Врз основа на член 55 став 1 од Законот за организација и работа на органите на државната управа („Службен весник на Република Македонија” бр. 58/00, 44/02 и 82/08, 167/10 и 51/11) и врз основа на член 22 став 1 од Законот за средно образование („Службен весник на Република Македонија” бр. 44/95, 24/96, 34/96, 35/97, 82/99, 29/02, 40/03, 42/03, 67/04, 55/05, 113/05, 35/06, 30/07, 49/07, 81/08, 92/08, 33/10, 116/10, 156/10, 18/11 и 51/11) министерот за образование и наука ја донесе наставната програма за *образование за животни вештини* за средното образование (гимназиско образование, средно стручно образование и уметничко образование).

НАСТАВНА
ПРОГРАМА

МИНИСТЕРСТВО ЗА ОБРАЗОВАНИЕ И НАУКА
БИРО ЗА РАЗВОЈ НА ОБРАЗОВАНИЕТО

ОБРАЗОВАНИЕ ЗА ЖИВОТНИ ВЕШТИНИ

СРЕДНО ОБРАЗОВАНИЕ

Скопје, август 2011

1. ВОВЕД

Наставната програма за *образование за животни вештини* има за цел да придонесе за личниот, емоционалниот и социјалниот развој на учениците, на тој начин што го помага развојот на психосоцијалните вештини, оспособувајќи ги учениците за успешно справување со предизвиците на секојдневниот живот. Психосоцијалните вештини имаат важна улога во промовирање на здравјето на учениците во целина - во обезбедување на нивната физичка, ментална и социјална добросостојба.

Наставната програма го опфаќа периодот од прва до четврта година и одговара на потребите на учениците и актуелните животни ситуации. Во оваа програма се опфатени седум програмски теми (Личен развој, Здраво живеење, Односи со другите, Одговорно граѓанство, Однос кон животната средина, Глобални процеси и влијанија, Подготовка за осамостојување), со дефинирани цели на наставата и очекувани резултати.

Дефинираните цели на секоја тема посветена на *образованието за животни вештини* се дадени глобално и со конзистентна структура условена од возраста на учениците, нивните можности за прифаќање, разбирање или воочување на појавите, односите и личното учество во настаните од секојдневниот живот. Развојните цели не се разликуваат во рамките на овој период, ниту се конкретизирани на ниво на година, затоа што акцентот е ставен на постигнување на очекуваните резултати на крајот од развојниот период, без оглед на тоа во кое годиште се реализирани наставните цели.

За да се реализираат целите на програмата за *образование за животни вештини*, знаењата, ставовите и вештините треба да се стекнуваат и практикуваат првенствено во секојдневниот училишен живот, преку личните и колективните искуства на учениците, користејќи методологија ориентирана кон децата/младите како интерактивни и партиципативни единки во средината во која живеат и учат.

Програмата за *животни вештини* од I до IV година се реализира со фонд од еден час неделно (односно 36 часа годишно) на часовите на класната заедница, но може да се реализира и интегрирано со другите наставни предмети.

2. ЦЕЛИ НА РАЗВОЈНИОТ ПЕРИОД (I – IV ГОДИНА)

Ученикот/ ученичката:

- да усвои знаења, вештини и ставови за личниот развој
- да усвои знаења, вештини и ставови за здраво живеење
- да усвои знаења, вештини и ставови за прифатливи односи кон другите
- да усвои знаења, вештини и ставови за одговорно граѓанство
- да усвои знаења, вештини и ставови за глобални процеси и влијаниа
- да усвои знаења, вештини и ставови за подготовка за осамостојување

3. ЦЕЛИ НА НАСТАВАТА ОД I ДО IV ГОДИНА

Програмска тема: ЛИЧЕН РАЗВОЈ			
Цел	**Примери за содржини**	**Поими**	**Активности и методи**
Ученикот/ученичката да развива знаења, вештини и ставови за: концептот за себе и сопствената единственост; заштита на личните податоци; изразување на сопственото мислење; донесување промислени одлуки и одговорно однесување; промените кои настануваат во периодот на адолесценција и полнолетство; грижа за сопственото емоционално здравје; прифаќање на вредноста на животот; конструктивно исполнување на слободното време; подготвување за улогите и одговорностите што ги носи градењето сопствено семејство и станувањето родител; градење здрави пријателски и емоционални врски и сл.	- Идентитет - Полнолетство (развој) - Значење на животот - Слободно време - Себеизразување (на пример, преку мислење, преку облека итн) - Емоционално изразување здравје - Изразување мислење - Пријателски и емоционални врски - Семејство и родителство (улоги и одговорности)	Самопочитување Идентитет Полнолетство Слободно време Емоционално здравје Стрес Депресија Пријателски и емоционални врски	Работилници за поттикнување на личен развој (дадени во прирачник и реализирани обуки)

Програмска тема: ЗДРАВО ЖИВЕЕЊЕ			
Цел	**Примери за содржини**	**Поими**	**Активности и методи**
Ученикот/ученичката да развива знаења, вештини и ставови за: позитивен однос кон сопственото тело; влијанието на здравата исхрана врз физчкото и емоционалното здравје; симптомите и ефектите од нарушена (неправилна) исхрана; одржување на хигиената на облеката , собата и домот и одржување на своето здравје; медицинските, социјалните, емоционалните и законските ризици од користење на алкохол ,дрога и други психотропни супстанци; превенирање несакана бременост; полово преносливи болести, ХИВ – СИДА и одговорноста за сопствена заштита од заболување; препознавање ризични ситуаци во секојдневниот живот и справување со нив и сл.	- Однос кон сопственото тело (физички изглед, доживување на изгледот) - Начин на исхрана (диета, анорексија /булимија, брза храна) - Лична хигиена и здравје - Несакана бременост (превенција и прекин) - Сексуално преносливи болести - Превенција од ХИВ/СИДА - Превенција од дрога (пушење, алкохол, користење наркотични дроги, злоупотреба на лекарства и сл.) - Ризично однесување (пр. тркање со коли, одењеноќе сами на планина)	Нутриционистички контекст на диета Анорексија, Булимија, Брза храна Абортус Контрацептивни средства Полово преносливи болести Хигиенски средства (интимна хигиена) Ризични ситуации Психотропни супстанци	Работилници за градење и практикување на здраво живеење (дадени во прирачник и реализирани обуки)

Програмска тема: ОДНОСИ СО ДРУГИТЕ			
Цел	**Примери за содржини**	**Поими**	**Активности и методи**
Ученикот/ученичката да развива знаења, вештини и ставови за: успешно справување со ризиците во интерперсоналните односи, со групното насилство, со булингот, со сексуалното вознемирување; справување со социјален и врснички притисок, успешно учествување во врсничко посредување и разрешување конфликти ; добри манири во секојдневниот живот; градење однос кон различни врснички групи и позитивен однос кон лица кои припаѓаат на различни групи (според род, возраст, попреченост, сексуална ориентација, етничка припадност), како и кон родители и авторитети и сл.	- Ризици во интерперсоналните односи (неискреност, непочитување,злоупотреба - Однос кон различни врснички групи - Социјален и врснички притисок - Групно насилство и булинг - Сексуално вознемирување - Разрешување конфликти - Врсничко посредување - Родова сензитивност - Возрасна сензитивност (кон помали и поголеми) - Однос кон лица со попреченост - Однос кон лица со различна сексуална ориентација - Однос кон лица со различна етничка припадност (мултикултура) - Однос со родители и авотритети	Неискреност Непочитување Злоупотреба Насилство Булинг Сексуално вознемирување и злоупотреба Добри манири Сензитивност Комуникација	Работилници за градење и развивање на добри односи со други (дадени во прирачник и реализирани обуки)

Програмска тема: ОДГОВОРНО ГРАЃАНСТВО			
Цел	**Примери за содржини**	**Поими**	**Активности и методи**
Ученикот/ученичката да развива знаења, вештини и ставови за: почитување и заштита на човековите права и одговорности; развивање национален и граѓански идентитет; обврските кои ги носи полнолетството; значењето и начините на учество во различни организации во училиштето и надвор од него; важноста на волонтерството во општеството; важноста и начините на спречување општествени проблеми; значењето на достапните сервиси на различни институции и сл.	- Човекови права - Граѓанство и полнолетство (на пример:вадење документи, гласање и други обврски) - Партиципација во и вон училиште (на пример, во куќен совет, во акции, во општина) - Младински активизам во невладин сектор - Учество во јавен живот (на пример, во политика, преку здружување и/или протестирање и сл.) - Општествени проблеми во врска со трговија со луѓе, трговија со органи, проституција, просење и сл. Волонтирање - Градење национален /граѓански идентитет	Гласање Лични документи (лична карта, пасош, возачка дозвола) Волонтерство Хуманитарни активности Младински активизам Трговијата со луѓе Трговијата органи, Питачење Библиотеки, МВР, Гласачко место	Работилници за стимулирање на одговорно граѓанство (дадени во прирачник и реализирани обуки)

Програмска тема: ОДНОС КОН ЖИВОТНАТА СРЕДИНА			
Цел	**Примери за содржини**	**Поими**	**Активности и методи**
Ученикот/ученичката да развива знаења, вештини и ставови за: градење на позитивен однос кон природата, нејзино зачувување како и на нејзините ресурси, практикување на одржливи алтернативни методи; еколошките здруженија и организации и сл.	- Однос кон природата - Зачувување на животната средина и ресурсите - Одржливи алтернативни методи	Еколошки здруженија Сончева енергија Био гориво	Работилници за негување добар однос кон животната средина (дадени во прирачник и реализирани обуки)

Програмска тема: ГЛОБАЛНИ ПРОЦЕСИ И ВЛИЈАНИЈА			
Цел	**Примери за содржини**	**Поими**	**Активности и методи**
Ученикот/ученичката да развива знаења, вештини и ставови за: постапките за заштита во случај на катастрофа и кризни ситуации; градење на критички однос кон влијанијата на различни медиуми, религии, политики, меинстрим култура; безбедно и културно комуницирање и користење интернет и телефон;	- Влијание на ТВ, весници, интернет, социјални мрежи - Рекламите како модели за идентификација Политичка манипулација - Критички однос кон медиуми, религии, истории, политики, меинстрим култура)	Катастрофи и кризни ситуации (земјотрес, пожар и сл.) Маркетинг, реклами Заштита на лични податоци (интернет, телефон)	Работилници за градење критички однос кон различни глобални процеси и влијанија (дадени во прирачник и реализирани обуки)

Програмска тема: ПОДГОТОВКА ЗА ОСАМОСТОЈУВАЊЕ			
Цел	**Примери за содржини**	**Поими**	**Активности и методи**
Ученикот/ученичката да развива знаења, вештини и ставови за: потребата од доживотно учење; техники на учење за постигнување на конкретни цели; правилно распоредување, штедење и инвестирање на парите; обезбедување дополнителни извори на приходи; градење критички однос кон потрошувачко однесување; соодветен избор на професија; значењето и одговорностите за плаќање даноци; преземање активности насочени кон понатамошно школување и вработување; права на вработените; претприемништво и сл.	- Џепарлак и дополнителни извори на приходи - Распоредување на парите и штедење - Потрошувачко однесување - Инвестирање - Избор на професија - Натамошно школување - Вештини за вработување (на пример: барање работа, пишување ЦВ, интервју за работа) - Претприемништво	Доживотно учење Штедење Банка Менувачница Пошта Потрошувачка култура Избор на професија Интервју за работа Дополнителни извори на приходи Права на работници Даноци Претприемништво	Работилници за развивање конструктивен однос кон пари и нивно штедење (дадени во прирачник и реализирани обуки)

4. ДИДАКТИЧКИ ПРЕПОРАКИ

Дефинираните цели на програмата за *животни вештини* се фокусирани на јас-концептот, што значи дека носечка дидактичко-методска основа на нивната реализација се активностите кои произлегуваат од потребите, можностите и интересите на учениците од I до IV година (15-18 годишна возраст). Од целите на програмата произлегуваат методите и активности кои се во функција на стекнување и развој на знаења, вештини и ставови соодветни на возраста на учениците.

Класниот раководител/стручниот соработник како реализатор на оваа програма треба да ги користи следните основни извори за активностите на учениците:

- спонтан разговор меѓу учениците;
- иницирање разговор меѓу учениците на теми од секојдневниот живот;
- користење на искуствата кои учениците ги стекнале во различни животни ситуации;
- фокусирано набљудување на однесувањето на учениците во текот на наставниот час и надвор од училницата;
- наменски текстови во кои се навестува проблем, дејство со различни пораки и цели дефинирани во програмата;
- драматизации, играње улоги, креативно изразување и други извори во вид на настани и случки меѓу учениците во паралелката, актуелни настани во паралелката, во училиштето и во пошироката околина.

Целите наведени во програмата за *образование за животни вештини* се надоврзуваат на голем дел од целите предвидени по другите наставни предмети и понекогаш може да бидат слично на нив. Оваа можност класниот раководител/стручниот соработник може да ја искористи за нивно интегрирање преку јасна идентификација на реализираните цели од *животни вештини*. Истовремено, тие претставуваат и продолжување на оние цели кои беа предвидени со наставната програма за *образование за животни вештини* за деветгодишното основно образование.

За реализацијата на целите на оваа програма класниот раководител/стручниот соработник треба да организира и дизајнира работилници во кои процесите на учење ќе се одвиваат спонтано, релаксирано и без

методска ригидност, во пријатна и опуштена атмосфера во училницата, во која учениците слободно и со задоволство ќе изнесуваат свои идеи и ќе ги прифаќаат и почитуваат идеите на соучениците. Програмата предвидува реализација на работилници што ќе ги поттикнуваат учениците да користат различни извори и техники преку кои ќе ги прошируваат своите сознанија, ќе разменуваат искуства, ќе изнесуваат свои мислења и ќе аргументираат, ќе се договараат, ќе нудат решенија на проблемски ситуации итн.

При реализација на програмата за *обрзование за животни вештини* класниот раководител/стручниот соработник треба да поаѓа од:

- развојните цели и очекуваните резултати за периодот од прва до четврта година на средното образование;
- потребите, можностите и интересите на учениците во паралелката со која работи;
- актуелните настани и животни ситуации во паралелката, во училиштето и во поширокото окружување.

Услов за успешна реализација на програмата е тимската работа, особено при промена на класниот раководител. Доколку програмата ја реализираат различни наставници, класниот раководител од претходната година е должен да даде преглед на реализираните цели и остварените резултати на класниот раководител кој ја презема паралелката.

За ова програма е подготвен соодветен прирачник со примери на работилници од каде класните раководители/стручните соработници можат да црпат идеи за непосредна реализација на целите на програмата.

5. ОЦЕНУВАЊЕ НА ПОСТИГАЊАТА НА УЧЕНИЦИТЕ

Во текот на наставата редовно се следат и вреднуваат постигањата на учениците, се прибираат показатели за нивните активности, ангажираноста на учениците, посветеноста во работата, како и тимската работа (формативно оценување).
Учениците за оваа програма не се оценуваат со оценки.

6. ПРОСТОРНИ УСЛОВИ ЗА РЕАЛИЗАЦИЈА НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Програмата во однос на просторните услови се темели на Норамтивот за простор, опрема и наставени средства за средно образование донесен од страна на министерот за образование и наука

7. НОРМАТИВ ЗА НАСТАВЕН КАДАР

Програмата по животни вештини од Iдо IV година може да ја изведува наставник кој ги исполнува условите за предметна настава или стручна работа во училиштето.

8. ОЧЕКУВАНИ РЕЗУЛТАТИ

На крајот на гимназиското образование од ученикот/ученичката се очекува да:

- умее да ги објасни своите лични вредности и дефиницијата за успех;
- умее да одржува позитивното самопочитување базирано на своите силни страни и потреби;
- умее да донесе одлука базирана на факти и податоци;
- умее да ги опише придобивките и последиците од истрајноста/издржливоста;
- може да објасни со свои зборови почитување,одговорност, чесно однесување и доверливост;
- прифаќа дека треба да се биде одговорен за искажаното мислење и однесување;
- умее да планира активности за конструктивно користење на своето слободно време;
- умее да наброи карактеристики на одговорен родител;
- опишува како да се однесуваат кон него/неа и како треба да се однесува кон другите;
- практикува здрава исхрана;
- умее да препознае симптоми и ефекти од неправилна исхрана;
- ги набројува и ја сфаќа функцијата на институциите во општеството за помош при проблеми со исхраната;
- почитува постоење на разлики во изборот на храната според убедувања, култура, религија, здравствена состојба

и сл.;

- умее да објасни како хигиената влиае на физичкото и емоционалното здравје;
- умее да објасни значењето и потребата од редовно вакцинирање, доволно сопиење, движење(спортски активности), лекарска помош, внимателно користење на лекови;
- умее да опишува какво е мислењето на неговото/нејзиното семејство во врска со употребата на алкохолот, дрогата и тутунот и ги именува видовите на помош за превенција од зависност од алкохол дрога и никотиин;
- умее да идентификува начини на давање отпор на негативен притисок за алкохолот, дрогата и тутунот;
- умее да ја објасни законската регулатива во врска со користењето на алкохолот (возраста кога се користи алкохолот, возење) како и за тутунот и дрогата;
- умее да води разговор со други (семејство, пријатели, соученици, стручни лица) за сексуални активности, превенција од несакана бременост и полово преносливи болести, брак и родителство;
- ги знае одлучувачките фактори за да се биде сексуално активен со некого;
- прифаќа дека болните не треба да бидат стигматизирани;
- ги знае постапките за спротивставување на на сексуално вознемирување и сексуална злоупотреба;
- прифаќа дека никој не смее да биде насилен кон другите;
- менаџира конфликти;
- препознава социјален и врснички притисок и булинг и соодветно реагира на истите;
- разликува родова и сексуална ориентација и покажува толерантност кон лицата со различна сексуална ориентација;
- прифаќа дека секој треба да ги почитува човековите права и одговорности;
- прифаќа дека секоја личност треба да биде позитивен пример за својата етничка припадност, да ја почитува етничката припадност на другите и да покажува чуство на припадност кон својата држава во која живее и се школува;
- умее да одбере и активно да се вклучи во различни организации во и надвор од училиштето;
- прифаќа дека волонтерството е позитивен пример на придонес во различни области (според интересот) во општеството;
- умее да наброи негативни карактеристики на неприфатливи појави во општеството (трговија со луѓе, трговија со органи, питачење) ;
- знае што се лични документи и која е постапката за нивно добивање;

- прифаќа дека треба да придонесе за зачувување на животната средина;
- објаснува начини на безбедно однесувње при природни кататрофи (земјотрес, поплава, снежни наноси) , пожар, обивање и влегување на крадци дома;
- умее критички да се однесува кон влијанието на рекламите маркетингот, пропагандите;
- именува луѓе кои придонесле за развојот на човештвото и ги опишува нивните позитивните карактеристики и заслуги со што заслужуваат да бидат модели на идентификација;
- го знае начинот на безбедно користење на интернет и телефон;
- може да изгради мислење за различни политики, култури, религии и сл. ;
- умее да ги развива своите потенцијали, знаења, интереси во различни области;
- умее да развива план за натамошно школување со натамошни чекори, извори на финасирање и временска рамка;
- знае да донесе одлука за избор на професија базирана врз релевантни информации значењето на вработувањето;
- набројува начини како да се најде соодветна работа и ги знае своите права како вработен/а;
- набројува начини како луѓето ги користат парите за задоволување на своите потреби и да им помогнат на другите;
- ги знае начините на штедење на парите и умее да направи план за штедење;
- ги знае правата и одговорностите на потрошувачот;
- умее економично да пазарува за секојдневните потреби и сл.;
- прифаќа дека е неопходно да се чита упатство за користење и состав /преформанси на продуктите што ги купува (храна, облека, техничка стока, козметика и др).

Изготвил: работна група, координатори: Ајше Ајрулаи, Љиљана Самарџиска-Панова, Биро за развој на образованието Скопје
Контролирал: м-р Митко Чешларов, раководител на сектор
Одобрил: м-р Весна Хорватовиќ, директор

ПОТПИС И ДАТУМ НА ДОНЕСУВАЊЕ НА НАСТАВНАТА ПРОГРАМА

Наставната програма за *образование за животни вештини* за средното образование (од I до IV година) ја донесе

Министер

________________________________ на ден ______________________

м-р Панче Кралев Скопје