

Očekávané výstupy z RVP ZV	KONKRETIZOVANÝ VÝSTUP Žák:	KONKRETIZOVANÉ UČIVO (doslovná citace do TK !!!)	INTEGRACE PŘŮŘEZOVÝCH TÉMAT	VAZBY, PŘESAHY, POZN., ROZŠÍŘUJÍCÍ UČIVO
----------------------------	-------------------------------	---	--------------------------------	---

5.5.4.4b Vzdělávací obsah (osnovy) vyučovacího předmětu Výchova ke zdraví**Výchova ke zdraví 6. ročník**

VZ-9-1-01 VZ-9-1-02 VZ-9-1-04 VZ-9-1-13 VZ-9-1-14 VO-9-1-04 VO-9-1-05 VO-9-1-06 VO-9-2-02 VO-9-2-03 VO-9-4-05 VO-9-4-08 VO-9-4-10	Žák: - vysvětlí pojem domov, rodina; charakterizuje role členů rodiny a uvede příklady vlivů na rodinný život - na konkrétních příkladech uvede, jak lze upevňovat pozitivní vztahy mezi členy rodiny - zvládá modelové situace zaměřené na osvojení komunikačních dovedností navozujících příznivé klima v rodině - v tisku vyhledá příklady, kdy se nevyplatila důvěřivost k neznámým lidem; z informací vyvodí závěry; uvede, jak jednat s neznámými lidmi v různých situacích - v modelových příkladech prokáže ovládání základních společenských pravidel chování (pozdravy, představování, blahopřání, slavnostní chvíle, stolování apod.) - ve skupině se spolužáky sepiše zásady správného kamarádství - rozpoznává situace ohrožující život jeho i vrstevníků, používá v situacích ohrožení účinné způsoby chování - uplatňuje osvojené sociální dovednosti při kontaktu se sociálně patologickými jevy ve škole i mimo ni - nepodceňuje nebezpečí, která hrozí při nevhodném využívání internetu - uvede osoby či instituce, na které by se v případě potřeby o pomoc obrátil a dokáže na ně vyhledat kontakt v informačních zdrojích; zná telefonní čísla linek tísňového	<u>Vztahy mezi lidmi a formy soužití</u> - rodina - pravidla soužití - sousedé, hosté a cizí lidé (násilí na dětech) - společenská pravidla chování - lidská setkání, kamarádství - dětská práva a jejich porušování (šikana, kyberšikana, homofobie)	Osobnostní a sociální výchova Osobnostní rozvoj Sociální rozvoj Mediální výchova Fungování a vliv médií ve společnosti Multikulturní výchova Lidské vztahy	<u>Etická výchova</u> • základní prvky verbální komunikace v mezilidských vztazích • asertivní chování, aktivní naslouchání
---	---	--	---	---

Očekávané výstupy z RVP ZV	KONKRETIZOVANÝ VÝSTUP Žák:	KONKRETIZOVANÉ UČIVO (doslovná citace do TK !!!)	INTEGRACE PRŮŘEZOVÝCH TÉMAT	VAZBY, PŘESAHY, POZN., ROZŠÍŘUJÍCÍ UČIVO
	volání			
VZ-9-1-01 VZ-9-1-02 VZ-9-1-03 VZ-9-1-09 VZ-9-1-10 VZ-9-1-11 VZ-9-1-12 VZ-9-1-13 VO-9-1-04 VO-9-2-01 VO-9-2-02 VO-9-2-03 VO-9-2-04	Žák: - uvede etapy vývoje lidského jedince a jejich typické znaky - uvede tělesné, duševní a společenské rozdíly mezi dítětem a dospělým člověkem - objasní pojmy: puberta, adolescence; uvede, v čem vidí největší problémy puberty a jak ji prožívá - respektuje změny v období dospívání, vhodně na ně reaguje; kultivovaně se chová k opačnému pohlaví - sepiše se spolužáky ve skupině důvody, proč dochází ke konfliktům mezi dospívajícími dětmi a rodiči; - uvede příklady generačních konfliktů (z tisku, svého okolí), jejich důsledky a možnosti jejich řešení - projevuje odpovědný vztah k sobě samému, k vlastnímu dospívání - v souvislosti s morálkou, zdravím a životními cíli dospívajících chápe význam zdrženlivosti v dospívání a odpovědného sexuálního chování - orientuje se v bezpečných způsobech sexuálního chování mezi chlapci a děvčaty	<u>Změny v životě člověka a jejich reflexe</u> - období lidského života - dospívání začíná - změny v dospívání (tělesné, duševní) - změny chování v období dospívání - člověk jako osobnost - sexuální dospívání	Osobnostní a sociální výchova Osobnostní rozvoj Sociální rozvoj Morální rozvoj	<u>Přírodopis</u> vznik a vývin nového jedince <u>Čtenářská gramotnost</u> • práce s textem, přemýšlení o něm za účelem plnění zadaných úkolů • žák dokáže vystihnout hlavní myšlenku textu, vysvětlit jeho účel • vyhledává v textu požadovanou informaci • zobecňuje obsah textu vlastními slovy

Očekávané výstupy z RVP ZV	KONKRETIZOVANÝ VÝSTUP Žák:	KONKRETIZOVANÉ UČIVO (doslovná citace do TK !!!)	INTEGRACE PRŮŘEZOVÝCH TÉMAT	VAZBY, PŘESAHY, POZN., ROZŠÍŘUJÍCÍ UČIVO
VZ-9-1-03 VZ-9-1-04 VZ-9-1-06 VZ-9-1-07 VZ-9-1-09 VZ-9-1-15 VO-9-1-04 VO-9-2-03 VO-9-4-08	Žák: - vysvětlí význam důležitosti hygieny a bezpečnosti v domácnosti; dodržuje základní zásady přispívající k zachování a upevňování zdraví - objasní, jaký vliv má kvalita ovzduší a vody, hluk, osvětlení, teplota na zdraví člověka - uplatňuje zásady zdravého stravování (pyramida výživy), do svého režimu dne zařazuje vhodné formy využití volného času - sestaví jídelníček s tradičními českými jídly nebo s tradičními jídly jiných národů - projevuje odpovědný vztah k sobě samému a pravidlům zdravého způsobu života - ve skupině vytvoří reklamu na zdravý životní styl - projevuje odpovědné chování v rizikových situacích silniční a železniční dopravy; aktivně předchází situacím ohrožení zdraví a osobního bezpečí; v případě potřeby poskytne první pomoc	<u>Zdravý způsob života a péče o zdraví</u> - bezpečné chování v domácím prostředí - vlivy vnějšího a vnitřního prostředí na zdraví - výživa a zdraví - zdravý životní styl - základy první pomoci -	Environmentální výchova Vztah člověka k prostředí Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech Evropa a svět nás zajímá	

Konec osnov: Výchova ke zdraví – 6. ročník

Očekávané výstupy z RVP ZV	KONKRETIZOVANÝ VÝSTUP Žák:	KONKRETIZOVANÉ UČIVO (doslovná citace do TK !!!)	INTEGRACE PRŮŘEZOVÝCH TÉMAT	VAZBY, PŘESAHY, POZN., ROZŠÍŘUJÍCÍ UČIVO
----------------------------	-------------------------------	---	--------------------------------	---

Výchova ke zdraví 7. ročník

VZ-9-1-01 VZ-9-1-02 VZ-9-1-03 VZ-9-1-10 VZ-9-1-11 VO-9-1-04 VO-9-1-05 VO-9-1-06 VO-9-2-01 VO-9-2-02 VO-9-2-03 VO-9-2-04	Žák: - uvede základní projevy lidského života z hlediska psychologie - vysvětlí pojmy: emoce, afekt, citový cynismus, vyšší a nižší city - využívá relaxační techniky a sociální dovednosti k regeneraci organismu a předcházení stresovým situacím - na modelových situacích ukáže různé způsoby chování lidí při konfliktu (agrese, asertivita, pasivita apod.) - vysvětlí pojem empatie, asertivní jednání; uvede některé zásady a situace, kdy je vhodné takto jednat	<u>Vztahy mezi lidmi a formy soužití</u> - citový život člověka - stres a jeho vztah ke zdraví - typy chování při konfliktu (sociální chování) - asertivní jednání	Osobnostní a sociální výchova Osobnostní rozvoj Sociální rozvoj	
VZ-9-1-06 VZ-9-1-09 VZ-9-1-11 VZ-9-1-12 VZ-9-1-13 VZ-9-1-14 VO-9-2-01 VO-9-2-03 VO-9-2-04 VO-9-4-08 VO-9-4-10	Žák: - objasní pojmy: pohlavní styk, bezpečný sex, plánované rodičovství, gravidita, interrupce, , - uvede jaké problémy může přinést těhotenství a rodičovství mladistvých - se spolužáky ve skupině sepiše příčiny různých forem sexuálního násilí - vyhledá informace o sexuálních úchylnkách (voyeurství, froteurství, exhibicionismus), diskutuje o odlišnostech sexuálních úchyln od homosexuality	<u>Změny v životě člověka a jejich reflexe</u> - sexuální dospívání a reprodukční zdraví (předčasná sexuální zkušenost) - těhotenství a rodičovství mladistvých - násilí v sexualitě - poruchy pohlavní identity, sexuální deviace		

Očekávané výstupy z RVP ZV	KONKRETIZOVANÝ VÝSTUP Žák:	KONKRETIZOVANÉ UČIVO (doslovná citace do TK !!!)	INTEGRACE PRŮŘEZOVÝCH TÉMAT	VAZBY, PŘESAHY, POZN., ROZŠÍŘUJÍCÍ UČIVO
VZ-9-1-01 VZ-9-1-02 VZ-9-1-03 VZ-9-1-09 VZ-9-1-11 VZ-9-1-12 VZ-9-1-13 VZ-9-1-14 VO-9-1-04 VO-9-2-02 VO-9-2-03 VO-9-2-04 VO-9-4-05 VO-9-4-08 VO-9-5-02	Žák: - uvede příklady šikanování a vhodné způsoby, jak tomuto jevu čelit - uvede různé způsoby a prostředky komunikace v různých modelových situacích; uvědomí si, jaká nebezpečí vyplývají z užívání sociálních sítí na internetu - vysvětlí pojmy: sexualita, sex, promiskuita, pohlavní choroby, AIDS, virus HIV, sexuální orientace - vysvětlí pojem antikoncepce, uvede druhy antikoncepce - uvede zásady zodpovědného sexuálního chování ve vztahu ke zdraví, etice, morálce a životním cílům mladých lidí - uvede, ve kterých případech je sex nezákonný - objasní souvislost sexuálního chování a bezpečného internetu	<u>Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence</u> - šikana, formy násilí - bezpečné chování a komunikace - nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií - muž, žena a láska - sexuálně přenosné nemoci - antikoncepce - sexualita jako součást formování osobnosti - sexualita a média	Osobnostní a sociální výchova Osobnostní rozvoj Sociální rozvoj Morální rozvoj Mediální výchova Kritické čtení a vnímání mediálních sdělení Fungování a vliv médií ve společnosti	<u>Čtenářská gramotnost</u> • práce s textem, přemýšlení o něm za účelem plnění zadaných úkolů • žák dokáže vystihnout hlavní myšlenku textu, vysvětlit jeho účel • vyhledává v textu požadovanou informaci zobecňuje obsah textu vlastními slovy
VZ-9-1-01 VZ-9-1-02 VZ-9-1-03 VZ-9-1-04 VZ-9-1-05 VZ-9-1-06 VZ-9-1-07 VZ-9-1-08 VZ-9-1-11 VZ-9-1-12 VO-9-2-02 VO-9-2-03 VO-9-5-02	Žák: - vysvětlí pojem zdravý životní styl - uvede šest základních zásad zdravé výživy - uvede faktory ovlivňující způsob výživy v období dospívání - uvede příčiny a komplikace spojené s poruchami příjmu potravy (anorexie, bulimie) - vysvětlí, čím se od sebe liší vegetariánství, veganství a makrobiotika - objasní pojmy tělesná a duševní hygiena, zná zdroje a příčiny nemocí; ochranu před nimi - uplatňuje bezpečné a odpovědné sexuální chování s ohledem na zdraví, morálku a životní cíle mladých lidí - uplatňuje preventivní způsoby chování a jednání v souvislosti s přenosnými	<u>Zdravý způsob života a péče o zdraví</u> - zdravý způsob života - zdravá výživa - poruchy příjmu potravy - alternativní způsoby výživy - ochrana před přenosnými chorobami - bezpečné způsoby chování - preventivní a léčebná péče	Výchova k myšlení v evropských a globálních souvislostech Evropa a svět nás zajímá	<u>Přírodopis</u> • biologie rostlin • biologie člověka (pozitivní a negativní dopad prostředí a životního stylu na zdraví člověka) • základy ekologie <u>Chemie</u> • chemické sloučeniny • chemie a společnost vliv látek na zdraví člověka

Očekávané výstupy z RVP ZV	KONKRETIZOVANÝ VÝSTUP Žák:	KONKRETIZOVANÉ UČIVO (doslovná citace do TK !!!)	INTEGRACE PRŮŘEZOVÝCH TÉMAT	VAZBY, PŘESAHY, POZN., ROZŠÍŘUJÍCÍ UČIVO
	chorobami; v případě potřeby vyhledá odbornou pomoc			
VZ-9-1-01 VZ-9-1-02 VZ-9-1-03 VZ-9-1-09 VO-9-2-01 VO-9-2-02 VO-9-2-03 VO-9-2-04	Žák: - uspořádá lidské potřeby Maslowovy hierarchie ve správném pořadí - prokáže na konkrétních příkladech přímou souvislost mezi tělesnou, duševní a sociální složkou zdraví a vztah mezi uspokojováním základních lidských potřeb a hodnotou zdraví - ve skupině se spolužáky sepíše různé důvody, proč člověk potřebuje společnost jiných lidí - projevuje odpovědný vztah k sobě samému i k druhým	- <u>Hodnota a podpora zdraví</u> - naše potřeby - hledání blízkého člověka		
VZ-9-1-01 VZ-9-1-02 VZ-9-1-03 VZ-9-1-09 VZ-9-1-10 VO-9-2-01 VO-9-2-02 VO-9-2-03 VO-9-2-04 VO-9-4-08	Žák: - samostatně využívá relaxační techniky a sociální dovednosti k překonávání psychických problémů, zvládání problémových situací - zaujímá hodnotové postoje a uvědomí si dopad vlastního jednání a chování	<u>Osobnostní a sociální rozvoj</u> - sebereflexe, sebekontrola, sebeovládání, utváření vědomí vlastní identity - - psychohygiena (hledání pomoci při problémech) - respektování sebe sama i druhých	Osobnostní a sociální výchova Osobnostní rozvoj Sociální rozvoj Morální rozvoj	

Konec osnov: Výchova ke zdraví – 7. ročník