkih pripravaka i postupci ljuštenja površinskog sloja kože Mehanički i kemijsko-mehanički piling Postupci rada, ovisno o vrsti pilinga Vrste maski Primjena prikladnih vrsta i oblika maski
Specijalni preparati za njegu kože lica i tijela	Ampule Peel off maske Modelage maske Alge Blata Gline
Osnovni kozmetički tretman	Redoslijed kozmetičkog tretmana za hidrataciju i njegu kože Njega kože primjerena godišnjim dobima Prepoznavanje i odabir prioriteta u njezi kože
Svakodnevna njega tijela	Svakodnevni postupci njege tijela
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao praktična nastava kod poslodavca.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne (metode usmenog izlaganja i dijaloška metoda), vizualne metode (metoda pokazivanja i poduke i tekstualno-ilustrativna metoda), prakseološke metode (laboratorijska metoda i produkcijska metoda). Oblici: zajednički (frontalni), rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja. Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi. Oblici: usmena provjera, pisana provjera (rješavanje teorijskih i praktičnih zadataka, te prepoznavanje stručnih pojmova – na bazi logične primjene i zaključivanja), vježbe (domaći uradak).
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **PRAKTIČNA NASTAVA**

Razred: **treći (3.)**

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. prepoznati tip i stanje kože 2. pripremiti sebe, radni prostor i klijenta 3. poštivati propise o zaštiti na radu 4. razlikovati mlijeko, ulje, gel, pjenu za čišćenje kože, tonike i losione, različite vrste pilinga, ampule, serume i koncentrate, maske, kreme i fluide za njegu kože 5. razlikovati postupke njege kože u tretmanu lica 6. kombinirati pripravke sukladno pravilima struke 7. istražiti objektivne i subjektivne potrebe kože i klijenta 8. odabrati odgovarajuće preparate sukladno tipu i stanju kože 9. odabrati ciljani tretman njege 10. kombinirati tehnike sukladno zahtjevima kože i klijenta 11. identificirati normalnu dlakavost i poremećaje dlakavosti 12. razlikovati pripravke za depilaciju lica i tijela 13. razlikovati postupke depilacije lica i tijela 14. razlikovati pripravke za estetsko tretiranje dlačica 15. razlikovati postupke estetskog tretiranja dlačica 16. depilirati lice i tijelo odabranim metodama i pripravcima 17. bojiti trepavice, nijansirati i korigirati obrve, te izvesti minimalnu njegu trepavica 18. provoditi prateću pripremu i poslijetretmansku dezinfekciju i njegu tretiranog područja 19. savjetovati klijenta o primjeni odgovarajućih ciljanih preparata 20. planirati idući tretman depilacije ili estetskog tretiranja dlačica 21. identificirati mikroskopsku građu kože te fiziologiju i funkciju kože i njenih adneksa 22. prepoznati bakterijske, parazitarne, gljivične i alergijske bolesti kože i kožnih adneksa 23. identificirati sastav i djelovanje pripravaka za tretiranje i njegu kože ruku i stopala i noktiju 24. razlikovati dekorativne pripravke za uljepšavanje i ukrašavanje noktiju 25. razlikovati pribor i aparate za njegu, obradu i nadogradnju noktiju i njegu i obradu kože ruku i stopala 26. primijeniti pravilnu tehniku i vrstu preparativne i dekorativne kozmetike za nokte prema stanju, tipu i željama klijenta
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>

cjeline	
Kozmetička dijagnostika kože i vođenje kartoteke klijenta	<p>Određivanje tipa i stanja kože</p> <p>Savjetodavni razgovor s klijentom</p> <p>Preporuka tretmana</p> <p>Klasično vođenje kartoteke klijenta</p> <p>Važne napomene i podaci u kartonu klijenta</p> <p>Čuvanje privatnosti klijenta</p> <p>Kompjuterski programi koji služe u suvremenoj kozmetičkoj praksi (informativno)</p>
Klasični tretmani lica	<p>Opća priprema za kozmetički tretman</p> <p>Omekšavanje kože lica</p> <p>Čišćenje lica ekspresijom</p> <p>Masaža lica vrata i dekoltea s odabirom tehnike i preparata</p> <p>Završna dezinfekcija i njega prema tipu kože</p> <p>Kozmetički tretman suhe kože</p> <p>Kozmetički tretman mješovite kože</p> <p>Kozmetički tretman mladenačke masne kože</p> <p>Njega aknaste kože</p> <p>Njega zrele kože</p>
Mehaničko čišćenje kože (ekspresijom)	<p>Eflorescencija na koži</p> <p>Omekšavanje kože vodenom parom, toplim oblozima, termo maskom, IC-lampom</p> <p>Ekspresija komedona, akni i milijuma (na leđima, rukama, licu, vratu)</p>
Kemijski i biološki piling	<p>AHA- alfa hidroksi kiseline, enzimi i peptidi u postupku ljuštenja kože</p> <p>Koncentracije, djelovanje na kožu, postupak rada</p> <p>Biološki piling -djelovanje, postupak rada</p>
Njega ruku i stopala sa obradom noktiju	<p>Higijena nogu i stopala</p> <p>Prepoznavanje gljivičnih promjena na noktima ruku i stopala</p> <p>Kupke nogu i njega stopala</p> <p>Njega i masaža ruku</p> <p>Parafinska njega</p> <p>Pribor za obradu noktiju i kože</p> <p>Obrada kože i noktiju ruku i stopala</p>
Aparati u kozmetici	<p>Iontoforeza</p> <p>Ultrazvuk u kozmetičkoj praksi</p> <p>Kavitacija</p> <p>Mezoterapija</p> <p>Mikrodermoabrazija</p> <p>Derma rolleri</p> <p>Uređaji s kisikom</p> <p>Radiofrekvencija</p> <p>Kromoterapija – energija i uloga boja u zdravlju kože, te vrste primjene i aplikacije</p> <p>Uređaji za elektromišićnu stimulaciju</p> <p>Termo deke i IC deke</p> <p>Laser u kozmetičkoj praksi</p>
Sunčanje i solarij	<p>Djelovanje UV zraka na kožu</p> <p>Kontraindikacije</p> <p>Zdravo sunčanje i zaštita kože od UV-zraka</p> <p>Aparati s UV-zrakama Pravilna uporaba solarija</p>
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao praktična nastava kod poslodavca.

Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: verbalne (metode usmenog izlaganja i dijaloška metoda), vizualne metode (metoda pokazivanja i poduke i tekstualno-ilustrativna metoda), prakseološke metode (laboratorijska metoda i produkcijska metoda).</p> <p>Oblici: zajednički (frontalni), rad u parovima, individualni rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu.</p> <p>Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije.</p> <p>Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi.</p> <p>Oblici: usmena provjera, pisana provjera (rješavanje teorijskih i praktičnih zadataka te prepoznavanje stručnih pojmova – na bazi logične primjene i zaključivanja), vježbe (domaći uradak).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

<p>U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. prepoznati tip i stanje kože 2. pripremiti sebe, radni prostor i klijenta 3. poštivati propise o zaštiti na radu 4. razlikovati mlijeko, ulje, gel, pjenu za čišćenje kože, tonike i losione, različite vrste pilinga, ampule, serume i koncentrate, maske, kreme i fluide za njegu kože 5. razlikovati postupke njege kože u tretmanu lica 6. kombinirati pripravke sukladno pravilima struke 7. istražiti objektivne i subjektivne potrebe kože i klijenta 8. odabrati odgovarajuće preparate sukladno tipu i stanju kože 9. odabrati ciljani tretman njege 10. kombinirati tehnike sukladno zahtjevima kože i klijenta 11. identificirati normalnu dlakavost i poremećaje dlakavosti 12. razlikovati pripravke za depilaciju lica i tijela 13. razlikovati postupke depilacije lica i tijela 14. razlikovati pripravke za estetsko tretiranje dlačica 15. razlikovati postupke estetskog tretiranja dlačica 16. depilirati lice i tijelo odabranim metodama i pripravcima 17. bojiti trepavice, nijansirati i korigirati obrve, te izvesti minival trepavica 18. provoditi prateću pripremu i poslijetretmansku dezinfekciju i njegu tretiranog područja 19. savjetovati klijenta o primjeni odgovarajućih ciljanih preparata 20. planirati idući tretman depilacije ili estetskog tretiranja dlačica 21. identificirati mikroskopsku građu kože, te fiziologiju i funkciju kože i njenih adneksa 22. prepoznati bakterijske, parazitarne, gljivične i alergijske bolesti kože i kožnih adneksa 23. identificirati sastav i djelovanje pripravaka za tretiranje i njegu kože ruku i stopala i noktiju 24. razlikovati dekorativne pripravke za uljepšavanje i ukrašavanje noktiju 25. razlikovati pribor i aparate za njegu, obradu i nadogradnju noktiju i njegu i obradu kože ruku i stopala 26. primijeniti pravilnu tehniku i vrstu preparativne i dekorativne kozmetike za nokte prema stanju, tipu i željama klijenta 27. bilježiti rezultate tretmana
---	--

	<p>28. savjetovati klijenta o kućnoj njezi</p> <p>29. razlikovati osnovne i specifične aparate za njegu kože</p> <p>30. razlikovati učinke i djelovanje aparata za njegu kože</p> <p>31. poštivati propise o zaštiti na radu, posebno povezane s korištenjem aparata</p> <p>32. nabrojiti indikacije i kontraindikacije za korištenje aparata</p> <p>33. odabirati aparate sukladno potrebama kože i željama klijenta</p> <p>34. koristiti na pravilan način aparate za njegu kože</p> <p>35. održavati aparate sukladno uputama proizvođača</p> <p>36. bilježiti rezultate aparativne njege</p> <p>37. savjetovati klijenta o poslijeoparativnoj njezi</p>
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Masaža tijela (klasična)	Preparati za masažu Tehnike klasične masaže tijela Postupak rada - masaža ruku, nogu i glutealnog područja, leđa i lumbalnog područja, abdomena, vlasišta
Njega tijela	Klasična njega tijela Preparati za njegu tijela; piling, maska, ampule i serumi Postupak njege tijela sukladno tipu i stanju kože Opuštajući kozmetički tretmani za dobrobit kože tijela Zimski, proljetni, ljetni i jesenski koncept njege tijela
Celulit	Definicija i uzroci nastajanja celulita Utvrđivanje stanja kože i analiza tkiva Pripravci i metode za uklanjanje celulita Body wrapping Masažne tehnike uklanjanja celulita Savjetodavni razgovor i odabir programa tretiranja celulita Svakodnevna njega kod kuće
Limfna drenaža	Osnove limfne drenaže Indikacije i kontraindikacije
Refleksologija	Osnove refleksologije Masaža refleksnih zona na ruci
Specifični kozmetički tretmani i trendovi	Trendovi i noviteti u kozmetičkoj struci
Elementi ponude i prodaje usluga i preparata u salonu	Prodajni pristup u kozmetičkom salonu Tehnike ponude usluga i preparata u salonu Sustav preporuke kućne njege
Aromaterapija	Vrste, djelovanje i upotreba eteričnih ulja u kozmetičkoj praksi Aromaterapija lica Aromaterapija tijela
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao praktična nastava kod poslodavca.
Ostalo	

<p>Metode i oblici rada:</p>	<p>Metode: verbalne (metode usmenog izlaganja i dijaloška metoda), vizualne metode (metoda pokazivanja i poduke i tekstualno-ilustrativna metoda), prakseološke metode (laboratorijska metoda i produkcijska metoda).</p> <p>Oblici: zajednički (frontalni), rad u parovima, individualni rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
<p>Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:</p>	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu.</p> <p>Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije.</p> <p>Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi.</p> <p>Oblici: usmena provjera, pisana provjera (rješavanje teorijskih i praktičnih zadataka, te prepoznavanje stručnih pojmova – na bazi logične primjene i zaključivanja), vježbe (domaći uradak).</p>
<p>Literatura</p>	
<p>Literatura za polaznike:</p>	<p>Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.</p>

2.2.3. Izborni strukovni moduli

Naziv modula	ŠMINKA
Popis strukovnih jedinica ishoda učenja iz standarda kvalifikacije	Fotografska i televizijska šminka Filmska i kazališna šminka
Kako učiti i raditi s ovim modulom	
Cilj modula:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ aplicirati šminku sukladno pravilima struke ▪ održavati higijenu i funkcionalnost pribora i pripravaka ▪ poštivati stilove i razdoblja šminke
Opis modula:	<p>Šminka je modul koji je zamišljen kao nadogradnja strukovnih sadržaja i kao nadopuna stečenih znanja o televizijskoj i kazališnoj šminki.</p> <p>Izučavanjem ovog modula polaznici su osposobljeni razlikovati šminku za televiziju i fotografiju, vrste svjetla i rasvjete te njihov utjecaj na odabir šminke, razlikovati kazališnu i filmsku šminku, objasniti povezanost maske i vlasuljarstva te razlikovati vrste održavanja higijene pribora, materijala i rekvizita.</p> <p>Polaznici su sposobni održavati pribor i preparate, primjenjivati make-up različitih stilova po desetljećima, primijeniti kombinaciju vlasuljarstva, prostetike i materijala za izradu specijalnih efekata te primijeniti postupak čišćenja lica i tijela.</p>
Nastavni predmet koji se izvode u ovom modulu:	Televizijska i kazališna šminka (4. razred, 3 sata, 5,5 bodova)

Nastavni predmeti po razredima i ishodima učenja

Naziv nastavnog predmeta: **TELEVIZIJSKA I KAZALIŠNA ŠMINKA**

Razred: **četvrti (4.)**

U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none">1. razlikovati šminku za televiziju i fotografiju2. razlikovati vrste i razlike svjetla i rasvjete3. opisati vrste kamere i materijala na koji se snima4. opisati utjecaj rasvjete na postupak apliciranja šminke5. održavati pribor i preparate6. primjenjivati make-up različitih stilova po desetljećima7. razlikovati kazališnu i filmsku šminku8. objasniti povezanost maske i vlasuljarstva9. opisati razvoj maske kroz povijest kinematografije i kazališta10. razlikovati tipove kože i osnovne karakteristike pigmentacije pojedinih ljudskih rasa11. razlikovati vrste i način održavanja higijene pribora, materijala i rekvizita12. razlikovati vrste specijalnih efekata i materijale za izradu istih13. primijeniti kombinaciju vlasuljarstva, prostetike i materijala za izradu specijalnih efekata14. primijeniti postupak čišćenja lica i tijela
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Uvod	Šminka tijekom povijesti Važnost primjene dekorativne kozmetike za televizijsko i fotografsko snimanje Razlika između svakodnevne šminke i šminke prikladne za različita snimanja Različiti oblici lica Mišići lica i vrata
Materijali i pribor	Vrste profesionalne šminke Pribor za rad
Kozmetički pripravci i pribor za make-up	Vrste dekorativnih kozmetičkih pripravaka ovisno o vrsti snimanja (televizija ili fotografija) Pribor za rad: kistovi, četke, spužvice, tupferi Higijena i uređenje radnog mjesta za šminkanje Higijena radnog pribora Priprema klijenta
Rasvjeta i fotografski zasloni	Različit utjecaj rasvjete i tehnike snimanja (TV kamera ili fotografski aparat) na izgled našminkanog modela Zašto identično našminkana osoba različito izgleda pod različitim osvjetljenjem i/ili snimljena različitom tehnikom te utjecaj zaslona na ukupni dojam
Podloge, tenovi i korektori	Podloge za make-up: odabir i nanošenje Vrste, oblici i uloga tenova Pravilan odabir prema vrsti kože i tehnici snimanja Metode prekrivanja i korekcije

	Teniranje lica različitih tipova kože Utjecaj boje podloge i tena na izgled cjelokupne šminke pri snimanju
Crno-bijela fotografija	Podloge, sjene i boje koje se rabe za potrebe crno-bijele fotografije Nanošenje odgovarajućih dekorativnih pripravaka za potrebe fotografiranja u crno-bijeloj tehnici Detalji kojima je šminkom moguće naglasiti ili stvoriti dojam o određenoj osobi ili istaknuti osobnost modela na crno-bijeloj fotografiji
Fotografija u boji	Spektar boja Podloge, sjene i boje koje se upotrebljavaju pri fotografiranju u boji Nanošenje odgovarajućih dekorativnih pripravaka za potrebe fotografiranja u boji
Šminka za televiziju	Dekorativni pripravci prikladni za TV snimanje Rasvjeta potrebna za TV-snimanje i njezin utjecaj na make-up Specifičnosti make-up-a za TV snimanje (vrsta i intenzitet dekorativnih pripravaka) Usklađivanje dekorativne kozmetike sa specifičnostima TV snimanja i specifičnostima modela (tip i stanje kože, oblik lica, boja kose, očiju i odjeće)
Rase i tipovi	Pigmentacija i tipovi kože Umjetna pigmentacija Tetovaže
Svjetlo i rasvjeta	Vrste rasvjete i utjecaj na šminku
Kamera	Filmska i videokamera/vrpca Rad na filmu
Šminka	Filmska i kazališna šminka Frizerska osnova
Maska	Maska na filmu i u kazalištu tijekom povijesti Stvaranje likova i karaktera
Vlasuljarstvo	Brkovi Brade Perike Knipfanje
Prostetika	Prostetika Uzimanje odlitaka Modeliranje Starenje
Specijalni efekti	Krv Izrada raznih ozljeda i rana Osnovni trikovi
Ostali efekti	Ljepila i skidači prašina Blato Umjetni nokti Znoj Lakovi za zube Sjedila za kosu Umjetne trepavice i nokti Umjetni zubi i proteze
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao vježbe. U realizaciji vježbi razredni odjel se dijeli u skupine od 10 do 14 polaznika.
Ostalo	
Metode i oblici	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška

rada:	<p>metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode.</p> <p>Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu.</p> <p>Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja.</p> <p>Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - izrada radnih zadataka u paru.</p> <p>Oblici: usmena provjera, demonstracija s individualnim zadacima koje je kreirao nastavnik.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv modula	KOZMETIČKE MANUALNE I POMOĆNE METODE
Popis strukovnih jediničnica ishoda učenja iz standarda kvalifikacije	Masoterapijske tehnike
Kako učiti i raditi s ovim modulom	
Cilj modula:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ razlikovati wellness i SPA tehnike ▪ koristiti ciljane masoterapijske tehnike ▪ kreirati program wellness i SPA njege ▪ koristiti stručni jezik u profesionalnom okruženju
Opis modula:	<p>Modul kozmetičke manualne i pomoćne metode zamišljen je kao nadogradnja strukovnih sadržaja upotpunjenih s novim strukovnim znanjima koja su direktno povezana sa zanimanjem kozmetičar. Izučavanjem ovog modula polaznici su osposobljeni identificirati razne rituale u tretmanu, razlikovati masoterapijske tehnike, iskazati moguće kontraindikacije, opisati i nabrojiti elemente wellness i SPA programa te imenovati kontraindikacije, razlikovati vrste sauna, hidromasažnih kada i kupki te objasniti osnove eko-sustava i utjecaj poremećaja na čovjeka.</p> <p>Polaznici su sposobni pripremiti početak izvođenja kao i izvoditi masoterapijski tretman, savjetovati klijenta o daljnjim postupcima u cilju poboljšanja cjelokupnog stanja, predložiti specifičnu wellness tehniku ili tretman, primjenjivati ciljanu kombinaciju aromakozmetičkih pripravaka, primjenjivati osnove prve pomoći te koristiti strani jezik u svakodnevnom radu i stručnom usavršavanju.</p>
Nastavni predmeti koji se izvode u ovom modulu:	<p>Masoterapijske tehnike (4. razred, 3 sata, 5,5 bodova)</p> <p>Aromakozmetika (3. razred, 2 sata, 4 boda)</p> <p>Prva pomoć (2. razred, 2 sata, 4,5 bodova)</p> <p>Ekologija (1. razred, 2 sata, 4,5 bodova)</p> <p>Strani jezik u struci (1. razred, 2 sata, 4,5 bodova)</p> <p>Strani jezik u struci (2. razred, 2 sata, 4,5 bodova)</p>

Nastavni predmeti po razredima i ishodima učenja

Naziv nastavnog predmeta: **MASOTERAPIJSKE TEHNIKE**

Razred: **četvrti (4.)**

U četvrtom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none">1. identificirati rituale u tretmanu i svrhu primjene2. identificirati rituale sauniranja, hidromasaže i masoterapijskih tehnika3. razlikovati masoterapijske tehnike4. navesti indikacije i kontraindikacije za različite masoterapijske tehnike u wellnessu5. odabrati ciljanu masoterapijsku tehniku6. pripremiti sebe, klijenta i radni prostor za odabranu masoterapijsku tehniku7. primijeniti ciljanu masoterapijsku tehniku8. savjetovati klijenta o postupcima kod kuće nakon primjene masoterapijske tehnike9. planirati seriju masoterapijskih tretmana10. identificirati wellness i spa metode11. navesti kronološki razvoj wellness-a i spa12. imenovati sastavne elemente wellness i spa programa13. navesti indikacije i kontraindikacije za korištenje wellness i spa metoda14. razlikovati vrste sauna15. razlikovati vrste hidromasažnih kada i kupki16. razlikovati utjecaj različitih tretmanskih procedura na organizam17. predložiti specifičnu wellness tehniku ili tretman sukladno definiranom problemu
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Klijent, kozmetičar i prostor u ritualnom tretmanu	Načini pripreme prostora (svjetlo, temperatura, miris, dekoracija) Načini pripreme kozmetičara (higijena, izgled, podaci o klijentu i tretmanu) Načini pripreme klijenta (uvodni razgovor)
Limfna drenaža	Teorija i povijest Definicija Djelovanje Indikacije i kontraindikacije Uvjeti rada Praktični dio tehnike u cijelosti
Vezivno refleksna tehnika	Teorija i povijest Definicija Djelovanje Indikacije i kontraindikacije

	Uvjeti rada Praktični dio tehnike u cijelosti
Mišića dekontrakcija	Teorija i povijest Definicija Djelovanje Indikacije i kontraindikacije Uvjeti rada Praktični dio tehnike u cijelosti
Ayurveda	Teorija i povijest Definicija Djelovanje Indikacije i kontraindikacije Uvjeti rada
Shiatsu	Teorija i povijest Definicija Meridijani Djelovanje Indikacije i kontraindikacije Uvjeti rada
Refleksologija	Teorija i povijest Definicija Meridijani Djelovanje Indikacije i kontraindikacije Uvjeti rada
Tai masaža	Teorija i povijest Definicija Djelovanje Indikacije i kontraindikacije Uvjeti rada
Vrste wellness i SPA institucija	Definiranje pojmova wellness i SPA Povijesni razvoj wellnessa i SPA Razlike u wellness i SPA institucijama Svrha razlika
Saune	Povijest sauni i sauniranja Vrste saune Djelovanje sauna Načini sauniranja Tretmani u saunama
Hidromasažne kade i kupke	Vrste hidromasažnih kupki Indikacije i kontraindikacije za korištenje Održavanje
Specifični wellness i SPA programi	Elementi wellness i SPA programa Kreiranje programa njege Vrste tretmana
Pristup u njezi	Rituali Konzultacijski i savjetodavni razgovor Prodaja u kabini
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao vježbe. U realizaciji vježbi razredni odjel se dijeli u skupine od 10 do 14 polaznika.
Ostalo	
Metode i oblici	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška

rada:	<p>metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode.</p> <p>Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu.</p> <p>Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, pisana provjera znanja.</p> <p>Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - izrada radnih zadataka u paru.</p> <p>Oblici: usmena provjera, demonstracija s individualnim zadacima koje je kreirao nastavnik.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **AROMAKOZMETIKA**

Razred: **treći (3.)**

<p>U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. razlikovati bazna i eterična ulja za njegu kože 2. nabrojiti indikacije i kontraindikacije za aromakozmetičke tretmane kože 3. navesti moguće nuspojave tijekom tretmana 4. pripremiti radni prostor, sebe i klijenta za tretman 5. pripremiti aromakozmetičke pripravke za tretman poštujući propisane koncentracije eteričnih ulja 6. primijeniti ciljanu kombinaciju aromakozmetičkih pripravaka pravilnom tehnikom aplikacije, sukladno tipu, stanju i potrebama kože, te željama klijenta 7. planirati idući tretman aromakozmetičke njege 8. savjetovati klijenta o svakodnevnoj aromakozmetičkoj kućnoj njezi kože
<p>Razrada</p>	
<p>Nastavne cjeline</p>	<p>Razrada – Nastavne teme</p>
<p>Uvod u aromakozmetiku</p>	<p>Povijest aromakozmetike i aromaterapije i umijeća korištenja eteričnih ulja Ambijentalni mirisi</p>
<p>Bazna i eterična ulja</p>	<p>Bazna (osnovna) ulja Dobivanje eteričnih ulja</p>
<p>Djelovanje eteričnih ulja</p>	<p>Načini apsorpcije eteričnih ulja Djelovanje eteričnih ulja i upotreba u kozmetici</p>
<p>Aroma-terapeutske metode</p>	<p>Aromatične kupke Aromakomprese Inhalacije Sauna Masaža Samomasaža</p>
<p>Aromamasaža</p>	<p>Djelovanje masaže na um i tijelo Pripremanje prostora i radnog mjesta Redoslijed postupaka pri masaži Kontraindikacije</p>
<p>Aromakozmetički tretmani</p>	<p>Terapeutska tablica Aromakozmetički tretmani prema tipovima kože Aromakozmetička njega lica Aromakozmetička njega tijela</p>
<p>Mjere opreza pri uporabi eteričnih ulja</p>	<p>Mjere opreza: fotoosjetljivost ulja, trudnoća, majke koje doje, novorođenčad i mala djeca, alergije</p>
<p>Aromaterapija i očuvanje zdravlja</p>	<p>Aromaterapija i očuvanje zdravlja Medicinska aromaterapija Aromaterapija i hormonalni poremećaji Aromaterapija i dojenje Aromaterapija i središnji živčani sustav</p>
<p>Napomene:</p>	<p>Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao vježbe. U realizaciji vježbi razredni odjel se dijeli u skupine od 10 do 14 polaznika.</p>

Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode.</p> <p>Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu.</p> <p>Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, pismena provjera znanja.</p> <p>Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - izrada radnih zadataka u paru.</p> <p>Oblici: usmena provjera, demonstracija s individualnim zadacima kreiranim od strane nastavnika.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **EKOLOGIJA**

Razred: **prvi (1.)**

U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none"> 1. identificirati okoliš, ekologiju i ekološke čimbenike 2. objasniti ekosustave i poremećaje nastale utjecajem čovjeka
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Uvod u ekologiju	<p>Temeljni pojmovi ekologije Utjecaji ekoloških čimbenika Liebigovo pravilo ekološkog minimuma Aktivnost životinja u ovisnosti o ekološkim čimbenicima Odnosi unutar hranidbenog lanca Uloge pojedinih organizama u hranidbenom lancu</p>
Ekosustavi Hrvatske	<p>Vodeni ekosustavi Hrvatske i čimbenici njihove ugroženosti Kopneni ekosustavi Hrvatske i čimbenici njihove ugroženosti</p>
Kolanje vode, ugljika, kisika, dušika, fosfora i sumpora	Biogeokemijski ciklusi vode, ugljika, kisika, dušika, fosfora i sumpora na konkretnim primjerima hranidbenih lanaca
Energija i bioproizvodnja ekosustava	Važnost pojedinih karika u hranidbenim lancima i utjecaj na stabilnost ekosustava i njegovu ulogu u biosferi
Demografski razvoj i onečišćenje okoliša.	<p>Demografska eksplozija i problemi urbanizacije Demografska eksplozija i problemi u poljoprivredi, energetici i očuvanju okoliša Djelovanje onečištača na pojedine dijelove biosfere i njihovo kruženje u biosferi</p>
Onečišćenje vode, zraka i tla	<p>Fizikalni, kemijski i biološki indikatori čistoće voda. Indikatori kvalitete zraka Izvori i posljedice onečišćenja tla</p>
Oblici i kategorije zaštite prirode i okoliša u Republici Hrvatskoj	<p>Oblici zaštite prirode i okoliša Kategorije zaštite prirode u Republici Hrvatskoj Problemi pojedinih kategorija zaštite prirode Važnost živih vrsta za život na Zemlji i opstanak čovjeka</p>
Zaštita živog svijeta	Razlozi ugroženosti živog svijeta
Zaštita šuma	<p>Važnost i uloga šuma Razlozi ugroženosti šuma Načini zaštite šuma</p>
Zaštita voda i mora	<p>Navesti razloge ugroženosti kopnenih voda i mora Objasniti načine zaštite kopnenih voda i mora Uočiti i shvatiti važnost zaštite voda i mora</p>
Zaštita zraka	<p>Navesti razloge ugroženosti atmosfere Objasniti načine zaštite zraka i ozonskog omotača Razlikovati kategorije kakvoće zraka i načine praćenja</p>
Zaštita i unapređivanje tla	<p>Tipovi tla Kategorije poljoprivrednog zemljišta Razlozi ugroženosti tla Načini zaštite tla i unapređivanje zemljišta</p>

Otpad i postupanje s otpadom	Vrste otpada i načini kontrole i zbrinjavanja otpada Prekogranični promet otpada u skladu sa zakonom Važnost recikliranja otpada
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, pisana provjera znanja. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja. Suradnja u nastavnom procesu - izrada radnih zadataka u paru. Oblici: usmena provjera, demonstracija s individualnim zadacima koje je kreirao nastavnik.
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **PRVA POMOĆ**

Razred: **drugi (2.)**

U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none"> 1. demonstrirati pružanje prve pomoći 2. opisati orijentacijski pregled
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Uvod	Što je prva pomoć Sadržaj kutije prve pomoći
Orijentacijski pregled	Sigurni znaci smrti Stanje svijesti Bočni položaj Reanimacijski postupak: umjetno disanje i masaža srca Krvarenje (vanjsko i unutarnje; postupci zaustavljanja krvarenja) Rane
Šok	Uzroci i simptomi šoka Postupci s osobom u šoku
Imobilizacija	Princip imobilizacije prijeloma i iščašenja Postavljanje zavoja
Akcidentalna stanja	Gušenje stranim tijelom Utapanje Vješanje Toplinski udar Pohlađivanje Strujni udar Amputacijske ozljede
Otrovanja	Simptomi i znaci trovanja Postupak pri gutanju otrova Postupak pri udisanju otrova Postupak pri nalazu otrova na koži Otrovi u kućanstvu (alkoholna pića, detergentsi, kiseline i lužine, antifriz, pesticidi, ugljični monoksid)
Postupak s ozlijeđenom osobom	Skidanje odjeće i obuće Prijenos ozlijeđenih i oboljelih
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, pisana provjera znanja. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja.

	Suradnja u nastavnom procesu - izrada radnih zadataka u paru. Oblici: usmena provjera, demonstracija s individualnim zadacima koje je kreirao nastavnik.
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **STRANI JEZIK U STRUCI**

Razred: **prvi (1.)**

U prvom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none"> 1. identificirati stručne izraze i riječi 2. razlikovati gramatičke forme 3. verbalno se izražavati 4. pisano se izražavati 5. interpretirati zadane sadržaje
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Kultura i civilizacija	Teme iz kulture i civilizacije francuskog i hrvatskog govornog područja Frankofonija u svijetu Slobodno vrijeme Zanimanja Blagdani Teme iz struke
Komunikacijski obrasci	Uporaba različitih razina jezika u različitim situacijama (traženje i davanje osnovnih informacija, postavljanje pitanja, itd.) Formalni i neformalni pisani obrasci (pisma, čestitke, itd.)
Fonološka i ortografska obilježja	Fonološke i ortografske posebnosti francuskog jezika (nazalni vokali, grafički akcenti, itd.) Osnovna pravila izgovora i pisanja Vezivanje u izgovoru
Leksički sadržaji	Usvajanje rječnika (ovisno o temama, zanimanju i potrebama učenika)
Gramatika	Imenice Zamjenice (samostalne i nesamostalne osobne zamjenice) Pridjevi (posesivni i pokazni pridjevi, mjesto opisnog pridjeva u rečenici, tvorba ženskog roda pridjeva, stupnjevanje pridjeva) Brojevi (glavni i redni brojevi) Članovi (određeni i neodređeni član, partitivni član) Glagoli (prezent, imperativ, Passé Composé, Futur Simple, povratni i nepravilni glagoli) Rečenica (izjavne, upitne i negativne rečenice)
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, pisana provjera znanja. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja.

	<p>Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere, izrada radnih listova, rješavanje problema unutar manje grupe, prezentacija grupnog/timskog rada ili rada u paru – usmena, pred pločom.</p> <p>Oblici: usmena provjera, demonstracija s individualnim zadacima koje je kreirao nastavnik.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv nastavnog predmeta: **STRANI JEZIK U STRUCI**

Razred: **drugi (2.)**

U drugom razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none"> 1. identificirati stručne izraze i riječi 2. razlikovati gramatičke forme 3. verbalno se izražavati 4. pisano se izražavati 5. interpretirati zadane sadržaje
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Kultura i civilizacija	Teme iz kulture i civilizacije francuskog i hrvatskog govornog područja Frankofonija u svijetu Praznici, putovanja, promet Mediji Slobodno vrijeme, sport, zdravlje Teme iz struke
Komunikacijski obrasci	Uporaba različitih razina jezika u različitim situacijama (traženje i davanje informacija; izražavanje mišljenja, itd.)
Fonološka i ortografska obilježja	Stalno utvrđivanje izgovora Rečenični ritam i melodija Gramatička ortografija
Leksički sadržaji	Usvajanje rječnika (ovisno o temama, zanimanju i potrebama učenika)
Gramatika	Imenice (determinacija imenica) Zamjenice (odnosne i posvojne zamjenice, osobne zamjenice kao objekt u rečenici) Pridjevi (posvojni pridjevi, prijedložni izrazi, pridjevi s dva oblika u muškom rodu) Brojevi (glavni i redni brojevi) Članovi (uporaba i izostavljanje člana) Glagoli (futur, imperfekt (Imparfait vs Passé Composé), nepravilni glagoli) Rečenica (vremenske rečenice, odnosne rečenice)
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao teoretska nastava.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode. Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad. Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu. Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, pisana provjera znanja. Primjena sadržaja - usmena provjera znanja - praktičnom primjenom sadržaja. Suradnja u nastavnom procesu - praćenje domaćih uradaka u radnoj mapi bez detaljnije provjere, izrada radnih listova, rješavanje

	<p>problema unutar manje grupe, prezentacija grupnog/timskog rada ili rada u paru – usmena, pred pločom.</p> <p>Oblici: usmena provjera, demonstracija s individualnim zadacima koje je kreirao nastavnik.</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

Naziv modula	PEDIKURA
Popis strukovnih jedinica ishoda učenja iz standarda kvalifikacije	Pedikura
Kako učiti i raditi s ovim modulom	
Cilj modula:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ obavljati samostalno kozmetičku dijagnostiku i tretmane pedikure te savjetovati klijenta o tijeku tretmana
Opis modula:	<p>Pedikura je modul koji je zamišljen kao nadogradnja strukovnih sadržaja upotpunjeni s novim strukovnim znanjima koja su direktno povezana sa radom u kozmetičkim salonima.</p> <p>Izučavanjem ovog modula polaznici su osposobljeni identificirati kožu, prepoznati bolesti kože stopala te razlikovati dekorativne pripravke, aparate, pribor i postupke u njezi stopala.</p> <p>Polaznici su sposobni primjenjivati pravilnu tehniku i vrste preparativne i dekorativne kozmetike, bilježiti rezultate tretmana, savjetovati klijenta o kućnoj njezi, planirati slijedeći tretman te pratiti novitete u materijalima i tehnikama njege.</p>
Nastavni predmet koji se izvodi u ovom modulu:	Pedikura (3. razred, 2 sata, 4 boda)

Nastavni predmet po razredima i ishodima učenja

Naziv nastavnog predmeta: **PEDIKURA**

Razred: **treći (3.)**

U trećem razredu polaznik će steći sljedeće ishode učenja:	<ol style="list-style-type: none">1. identificirati mikroskopsku građu kože te fiziologiju i funkciju kože i njenih adneksa2. prepoznati bakterijske, parazitarne, gljivične i alergijske bolesti kože i kožnih adneksa te kontraindikacije za provedbu pedikure identificirati sastav i djelovanje pripravaka za tretiranje i njegu kože ruku i stopala i noktiju9. razlikovati dekorativne pripravke za uljepšavanje i ukrašavanje noktiju10. razlikovati pribor, aparate i postupke za njegu i obradu noktiju i kože stopala11. primijeniti pravilnu tehniku i vrstu preparativne i dekorativne kozmetike za nokte prema potrebama i željama klijenta.12. bilježiti rezultate tretmana13. savjetovati klijenta o kućnoj njezi14. planirati idući tretman njege noktiju stopala15. identificirati izvore noviteta u materijalima i novim tehnikama obrade i korekcije noktiju
Razrada	
Nastavne cjeline	Razrada – Nastavne teme
Građa kože i nokta	Građa kože i njena funkcija Građa nokta i njegova funkcija
Promjene na noktima i stopalima	Gljivične infekcije noktiju i stopala Bakterijske infekcije noktiju i stopala Mehanička oštećenja noktiju i stopala Kontraindikacije za provedbu pedikure Uloga dijabetesa i artritisa u pedikuri
Primjena preparativne i dekorativne kozmetike u pedikuri	Kupke-vrste i primjena Parafinske kupke i njihova primjena Aromatična ulja-vrste i primjena Serumi za njegu i učvršćivanje noktiju i njihova primjena Mehanički piling i njegova primjena u pedikuri Maske, pakunzi, kreme, losioni, gelovi i posipi u pedikuri Vrste i primjena lakova Vrste i primjena nakita i dekoracija za nokte
Tehnike i metode njege stopala i ukrašavanja noktiju	Vrste i primjena alata i pribora pedikuri Vrste i primjena aparata u pedikuri Njega stopala i noktiju preparativnom kozmetikom Primjena dezinficijensa u pedikuri Klasično lakiranje noktiju French-tehnika Nail-art
Praćenje noviteta i trendova	Tehnike akrilom Tehnike gelom SPA pedikura Wellnes pedikura

	Važnost praćenja noviteta i trendova u pedikuri
Napomene:	Nastavni proces se 100 % vremena izvodi kao vježbe. U realizaciji vježbi razredni odjel se dijeli u skupine od 10 do 14 polaznika.
Ostalo	
Metode i oblici rada:	<p>Metode: verbalne metode (metoda usmenog izlaganja i dijaloška metoda), metoda demonstracije, tekstualno-ilustrativna metoda, metoda grafičkih radova, laboratorijske metode.</p> <p>Oblici: frontalni, rad u skupini, rad u parovima, individualni rad.</p> <p>Napomena: izbor metoda i oblika rada za svaki nastavni sat određuje nastavnik, sukladno nastavnim sadržajima, osobitosti polaznika te materijalnim i drugim uvjetima.</p>
Elementi i oblici praćenja i vrjednovanja polaznika:	<p>Elementi: usvojenost sadržaja, primjena sadržaja, suradnja u nastavnom procesu.</p> <p>Usvojenost sadržaja - usmena provjera znanja, pisana provjera znanja, provjera usvojenosti stručne terminologije, zadaci objektivnog tipa.</p> <p>Primjena sadržaja - provjera ili prezentacija uradaka, individualna provjera prezentacijom, praktični dio demonstracijom i interpretacijom pokazanog.</p> <p>Suradnja u nastavnom procesu - izrada zadataka u paru, prezentacija rada u paru - usmena, pred pločom, izložbom.</p> <p>Oblici: usmena provjera, praktična provjera te prepoznavanje stručnih pojmova, vježbe (domaći uradak, radni zadatak koji je kreirao nastavnik).</p>
Literatura	
Literatura za polaznike:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Prema Katalogu obveznih udžbenika i pripadajućih dopunskih nastavnih sredstava Ministarstva znanosti, obrazovanja i sporta.

2.2.4. Završni rad

Provodi se temeljem *Zakona o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi* (NN 87/08, 86/09, 92/10, 105/10-isp., 90/11, 16/12 i 86/12) i *Pravilnika o izradbi i obrani završnoga rada* (NN 118/09).

3. Okruženje za učenje

Ustanova za strukovno obrazovanje:

za izvođenje strukovnog kurikuluma za stjecanje kvalifikacije potrebno je osigurati prostorne, materijalne i ljudske resurse propisane standardom kvalifikacije. Za uspješno usvajanje ishoda učenja nužno je razredne odjele dijeliti u skladu s uvjetima rada, a za kvalitetno izvođenje strukovnih modula planirano tjednim satima. Ustanova treba osigurati opremljene učionice, specijalizirane učionice, laboratorije i druge prostore.

Prostori poslodavaca:

praktična nastava prepoznaje situacije praktičnog stručnog djelovanja kroz suradnju s gospodarstvenicima, wellness i SPA institucijama te ostalim relevantnim institucijama u lokalnom okruženju ustanove za strukovno obrazovanje:

- kozmetičkim salonima
- salonima za njegu i održavanje zdravlja i ljepote kože
- wellness i SPA centrima
- proizvođačima kozmetike i aparata
- distributerima kozmetike i aparata
- parfumerijama.

4. Kadrovski uvjeti

Nastavni predmet	Nastavnik	Izobrazba*
Hrvatski jezik	<ul style="list-style-type: none">▪ nastavnik općeobrazovnog predmeta	<ul style="list-style-type: none">▪ profesor hrvatskog jezika i književnosti▪ profesor jugoslavenskih jezika i književnosti▪ diplomirani kroatolog▪ profesor hrvatske kulture▪ diplomirani komparatist književnosti ili profesor komparativne književnosti (pod uvjetom da ima položen razlikovni ispit iz hrvatskog jezika na Filozofskom fakultetu u Zagrebu)▪ profesor jugoslavenskih jezika i književnosti sa smjerom animacija kulture (diplomirao na Pedagoškom fakultetu u Rijeci do 1991. godine pod uvjetom da ima položen razlikovni ispit iz hrvatskog jezika na tom fakultetu)▪ magistar hrvatskog jezika i književnosti▪ magistar edukacije hrvatskog jezika i književnosti▪ magistar edukacije kroatologije▪ magistar kroatistike i južnoslavenskih filologija
Engleski jezik	<ul style="list-style-type: none">▪ nastavnik općeobrazovnog predmeta	<ul style="list-style-type: none">▪ profesor engleskoga jezika i književnosti▪ diplomirani anglist▪ magistar edukacije (nastavnički smjer) engleskoga jezika (i književnosti)▪ magistar prevoditelj▪ magistar filolog

Njemački jezik	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik općeobrazovnog predmeta 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ profesor njemačkoga jezika i književnosti ▪ magistar edukacije (nastavnički smjer) njemačkoga jezika (i književnosti) ▪ magistar prevoditelj ▪ magistar filolog
Povijest	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik općeobrazovnog predmeta 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ diplomirani povjesničar ▪ profesor povijesti ▪ magistar edukacije povijesti ▪ magistar povijesti
Katolički vjeronauk	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik općeobrazovnog predmeta 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ diplomirani vjeroučitelj teologije ▪ diplomirani kateheta ▪ profesor vjeronauka ▪ magistar religiozne pedagogije i katehetike ▪ diplomirani teolog ▪ magistar teologije
Etika	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik općeobrazovnog predmeta 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ profesor filozofije ▪ magistar edukacije filozofije ▪ diplomirani filozof ▪ magistar filozofije ▪ profesor sociologije ▪ magistar sociologije ▪ diplomirani politolog ▪ magistar politologije ▪ diplomirani teolog ▪ magistar teologije ▪ diplomirani kateheta ▪ magistar religiozne pedagogije i katehetike ▪ profesor hrvatske kulture ▪ magistar edukacije kroatologije ▪ diplomirani kroatolog ▪ magistar kroatologije

		<ul style="list-style-type: none"> ▪ profesor religijske kulture ▪ magistar edukacije religijskih znanosti ▪ diplomirani religiolog ▪ magistar religijskih znanosti
Geografija	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik općeobrazovnog predmeta 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ profesor geografije ▪ profesor geografije i povijesti ▪ profesor geografije i geologije ▪ diplomirani geograf ▪ profesor geografije i drugog predmeta ▪ magistar edukacije geografije ▪ magistar edukacije geografije i povijesti ▪ magistar edukacije geografije i drugog predmeta
Tjelesna i zdravstvena kultura	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik općeobrazovnog predmeta 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ magistar kineziologije ▪ profesor kineziologije ▪ profesor tjelesnog odgoja ▪ profesor fizičke kulture ▪ profesor fizičkog odgoja
Politika i gospodarstvo	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik opće obrazovnog predmeta 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ profesor sociologije, magistar sociologije ▪ diplomirani politolog, magistar politologije ▪ diplomirani ekonomist, magistar ekonomije ▪ diplomirani pravnik, magistar prava
Biologija	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik općeobrazovnog predmeta 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ profesor biologije ▪ magistar biologije ▪ profesor biologije i kemije ▪ magistar biologije i kemije ▪ diplomirani inženjer biologije - smjer ekologija ▪ diplomirani inženjer biologije - smjer molekularna biologija ▪ magistar molekularne biologije ▪ magistar eksperimentalne biologije

		<ul style="list-style-type: none"> ▪ magistar biologije i ekologije mora ▪ magistar ekologije i zaštite prirode ▪ magistar zaštite okoliša
Latinski jezik	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik općeobrazovnog predmeta 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ profesor latinskoga jezika i rimske književnosti ▪ magistar edukacije latinskog jezika ▪ magistar latinskog jezika ▪ diplomirani latinist ▪ profesor klasične filologije ▪ diplomirani klasični filolog ▪ magistar edukacije latinskog i grčkog jezika ▪ magistar latinskog i grčkog jezika ▪ profesor latinskog jezika i rimske književnosti ▪ profesor grčkog jezika i književnosti
Fizika	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik općeobrazovnog predmeta 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ magistar edukacije fizike ▪ magistar fizike ▪ magistar edukacije fizike i matematike ▪ magistar edukacije fizike i politehnike ▪ magistar edukacije fizike i informatike ▪ magistar fizike – geofizike ▪ magistar edukacije fizike i tehnike ▪ magistar edukacije fizike i kemije ▪ profesor fizike ▪ diplomirani inženjer fizike

Matematika	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik općeobrazovnog predmeta 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ magistar edukacije matematike ▪ magistar matematike ▪ magistar edukacije matematike i informatike ▪ magistar računarstva i matematike ▪ magistar edukacije matematike i fizike ▪ magistar edukacije fizike i matematike
Primijenjena kemija	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ profesor kemije ▪ diplomirani inženjer kemije ▪ diplomirani inženjer kemijske tehnologije ▪ diplomirani kemijski inženjer ▪ diplomirani inženjer biotehnologije ▪ diplomirani inženjer biokemije ▪ diplomirani inženjer medicinske biokemije ▪ magistar edukacije kemije ▪ magistar edukacije biologije i kemije ▪ magistar edukacije fizike i kemije ▪ magistar kemijskog inženjerstva ▪ magistar primijenjene kemije ▪ magistar bioprocenog inženjerstva
Primijenjena kozmetika	<ul style="list-style-type: none"> ▪ strukovni učitelj 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ doktor medicine, specijalist kozmetolog ▪ doktor medicine, specijalist dermatolog ▪ magistar farmacije ▪ diplomirani farmaceut ▪ kozmetičar s najmanje pet godina radnog staža u struci

Kozmetologija	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ magistar kemije ▪ profesor kemije ▪ diplomirani inženjer kemije ▪ magistar farmacije ▪ diplomirani farmaceut ▪ diplomirani inženjer farmacije
Primijenjena informatika	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ magistar informatike ▪ magistar računalstva ▪ magistar elektrotehnike ▪ magistar edukacije matematike i informatike ▪ magistar računarstva i matematike ▪ magistar fizike i informatike
Dermatologija	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ doktor medicine ▪ profesor biologije ▪ magistar biologije ▪ diplomirani inženjer biologije
Ljekovito bilje s botanikom	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ doktor medicine ▪ magistar farmacije ▪ diplomirani farmaceut ▪ diplomirani inženjer farmacije ▪ profesor biologije ▪ magistar biologije ▪ diplomirani inženjer biologije
Anatomija i fiziologija	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ doktor medicine ▪ profesor biologije ▪ magistar biologije ▪ diplomirani inženjer biologije
Medicinska mikrobiologija	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ doktor medicine ▪ profesor biologije ▪ magistar biologije ▪ diplomirani inženjer biologije ▪ magistar biologije ▪ medicinsko laboratorijski inženjer ▪ sanitarni inženjer

Nutricionizam	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ doktor medicine ▪ magistar farmacije ▪ diplomirani farmaceut ▪ diplomirani inženjer farmacije ▪ magistar/diplomirani inženjer prehrambene tehnologije ▪ profesor biologije ▪ magistar biologije ▪ diplomirani inženjer biologije
Primijenjena komunikacija	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ magistar psihologije ▪ profesor psihologije ▪ diplomirani psiholog ▪ diplomirani komunikolog ▪ diplomirani novinar
Poslovanje u struci	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ diplomirani ekonomist ▪ magistar ekonomije
Prva pomoć	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ doktor medicine ▪ doktor stomatologije ▪ diplomirana medicinska sestra/ diplomirani medicinski tehničar ▪ magistar/magistra medicinske tehnologije ▪ prvostupnik/prvostupnica medicinske tehnologije
Aromakozmetika	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja ▪ strukovni učitelj 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ profesor kemije ▪ magistar kemije ▪ diplomirani inženjer kemije ▪ diplomirani inženjer kemijske tehnologije ▪ diplomirani kemijski inženjer ▪ diplomirani inženjer biotehnologije ▪ magistar edukacije kemije ▪ magistar edukacije biologije i kemije ▪ diplomirani inženjer biokemije ▪ doktor medicine, specijalist kozmetolog ▪ doktor medicine, specijalist

		<p>dermatolog</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ magistar farmacije ▪ diplomirani farmaceut ▪ kozmetičar s najmanje pet godina radnog staža u struci ▪ magistar farmacije ▪ diplomirani farmaceut ▪ profesor biologije ▪ magistar biologije ▪ diplomirani inženjer biologije ▪ kozmetičar s najmanje pet godina radnog iskustva u struci ▪ aromaterapeut s najmanje pet godina radnog iskustva u struci
Dekorativna kozmetika	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja ▪ strukovni učitelj 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ magistar farmacije ▪ diplomirani farmaceut ▪ kozmetičar s najmanje pet godina radnog iskustva u struci
Masoterapijske tehnike	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja ▪ strukovni učitelj 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ prvostupnik fizioterapije ▪ kozmetičar s najmanje pet godina radnog iskustva u struci
TV i kazališna šminka	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja ▪ strukovni učitelj 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ kozmetičar s najmanje pet godina radnog iskustva kao profesionalni šminker
Pedikura	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja ▪ strukovni učitelj 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ pediker s najmanje pet godina radnog iskustva u struci

Ekologija	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik stručno-teorijskih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ magistar biologije ▪ profesor biologije ▪ magistar ekologije ▪ magistar kemijske tehnologije ▪ prof. biologije i kemije ▪ dipl. inž. biologije - smjer ekologija ▪ dipl. inž. biologije - smjer molekularna biologija ▪ magistar molekularne biologije ▪ magistar eksperimentalne biologije ▪ magistar biologije i ekologije mora ▪ magistar ekologije i zaštite prirode ▪ magistar zaštite okoliša
Strani jezik u struci	<ul style="list-style-type: none"> ▪ nastavnik općeobrazovnih sadržaja 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ magistar edukacije francuskog jezika i književnosti ▪ profesor francuskog jezika ▪ magistar edukacije stranog jezika i književnosti ▪ profesor stranog jezika

* Napomena: kada postoje dvojbe oko ispunjavanja propisanih uvjeta odgovarajuće vrste obrazovanja za izvođenje nastave iz pojedinog nastavnog predmeta (promjena naziva nastavnog predmeta, akademskog ili stručnog naziva, nastavnog plana i programa/strukovnog kurikulumu, uvođenje novog akademskog ili stručnog naziva i sl.) suglasnost o odgovarajućoj vrsti obrazovanja za izvođenje nastave iz pojedinog nastavnog predmeta na zahtjev ustanove za strukovno obrazovanje može izdati ministarstvo nadležno za obrazovanje uz prethodno stručno mišljenje nadležne agencije.

5. Minimalni materijalni uvjeti

Nastavni predmet	Oprema	Prostor
Hrvatski jezik	školska ploča, grafoskop, računalo s pristupom internetu, projektor i projektno platno	standardna učionica
Engleski jezik	školska ploča (tamna ili bijela), računalo s pristupom internetu i potrebnim softverom, projektor i projektno platno, CD player, DVD player	standardna učionica, kabinet za strani jezik
Njemački jezik	školska ploča (tamna ili bijela), računalo s pristupom internetu i potrebnim softverom, projektor i projektno platno, CD player, DVD player	standardna učionica, kabinet za strani jezik
Povijest	školska ploča (tamna ili bijela), kreda, računalo s pristupom internetu, projektor i projektno platno	standardna učionica, kabinet za povijest
Katolički vjeronauk	školska ploča (tamna ili bijela), kreda, računalo s pristupom internetu, projektor i projektno platno	standardna učionica, kabinet za vjeronauk
Etika	školska ploča (tamna ili bijela), kreda, računalo s pristupom internetu, projektor i projektno platno	standardna učionica, kabinet za etiku
Geografija	geografske karte svijeta, kontinenta i republike hrvatske, topografske karte (broj listova dostatan radu u paru), satelitske snimke, reljefni modeli, zbirke minerala i stijena, prozirnice, računalna tehnologija i multimedijalne prezentacije, internet, kompas, krivinomjer, GPS uređaj (broj kompasa, krivinomjera i GPS uređaja minimalno dostatan za rad u skupinama), grafički prikazi, tekstualni materijal	specijalizirana učionica za geografiju ili kabinet za geografiju, školsko dvorište

Tjelesna i zdravstvena kultura	nastavna sredstva i pomagala sukladno državnom pedagoškom standardu za opremanje sportskih igrališta, dvorana i ostalih pratećih prostora	otvoreni i zatvoreni sportski prostori s pratećim higijenskim prostorijama (sportska dvorana, teretana, igrališta, plivalište...),- sukladno državnom pedagoškom standardu
Politika i gospodarstvo	školska ploča (tamna ili bijela, računalo s pristupom internetu i potrebnim projektorom i projektno platno	standardna učionica, specijalizirana informatička učionica - korištenje prilikom realizacije pojedinih nastavnih tema
Biologija	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop/LCD projektor, projektno platno, računalo s internetskom vezom, DVD player, flex kamera, svjetlosni mikroskopi, lupe ili povećala. model unutarnjih organa čovjeka (torso), modeli ili slike spolnih organa čovjeka, stetoskop, tlakomjer	standardna učionica, kabinet za biologiju, specijalizirana učionica - korištenje prilikom realizacije pojedinih nastavnih tema
Latinski jezik	školska ploča (tamna ili bijela), pametna ploča, kreda u boji, računalo s pristupom internetu, projektor i projektno platno	standardna učionica, specijalizirana informatička učionica - korištenje prilikom realizacije pojedinih nastavnih tema
Fizika	školska ploča (tamna ili bijela), računalo s pristupom internetu, LCD projektor i projektno platno, pribor za demonstracijske pokuse	specijalizirana ili standardna učionica, kabinet za pripremu nastave fizike s opremom
Matematika	školska ploča (tamna ili bijela), pametna ploča, kreda u boji i geometrijski pribor, modeli geometrijskih tijela, računalo s pristupom internetu i potrebnim matematičkim softverom, projektor i projektno platno	standardna učionica, kabinet za matematiku, specijalizirana informatička učionica - korištenje prilikom realizacije pojedinih nastavnih tema
Primijenjena kemija	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop	specijalizirani laboratorij
Primijenjena kozmetika	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop, računalo s pristupom internetu, projektor i projektno platno, kozmetički praktikum	školski kozmetički praktikum

	<p>opremljen osnovnim instalacijama, kozmetičkim priborom, preparatima i aparatima (za 16 radnih mjesta) osnovna i pomoćna oprema: 8 kozmetičkih ležaljki, 4 radna stolića, 5 stolića za odlaganje preparata, 16 stolica, 8 lupa, 8 vapozone, 4 ic-lampe, 8 visokih frekvencija, 4 grijača za vosak u patronama, 1 mali grijač za vosak, 2 grijača za parafin, 4 električne deke za aromaterapiju, 8 pamučnih deka za pokrivanje, 100 pamučnih (220x140cm) ili frotirnih plahta s gumom za ležaljke, 50 ručnika (50x100cm), 20 malih ručnika, 20 tetra pelena, 8 velikih škara, 8 malih škarica, 8 pinceta, 4 posude za odlaganje vate, 4 posude za odlaganje nakita, 8 posuda za odlaganje otpadnog materijala na radnom stolu, potrošni materijal, sredstva za održavanje higijene, preparativna kozmetika, aparati: iontoforeza, aparat za mišićnu stimulaciju, ultrazvuk za lice i tijelo, termo deka, biostimulator za lice i tijelo</p>	
Kozmetologija	<p>kemijski laboratorij s osnovnom opremom, instalacijama, laboratorijskim posuđem, priborom i kemikalijama (za 15 radnih mjesta): epruvete sa stalkom, metalni stalci, kleme, drvene hvataljke, čepovi, ph-metar, indikatorski papir, filterski papir, škare i sl., laboratorijska vaga s utezima, automatska vaga, 15 plamenika, tronoga i azbestnih mrežica, 15</p>	specijalizirani laboratorij

	kompleta pribora za radno mjesto – patena s pistilom, tarionik s pistilom, staklene i plastične čaše (600ml, 400ml, 150ml, 100ml), lijevci, menzure (10ml, 100ml, 500ml), termometar (100°C), satno staklo, kapaljka, stakleni štapić, špatule. 10 aparatura za destilaciju pod atmosferskim tlakom, 2 aparature za destilaciju vodenom parom osnovne kemikalije za obavljanje vježbi zadanih kurikulumom	
Primijenjena fizika	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop, računalo s pristupom internetu, projektor i projektno platno	standardna učionica specijalizirani laboratorij
Primijenjena informatika	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop, računalo s pristupom internetu, projektor i projektno platno	specijalizirana informatička učionica
Dermatologija	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop	standardna učionica
Ljekovito bilje s botanikom	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop	standardna učionica
Anatomija i fiziologija	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop	standardna učionica
Medicinska mikrobiologija	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop	specijalizirani laboratorij
Nutricionizam	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop	standardna učionica
Primijenjena komunikacija	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop, projektor i projektno platno, flipchart ploča	standardna učionica
Poslovanje u struci	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop, računalo s pristupom internetu, projektor i projektno platno	standardna učionica
Strani jezik u struci	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop	standardna učionica
Prva pomoć	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop	standardna učionica
Aromakozmetika	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop	školski kozmetički praktikum
Dekoratívna kozmetika	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop, kozmetika, sukladno	školski kozmetički praktikum

	specifičnim zahtjevima za aplikaciju šminke	
Rituali i masoterapijske tehnike	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop	školski kozmetički praktikum
Filmska i kazališna šminka	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop, kozmetika, sukladno specifičnim zahtjevima filmske i kazališne šminke	školski kozmetički praktikum
TV i fotografska šminka	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop, kozmetika, sukladno specifičnim zahtjevima tv i fotografske šminke	školski kozmetički praktikum
Wellness i SPA	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop	standardna učionica
Pedikura	školska ploča (tamna ili bijela), grafoskop, stolice ili ležaljke za pedikuru, kadice za kupke stopala, pribor za obradu noktiju i kože, dezinfekcijska sredstva za kožu, pribor i opremu	školski kozmetički praktikum

6. Reference dokumenta

6.1. Referentni brojevi

Kod standarda kvalifikacije: **SK-1301/11-01-42/11-01**

Naziv obrazovnog sektora: Osobne usluge, usluge zaštite i druge usluge

Šifra obrazovnog sektora: 13

6.2. Članovi radnih skupina koji su sudjelovali u izradbi strukovnog kurikuluma

6.2.1. Općeobrazovni dio

I. Jezično-komunikacijsko područje:

Ivana Lekić, prof., AZOO, Split - voditeljica

Jelena Matković, prof., ASOO, Zagreb

Vesna Hrvoj-Šic, MZOS, Zagreb

Hrvatski jezik

dr. sc. Sanja Fulgosi, NCVVO, Zagreb

Božica Jelaković, prof., XV. gimnazija, Zagreb

dr. sc. Srećko Listeš, AZOO, Split

Tanja Marčan, prof., Hotelijersko-turistička škola Opatija, Opatija

Melita Rabak, prof., Trgovačka i tekstilna škola u Rijeci, Rijeka

Linda Grubišić Belina, prof., AZOO, Rijeka

Engleski i njemački jezik

Izabela Potnar Mijić, prof., AZOO, Osijek

Ana Crkvenčić, prof., AZOO, Zagreb

Dubravka Kovačević, prof., AZOO, Zagreb

Ninočka Truck-Biljan, prof., Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera, Osijek

Vlasta Svalina, prof., Ekonomska i upravna škola, Osijek

Livija Pribanić Katarinić, prof., Srednja strukovna škola Vinkovci, Vinkovci

Dragana Jurilj Prgomet, prof., Druga srednja škola Beli Manastir, Beli Manastir

Cvjetanka Božanić, prof., X. gimnazija „Ivan Supek“, Zagreb

Latinski jezik

Ira Beck, prof., Škola za medicinske sestre Vrapče , Zagreb

Kornelija Pavlič, prof., Klasična gimnazija, Zagreb

II. Matematičko područje:

Matematika

Neda Lesar, prof., AZOO, Zagreb – voditeljica

Nada Gvozdenović, dipl. ing., ASOO, Zagreb

Mirjana Ilijić, prof., Tehnička škola Ruđera Boškovića, Zagreb

Draga Dolenc Gashi, prof., Grafička škola u Zagrebu, Zagreb

Zlatko Zadelj, prof., NCVVO, Zagreb

Darko Belović, MZOS, Zagreb

III. Prirodoslovno područje:

mr. sc. Diana Garašić, AZOO, Zagreb – voditeljica

Nada Gvozdenović, dipl. ing., ASOO, Zagreb

Andreja Uroić Landekić, MZOS, Zagreb

Geografija

Sonja Burčar, prof., AZOO, Osijek

dr. sc. Ružica Vuk, Prirodoslovno-matematički fakultet, Geografski odsjek, Zagreb

Biologija

mr. sc. Zrinka Pongrac Štimac, prof., V. gimnazija, Zagreb

Dalibor Sumpor, prof., Srednja škola Tina Ujevića i Tehnička škola, Kutina

Marina Ništ, prof., AZOO, Osijek

prof. dr. sc. Ines Radanović, Prirodoslovno-matematički fakultet, Odsjek za biologiju, Zagreb

Fizika

dr. sc. Željko Jakopović, AZOO, Zagreb

Tatjana Janeš, prof., Tehnička škola Ruđera Boškovića, Zagreb

Hrvoje Negovec, prof., I. tehnička škola Tesla, Zagreb

dr. sc. Ana Sušec, Prirodoslovno-matematički fakultet, Odsjek za fiziku, Zagreb

IV. Tehničko i informatičko područje:

/

V. Društveno–humanističko područje:

Ankica Mlinarić, dipl. teolog, AZOO, Osijek – voditeljica

Mateja Mandić, prof., ASOO, Zagreb

Ivana Pilko Čunčić, prof., MZOS, Zagreb

Katolički vjeronauk

prof. dr. sc. Ana Thea Filipović, Katolički bogoslovni fakultet, Zagreb

Gordana Barudžija, dipl. teolog, AZOO, Zagreb

Dejan Čaplar, dipl. teolog, Gimnazija Beli Manastir, Beli Manastir

Etika

Milana Funduk, prof., Klasična gimnazija, Zagreb

dr. sc. Dijana Lozić-Leko, Gimnazija A. G. Matoša, Zabok

Povijest

mr. sc. Marijana Marinović, AZOO, Rijeka

dr. sc. Željko Holjevac, Filozofski fakultet, Zagreb

Lobert Simičić, dipl. sociolog i dipl. povjesničar, Medicinska škola, Rijeka

Mladen Stojić, prof., Srednja škola za elektrotehniku i računalstvo, Rijeka

Miroslav Šašić, prof., Prirodoslovna škola Vladimira Preloga, Zagreb

Politika i gospodarstvo

Martina Preglej, prof., Športska gimnazija, Zagreb

Zlata Paštar, prof., Prva gimnazija, Zagreb

VI. Umjetničko područje:

/

VII. Tjelesno i zdravstveno područje:

Tjelesna i zdravstvena kultura

Željko Štefanac, prof., AZOO, Zagreb – voditelj

Biljana Šoda, prof., ASOO, Zagreb

Višnja Maranić-Uremović, MZOS, Zagreb

prof. dr. sc. Boris Neljak, Kineziološki fakultet, Zagreb

dr. sc. Dario Novak, Kineziološki fakultet, Zagreb

dr. sc. Vilko Petrić, Kineziološki fakultet, Zagreb

Ana Matković, prof., Škola za primalje, Zagreb

6.2.2. Strukovni dio

Antonija Tretinjak, kozmetičar, Kozmetički salon de luxe, Zagreb

Ana Koletić, prof., Prirodoslovna škola Vladimira Preloga, Zagreb

Ljiljana Perkov, kozmetičar, Kozmetički salon Dora'98, Zagreb

Petra Bakarić, kozmetičar, Kozmetički studio Petra, Zagreb

Snežana Živković, kozmetičar, Kozmetički salon Luna, Vukovar

Vesna Šercar, prof., Prirodoslovna škola Vladimira Preloga, Zagreb

Petra Oštarijaš, mag. soc., ALECTO d.o.o., Zagreb

Ivo Tunjić, dipl. ing., ASOO, Zagreb

Trešnja Šarčević, Tara centar

Voditelj: Petra Oštarijaš, prof., Alecto d.o.o.

6.3. Predlagatelj strukovnog kurikuluma

Agencija za strukovno obrazovanje i obrazovanje odraslih.