

Republika Hrvatska
Ministarstvo znanosti obrazovanja i športa

NASTAVNI PLAN I PROGRAM

Područje: Cestovni promet

Zanimanje: Rukovatelj viličarom

I. OPĆI PODATCI O PROGRAMU-ZANIMANJU

OBRAZOVNO PODRUČJE

Cestovni promet

NAZIV ZANIMANJA PREMA NACIONALNOJ KLASIFIKACIJI ZANIMANJA

Rukovatelj viličarom

TRAJANJE OBRAZOVANJA

jedna godina

POSEBNI UVJETI ZA UPIS

Zdravstvena sposobnost - kontraindikacije

CILJ OBRAZOVNOG PROGRAMA:

Osim općih ciljeva, znanja, vještina i stavova za osobni razvoj i daljnje učenje, obrazovni program učenicima omogućuje stjecanje praktičnih i teoretskih znanja i vještina za obavljanje poslova rukovatelja viličarom:

- stjecanje znanja i vještina za pravilno rukovanje strojevima, uređajima i alatima tijekom rada te njihovo pravilno održavanje;
- stjecanje znanja o sigurnosti pri radu;
- razvijanje ekološke svijesti i osobne odgovornosti za teret i sredstva koja se koriste pri prekrcaju;
- također tijekom obrazovanja treba jačati odgojnu komponentu, naučiti raditi na siguran način, stjecati radne navike, razvijati socijalizaciju u radnoj sredini.

STANDARD ZANIMANJA

1 Naziv zanimanja: rukovatelj viličarom

2 Razina složenosti: II.

3 Opće kompetencije:

- a) sposoban je sudjelovati u jednostavnoj usmenoj i pismenoj komunikaciji;
- b) sposoban je sudjelovati u grupnoj raspravi;
- c) sposoban je čitati i sintetizirati podatke iz dokumenata o istoj temi;
- d) posjeduje osnovna matematička znanja potrebna za razumijevanje zakonitosti u prirodi i društvu te je osposobljen za primjenu znanja u životu i struci;
- e) posjeduje vještinu samostalnog računanja, crtanja i mjerenja prema uputama, kao i preciznost u radu;
- f) primjenjuje stečeno znanje stranog jezika u svim oblicima komunikacije;
- g) primjenjuje usvojene metode učenja i usavršava nove;
- h) posjeduje znanje potrebno za korištenje aplikacija za tabelarni prikaz i izračun;
- i) preuzima odgovornost za svoj zadatak korištenjem vlastitog plana kako bi ostvario zadane ciljeve.

4 Stručne kompetencije:

- a)
- b) raspolaže teorijskim i praktičnim znanjima potrebnim za obavljanje posla;
- c) posjeduje odgovarajuća znanja iz računalstva koja primjenjuje za pronalaženje podataka važnih za organizaciju i rad;
- d) poznaje propise vezane uz rukovanje viličarom;
- e) poznaje vrste i karakteristike viličara koji se koriste u skladištima i proizvodnim prostorima;
- f) posjeduje vještine za održavanje viličara i uređaja za održavanje istih;
- g) posjeduju tehniku za obavljanje poslova rukovanja s viličarom;
- h) vođenje viličara od uzimanja, nošenja, dizanje i odlaganja tereta uz primjenu propisanih postupaka o zaštiti na radu s teretom te davanje znakova za sigurno upravljanje viličarom.

Opis stručnog standarda

Glavna svrha	Ključni poslovi	Kompetencije
Upravljanje i rukovanje viličarom	Upravljanje viličarom	-sposoban je izabrati i sam interpretirati potrebne informacije (upute o radu) -zna opća i posebna pravila prometa -poznaje značenje znakova horizontalne i vertikalne prometne signalizacije u krugu skladišta i poduzeća
	Rukovanje viličarom i obavljanje uzimanja, dizanja i premještanja tereta	-zna ustrojstvo ukrcajno-iskrcajnih radova. -sposoban je pravilno rukovati viličarom i samostalno premještatati, dizati i slagati terete -zna mjesto i točke ukrcaja i iskrcaja tereta. -sposoban osigurati teret tijekom prijenosa
	Održavanje viličara	-zna održavati motor i sklopove viličara -zna prepoznati kvar na vozilu -zna preventivno održavati vozilo

II. NASTAVNI PLAN

RB	NASTAVNI PREDMET	Sati tjedno/ godišnje
		1. godina
<i>I. općeobrazovni dio</i>		
1.	Hrvatski jezik	2,5 / 80
2.	Računalstvo	2 / 64
3.	Tjelesna i zdravstvena kultura	1,5 / 48
4.	Vjeronauk / etika	1 / 32
Ukupno: općeobrazovni dio		7 / 224
<i>II. stručno- teorijski dio</i>		
5.	Strani jezik	1 / 32
6.	Poduzetništvo	1 / 32
7.	Matematika u struci	2 / 64
8.	Motori i prijenosi	1 / 32
9.	Vozila unutarnjeg prijenosa	1 / 32
10.	Teret kao predmet rukovanja	2 / 64
Ukupno: stručno - teorijski dio		8 / 256
Ukupno: I + II		15 / 480
<i>III. praktični dio</i>		
11.	Praktična nastava	14 / 448
UKUPNO: I. + II. + III.		29 / 928

Napomena:

Godišnji fond sati planiran je na bazi 16 tjedana teoretske nastave i 16 tjedana praktične nastave.

Škole koje ne izvode nastavu po modelu „tjedan za tjedan“, dužne su ostvariti planirani godišnji fond sati po predmetima neovisno o modelu izvođenja nastave.

III. OBVEZNI NAČIN PROVJERAVANJA ZNANJA I UMIJEĆA

Nastavni predmet	Obvezni način provjere
Hrvatski jezik	usmeno, pisano
Računalstvo	usmeno, pisano i praktično
Tjelesna i zdravstvena kultura	usmeno, praktično
Vjeronauk/etika	usmeno, pisano
Strani jezik	usmeno, pisano
Poduzetništvo	usmeno, pisano
Matematika u struci	usmeno, pisano
Motori i prijenosi	usmeno, pisano
Vozila unutarnjeg prijenosa	usmeno, pisano
Teret kao predmet rukovanja	usmeno, pisano
Praktična nastava	usmeno, praktični radovi, vođenje dnevnika

IV. POTREBNA STRUČNA SPREMA NASTAVNIKA¹

Nastavni predmet	Nastavnik	Izobrazba
Hrvatski jezik	profesor	prof. hrvatskog jezika i književnosti
Računalstvo	profesor	prof. matematike i informatike dipl. informatičar dipl. ing. smjer računalna tehnika
Tjelesna i zdravstvena kultura	profesor	prof. tjelesne i zdravstvene kulture
Vjeronauk	profesor	dipl. teolog, dipl. kateheta
Etika	profesor	prof. filozofije, dipl. kateheta, dipl. teolog
Strani jezik	profesor	prof. odgovarajućeg jezika i književnosti
Poduzetništvo	profesor	dipl. oecc.
Matematika u struci	profesor	prof. matematike dipl. ing. prometa
Motori i prijenosi	profesor	dipl. ing. strojarstva prof. strojarske skupine predmeta

¹ Temeljni propis je Pravilnik o stručnoj spremi i pedagoško- psihološkom obrazovanju nastavnika u srednjem školstvu.

		dipl. ing. cestovnog prometa
Vozila unutarnjeg prijenosa	profesor	dipl. ing. cestovnog prometa
Teret kao predmet rukovanja	profesor	dipl. ing. cestovnog prometa
Praktična nastava	profesor stručni učitelj	dipl. ing. cestovnog prometa ing. cestovnog prometa

V. IZVOĐENJE PROGRAMA

RAD S UČENICIMA U SKUPINAMA

Nastavni predmet	Nastavnik	Razred	Minimalan broj sati vježbi	Najveći broj učenika u skupini
Računalstvo	profesor	1.	60	15
Praktična nastava	profesor ili stručni učitelj	1.	448	15

MINIMALNI MATERIJALNI UVJETI ZA IZVOĐENJE PROGRAMA

Prostor	Oprema	Nastavni predmet
Univerzalna učionica	Školska ploča, Slike, sheme i modeli	
Specijalizirana učionica	16 računala povezanih u mrežu s mogućnošću pristupa Internetu (računalo nastavnika s CD pisačem), LCD projektor, pisac, programska oprema za obradu teksta, tablični proračun i baze podataka	Računalstvo Stručni predmeti
Specijalizirana učionica	Računalo nastavnika s CD pisačem), LCD projektor, pisac, Slike, sheme i modeli	Stručni predmeti

VI. OKVIRNI NASTAVNI PROGRAMI

Nastavni predmet: Hrvatski jezik

Razred: prvi (1)

Tjedni (ukupni) fond sati:

Razred	1	2
Broj sati	2,5 (80)	-

UVOD

Nastavni predmet **hrvatski jezik** međusobno povezuje tri nastavna područja: hrvatski jezik, hrvatsku i svjetsku književnost te jezično izražavanje.

Jednogodišnji program hrvatskoga jezika za nižu stručnu spremu sadržajno je i metodološki u skladu s Programom hrvatskoga jezika za osnovnu školu s kojim čini povezani metodološki sustav.

Programom je predviđeno stjecanje spoznaja o materinskome jeziku, praktično služenje jezikom u različitim priopćajnim situacijama te upoznavanje književnih djela i kulturne baštine.

Program je tematski ustrojen, a teme i obrazovna postignuća raspoređena su sustavno i međuzavisno. Povezana su nastavna područja (jezik, književnost i jezično izražavanje), naglašeno je jedinstvo teorijskih s praktičnim sadržajima koje učenicima omogućuje samostalno oblikovanje različitih vrsta tekstova u govoru i pismu.

Jezični su sadržaji povezani s nastavom književnosti te pisanog i usmenog izražavanja.

Program nastave jezičnoga izražavanja pretpostavlja ponajprije praktični rad, vježbe učenika u govorenju, čitanju, pisanju i slušanju, pri čemu učenici proširuju umijeća, vještine i navike stečene u osnovnoj školi. Nastava pravopisa integrirana je u nastavu jezika i usvaja se po načelu kontinuiteta.

Program je usmjeren na jezičnu pismenost u svakodnevnim situacijama i poslovnoj komunikaciji u govorenom i pisanom obliku.

Učenike se podržava u stjecanju osobnoga iskustva izražavanja te u povezivanju učenja i iskustva, čime se postiže samopouzdanje, sigurnost i uspjeh u radu.

Program jezičnog izražavanja usklađen je s potrebama struke.

Izbor književnih sadržaja podređen je stjecanju primijenjene jezične komunikacije.

Tijekom školske godine pišu se dvije školske zadaće.

SVRHA

Svrha je nastave jednogodišnjega programa hrvatskoga jezika stjecanje temeljnih znanja potrebnih za jezično sporazumijevanje i upoznavanje osnovnih književnih pojmova koji čine osnovu opće kulture.

CILJEVI

Ciljevi su nastave jednogodišnjega programa hrvatskog jezika:

- primijeniti temeljna komunikacijska i jezična znanja i vještine te razviti želju učenika za trajnim usvajanjem novih spoznaja o hrvatskome standardnom jeziku i njegovom savršenijom uporabom u usmenom i pisanom obliku;
- usvojiti temeljna znanja o književnosti i hrvatskoj kulturnoj baštini;
- poticati uljudbeni i nacionalni odgoj te načela suživota i demokracije.

ZADAĆE

Zadaće kojima se ostvaruju svrha i ciljevi jednogodišnjega programa nastave hrvatskoga jezika:

- povezati osnovnoškolska znanja s novim sadržajima i postignućima;
- razvijati komunikacijsku osposobljenost aktivnom primjenom jezičnih djelatnosti (slušanje, govorenje, čitanje, pisanje);
- samostalno izražavati doživljaje, osjećaje, misli i stavove;
- upoznati sustav hrvatskoga standardnog jezika na fonološkoj, gramatičkoj, leksičkoj stilističkoj, pravogovornoj i pravopisnoj razini;
- razlikovati standardni jezik i zavičajni idiom;
- usvijestiti potrebu za trajnim stjecanjem jezičnoga znanja;
- upoznati najvažnija reprezentativna djela hrvatske i svjetske književnosti;
- samostalno čitati i razumijevati književne tekstove;
- razumjeti tekstove različitih funkcionalnih stilova;
- upoznati hrvatske kulturne institucije radi izgrađivanja hrvatskog identiteta i svijesti o pripadnosti europskom civilizacijskom krugu.

1. Razred (85 sati)

Nastavna cjelina	Očekivani rezultati	Nastavni sadržaj
Ljubav i osjećaji	<ul style="list-style-type: none">• slušanjem doživjeti lirsku pjesmu kao izraz	Ljubav i osjećaji Tekst: Jure Kaštelan, <i>Volio</i>

	<p>osjećajnosti</p> <ul style="list-style-type: none"> • izraziti osjećaj, doživljaj, misao i stav (usmeno i pisano) • uočiti obilježja lirske pjesme • izdvojiti i imenovati strofu • izdvojiti i imenovati motive, oblikovati temu • razlikovati slobodni od vezanog stiha • odrediti vezani stih prema broju slogova • uočiti i imenovati ritam i rimu • razlikovati vrste lirskih pjesama po temi • prepoznati i utvrditi osnovna i prenesena značenja iskazana personifikacijom i metaforom • uočiti važnost govornih vrednota za doživljaj i razumijevanje teksta • uočiti povezanost između pravopisa i pravogovora • primjenjivati pravopisna pravila • primjenjivati pravogovorna pravila • subjektivno i objektivno opisivati (vrste opisa) 	<p><i>bih da me voliš</i></p>
	<ul style="list-style-type: none"> • uočiti i razlikovati dvostruku ulogu jezika: jezik kao priopćajno sredstvo i sredstvo umjetničkoga izraza • utvrditi razliku između govorenoga i pisanoga jezičnog sustava • ovladati čitanjem na glas, čitanjem u sebi i čitanjem s razumijevanjem • pravilno izgovarati glas, riječ i naglasne cjeline • slušanjem usvojiti posebnosti jezika i stila 	<p>Tekst: Hanibal Lucić, <i>Jur nijedna na svit vila</i></p>

	<ul style="list-style-type: none"> • napisati kratki tekst na zadani poticaj • primjenjivati pravopisna pravila • prepoznati i imenovati vrste riječi • usvojiti temeljne činjenice o povijesti hrvatskoga jezika 	
	<ul style="list-style-type: none"> • razlikovati poetski od proznoga izraza • upoznati obilježja pripovijetke • imenovati najvažnije prozne vrste • razlikovati književne rodove • izdvojiti i karakterizirati likove • imenovati nekoliko najpoznatijih proznih pisaca • razlikovati opisivanje od pripovijedanja u tekstu • prepoznati rečenicu te logičku i gramatičku povezanost rečenica u pripovijedanju • prepoznati dijelove rečenice • razlikovati zavičajni govor od standardnoga jezika • uočiti fabulu i glavne misli pripovijetke • usvojiti pravila upravnog i neupravnog govora • prepoznati na primjerima osnovna glagolska vremena • sažeto i opširno prepričati stvarni ili izmišljeni događaj • usporediti zavičajne idiome i standardni jezik • djelotvorno se služiti bilješkama i natuknicama • samostalno oblikovati kraći tekst s temom iz 	<p>Tekstovi: Josip Kozarac, <i>Tena</i> Neknjiževni (stručni) tekst (izbor nastavnika i učenika)</p>

	<p>struke</p> <ul style="list-style-type: none"> • primjenjivati pravopisna pravila 	
	<ul style="list-style-type: none"> • uočiti obilježja drame na primjeru • utvrditi razgovorni oblik drame i imenovati dramske vrste • prepoznati i imenovati dramske osobe • uočiti dramski sukob kao temelj dramske radnje • odrediti temu i kompozicijske dijelove dramske radnje • imenovati nekoliko dramskih pisaca • usvojiti opću kulturu razgovaranja (slušanja sugovornika) • razlikovati dijalog od monologa • ovladati vještinom spontanog razgovora i razgovora o temi iz struke • proširiti leksik odabranim riječima iz književnih i neknjiževnih (stručnih) tekstova 	<p>Tekstovi: W. Shakespeare: <i>Romeo i Gulietta</i> (ulomak) Neknjiževni (stručni) tekst (izbor nastavnika i učenika)</p>
Povijest i domovina	<ul style="list-style-type: none"> • uočiti značajke himne • utvrditi podatak o vremenu pisanja pjesme i o autoru glazbe hrvatske himne • upoznati društveno-povijesni okvir hrvatske himne • uočiti svevremenost motiva • prepoznati ritmičko-melodijski ustroj pjesničkoga teksta • usvojiti temeljne spoznaje o naglasnom sustavu hrvatskoga standardnog jezika • primjenjivati u govoru pravila naglasnoga sustava hrvatskoga 	<p>Povijest i domovina Tekstovi: Antun Mihanović, <i>Horvatska domovina</i> Drago Ivanišević, <i>Hrvatska</i></p>

	<p>standardnog jezika</p> <ul style="list-style-type: none"> • prepoznati glasovne promjene i primijeniti pravila u pisanju 	
	<ul style="list-style-type: none"> • razlikovati književni i neknjiževni tekst • nabrojiti vrste tekstova • razlikovati tekstove različitih funkcionalnih stilova • samostalno pisati različite oblike pisane komunikacije (pismo, poruka) • imenovati oblike obraćanja (pozdrav, zahvala, oslovljavanje, čestitka, iskaz sućuti) • primjenjivati pravila o pisanju velikog i malog slova • dosljedno primjenjivati pravila o pisanju hrvatskih i stranih imena • pravilno pisati stručno nazivlje • na glas čitati tekst struke za koju se učenici obrazuju • sastaviti govor • proširiti leksik odabranim riječima iz književnih i neknjiževnih (stručnih) tekstova 	<p>Tekstovi: Siniša Glavašević, <i>Pisma iz Vukovara</i> Vlado Gotovac, <i>Govor na Krešimirovu trgu 1991. godine</i> Neknjiževni (stručni) tekst (izbor nastavnika i učenika)</p>
Duh i sloboda	<ul style="list-style-type: none"> • razlikovati biblijski od drugih izraza • upoznati važnost Biblije kao temeljnog civilizacijskog djela • slušanjem razlikovati pravilno od nepravilnoga čitanja • interpretativno (izražajno) čitati tekst 	<p>Duh i sloboda Tekst: Biblija, <i>Psalmi</i></p>
	<ul style="list-style-type: none"> • prepoznati duhovne i religiozne motive u književnom tekstu • uočiti osobitosti pjesme u prozi 	<p>Tekst: Ivan Mažuranić, <i>Svemir</i></p>

	<ul style="list-style-type: none"> • raščlaniti rečenicu kao strukturnu jedinicu kojom se izriče obavijest • razlikovati subjekt, predikat, objekt, priložnu oznaku, atribut i apoziciju • prepoznati ulogu reda riječi za značenje rečenice • pisati rečenice primjenjujući pravila pravopisne norme o rečeničnim i pravopisnim znakovima • napisati rečenice po zadanom modelu kombinirajući sve rečenične dijelove • prepoznati i usvojiti priopćajnu svrhu rečenica upotrebom točke, upitnika i uskličnika 	
	<ul style="list-style-type: none"> • upoznati osnovna obilježja starije hrvatske književnosti • uočiti jezične osobitosti književnoga teksta starije hrvatske književnosti • imenovati najznačajnije hrvatske kulturne institucije i kulturna postignuća • upoznati na obavijesnoj razini najznačajnija nacionalna kulturna postignuća • proširiti leksik odabranim riječima iz književnih i neknjiževnih (stručnih) tekstova 	<p>Tekst: Ivan Gundulić, <i>Himna slobodi</i></p>
<p>Život i umjetnost</p>	<ul style="list-style-type: none"> • uočiti i izraziti temeljnu misao književnoga teksta • prepoznati simboliku književnoga teksta te simbol kao stilsku figuru • prepoznati i iskazati odnos stvarnosti i umjetnosti te sudbinu umjetnika • usmjereno čitati tekst 	<p>Život i umjetnost Tekstovi: Dobriša Cesarić: <i>Oblak</i> Neknjiževni tekstovi: životopis, intervju (izbor nastavnika i učenika)</p>

	<p>životopisa (biografije) uočavajući njegovu logičnu i</p> <ul style="list-style-type: none"> • jezičnu organizaciju • uočavati ulogu činjenica u oblikovanju životopisa i razlikovanje činjenica po važnosti • napisati radni životopis primjenjujući pravopisnu normu • upoznati intervju kao oblik razgovora • slušno razlikovati i pravilno izgovarati i pisati riječi u kojima se provode glasovne promjene • pravilno rabiti padeže u govoru i pismu • prikladno primjenjivati stručno nazivlje u govoru i pismu 	
	<ul style="list-style-type: none"> • prepoznati slobodni stih • uočiti ulogu glagola, posebice imperativa • izraziti glavne misli i motive pjesme • zamijetiti ulogu grafičkog izgleda pjesničkoga teksta • utvrditi poseban odnos prema pravopisnim znakovima • imenovati nekoliko važnih svjetskih i hrvatskih pjesnika i njihovih pjesničkih ostvaraja 	<p>Tekst: Antun Branko Šimić: <i>Opomena</i></p>
	<ul style="list-style-type: none"> • uspostaviti odnos prema likovima i prostoru te njihovoj simbolici • uočiti značajke dojma (impresije) i liričnost proznoga teksta • izraziti stav prema duhovnom i materijalnom u životu čovjeka • otkriti ulogu boje i pejzaža u djelu • zamijetiti posebnost 	<p>Tekstovi: Antun Gustav Matoš: <i>Cvijet sa raskršća</i> Neknjiževni tekstovi: dopis, molba, zapisnik (izbor nastavnika i učenika)</p>

	<p>Matoševa rječnika</p> <ul style="list-style-type: none"> • prepoznati tekstove različitih funkcionalnih stilova • napisati dopis, molbu, zapisnik 	
	<ul style="list-style-type: none"> • upoznati obilježja književno-znanstvenih vrsta • utvrditi znanstvene i književne značajke putopisnog stila i jezika • slušati i čitati s razumijevanjem ulomak iz putopisa • napisati kraći stvarni ili zamišljeni putopis • uočiti ulogu prirode u životu čovjeka te prirodu kao stvaralački poticaj • sklanjati imenice, zamjenice, pridjeve i brojeve • stupnjevati pridjeve • proširiti leksik odabranim riječima iz književnih i neknjiževnih tekstova 	<p>Tekst: Nikola Pulić: <i>Krkom uzvodno</i> (ulomak)</p>
<p>Društvena zbilja</p>	<ul style="list-style-type: none"> • prepoznati socijalne motive u književnim i neknjiževnim tekstovima • uočiti mogućnosti povezivanja poezije, glazbe i likovnih umjetnosti • samostalno napisati kraći tekst primjenjujući pravopisna pravila (pisanje velikih i malih slova, pisanje glasova i glasovnih skupova, jednačenje glasova, pisanje riječi iz drugih jezika, sastavljeno i rastavljeno pisanje riječi, razgodci, pravopisni znakovi, kratice) • oblikovati sažetak (usmeno i pisano) 	<p>Društvena zbilja Tekstovi: Dobriša Cesarić, <i>Balada iz predgrađa</i> Neknjiževni (stručni tekst) (izbor nastavnika i učenika)</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • razlikovati dijalektalnu od 	<p>Tekstovi: Dragutin</p>

	<p>poezije pisane standardnim jezikom</p> <ul style="list-style-type: none"> • odrediti pojam hrvatskog standardnog jezika • prepoznati i imenovati hrvatska narječja • razlikovati narječja od standardnoga jezika • pisati standardnim jezikom nazivlje struke za koju se učenici obrazuju 	<p>Domjanić, <i>Ciklame, krvave ciklame</i> Mate Balota, <i>Roženice</i></p>
	<ul style="list-style-type: none"> • uočiti sastavnice strukture romana • imenovati vrste romana • opisati književni lik prema planu opisa • opisati unutarnji i vanjski prostor • izraditi plan opisa pojma, predmeta ili procesa iz struke • opisati predmet, pojavu ili proces prema dnevniku stručnoga rada • sažeto prepričati događaj • prepoznati prezent, perfekt i futur prvi te njihovo osnovno značenje • proširiti leksik odabranim priložima i riječima iz književnih i neknjiževnih (stručnih) tekstova • sprezati glagole u prezentu, perfektu i futuru prvom • proširiti leksik odabranim riječima iz književnih i neknjiževnih (stručnih) tekstova 	<p>Tekstovi: Jerome David Salinger, <i>Lovac u žitu</i> Neknjiževni (stručni) tekst (izbor nastavnika i učenika)</p>

**OSNOVNI STANDARDI ZNANJA I VJEŠTINA
HRVATSKI JEZIK I JEZIČNO IZRAŽAVANJE
KNJIŽEVNOST I KULTURNA BAŠTINA**

Učenice/učenici:

- poznaju i primjenjuju grafijski sustav hrvatskoga standardnog jezika;
- razlikuju govorni sustav od pisanoga;
- dosljedno primjenjuju pravogovornu i pravopisnu normu;
- spontano se govorno izražavaju;
- uljudbeno komuniciraju u svakodnevnim i stručnim govornim situacijama;

- pravilno izgovaraju i pišu glasove, riječi, rečenice i tekst;
- čitaju s razumijevanjem;
- prepričavaju događaj i postupak;
- pišu logički, gramatički i pravopisno pravilno o zadanoj temi;
- razlikuju hrvatski standardni jezik od hrvatskih narječja;
- standardnim jezikom pišu termine struke za koju se obrazuju;
- razumiju dvostruku ulogu jezika: umjetničku i komunikacijsku;
- razlikuju književni od neknjiževnoga teksta;
- prepoznaju književne rodove i vrste;
- uočavaju temu i motive književnih tekstova;
- prepoznaju glavna stilska sredstva i njihovu ulogu u tekstu;
- imenuju najpoznatije hrvatske književnike i njihova djela;
- poznaju najznačajnije hrvatske kulturne institucije i kulturna postignuća.

Nastavni predmet: Računalstvo

Razred: prvi (1)

Tjedni (ukupni) fond sati:

Razred	1	2
Broj sati	2 (64)	-

OPĆI CILJEVI I ZADAĆE:

Program predmeta računalstvo izrađen je tako da učenika osposobi za samostalnu uporabu računala. Težište programa stavljeno je na upoznavanje mogućnosti računala i primjenu informacijsko-komunikacijskih tehnologije u nastavi. Tu se prije svega misli na internet i korištenje internetom u nastavi, ali i nakon završetka srednje škole.

Cilj je osposobiti učenika do razine rješavanja jedostavnijih problema u raznim problemskim situacijama uz uporabu aplikacijskih programa i informacijsko-komunikacijskih tehnologija.

Na nastavi računalstva učenik će:

- uvesti, usvojiti i rabiti pojmove vezane uz osnovne dijelove računala;
- upoznati osnovne korištenja računala: korištenje tipkovnice i miša, izbor i otvaranje traženih programa;
- shvatiti ulogu operacijskog sustava računala i osnove samostalnog korištenja operacijskog sustava: prilagoditi korisničko sučelje, promijeniti datum i vrijeme računala, otvarati i premještati mape i datoteke;
- naučiti i uvježbati osnovne radnje s diskovima, mapama i datotekama;
- pripremiti se za samostalno i sigurno korištenje računalnih mreža i Interneta;
- steći naviku i kulturu komunikacije preko Interneta;
- savladati samostalni unos, uređivanje i ispis tekstualnog dokumenta;
- pripremiti se za rad s proračunskim tablicama;
- naučiti samostalno izrađivati prezentacije i primjereno prezentirati;
- na osnovi praktičnog rada na računalu razvijati smisao za sustavnost, točnost, urednost, upornost i savjesnost u rješavanju postavljenih zadataka.

SADRŽAJ:

Nastavna cjelina	Očekivani rezultati	Nastavni sadržaj
1. POZNAVANJE I KORIŠTENJE ICT-a (12 sati)	- Osnovni pojmovi o računalu i informatici (tijek obrade podataka, informacija...).	1.1. Osnovni dijelovi računala 1.2. Ulazni i izlazni uređaji 1.3. Memorije

	<ul style="list-style-type: none"> - Navesti mogućnosti korištenja računala u budućim zanimanjima, svakodnevnom životu, učenju, zabavi... - Upoznati osnovne elemente za izgradnju računala kroz generacije računala (tranzistori, čipovi...). - Navesti vrste računala. - Razlikovati pojam HW i SW (sklopovlje i programski dio računala). - Opisati Von Neumannov model računala. - Osnovna građa računala (objasniti pojam CPU, navesti mu obilježja glavne zadatke). - Objasniti pojam memorije, mjerne jedinice za kapacitet memorije, definirati pojam bit, bajt, KB.... - Zadaci perifernih jedinica (ulazne, izlazne). - Pojam i uloga operacijskog sustava (OS). - Navesti poznatije OS-e, razlikovati znakovno i grafičko sučelje OS-a, jednokorisnički višekorisnički rad. - Pokretanje operacijskog sustava, dijelovi prozora i rad s prozorima. - Osnovne karakteristike operacijskog sustava (Radna površina – Desktop, Start Menu, Upravljačka ploča (Control panel), Pomagala (Accessories). - Pojam instaliranja/deinstaliranja hardvera i softvera. 	<p>1.4. Operacijski sustav 1.5. Rukovanje mapama i datotekama</p>
<p>2. RAČUNALNE MREŽE (16 sati)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Objasniti što je to internet - Pokazati na koje se sve načine može spojiti na internet - Pojasniti pojam hiperteksta i World Wide Web-a. - Poznavati navigaciju kroz web sadržaje. - Pojasniti pojam elektroničke 	<p>2.1. Vrste mreža, osnovni pojmovi 2.2. Internet 2.3. World Wide Web 2.4. Pretraživanje Web-a 2.5. Elektronička pošta 2.6. Ostale usluge interneta (internetski forumi, mrežni</p>

	<p>pošte.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ukazati na prednosti elektroničke pošte nad običnom poštom. - Pojasniti dijelove e-mail adrese. - Pojasniti dijelove elektroničke poruke. - Opisati i ukazati na neke od ostalih, po mogućnosti aktualne usluga interneta, npr. internetski forumi, mrežni razgovor, audio i video streaming, blog, video blog, peer to peer razmjena dokumenata, VoIP. - Upozoriti na moguće opasnosti tijekom rada na internetu, npr. virusi, crvi, trojanski konji, krađa identiteta... - Pokazati koje su primjerene mjere zaštite – pojasniti pojmove vatrozida, antivirusnog programa, sigurnosnih kopija podataka. - Pojasniti što su to web tražilice. - Pokazati osnovno i napredno pretraživanje. 	<p>razgovor, audio i video streaming, blog, peer to peer)</p> <p>2.7. Opasnosti interneta i zaštita</p>
<p>3. OBRADA TEKSTA (16 sati)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Načini pokretanja programa za obradu teksta; - Dokument, stranica, odlomak, font. - Pravilan unos teksta (znakovi interpunkcije, enter, tabulator...). - Izbornici i alatne trake. - Početna podešavanja. - Podešavanje stranice (veličina papira, margine). - Spremanje i otvaranje dokumenta. - Unos / ispravak / brisanje teksta. - Kretanje po dokumentu. - Označavanje teksta. - Osnovna oblikovanja fonta. - Osnovna oblikovanja odlomka. - Kopiranje i premještanje teksta. - Stavljanje broja stranice. 	<p>3.1. Pojam obrade teksta</p> <p>3.2. Sučelje programa za obradu teksta</p> <p>3.3. Unos teksta, označavanje i osnove oblikovanja teksta</p> <p>3.4. Kopiranje i premještanje, brojevi stranica, ispis dokumenta</p> <p>3.5. Tablice</p> <p>3.6. Umetanje slika i crteža u tekst</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - Ispis dokumenta. - Prijelom stranice. - Umetanje tablice. - Označavanje i unos teksta u tablicu. - Wordart. 	
4. PRORAČUNSKÉ TABLICE (14 sati)	<ul style="list-style-type: none"> - Obrazložiti što su to i čemu služe proračunske tablice. - Objasniti pojam elektronske tablice. - Upoznati učenike s najpoznatijim programima za rad s proračunskim tablicama. - Pojasniti čemu služi odabrani program. - Ukazati na sličnosti i razlike s alatom za obradu teksta. - Pojasniti pojmove radna knjiga i radni list. - Pojasniti pojam ćelije. - Pojasniti kako se sve može kretati po tablici. - Objasniti pojam adrese ćelija i polja. - Pojasniti razliku između apsolutnih i relativnih adresa ćelija. - Pokazati i uvježbati označavanje ćelija. - Pokazati kako se unose a kako mijenjaju podaci. - Objasniti različite vrste podataka. - Objasniti kopiranje i premještanje podataka. - Pokazati nizanje podataka. - Pojasniti naredbu za oblikovanje ćelija. - Pokazati prijenos oblikovanja na druge ćelije. - Pokazati kako koristiti samooblikovanje. - Pojasniti što su formule. - Pokazati postupak izrade grafikona. - Objasniti vrste grafikona. 	<p>4.1. Proračunske tablice - osnovni pojmovi</p> <p>4.2. Programi za rad s proračunskim tablicama</p> <p>4.3. Kretanje po tablici i označavanje</p> <p>4.4. Vrste podataka, unos, kopiranje i premještanje podataka</p> <p>4.5. Oblikovanje ćelija</p> <p>4.6. Formule i funkcije</p> <p>4.7. Grafikoni</p>
5. PREZENTACIJE (10 sati)	<ul style="list-style-type: none"> - Navesti osnovne smjernice za izradu kvalitetne prezentacije. 	5.1. Osnove programa za izradu prezentacija

	<ul style="list-style-type: none"> - Izgled prozora programa. - Načini pregleda prezentacije (View). - Uporaba gotovih predložaka. - Dodavanje novog slajda (prozirnice). - Izgled slajda (Slide Layout). - Premještanje, kopiranje i brisanje slajda. - Umetanje sadržaja na slajd (tekst, slika, grafikoni, filmovi...). - Spremanje prezentacije. - Dodavanje i oblikovanje teksta. - Grafičke oznake. - Izmjena dizajna slajda i pozadine. - Zaglavlje i ponožje slajda, numeriranje, datum i vrijeme. - Master Slide. - Prikaz prezentacije (Slide Show). - Animacije. - Način izmjene prozirnice (Slide transition). - Objavljivanje prezentacije (PowerPoint Show). - Načini ispisa prezentacije (Handouts...). 	<p>5.2.Izrada prezentacije</p> <p>5.3.Oblikovanje slajda</p> <p>5.4.Uređivanje prikaza prezentacije</p> <p>5.5.Objavljivanje i ispis prezentacije</p>
--	--	---

MATERIJALNI UVJETI:

Informatička učionica s instaliranim operacijskim sustavom te programima za obradu teksta, rad s proračunskim tablicama i prezentacijama. Informatička učionica mora imati brzi pristup internetu. Potreban je LCD projektor i prezentacije s obrađenim temama.

Osnovni preduvjet za izvođenje nastave računalstva je da svaki učenik sam sjedi za računalom, odnosno izvođenje nastave u grupama od najviše 15 učenika. Nastava se izvodi u obliku vježbi, po 2 sata tjedno za svaku skupinu učenika u tjednu kada imaju nastavu.

POTREBNA STRUČNA SPREMA NASTAVNIKA:

Nastavu računalstva mogu izvoditi: profesor matematike i informatike, diplomirani informatičar, diplomirani inženjer računalstva i diplomirani inženjer elektrotehnike (smjerovi: računarska tehnika, automatika, telekomunikacija i informatika).

OBJAŠNJENJE:

Cjelokupna nastava ovog predmeta mora se izvoditi u specijaliziranoj učionici za računalstvo. Učionica mora biti tako opremljena da omogućava samostalan rad jednog učenika na jednom računalu. Nastavnu treba izvoditi u 2 skupine od najviše 16 učenika tako da na računalu učenik radi pojedinačno.

Od učenika treba zahtijevati redovito dolaženje na nastavu, posjedovanje pribora (bilježnice, udžbenika, pribora za pisanje) i temeljitu pripremu za nastavu.

Provjera znanja obavlja se računalom, rješavanjem jednostavnijih konkretnih problema koji zahtijevaju uporabu programa u kojima su učenici i vježbali.

Nastavni predmet: Tjelesna i zdravstvena kultura

Razred: prvi (1)

Tjedni (ukupni) fond sati:

Razred	1	2
Broj sati	1,5 (48)	-

Uvod

Učenici, polaznici strukovnih škola u jednogodišnjim zanimanjima niže stručne spreme daleko su više opterećeni putem praktične i teorijske nastave nego njihovi vršnjaci u četverogodišnjem obrazovanju.

Upravo zato, tjelesna i zdravstvena kultura u sustavu odgoja i obrazovanja za učenike polaznike zanimanja niže stručne spreme ima vrijednost sredstva aktivnog oporavka, kompenzacije i relaksacije s obzirom na njihova često statička i jednostrana opterećenja, a osnovne teorijske informacije uz znanja iz pojedinih kinezioloških aktivnosti su od velikog značenja za bavljenje tjelesnim vježbanjem tijekom dužeg radnog razdoblja.

S tog stajališta, se programom za učenike niže stručne spreme pospješuje usvajanje novih motoričkih znanja i razvoj određenih osobina i sposobnosti značajnih za trajno bavljenje određenom kineziološkom aktivnošću. Stoga valja primjenjivati kineziološke aktivnosti koje će omogućiti brži oporavak i relaksaciju te kineziološke aktivnosti koje će stimulatивно i korektivno utjecati na skladan razvoj ljudskog organizma.

Učenike treba poticati za svakodnevno tjelesno vježbanje i osposobiti ih da vode računa o svome zdravlju i da budu odgovorni za njega. Rješenja treba tražiti u odgoju za zdrav način življenja u kojem važnu ulogu imaju kineziološke aktivnosti u slobodno vrijeme.

Nastavni sadržaji u programu tjelesne i zdravstvene kulture za učenike u jednogodišnjim zanimanjima niže stručne spreme i njihova distribucija po razredima definirani su prema ovim načelima:

1. U skladu s ciljem odgoja i obrazovanja učenika izabrane su one teme koje pokazuju najveću podudarnost sa zadaćama usmjerenim prema promjeni dimenzija ličnosti.

2. Programsku jezgru čine motoričke informacije koje imaju svojstva temeljnih motoričkih struktura, a pretpostavka su za nadogradnju i usvajanje većeg broja motoričkih zadaća u skladu s pojedinačnim mogućnostima i interesom svakog pojedinca.

3. Programske zadaće slijede krivulju progresivnog opterećenja u skladu s dobi i spolom učenika, ali i ograničenjima u zahtjevima s obzirom na različit sastav učenika prema vrstama opterećenja u pojedinim zanimanjima.

4. Odgojno-obrazovni sadržaji razvrstani su prema vrijednosti imajući u vidu zajedničke potrebe, višestranost primjene, nadopunu znanja, kompenzaciju te da su sadržaji relaksirajući.

SPECIFIČNOSTI U ODNOSU NA IZBOR ZANIMANJA UČENIKA S NAZNAKOM OSNOVNIH PROGRAMSKIH SADRŽAJA

Svaki rad, ovisno o vrsti zanimanja, radnom mjestu, vanjskim činiteljima djeluje na čovjeka tako da predstavlja stanovitu opterećenost za pojedine dijelove organizma i organizam u cjelini.

U pojmu opterećenje, podrazumijeva se odnos između nekog zahtjeva organizma i adaptacijskog kapaciteta za njegovo ostvarenje.

Što je adaptacijski kapacitet funkcionalnih organskih sustava veći, to će neki stalan zahtjev stvarati manje opterećenje i suprotno. Opterećenje organizma nije samo rezultat djelovanja rada kao aktivnosti, već je uvjetovano nizom drugih činitelja koji djeluju na organizam izvana, ili su uzroci u njemu samom.

Zakonomjernošću društvenog razvoja profesionalni rad pojedinaca sve je više specijaliziran. Zato je moguće izolirati pojedine skupine rada, točnije rečeno radnih mjesta, gdje se glavno opterećenje javlja u većoj mjeri na nekom od funkcionalnih sustava.

Međutim valja napomenuti da se o organizmu ne može govoriti kao o skupu izdvojenih funkcionalnih sustava pa je, prema tomu i rad u stvarnim uvjetima kompleksan proces koji opterećuje i ima posljedice na čitav organizam, iako su uvijek neki od podsustava opterećeni više, a neki manje. Ovisno o stupnju opterećenosti pojedinih dijelova organizma, rad se može grubo podijeliti na pretežito energetske (fizički) i pretežito informacijski (mentalni). Točnije, podjela prema stupnju opterećenja pojedinih podsustava organizma uvjetovana je stupnjem svrstavanja funkcionalnih organskih sustava u veći rad.

I. Fizički rad se može podijeliti na:

1. Rad s pretežito dinamičkim režimom mišićne aktivnosti, pri čemu, ovisno o aktiviranim masama tkiva i intenzitetu rada, energetska potrošnja može biti:

- a) velika,
- b) srednja (umjerena),
- c) mala.

2. Rad s pretežito statičkim režimom mišićne djelatnosti, gdje manjka blagotvoran utjecaj dinamičkih kontrakcija mišićnog sustava preko živčanog na druge dijelove organizma. Statički se rad može odvijati tako da:

- a) statičke kontrakcije održavaju ravnotežu samo protiv djelovanja sile gravitacije na pojedine dijelove tijela ili organizam u cjelini;
- b) statičke kontrakcije održavaju ravnotežu protiv djelovanja sile gravitacije i još nekih drugih različito velikih sila (tereti i sl.).

II. Mentalni rad možemo podijeliti prema stupnju i vrsti opterećenja pojedinih dijelova živčanog sustava na:

1. Senzorički rad, gdje su pretežito opterećeni receptori, osjetni putovi i senzorička središta (kontrolna mjesta) pri automatiziranom radu, radna mjesta vezana uz opasnost i sl.

2. Sa stereotipnim umnim djelatnostima (umni rad na nižoj razini aktivnosti središnjeg živčanog sustava, npr. rad kancelarijskih službenika i sl.).

3. Stvaralački umni rad (znanstvenih radnika i umjetnika i sl.).

Sva navedene vrste rada mogu se, prema intenzitetu s kojim se provodi, podijeliti na lagani, umjereni i teški rad, pri čemu moramo razlikovati rad i intenzitet opterećenja.

Prikaz opterećenja na organizam i zahtjeve za pojedine sposobnosti, ovisno o načinu rada u radnom procesu koji se odnosi više-manje na sva zanimanja, izgleda ovako:

I. skupina

Rad se provodi jedino djelatnošću našega tijela, bez pomagala (tjelesni rad).

II. skupina

Tjelesni rad s uporabom jednostavnijih alata i instrumenata.

III. skupina

Rad na neautomatskim strojevima.

IV. skupina

Rad na automatskim strojevima.

Prema navedenoj podjeli moguće je razna zanimanja u pojedinim strukama svrstati u tri skupine. Pojedina zanimanja svrstana su u samo jednu skupinu, a nekad i u dvije, ovisno o načinu rada u procesu istoga zanimanja.

Za zanimanja I. skupine preporuča se u programu nastave **primjenjivati kineziološke aktivnosti koje će primarno utjecati na funkciju krvožilnog i dišnog sustava i na sve motoričke sposobnosti**. Često se u tih zanimanja javlja hipertrofija pojedinih skupina mišića koji su aktivirani pri radu, pa valja primjenjivati kineziološke aktivnosti koje će omogućiti relaksaciju (plivanje, vježbe labavljenja, opuštanja i istežanja, igre i ples, aerobik i ritmičko-športsku gimnastiku za učenice).

Za zanimanja u II. skupini u programu nastave preporuča se **primjenjivati kineziološke aktivnosti koje će primarno utjecati na funkciju krvožilnog i dišnog sustava i na motoričke sposobnosti**. Posebice treba razvijati koordinaciju i brzinu (vježbanje na spravama, judo, ples, športske igre i dr.).

U III. skupini, za zanimanja kod kojih se rad obavlja pretežito stojeći, **preporuča se izvođenje motoričkih zadataka u sjedećem i ležećem položaju radi rasterećenja donjih ekstremiteta i primjenu vježbi za jačanje mišića stopala** radi sprječavanja pojave ravnih stopala i drugih oštećenja donjih ekstremiteta. Posebice treba odgovarajućim kineziološkim aktivnostima povećati funkciju krvožilnog i dišnog sustava (plivanje, veslanje, biciklizam i dr.).

U IV. skupini klasificirana su pretežito zanimanja kod kojih se rad obavlja najvećim dijelom sjedeći, s karakterističnim sagnutim položajem gornjeg dijela tijela pri radu. Ta su zanimanja s pretežito statičkim režimom mišićne djelatnosti. **U program nastave preporučuju se kineziološke aktivnosti koje će stimulativno i korektivno utjecati na razvoj kralježnice i koje će poboljšati funkciju krvožilnog i dišnog sustava** (vježbanje na spravama, atletika, judo, športske igre, ples, koturaljkanje, ritmičko-športska gimnastika i aerobik za učenice i dr.).

OSNOVNI PROGRAM

Osnovni je program koncipiran na temeljnim motoričkim strukturama pojedinih kinezioloških aktivnosti. Tako široko zamišljeni programski sadržaji omogućuju izbor onih kinezioloških aktivnosti, koje su u funkciji utjecaja na pozitivne promjene morfoloških značajki, motoričkih sposobnosti, funkcionalnih sposobnosti, kognitivnih i konativnih dimenzija ličnosti te socijalizaciju svakoga učenika.

Sadržaji osnovnoga programa određuju se prema slobodnom izboru polaznika za pojedine kineziološke aktivnosti. Mjerila za izbor programskih sadržaja određena su:

- zdravstvenim stanjem, morfološkim značajkama, motoričkim sposobnostima i funkcionalnim sposobnostima vitalnih organa te psihosocijalnim potrebama svakog učenika;
- motivima i zanimanjem polaznika za pojedine sadržaje;
- razinama usvojenosti teorijskih i motoričkih kinezioloških informacija;
- utilitarnim vrijednostima pojedinih sadržaja u svakodnevnom radu i životu;
- obilježjima pripadnosti pojedinog profila zanimanja određene skupine;
- materijalnim, kadrovskim i drugim mogućnostima škole, odnosno sredine u kojoj škola djeluje.

Programski sadržaji, koji su u funkciji ostvarivanja određenoga cilja i zadataka, mogu se sastaviti iz sljedećih skupina kinezioloških aktivnosti:

- | | | | |
|----|---------------------------------|----|------------|
| 1) | - atletika, | 2) | - košarka, |
| | - športska gimnastika, | | - odbojka, |
| | - ples, | | - nogomet, |
| | - ritmičko-športska gimnastika, | | - rukomet. |
| | - borilački sportovi. | | |

Odabir sadržaja osnovnoga programa svodi se na produblјivanje i proširivanje motoričkih znanja, sposobnosti i osobina, s težištem na poboljšanje motoričkih i funkcionalnih

sposobnosti polaznika te otklanjanju negativnih utjecaja statičkih i jednostranih opterećenja tijekom obavljanja praktične nastave.

DOPUNSKI PROGRAM

Sadržaj dopunskoga programa nije strogo određen. Dopunskim programom treba obogatiti životna iskustva učenika uvođenjem u nove aktivnosti, utjecati na smanjivanje razlika koje se odnose na sposobnosti i osobine učenika i pripremiti učenike za bavljenje tjelesnim vježbanjem tijekom dužeg radnog i životnog razdoblja.

Težište aktivnosti treba usmjeriti na športove u kojima dolazi do izražaja samostalno učenje i mogućnost trajnoga samostalnog bavljenja tom aktivnošću. To su:

- 1) Športovi koji dosad najčešće nisu bili u školskim programima:
 - veslanje, - stolni tenis,
 - klizanje, - plivanje,
 - skijanje, - badminton,
 - biciklizam, - planinarenje
 - tenis, - orijentacijsko trčanje.
 - koturaljkanje

2) Aerobik, hokej na travi, fitnes, pilates, jedrenje, kuglanje te športovi i druge aktivnosti u tradiciji lokalne sredine, kao i one koje će se s vremenom pojaviti i biti omiljene.

Dio navedenih aktivnosti i športova može se implementirati u redoviti nastavni proces ako to uvjeti rada omogućuju, a dijelom učenici imaju mogućnost proširiti znanja i razvijati sposobnosti stečene u osnovnom programu na druge športove i aktivnosti iz dopunskog programa u drugim organizacijskim oblicima rada: izvannastavnim aktivnostima, izvanškolskim aktivnostima, izletima, natjecanjima, športskim kampovima u zimskom ili ljetnom razdoblju.

PROGRAM TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE ZA UČENIKE KOJI SE NALAZE U RAZDOBLJU ZDRAVSTVENOGA OPORAVKA

Poslije svake ozljede ili preležane bolesti organizam znatno osjetljivije reagira na različite promjene, na vrstu i intenzitet opterećenja. Zato je prijeko potrebno da se program tjelesne i zdravstvene kulture izrađuje i primjenjuje po načelima, koja vrijede za izradbu i provođenje programa tjelesne i zdravstvene kulture za učenike oštećenoga zdravlja. Prema tomu, za svakoga učenika u razdoblju zdravstvenoga oporavka valja izraditi poseban program, koji ima zadaću što ranijeg i djelotvornijeg zdravstvenog oporavka.

Cilj je tjelesne i zdravstvene kulture osposobljavanje učenika za cjeloživotno bavljenje tjelesnim vježbanjem tijekom dužeg radnog razdoblja stjecanjem osnovnih teorijskih i motoričkih znanja, kao i pozitivan utjecaj na obilježja antropološkog statusa učenika radi čuvanja i unapređivanja osobnog zdravlja.

Zadaci su tjelesne i zdravstvene kulture:

- usvajanje motoričkih informacija za djelotvorno rješavanje potreba razvoja i rješavanja svakodnevnih motoričkih zadataka;
- procesima tjelesnog vježbanja u učenika treba razviti osobine, sposobnosti, podići na višu razinu motorička znanja te stvoriti stalnu naviku bavljenja tjelesnim vježbanjem kroz dugo razdoblje života;
- njegovanje zdravstvene kulture radi povećavanja otpornosti organizma na štetne utjecaje suvremenog načina života i rada;
- stjecanje znanja o postupcima prevencije i rehabilitacije mogućih poremećaja koji nastaju kao posljedica dugotrajnih jednostranih opterećenja;
- stjecanje temeljnih znanja o prehrani i utjecaju na zdravlje;
- stjecanje bitnih informacija za primjenu u urgentnim situacijama (poplave, potres i sl.),

- teorijsko-praktično osposobljavanje učenika za stalnu primjenu odgovarajućeg tjelesnog vježbanja kao dijela kulture življenja i to:
- o utjecaju tjelesnog vježbanja na ljudski organizam u cjelini i na pojedine organske sustave, posebice sa stajališta promicanja i očuvanja zdravlja,
 - o načinu prevencije i sanacije poremećaja uslijed nekretanja ili posljedica prouzročenih obavljanjem određenog zanimanja.

PROGRAMSKI SADRŽAJI

I RAZRED

Učenici

Nastavna cjelina	Očekivani rezultati	Nastavni sadržaj
Trčanje	- stjecanje znanja o individualnom doziranju volumena opterećenja u skladu s osobnim potencijalnim mogućnostima	Ciklično kretanje različitim tempom do 10 minuta Trčanje kratkih dionica 20 - 40 m iz niskog starta Trčanje dužih dionica s visokim startom 60 do 80 m Štafetno trčanje – tehnika primopredaje palice, odozdo Individualna dostignuća, 100, 1000 m Poligoni s preprekama
Skokovi	- povećanje sposobnosti i umijeća svladavanja različitih prepreka	Skok u dalj koračnom tehnikom – 1,5 korak Skok u vis «flop» tehnikom Individualna motorička dostignuća
Bacanje		Bacanje medicine od 3 kg suvanjem Bacanje loptica u dalj različitih težina s gađanjem ciljeva
Penjanje, vis, upori, potpori i kovrtljaji	- povećanje sposobnosti i umijeća svladavanja različitih prepreka i snalaženja u prostoru	Penjanje rukama po raznim spravama Stoj na rukama kolut naprijed Njih u potporu i uporu na ručama Saskok u prednjihu s okretom za 180°- ruče Naupor zavjesom o potkoljeno - preča Kovrtljaj nazad iz upora prednjeg – preča Sklopka s povišenja (s vrata) Sklopka s glave
Preskoci	- povećanje sposobnosti i umijeća svladavanja različitih prepreka	Raznoška sa zanoženjem Zgrčka sa zanoženjem Prekopit s osloncem ruku preko sprave u širinu
Borilačke vježbe	- usvajanje određenog fonda motoričkih informacija prijeko potrebnih za djelotvorno rješavanje	Padovi: naprijed, nazad i u stranu Bacanje: preko ramena, nožno i ručno

	potreba razvoja i očuvanja zdravlja, rješavanje svakodnevnih motoričkih zadataka, a posebice zadaća u posebnim situacijama (elementarne nepogode) i dr.;	Zahvati držanja Obrana od udaraca, zahvata držanja i gušenja
Plesne strukture	- usvajanje različitih plesnih struktura radi lakše društvene komunikacije i sadržajnijeg korištenja slobodnog vremena	Društveni plesovi: valcer, polka Izbor plesova iz okruženja
Igre	- razvijanje pravilnih stavova prema događanjima u športu, te poduzimanje mjera za čuvanje i promicanje športa - teorijsko-praktično osposobljavanje odraslih polaznika za stalnu primjenu odgovarajućeg športsko rekreacijskog vježbanja kao dijela kulture življenja i sadržajnijeg korištenja slobodnog vremena	Elementarne i štafetne igre Vođenje lopte lijevom i desnom rukom s promjenom brzine i smjera kretanja (R i K) Hvatanje i dodavanje lopte jednom i objema rukama u mjestu i kretanju s promjenom brzine i smjera kretanja (R i K) Pobiranje lopte jednom rukom uz pomoć druge i objema rukama odozdo (R i K) Ubacivanje lopte u koš iz kretanja, nakon vođene ili dodane lopte polaganjem i skok šutom (K) Igra na dva koša s primjenom pravila (K) Udarci na vrata s mjesta i iz kretanja (R) Sustavi igre u napadu (R) Sustav obrane 6:0; 5:1 (R) Vođenje lopte unutarnjim i vanjskim dijelom hrpta stopala s promjenom brzine i pravca kretanja (N) Udarci sredinom hrpta stopala i unutarnjom stranom stopala (N) Primanje lopte unutarnjom stranom stopala (N) Dodavanje lopte nogom (N) Oduzimanje lopte: prednje (N) Igra "mali nogomet" Odbijanje lopte objeručno donje i vršno, srednje i visoko iz osnovnog odbojkaškog stava i kretanja (O) Gornji (tenis) servis (O) Smeč iz zaleta sunožnim odrazom (O) Igra preko mreže s primjenom pravila (O) Igra – taktika igre u obrani i napadu

		(K,R,O,N)
Opće pripreme vježbe	- steći obavijesti o stvaranju, upotrebi i prijenosu energetskih tvari te čuvanju i promicanju zdravlja pojedinca	Pripreme vježbe za povećanje mišićne mase i motoričkih i funkcionalnih sposobnosti primjenom dinamičkih vježbi u serijama sa i bez opterećenja

I. RAZRED

Učenice

Nastavna cjelina	Očekivani rezultati	Nastavni sadržaj
Trčanje	- steći znanja o individualnom doziranju volumena opterećenja u skladu s osobnim potencijalnim mogućnostima	Ciklično kretanje različitim tempom do 8 minuta Trčanje kratkih dionica «leteće» 20 do 40 m Trčanje dužih dionica s visokim startom 60 do 80 m Štafetno trčanje – tehnika primopredaje palice, odozdo Individualna dostignuća, 800 m Poligoni s preprekama
Skokovi	- povećanje sposobnosti i umijeća svladavanja različitih prepreka	Skok u dalj koračnom tehnikom - 1,5 korak Skok u vis opkoračnom tehnikom (stradle) Individualna motorička dostignuća
Bacanje		Bacanje medicine od 2 kg suvanjem Bacanje loptica u dalj i u cilj
Vis, upor, penjanje	- povećanje sposobnosti i umijeća svladavanja različitih prepreka	Njihom strance premah odnožno na nižu prtku (R) Klimom premah zgrčeni (R) Iz visa ležećeg prednjeg uzmah na višu prtku odzivom jedne noge (R) Više premeta strance povezano Stoj na rukama, kolut naprijed Penjanje na mornarskim ljestvama
Ravnotežni položaj	- stjecanje sigurnosti kretanja na određenoj visini i suženoj podlozi	Naskok u upor čučeci, galop naprijed, otvoreno-zatvoreni poskok, «mačji» skok, «leteći» skok, okreti u čučnju i usponu na obje noge za 180° - greda 40, 80 cm Više elemenata povezano – greda 40, 80 cm
Preskoci, poskoci	- povećanje sposobnosti i umijeća svladavanja različitih prepreka	Odbočka u lijevu i desnu stranu Skokovi uvito na elastičnom stolu Pružen skok s okretom za 180° (mini trampolin)
Plesne	- usvajanje različitih plesnih	Kruženje rukama u čeonj, bočnoj i

strukture	struktura radi lakše društvene komunikacije i sadržajnijeg korištenja slobodnog vremena	vodoravnoj ravnini obručem, loptom, vijačom u mjestu i kretanju Zamasi i kruženja pruženom nogom u čeonj i bočnoj ravnini Križni okreti «valom» za 180° i 360° u obje strane Spiralni okret u lijevu i desnu stranu Poskoci vijačom u kretanju pruženom nogom u prednoženju, zanoženju i odnoženju Poskoci u mjestu prednoženjem zanoženjem i odnoženjem uz bacanje i hvatanje lopte «Jelenji» skok Korak valcera, poloneze; kretanje u obje strane uz rad nogu i ruku u raznim tlocrtnim oblicima. Realizacija kretnjom 2/4, 3/4 i 4/4 ritmičnog obrasca Društveni plesovi: valcer, polka Izbor narodnih tradicijskih plesova iz okruženja Povezati više elemenata u male sastave – koreografije uz glazbu u trajanju do 45 sec.
Borilačke vježbe	- usvajanje određenog fonda motoričkih informacija prijeko potrebnih za djelotvorno rješavanje potreba razvoja i očuvanja zdravlja, rješavanje svakodnevnih motoričkih zadataka, a posebice zadaća u posebnim situacijama	Padovi: naprijed, nazad i u stranu Bacanje: preko ramena, nožno i ručno Zahvati držanja
Igre	- razvijanje pravilnih stavova prema događanjima u športu, te poduzimanje mjera za čuvanje i promicanje športa - teorijsko-praktično osposobljavanje odraslih polaznika za stalnu primjenu odgovarajućeg športsko rekreacijskog vježbanja kao dijela kulture življenja i sadržajnijeg korištenja slobodnog vremena	Elementarne i štafetne igre Vođenje lopte lijevom i desnom rukom s promjenom brzine i smjera kretanja (R i K) Hvatanje i dodavanje lopte jednom i objema rukama u mjestu i kretanju s promjenom brzine i smjera kretanja (R i K) Pobiranje lopte jednom rukom uz pomoć druge i objema rukama odozdo (R i K) Ubacivanje lopte u koš iz kretanja, nakon vođene ili dodane lopte polaganjem i skok šutom (K) Igra na dva koša s primjenom pravila (K) Udarci na vrata s mjesta i iz kretanja

		(R) Sustavi igre u napadu (R) Sustav obrane 6:0, 5:1 (R) Odbijanje lopte donje i vršno, srednje i visoko iz osnovnog odbojkaškog stava i kretanja (O). Gornji (tenis) servis (O). Smeč iz zaleta sunožnim odrazom (O). Igra preko mreže s primjenom pravila (O). Igra – taktika igre u obrani i napadu (K,R,O)
Opće pripremne vježbe	- steći obavijesti o stvaranju, upotrebi i prijenosu energetskih tvari te čuvanju i promicanju zdravlja pojedinca	Primjenom submaksimalnih dinamičkih podražaja i eksplozivnih dinamičkih podražaja, utjecati na povećanje mišićne mase, posebno mišića trupa.

POSEBNI PROGRAMI

Škole koje imaju uvjete za izvođenje dopunskog športskog programa trebaju ugraditi u operativni program elemente toga športa, odnosno aktivnosti kao što su: badminton, stolni tenis, tenis, plivanje, skijanje, koturaljkanje, aerobik i drugo.

METODIČKE UPUTE

Učenicima strukovnih škola, polaznicima programa niže stručne spreme često s povećanim statičkim ili jednostranim tjelesnim opterećenjem treba ponuditi aktivnosti s kojima će, programiranim tjelesnim vježbanjem i kineziološkim sadržajima, brže doći do oporavka organizma od štetnih i statičkih utjecaja rada, kao i do pravilnog rasta i razvoja u ovoj dobi. U izboru aktivnosti treba dati prednost onim sadržajima koje će učenici moći usvojiti prema osobnoj motivaciji s ciljem osposobljavanja za cjeloživotno bavljenje kineziološkim aktivnostima (badminton, stolni tenis, tenis, aerobik, ples, odbojka i drugo).

U postojećem fondu sati u jednogodišnjim zanimanjima niže stručne spreme poželjno je program izvoditi u odnosu između pojedinačnoga i skupnoga športa i dopunskoga programa u omjeru 1:1:1. Škole koje organiziraju praktičnu nastavu u školskim radionicama, mogu jednim dijelom ostvarivati dopunski program tjelesne i zdravstvene kulture u tjednu praktične nastave.

Predmet tjelesna i zdravstvena kultura po svojoj strukturi i programskim sadržajima u odnosu na druge predmete treba biti relaksirajući te se preporučuje sljedeće:

- Iz okvirnog nastavnog plana i programa tjelesne i zdravstvene kulture koji je svojevrsni "izbornik" odabirati nastavne cjeline i teme koje se objektivno mogu ostvariti u školi, poštujući potrebe učenika u svakoj pojedinoj školi vezane za vrstu zanimanja.
- Programska neprekidnost mora se poštivati radi kvalitetnijeg i trajnijeg usvajanja motoričkih informacija i utjecaja na transformacijske procese, osobito na motoričke i funkcionalne sposobnosti.
- U nastavnom procesu posebice voditi brigu o primjerenom doziranju, distribuciji i kontroli volumena opterećenja na satu.
- Voditi brigu o optimalnom korištenju raznovrsnih nastavnih sredstava i pomagala.

- Praćenje i vrednovanje rada učenika provoditi uvažavajući aktualno stanje njihova antropološkog statusa, realne mogućnosti svakog pojedinog učenika i njegov cjelokupni napredak tijekom školske godine.

Kadrovski uvjeti: profesor fizičke kulture, VSS

Nastavni predmet: Vjeronauk

Razred: prvi (1)

Tjedni (ukupni) fond sati:

Razred	1	2
Broj sati	1 (32)	-

Uvod

Katolički vjeronauk u nižim srednjim školama želi na sustavan način učenicima pružiti objektivnu mogućnost upoznavanja i usvajanja temeljnih istina kršćanske vjere, morala, kršćanske duhovnosti i života na pojedinačnoj i zajedničkoj razini. On im želi omogućiti dozrijevanje vjere i osobni rast u vjeri potičući procese cjelovita vjerskoga odgoja koji učenicima omogućuje da svoju vjeru što bolje upoznaju, istinski dožive, radosno prihvate i u životu posvjedoče. Posebno je to važno u prvim godinama srednje škole i procesima izgradnje njihovog ukupnog identiteta koji se ostvaruje na područjima njihovog tjelesnoga, afektivnoga, moralnoga i duhovnoga odrastanja. Vjeronauk im u tom razdoblju, unatoč nekim poteškoćama i granicama koje prate njihovo odrastanje i ukupnu formaciju, želi pružiti cjelovitu sliku o njima samima i svijetu u kojemu žive povezujući skladno pitanja kršćanske vjere i života s konkretnim pitanjima i problemima koja sami učenici osjećaju i postavljaju u tom razdoblju. Vjeronauk u školi svoje odgojne i obrazovne procese, ciljeve i sadržaje povezuje s odgojno-obrazovnim ciljevima same demokratske škole kao odgojno-obrazovne zajednice, kao i s cjelinom školskoga kurikulumu koji bi trebao omogućiti odgojno-obrazovni sklad svih nastavnih predmeta koji na prvo mjesto stavljaju osobu učenika, odnosno cjelovit odgoj ljudske osobe, zatim njegov odgoj za socijalnost i socijalno smještanje i napokon spremanje za preuzimanje odgovorne zadaće u društvu stjecanjem profesionalnih sposobnosti i umijeća. U svemu tome treba imati u vidu osobite ciljeve i sadržaje koji se nude učenicima nižih srednjih škola kao i odgojno-obrazovni koncept koji naglasak stavlja na konkretan rad i aktivnosti učenika, ali i na onaj nužni opseg redovite nastave koji vodi stjecanju objektivnih i formalnih znanja u procesima učenja i poučavanja koji su neophodni u suvremenom životu i društvu.

Stoga katolički vjeronauk u nižim srednjim školama nastoji učenicima pružiti poznavanje istina katoličke vjere, morala, njezine tradicije i vjersko-odgojne posebnosti u srazmjeru s vlastitostima, sposobnostima i interesima učenika te dobi potičući razvoj njihovih općeljudskih i kršćanskih sposobnosti razmišljanja i djelovanja, njihovu etičko-moralnu svijest, moralne vrijednosti i stavove, izgrađen kritičan odnos prema životu i svijetu. Osim izgradnje vlastite osobnosti i osposobljavanja za konkretan život u Crkvi i društvu u kojem će preuzimati različite dužnosti i odgovornosti, učenike se želi odgajati za poštovanje i iskreni susret i dijalog sa svim ljudima, kršćansko zajedništvo, ekumenizam i dijalog.

Mladež ove dobi prolazi kroz kritična razdoblja svoga odrastanja pa je nužno da upoznaju povijesno-kulturalnu stvarnost u kojoj žive, općenite etičke i moralne probleme te nauk, načela i vrednote katoličke vjere. Vjeronauk im na poseban način, po načelu vjernosti Bogu i čovjeku, želi omogućiti traganje za temeljnim pitanjima smisla života, odgajati ih za evanđeoska pravila života, poticati molitveni i sakramentalni život, približiti neke važne činjenice života i tradicije Katoličke crkve kroz njezinu povijest radi skladna i cjelovita vjerskoga odgoja. Isus Krist, njegov lik, život i djelo, Sveto pismo, nauk i tradicija katoličke

Crkve, ključ su i tumač ukupna kršćanskoga odgoja u kojemu mladež ove dobi može naći i nalazi pravu i cjelovitu istinu o općeljudskom i kršćanskom životu, istinski put i istinski život.

Program je namijenjen nižim dvogodišnjim srednjim školama. Program i prvoga i drugoga godišta ima po 20 kataloških tema, i to 16 obvezatnih i 4 izborne, koje su donesene u šest nastavnih cjelina. Prvih pet nastavnih cjelina donosi obvezatne sadržaje a šesta izborne sadržaje. Svaka se nastavna cjelina sastoji od tri do pet nastavnih ili kataloških tema, a sve one čine jedinstven sustav odgojno-obrazovnih ciljeva i sadržaja pojedinoga godišta u povezanosti obaju godišta u jednu odgojno-obrazovnu cjelinu.

Za obradu kataloških tema predviđa se od jednoga do dva nastavna sata. Svaku nastavnu cjelinu prate vjeronaučni odgojni i obrazovni ciljevi, naznačuju se bitni tematski sadržaji, daju neke didaktičke upute i prijedlozi za vrednovanje. Za ostvarivanje postavljenih vjeronaučnih ciljeva potrebno je ne samo nastojanje oko sustavna izlaganja i usvajanja jasnih i temeljenih sadržaja katoličke vjere nego i aktivno sudioništvo i stvaralački rad učenika u nastavi tako da vjeronaučna nastava u školi bude usmjerena na učenika i integriana, suradnička i stvaralačka. Imajući na umu mogućnost upotrebe brojnih didaktičkih modela, oblika i metoda za ostvarivanje stvaralačke i suradničke nastave, nastavnici će se u odgojno-obrazovnom procesu služiti raznovrsnim didaktičkim aktivnostima, od kojih su neke, kao primjer, navedene i u ovom programu. Dok će jednom prilikom koristiti razne biblijske, crkvene, povijesno-kulturalne ili druge prikladne dokumente drugi će puta upotrijebiti doprinose iz dnevnog, tjednog ili mjesečnog tiska kao i one koji su plod pojedinačnog ili grupnog istraživanja unutar samog predmeta vjeronauka ili su nastali u multidisciplinarnom odnosno interdisciplinarnom procesu korelacije s drugim predmetima i disciplinama.

Ovaj dvogodišnji vjeronaučni Program žurno je rađen prema odredbi Ministarstva znanosti, obrazovanja i športa RH radi stvaranja dvogodišnjih srednjih škola u kojima je reducirana redovna nastava iz svih nastavnih predmeta pa se tako i katolički vjeronauk u njima za sada ostvaruje jedan sat tjedno, tj. 35 nastavnih sati vjeronauka godišnje. Program ujedno slijedi i interpolira dosadašnja iskustva vjeronaučne nastave u srednjim školama nastojeći izdvojiti one sadržaje, odgojne ciljeve i teme koje su prikladne potrebama učenika dvogodišnjih nižih strukovnih škola.

Zadaci:

- snažnije upoznavati i doživljavati vlastiti svijet;
- suočiti se s temeljnim pitanjima o porijeklu, završetku i smislu života;
- spoznati religioznu dimenziju postojanja, uključujući potrebu za znanstvenim i cjelovitim pristupom svijetu i smislu postojanja u njemu;
- upoznati ostale kršćanke vjeroispovijedi promičući ekumensko zajedništvo;
- odgovorno se kritički suočiti s drugim religijama promičući dijalog i poštovanje;
- otkriti posebnost biblijske objave koja se događa u konkretnoj povijesti;
- proširiti egzistencijalne i religijske vidike u svjetlu ostvarenje životnih vrijednosti;
- biti zauzeti graditelji vlastitog života na temelju osobnog suočenja s Isusom Kristom (koji je Alfa i Omega, Početak i Svršetak cjelokupne stvarnosti).

Sadržaj:

Nastavna cjelina	Očekivani rezultati	Nastavni sadržaj
1. Otkrivam sebe na putu života	- prihvatiti sebe kao jedinstvenu osobu - osobno se, životno i konkretno otvoriti pitanju smisla - prihvatiti i shvatiti fizičke promjene u vlastitom životu	Otkrivati istinu o vlastitom životu Hod do zrelosti – stil života Živjeti i raditi kao protagonist
2. Vjera i nada na putu moga života	- razriješiti dvojbu „vjera ili znanost“ i posvijestiti važnost jednog i drugog	Živjeti u vjeri i nadi Vjera i/ili znanost. Između

	<ul style="list-style-type: none"> - otkrivati čovjekov poziv sustvaratelja - upoznati svijet i govor Biblije 	<p>kaosa i reda Čovjek – slika Božja i sustvaratelj Božja riječ na putu života</p>
3. Čvrsto stajati na Kristovu putu	<ul style="list-style-type: none"> - prihvatiti Kristovu poruku kao ispunjenje temeljnih čovjekovih težnji - razvijati stav otvorenosti i prihvaćanja Isusove spasenjske poruke - osobno se suočiti s Isusom Kristom i stjecati iskustvo prijateljstva s Isusom 	<p>Isus pokazuje put u život Isus – Spasitelj i Otkupitelj Tko je Isus Krist za mene?</p>
4. U zajednici vjere i ljubavi	<ul style="list-style-type: none"> - prepoznati prisutnost Duha Svetoga u Crkvi - otkrivati vlastito mjesto unutar kršćanske zajednice - upoznati obilježja sekta i metode njihova djelovanja - proučiti najvažnije sekte 	<p>Crkva je zajednica vjere i ljubavi Crkva danas – Crkva u budućnosti Na tržnici religioznih ponuda (sekte)</p>
5. Put suradnje i odgovornosti	<ul style="list-style-type: none"> - stvarati stav odgovornosti za kršćansko angažiranje u svijetu - shvatiti nužnost moralnosti i moralnih zakona 	<p>Život po Božjim pravilima Suradnja za bolji svijet Nasilje, kriminalitet i kazna</p>
6. Izborne teme	<ul style="list-style-type: none"> - logički i ispravno shvatiti osnovne etičke pojmove - prihvatiti odnos prema Bogu kao temelj, sredstvo i cilj ostvarenja osobe - shvatiti pojam grijeha (prenošenje i posljedica) <p>Posvijestiti sakramente kao temelj vjere</p>	<p>Temelji kršćanske vjere Spasenje i grijeh Čovjek – polazište etičkog razmišljanja Čovjek i ostvarenje sreće</p>

Nastavni predmet: Etika

Razred: prvi (1)

Tjedni (ukupni) fond sati:

Razred	1	2
Broj sati	1 (32)	-

CILJEVI I ZADACI OBRAZOVNOG PROGRAMA

Osim općih ciljeva, znanja i određenih socijalnih vještina, te stavova za osobni razvoj i daljnje učenje, obrazovni program učenicima bi trebao omogućiti:

- znanja o tome što je moral, a što je etika, te kako se ta znanja mogu primijeniti u njihovu osobnom životu i životnoj zajednici
- znanja o čovjeku kao osobi koja je u potrazi za svojim identitetom
- znanje o socijalnim vještinama koje su u funkciji stvaranja identiteta, odrastanja i sazrijevanja
- znanja o čovjeku kao građanskom subjektu, njegovim osobnim i političkim pravima
- znanja o društvu i državi

- znanja koja povezuju sadržaje etike s drugim područjima kao što su znanost i religija

KORELACIJE S DRUGIM NASTAVNIM PREDMETIMA:

- hrvatski jezik i književnost
- povijest
- geografija

NASTAVNE METODE I METODIČKI OBLICI RADA

- rad na izvornom tekstu (npr. novinski članak, odlomak iz literature i sl.
- rad u grupama, suradničko učenje, predavanje, učenje raspravljanju, argumentiranju, komentiranju itd.

MJESTO IZVOĐENJA NASTAVE

- rad u učionici, školskoj knjižnici i izvan učionice (npr. posjet muzeju, gradskoj upravi, javnom događaju i sl.

NASTAVNA SREDSTVA I POMAGALA

- tekstualna
- audiovizualna

PROVJERAVANJE ZNANJA

- **Topli medij:** usmeno ispitivanje, izlaganje sadržaja vlastitih uradaka,...
- **Hladni medij:** pisano ispitivanje (pisanje o zadanoj temi, o zadanim pitanjima, domaće zadaće, pisana provjera jednom u polugodištu)
- **Zalaganje učenika na satu:** nagrada učenika za svaki koristan i svrhovit trud

PRIMJEDBE I PRIJEDLOZI:

- **Objektivnost:** Program daje ustupak tome da ga nastavnici oblikuju po vlastitoj mjeri s obzirom na njegove glavne odrednice. Principijelno jednaki ciljevi svake nastavne cjeline moduliraju se ad hoc prema osobitostima svake lekcije (uže nastavne cjeline). Sukladno tome odabiru se i korelacije s drugim nastavnim predmetima (curriculum).
- **Subjektivnost:** Inventivnost nastavnika u oblikovanju i primjeni programa trebala bi biti na prvome mjestu u nastavnoj praksi.

Sadržaj:

- I. tema: U potrazi za identitetom, problemi odrastanja i sazrijevanja (12 sati)
- II. tema: Čovjek kao građanin, osobna i politička prava (11 sati)
- III. tema: Pojedinac, društvo i država (11 sati)

Prvo polugodište: 14 sati

Drugo polugodište: 20 sati

U potrazi za identitetom, problemi odrastanja i sazrijevanja

Pojam identiteta: odnos prema sebi i prema drugima

Izazovi odrastanja i sazrijevanja

Obitelj kao mjesto odrastanja i sazrijevanja

Pojam vrijednosti i normi te svrhovitog djelovanja

Problem vrline i savjesti

Čovjek kao građanin, osobna i politička prava

Pojam slobode: čovjek kao građanski subjekt,

Deklaracija o pravima čovjeka i građanina

Pojmovi *pravo – odgovornost - dužnost*

Pojam ljudskih prava u trima generacijama ljudskih prava,

Pojam politike i političkih prava

Pojedinac, društvo i država

Pojmovi *društvo, država, narod i nacija* u odnosu spram djelovanja pojedinca

Kroz pojam *društvo* konstituiraju se temeljni bioetički i ekoetički pojmovi i događaji (problem pitke vode, iskrcavanje šuma, učinak staklenika, korištenje pesticida u poljoprivredi,

problem održivog razvoja, bolesti vezane uz bioetičke i ekoetičke probleme, transplantacije, eutanazija,...

Oni događaji i problemi koje možemo tematizirati pitanjem: ono što znanost i tehnologije znaju, odnosno mogu učiniti, da li to i smiju učiniti?

Nastavni predmet: Poduzetništvo

Razred: prvi (1)

Tjedni i ukupni fond sati:

Razred	1	2
Broj sati	1 (32)	-

Cilj: Stjecanje osnovnih znanja o suvremenom poduzetništvu.

Zadaci programa:

- razlikovanje temeljnih pojmova vezanih uz poduzetništvo;
- upoznavanje mogućnosti poduzetništva kroz opće ciljeve i sustave vrijednosti;
- upoznavanje mogućnosti unapređenja i razvoja kroz odgovarajuće organiziranje poslovanja;
- razvijanje svijesti učenika o kreativnosti, inicijativi i preuzimanju rizika kao zahtjevima suvremenog poduzetništva;
- upoznavanje poduzetništva u Hrvatskoj.

Sadržaj

Nastavna cjelina	Očekivani rezultati	Nastavni sadržaj
1. Poduzetništvo i poduzetnik	Razlikovanje temeljnih pojmova u poduzetništvu. Razlikovanje načina organiziranja poslovanja kroz različite organizacijske oblike.	Definiranje sljedećih pojmova: poduzetništvo, poduzetnik, poduzeće, rizik, profit, prihod, rashod Glavne značajke poduzeća, vrste poduzeća, obrt
2. Mala poduzeća	Uočiti važnost malih poduzeća na tržištu, te navesti njihove doprinose u ostvarivanju tržišnih rezultata rada. Prepoznati prednosti i nedostatke malih poduzeća.	Mala poduzeća Obilježja malih poduzeća Prednosti i slabosti malih poduzeća Budućnost malih poduzeća
3. Ulazak u posao	Objasniti načine ulaska u posao. Odrediti karakteristike pojedinih načina ulaska u posao. Navesti izvore ideja za pokretanje biznisa.	Početak od nule kao način ulaska u posao Kupnja postojećeg biznisa Ugovor o franšizi Obiteljski biznis Ideje biznisa
4. Organizacijski oblici poduzeća	Prepoznati organizacijske oblike poduzeća i objasniti svaki oblik trgovačkog društva koji postoji i djeluje unutar. Zakona o trgovačkim društvima.	Javno trgovačko društvo Komanditno društvo Dioničko društvo Društvo s ograničenom odgovornošću
5. Osnove poduzetništva u Hrvatskoj	Poznavanje glavnih institucija i zakonskih regulativa koji reguliraju poduzetništvo u Hrvatskoj.	Zakonska regulativa koja regulira problematiku poduzetništva (naglasak na obrt), nadležne institucije,

	Poznavanje programa za poticaj poduzetništva.	servis Vlade RH Hitro. Hr .
--	---	-----------------------------

Nastavni predmet: Matematika u struci

Razred: prvi (1)

Tjedni (godišnji) fond sati:

Razred	1	2
Broj sati	2 (64)	-

Sadržaj:

Nastavno područje	Očekivani rezultati	Nastavni sadržaji
1. Prirodni brojevi	Usvojiti pojam skupa N, kriterije i svojstva djeljivosti, određivanje najvećeg zajedničkog djelitelja i najmanjeg zajedničkog višekratnika.	Skup N, Računske operacije i svojstva Pojam djeljivosti Najveći zajednički djelitelj Najmanji zajednički višekratnik
2. Cijeli brojevi	Usvojiti pojam skupa Z, računanje s pred- znacima, računanje sa zgradama.	Skup Z, svojstva Računske operacije i svojstva Računanje sa zgradama
3. Racionalni brojevi	Usvojiti pojam skupa Q, računanje s razlomcima. Znati decimalni zapis racionalnog broja, računati s decimalnim brojevima uz upotrebu kalkulatora.	Skup Q , svojstva Računske operacije i svojstva Decimalni zapis rac. broja Računanje s decimalnim brojevima
5. Planimetrija	Razlikovati geometrijske likove i znati izračunati opseg i površinu lika koristeći formule za opseg i površinu.	Trokut, krug , kružnica i četverokut, opseg i površina
6. Realni brojevi	Shvatiti pojam iracionalnog broja i ukupnost realnih brojeva. Znati zaokružiti decimalni broj na željeni broj decimala. Snalaziti se u koordinatnom sustavu na pravcu i u ravnini.	Pojam iracionalnih brojeva Skup R Koordinatni sustav na pravcu Koordinatni sustav u ravnini
7.Mjerne jedinice	Uspješno koristiti odgovarajuće mjerne jedinice. Pretvarati, razumjeti i koristiti mjerne jedinice koje nisu često u upotrebi.	Mjere za duljinu, površinu, volumen, masu, temperaturu, vrijeme itd.
8.Geometrijska tijela	Razumjeti pojam oplošja i volumena. Znati izračunati oplošje i volumen tijela prema formulama. Znati koristiti pojmove oplošja i volumena u praktičnim problemima iz struke (računanje potrebnog materijala, zapremine itd.).	Kocka Kvadar Prizme Piramide Valjak Stožac Kugla
9. Postotni, promilni i kamatni račun	Razumjeti pojam postotka. Znati ispravno koristiti formule	Pojam postotka Osnovni postotni i promilni račun

	za postotni, promilni i kamatni račun.	Jednostavni kamatni račun
10. Plaća	Znati razliku između bruto i neto plaće. Znati čitati isplatnu listu.	Osnovni pojmovi vezani uz plaću (bruto i neto plaća, doprinosi, porez, prizrez)
11. Izračun troškova	Poznavati strukturu troškova.	Troškovi izrade proizvoda ili uslugu, Izrada proračuna za jednostavni posao

Nastavni predmet: Motori i prijenosi

Razred: prvi (1)

Tjedni (godišnji) fond sati:

Razred	1	2
Broj sati	1 (32)	-

Zadaci:

- steći potrebna znanja o svojstvima materijala koji se primjenjuju u izradi viličara
- znati funkcije strojnih dijelova u različitim sklopovima;
- znati načine rada glavnih tipova pogonskih strojeva i prijenosnika gibanja i snage.

Sadržaj

Nastavna cjelina	Očekivani rezultati	Nastavni sadržaj
Mehanička tehnologija	Zna osnova svojstva tehničkih materijala.	Vrste prostih opterećenja. Svojstva tehničkih materijala. Toplinske obrade čelika. Spajanje kovina. Korozija i zaštita. Alatni strojevi.
Elementi strojeva	Poznaje elemente za prijenos snage i gibanja koji se primjenjuju u rukovanju viličarom.	Elementi veze. Elementi za prijenos snage i gibanja. Elementi protoka.
Motori	Poznaje funkciju pojedinih sklopova i motora na viličaru.	Zadaci pogonskih motora. Motori s unutarnjim izgaranjem. Elektromotori. Hidraulički motori. Pneumatski motori.
Prijenosnici snage	Zna razlike u načinima prijenosa snage.	Pogonska transmisija spojke. Mjenjači. Reduktori. Hidrostatički prijenosnik snage.

Metodičke napomene

Predmet se izučava u funkciji opće tehničke kulture i kao podloga za izučavanje predmeta struke.

Za teorijsku građu pronalaziti adekvatne primjere iz prakse i osigurati dovoljan broj uzoraka i drugih pomagala za zorno predočavanje i kad je moguće koristiti metodu demonstracije.

Osnovni naglasak staviti na rad motora i prijenosnika snage motora.

Tijekom izvođenja sadržaja nužno je predavanja objediniti s praktičnom nastavom.

Nastavni predmet: Vozila unutarnjeg prijenosa**Razred: prvi (1)****Tjedni (godišnji) fond sati:**

Razred	1	2
Broj sati	1 (32)	-

Zadaci:

- znati vrste sredstava unutarnjeg prometa, njihovo značenje i namjene;
- poznavati osnovne tehničko-eksploatacijske karakteristike prekrcajno-transportnih sredstava;
- znati osnovne sklopove i njihovu funkciju na sredstvima unutarnjeg prijevoza.

Sadržaj

Nastavna cjelina	Očekivani rezultati	Nastavni sadržaj
Sredstva unutarnjeg transporta	Prepoznaje sredstva unutarnjeg prijevoza.	Pojam i značaj. Razvoj sredstava unutarnjeg prometa. Osnovni zahtjevi pri rukovanju s teretom. Osnovne tehničko-eksploatacijske karakteristike sredstava. Podjela sredstava unutarnjeg transporta.
Viličari	Zna osnovne sklopove i uređaje na viličaru.	Pojam i značaj. Podjela. Osnovni sklopovi i uređaji.
Industrijska vozila	Sposoban je prepoznati vrste i osnovne sklopove industrijskih vozila.	Pojam i značenje. Vrste i karakteristike. Osnovni sklopovi. Ručna kolica, motorna kolica. Viljuškari, pojam i značaj. Ručno vodeći elektroviličari za niska i visoka podizanja. Čeoni viličari, bočni, potezni i visokoregalni viličari, ostala industrijska vozila.
Prekrcajno-transportna mehanizacija u građevinarstvu i rudarstvu	Zna osnovne tehničko-eksploatacijske karakteristike transportne mehanizacije.	Pojam i značaj sredstava. Osnovne tehničko-eksploatacijske karakteristike. Vrste i karakteristike sredstava za iskop i pomicanje tla (buldožeri i grejderi). Sredstva za iskop i ukrcaj materijala (bageri i utovarivači). Sredstva za transport materijala (damperi).
Sredstva kontinuiranog transporta (transporteri i elevatori)	Zna razlike u primjeni mehanizacije i transportera	Pojam i značenje transportera i elevatora. Vrste i karakteristike. Osnovni sklopovi. Trakasti transporteri, člankasti, lančani, valjkasti, penumatski, hidraulični i vibracijski transporteri. Gravitacijsko-transportna sredstva i elevatori.

Nastavni predmet: Teret kao predmet rukovanja**Razred: prvi (1)****Tjedni (godišnji) fond sati:**

Razred	1	2
Broj sati	2 (64)	-

Zadaci:

- znati ustrojstvo unutarnjeg prometa;
- poznavati osnovne pojmovima integralnog prijevoza;
- naučiti organizaciju ukrcajno-iskrcajnih radova;
- znati principe racionalne organizacije prometa i rukovanja teretom;
- znati osnovne pojmove o teretu;
- poznavati načela i postupke skladištenja robe.

Sadržaj

Nastavna cjelina	Očekivani rezultati	Nastavni sadržaj
Unutarnji promet	Zna ulogu i funkciju unutarnjeg transporta u proizvodnji.	Pojam i funkcija unutarnjeg prometa. Rukovanje materijalom. Mjesto i uloga unutarnjeg prometa u proizvodnim i prometnim poduzećima
Vanjski promet	Poznaje osnovne grane prometa.	Pojam i vrste. Podjela prometa.
Unimodalni prijevoz	Zna racionalne sustave prijevoza i prijenosa.	Pojam i vrste. Racionalni sustavi prijevoza i rukovanja kao čimbenik sjedinjenja vanjskog i unutarnjeg prometa.
Teret kao predmet prijevoza	Poznaje ukrcajno iskrcajna mjesta i zna sustane i načine ukrcaja.	Ustrojstvo ukrcajno-iskrcajnih radova. Mjesto i točke ukrcaja i iskrcaja. Ukrcajno-iskrcajna fronta. Sustavi ili način ukrcaja i iskrcaja
Skladišta i skladištenje	Poznaje skladišta i skladišno poslovanje.	Vrste i oblici tereta. Formiranje prijevozne i skladišne jedinice tereta. Prijevozna ambalaža.
Ustrojstvo skladištenja	Zna ustroj i opremu skladišta, poznaje postupak kolanja dokumentacije i označavanja skladištenja robe.	Pojam i vrste skladištenja. Izvedba i smještaj skladišta. Način slaganja robe u skladištima. Oprema za skladištenje. Ustrojstvo i zadaci službe. Tehnika rada u skladištu. Zaliha robe u skladištu. Skladišno popisivanje i dokumentacija. Ustrojstvo i zadaci službe. Tehnika rada u skladištu. Zaliha robe u skladištu. Skladišno popisivanje i dokumentacija.

Metodičke napomene

Učenicima treba zadati izradu seminarskih radova iz kolanja materijala i tehnološkog procesa u skladištu.

Nastavni predmet: Praktična nastava**Razred: prvi (1)****Tjedni (godišnji) fond sati:**

Razred	1	2
Broj sati	14 (448)	-

Zadaci:

- znati značenje i potrebu provođenja postupaka zaštite na radu;
- naučiti moguće izvore opasnosti i posljedice nepravilnog rukovanja sredstvima rada;
- steći vještine za pravilnu primjenu postupaka zaštite na radu;
- steći vještine primjene sredstava za sprečavanje smetnji i posljedica nesreća
- znati poslove i zadaćama na radnom mjestu te stečena teorijska znanja primjenjivati u praktičnom radu;
- steći potrebnu naviku u vožnji i manipulaciji s viličarima različitih tipova, motornim karama i industrijskim vučnim vozilima;
- razviti radne navike i odgovornost u rukovanju i održavanju sredstava unutarnjeg transporta.

Sadržaj

Nastavna cjelina	Očekivani rezultati	Nastavni sadržaj
Osobna sredstva zaštite na radu	Poznaje načine i sredstva zaštite na radu.	Zaštita od požara, od el. struje, od mehaničkih udara i lakših povreda, buke, vibracija i sl.
Izvori opasnosti na radnom mjestu	Zna zaštitne mjere na različitim izvorima opasnosti na radnom mjestu.	Mehanički izvori. Električna struja.
Rukovanje teretom	Zna postupak vezivanja, dizanja, premještanja i spuštanja tereta.	Vezivanje. Dizanje. Premještanje. Spuštanje.
Konstrukcija viličara i zaštitni uređaji	Zna bitne kvalitete u konstrukciji viličara i primjenjuje ih pri rukovanju s teretom.	Prilazi viličaru, kabina, stabilitet, signalizacija, preopterećenja, sigurnosni uređaji.
Preventivne mjere	Zna tehničku dokumentaciju i rokove za obavljanje pregleda.	Tehnička dokumentacija, Redovni i izvanredni pregledi. Periodično atestiranje opterećenih dijelova.
Rad s industrijskim vozilima i sigurnost pri radu s njima	Zna raditi sa industrijskim vozilima.	Kontrola koju je potrebno izvršiti prije i za vrijeme rada s industrijskim vozilima. Upoznavanje sa sklopovima i opremom vozila. Pravila za siguran rad s industrijskim vozilom. Obuka na mjestu.
Obuka za rukovanje s viličarom	Zna rukovati s viličarom.	Manevriranje s viličarom bez tereta na poligonu. Manevriranje s viličarom s teretom. Kombinirane manipulacije s viličarom i završne radnje.

		Vježbe ukrcaja i iskrcaja vagona i kamiona. Vježbe manipulacije s viličarima u skladištu.
Obuka za rukovanje motornim karama i industrijskim vozilima	Zna rukovati s motornim karama i industrijskim vozilima.	Manevriranje s motornim karama i industrijskim vučnim vozilima. Rukovanje s motornim karama i industrijskim vučnim kolicima. Vježbe ukrcaja i iskrcaja. Vučna prikolica

VII. ZAVRŠNI ISPIT

Završni ispit polaže se prema Pravilniku o polaganju završnog ispita.

Završni ispit sastoji se od :

1. Izrade praktičnog zadatka
2. Pismeni (usmeni) ispit iz tehnologije zanimanja
3. Pismenog ispita iz hrvatskog jezika

PROGRAM ZAVRŠNOG ISPITA ZA ZANIMANJE

RUKOVATELJ VILIČAROM

I.

Za praktični dio ispita zadaje se, u skladu s nastavnim planom praktične nastave, praktična zadaća (uradak) iz područja:

planiranje i priprema rada;

1. izbor viličara (standardi oblici i dimenzije);
2. konstrukcija viličara i zaštitni uređaji;
3. mjere zaštite pri radu s viličarom;
4. tehnička dokumentacija za rad i atestiranje opterećenih dijelova viličara;
5. rukovanje s teretom (prilaz, zahvat, premještanje, spuštanje);
6. rad s industrijskim vozilima;
7. rukovanje s viličarom, industrijskim vozilima ili motornim karama.

Ispitanik mora u zadanom roku primjereno statusu izraditi uradak. Ispitna komisija na temelju dolje navedenih uradaka zadaje ispitaniku jedan do tri uratka. Ispitna komisija može i samostalno predložiti uratke koje će zadati ispitaniku.

URADAK

Vrsta uratka	Opis uratka
Priprema viličara za rad	Znati razraditi postupak priprema i provjere ispravnosti viličara za radni zadatak.
Priprema viličara za zahvat, premještanje i smještaj tereta	Znati razraditi faze u pripremi procesa zahvata, premještanja i smještaja tereta na određeni prostor.
Rukovanje viličarom	Znati razraditi etape u rukovanju viličarom na poligonu bez i s teretom u prijenosu.
Rukovanje motornim karama	Znati razraditi etape u rukovanju motornim karama na poligonu bez i s teretom u prijenosu.

Rukovanje industrijskim vozilima	Znati razraditi etape u rukovanju industrijskim vučnim kolicima na poligonu bez i s teretom u prijenosu.
----------------------------------	--

Pri izradi praktične zadaće ispitanik mora se pridržavati propisanih mjera zaštite na radu i zaštite okoliša te ostalih uvjeta koje odredi ispitna komisija.

II.

Stručno-teorijski dio ispita obuhvaća teorijska znanja nužna za obavljanje praktičnih postupaka u zanimanju koja su propisana nastavnim planom i programom za teorijski dio obrazovanja.

NASTAVNI SADRŽAJI

1. Zaštita i sigurnost na radu, zaštita okoliša i racionalno korištenje energije.
2. Planiranje i priprema rada.
3. Izrada i analiza jednostavnoga plana premještanja tereta viličarom, karama ili industrijskim kolicima.
4. Rukovanje teretom, vezivanje, dizanje, premještanje i spuštanje.
5. Stabilnost viličara, signalizacija, preopterećenje i sigurnosni uređaji.
6. Tehnička dokumentacija, redovni i izvanredni pregledi.
7. Periodično atestiranje opterećenih dijelova viličara.
8. Izrada jednostavne kalkulacija u zanimanju.
9. Klimatski i drugi uvjeti zdravoga i sigurnog rada u skladištu, zaštita radnoga i vanjskog okoliša.
10. Čuvanje i tekuće održavanje viličara, industrijskih vozila i karea u skladišnim prostorima i radionicama.
11. Zaštitne mjere pri radu s pojedinim strojevima i uređajima.

OCJENJIVAČKI LIST

I. PRAKTIČNI DIO ISPITA

Radnje obavljene u okviru praktične zadaće	Broj bodova
Priprema radne i tehničko-tehnološke dokumentacije	0 – 10
Znanje i vještina čitanja radnih naloga za premještanje tereta	0 – 10
Znanje i vještina razrade tehnološkog postupka premještanja tereta u skladištu	0 – 10
Znanje i vještina izbora viličara	0 – 10
Znanje i vještina zahvaćanja tereta	0 – 20
Znanje i vještina prenošenja tereta	0 – 20
Znanje i vještina odlaganja tereta	0 – 20
Znanje i vještina određivanja režima rada viličara	0 – 10
Znanje i vještina pravilne zaštite na radu	0 – 10
Brzina i spretnost te vrijeme izrade uratka i radne probe	0 – 10
Završni izgled uratka	0 – 10
UKUPNO BODOVA	140

BODOVNA LISTA

Postotak (%) bodova	Ocjena
92 – 100	odličan (5)
81 – 91	vrlo dobar (4)
67 – 80	dobar (3)
50 – 66	dovoljan (2)
0 – 49	nedovoljan (1)

II. STRUČNO-TEORIJSKI DIO

Stručno-teorijski dio ispita je u pisanom obliku, a sastoji se od pitanja i zadaća koje postavlja ispitna komisija.

Ocjena se utvrđuje prema ovoj ljestvici:

BODOVNA LISTA

Postotak (%) bodova	Ocjena
90 – 100	odličan (5)
80 – 89	vrlo dobar (4)
70 – 79	dobar (3)
60 – 69	dovoljan (2)
manje od 60	nedovoljan (1)

Ispitanik koji postigne manje od 60 posto (%) bodova upućuje se na usmeni ispit.

Na usmenom ispitu u pravilu se provjeravaju znanja iz onih područja iz kojih polaznik nije pokazao dostatna znanja na pismenom dijelu ispita.