SHKOLLA E MESME E LARTË PROFESIONALE
PROFESSIONAL HIGH SCHOOL

Programi i lëndës "Edukatë shëndetësore"	
Lëmi	**Shëndetësi**
Profili	**Farmaci**
Niveli	**I**
Klasa	**Klasa 10**
Fondi i orëve të lëndës:	**35 javë x 1 orë/javë = 35 orë**

Programi i hollësishëm i lëndës

Kapitulli I: Higjiena personale

a) Qëllimet e kapitullit

Në përfundim të kapitullit nxënësit duhet të:

- tregojnë dhe zbatojnë rregullat bazë të higjienës personale.
- dallojnë sëmundjet dhe çrregullimet që lindin si pasojë e higjienës së dobët dhe mënyrat e parandalimit të tyre
- përcaktojnë qartë rolin e punëtorëve shëndetësorë në përparimin e higjienës personale dhe kolektive

b) Temat e kapitullit

- Rëndësia shëndetësore dhe estetike e aplikimit të higjienës
- Çrregullimet dhe sëmundjet që lindin si pasojë e higjienës së dobët
- Çrregullimet shëndetësore si pasojë e cilësisë së dobët të mjeteve higjienike
- Higjiena e gojës dhe dhëmbëve – aspektet shëndetësore dhe estetike
- Roli i faktorëve ambientalë dhe aktivitetit fizik në ruajtjen dhe përparimin e shëndetit psikosomatik
- Detyrat e punëtorëve shëndetësorë në përparimin e higjienës personale dhe kolektive;

c) Udhëzime didaktike për kapitullin

Rekomandohet që mësimdhënësi të:

- shpjegojë në formë të ligjeratës dhe të sqarojë metodat e edukimit shëndetësor të pacientit, familjes dhe bashkësisë;
- ilustrojë ligjeratat me shembuj të ndryshëm nga jeta e përdithsme;
- ilustrojë ligjeratat edhe me sllajde dhe revista që kanë të bëjnë me shëndetin si dhe edukimin seksual;
- vizitojë së bashku me nxënësit institucionet shëndetësore, si dhe institucionet e tjera, në mënyrë që nxënësit të dinë të vlerësojnë vetë për nivelin e higjienës.
- përcjellë me kujdes përparimin e nxënësve
- bëjë vlerësimin e nxënësve me pyetje-përgjgje me gojë ose me shkrim

d) Kushtet për realizimin e kapitullit

- Mjetet mësimore
- CD-programe.
- broshura

Kapitulli II: Higjiena komunale

a) Qëllimet e kapitullit

Në përfundim të kapitullit nxënësit duhet të:

- shpjegojnë aspektet themelore të higjienës komunale (uji, ajri dhe mbeturinat) dhe rolin e punëtorëve;
- zbatojnë dhe promovojnë aspektet e higjienës komunale dhe mbrojtjes së mjedisit.
- përkufizojnë përbërjen normale të ajrit

b) Temat e kapitullit

- Rëndësia epidemiologjike e ujit të pijes dhe kërkesat higjienike të tij
- Përbërja normale e ajrit: lagështia, tensioni, temperatura dhe gjendja e ajrit;
- Hedhja e mbeturinave dhe menaxhimi i tyre

c) Udhëzime didaktike për kapitullin

Rekomandohet që mësimdhënësi të:

- ilustrojë me anë të figurave dhe pamjeve filmike sa është e mundur temat e kapitullit;
- përcjellë me kujdes përparimin e nxënësve gjatë shpjegimit;
- nxisë aftësitë dalluese të nxënësve me punë në grupe;
- organizojë detyra teorike të cilat duhet zgjidhur nga ana e nxënësve
- shpjegojë përmes shembujve të ndryshëm nga jeta e përditëshme;
- nxisë aftësitë dalluese të nxënësve me punë në grupe;
- përdor pyetje- përgjigje me gojë për të kontrolluar ecurinë e të kuptuarit të nxënësve;
- organizojë testim me shkrim për vlerësimin e nxënësve duke përdorur pyetje të kombinuara.

d) Kushtet për realizimin e kapitullit:

- mjete mësimore
- CD- programe

Kapitulli III: Higjiena mentale dhe higjiena e të ushqyerit

a) Qëllimet e kapitullit

Në përfundim të kapitullit nxënësit duhet të:

- shpjegojnë efektet e substancave narkotike, akloolit dhe drogës;
- përshkruajnë sëmundjet më të shpeshta të vartësisë dhe të elaborojë rolin e punëtorit shëndetësor në parandalimin dhe mjekimin e tyre
- shpjegojnë shkaqet e obezitetit dhe kequshqyeshmërisë si dhe faktorët kontribuues të tyre;
- numërojnë dhe sqarojë metodat e ruajtjes dhe konzervimit higjienik të ushqimit;

b) Temat e kapitullit

- Raporti i shëndetiti trupor dhe shpirtëror;
- Aspektet mentale dhe higjienike të toksikomanive dhe sëmundjeve të vartësisë (drogat, duhani, aklooli)
- Detyrat e punëtorëve shëndetësorë në parandalimin e tyre
- Proceset fiziologjike lidhur me ushqimin dhe të ushqyerit;
- Rregullat e ruajtjes dhe konzervimit të ushqimit; kontrolli higjienik i ushqimit

c) Udhëzime didaktike për kapitullin

Rekomandohet që mësimdhënësi të:

- përcjellë me kujdes përparimin e nxënësve gjatë shpjegimit;
- nxisë aftësitë dalluese të nxënësve me punë në grupe;
- organizojë detyra teorike të cilat duhet zgjidhur nga ana e nxënësve
- angazhojë nxënësit në punë kokrete për përdorimin e literaturës
- shpjegojë përmes shembujve të ndryshëm nga jeta e përditëshme;
- nxisë aftësitë dalluese të nxënësve me punë në grupe;
- përdor pyetje- përgjigje me gojë për të kontrolluar ecurinë e të kuptuarit të nxënësve;

- organizojë testim me shkrim për vlerësimin e nxënësve duke përdorur pyetje të kombinuara.

d) Kushtet për realizimin e kapitullit:

- Mjetet mësimore
- CD-programe
- Video-projektor
- Broshura këshilluese

Kapitulli IV: Higjiena e shkollës dhe edukata seksuale

a) Qëllimet e kapitullit

Në përfundim të kapitullit nxënësit duhet të:

- përshkruajnë nevojat higjienike dhe standardet e objekteve shkollore dhe edukative
- dallojë çregullimet zhvillimore që lindin si pasojë e mospërmbushjes së tyre;
- dallojnë faktorët e dëmshëm të mjedisit punues dhe rëndësinë e pushimit adekuat;
- shpjegojnë esencën e integritetit seksual dhe sjelljes me integritet seksual;
- shpjegojnë faktet themelore të zhvillimit normal seksual dhe jetës së shëndoshë seksuale;
- tregojnë mënyrat e shmnagies së sjelljes së padëshiruar dhe imponuar seksuale;
- shprehen lirshëm dhe me gjuhë adekuate mbi aspektet e jetës seksuale;
- jetë i/e aftë të bashkëbisedojë hapur mbi aspektet e zhvillimit dhe jetës seksuale;
- përshkruajnë rregullat e higjienës intime dhe metodat e shmangies së shtatzënisë së padëshiruar;
- dallojnë sëmundjet ngjitëse seksuale (përfshirë edhe HIV/AIDS-in), mënyrat e bartjes, zbulimit, parandalimit dhe mjekimit të tyre;
- dallojnë dhe pranojë orientimin seksual tjetër nga i veti pa paragjykime;

b) Temat e kapitullit

- Nevojat higjienike dhe standardet e objekteve shkollore dhe edukative dhe çrregullimet zhvillimore si pasojë e kushteve joadekuate;
- Aspektet fiziologjike të punës (lodhja dhe pushimi) dhe faktorët e dëmshëm të mjedisit punues
- Edukata seksuale dhe rëndësia e saj; çka është integriteti seksual?
- Etapat e zhvillimit seksual;
- Marrëdhënja seksuale dhe shtatzënia;
- Të ndjehemi mirë duke thënë „jo“
- Aspektet specifike të higjienës intime;
- Metodat e kontracepcionit
- Dashuria, takimi dhe ti
- Dhuna në takime dashurie
- Eliminimi i shqetësimit seksual
- Sëmundjet ngjitëse seksuale dhe faktet mbi hiv/aids-in
- Kuptimi i orientimit seksual
- Dallimi i paragjykimeve seksuale

c) Udhëzime didaktike për kapitullin

Rekomandohet që mësimdhenesi të:

- shpjegojë në formë të ligjeratës dhe të sqarojë metodat e edukimit shëndetësor të pacientit, familjes dhe bashkësisë;
- ilustrojë ligjeratat me shembuj të ndryshëm nga jeta e përditshme;
- ilustrojë ligjeratat edhe me sllajde dhe revista që kanë të bëjnë me shëndetin si dhe edukimin seksual;

- vizitojë së bashku me nxënësit institucionet shëndetësore, si dhe institucionet e tjera, në mënyrë që nxënësit të dinë të vlerësojnë vetë për nivelin e higjienës
d) Kushtet për realizimin e kapitullit:
- Mjetet mësimore - revista - -broshura edukativo-arsimore
d) Kushtet për realizimin e kapitullit
- përdorimi i markerave - sistemi periodik