

Vzdělávací oblast - 8. ČLOVĚK A ZDRAVÍ	Pro ročníky : 7. - 9.	Ročník : 7.
Vzdělávací obor - 8.1. VÝCHOVA KE ZDRAVÍ	Vypracoval : p. Vendulka Kudlíková	
Předmět - 8.1.1. ČLOVĚK A ZDRAVÍ	Zodpovídá : Mgr. Karel Poláček, ředitel školy	

Vzdělávací obsah předmětu

Očekávané výstupy Žák podle svých možností a schopností ...	Učivo a obsah	Mezipředmětové souvislosti	Tématické okruhy průřezových témat	Poznámka
- vysvětlí zásady zdravého životního stylu a jsou vedeni k jejich uplatňování ve svém životě,, programy podpory zdraví podpora zdravého životního stylu	- zdravý styl života - aktivní a pasivní odpočinek	PŘÍRODOPIS-BIOLOGIE ČLOVĚKA - životní styl, nemoci a úrazy, prevence	MdV - 1/ FUNGOVÁNÍ A VLIV MÉDIÍ VE SPOLEČNOSTI (vliv médií na uspořádání dne každého jednotlivce, vliv médií na kulturu) - tvorba mediálního sdělení (uplatnění a výběr výrazových prostředků a jejich kombinací pro tvorbu komunikačně vhodných sdělení)	
- vyjádří vztah mezi uspokojováním základních lidských potřeb a hodnotou zdraví - usiluje v rámci svých možností o aktivní podporu zdraví - zná základní způsoby ovlivňování negativních tělesných a duševních stavů	- pohybové aktivity - prevence a lékařská péče - pravidelný režim - relaxační cvičení	PŘÍRODOPIS-BIOLOGIE ČLOVĚKA - životní styl, nemoci a úrazy, prevence		
- dává do souvislosti složení stravy a způsob stravování - používá při sestavování jídelníčku zdravé výživy gastronomická pravidla (omezení tuků, cukrů, obohacení stravy o vitamíny a vlákninu)	- pyramida zdravé výživy - pitný režim			
- popíše rozdíl mezi civilizačními a infekčními nemocemi - projevuje odpovědný vztah k ochraně před přenosnými a nepřenosiými nemocemi včetně vlivu HIV	- civilizační a infekční nemoci - ochrana před přenosnými a nepřenosiými nemocemi a lékařská péče - HIV / AIDS			

<ul style="list-style-type: none"> - je veden k ochraně zdraví a životů při každodenních rizikových situacích a mimořádných událostech 	<ul style="list-style-type: none"> - rozvoj osobnosti - morální rozvoj (hodnoty, postoje, dovednosti pro řešení problému v mezilidských vztazích) 			
<ul style="list-style-type: none"> - uplatňuje hygienické zásady a návyky vztahující se k osobní a intimní hygieně - ví jak pečovat o duševní hygienu (vyvarovat se stresu, únavě) - uplatňuje zásady duševní hygieny v denním režimu a správně se rozhoduje v situacích duševní nepohody 	<ul style="list-style-type: none"> - puberta, dospívání a jeho změny - intimní hygiena chlapců a dívek - osobní hygiena - psychohygiena - stres - podpora zdraví a jeho prevence 		<p>OSV - OSOBNOSTNÍ ROZVOJ</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1/ ROZVOJ SCHOPNOSTÍ A POZNÁVÁNÍ (podporuje vědomosti týkající se duševní hygieny) - 4/ PSYCHOHYGIENA (pomáhá k utváření pozitivního postoje k sobě samému a k druhým) -3/SEBEREGULACE A SEBEORGANIZACE - cvičení smyslového vnímání pozornosti - předcházení stresu (cvičení sebekontroly a sebeovládání) 	
<ul style="list-style-type: none"> - vysvětlí role členů komunity (rodina, třída, skupina) - uvede příklady pozitivního a negativního vlivu na kvalitu sociálního klimatu - chápe pojem rodina a její strukturu -uvědomuje si, že manželství je celoživotní proces a vyžaduje od partnerů vzájemné pochopení, toleranci a vzájemnou podporu - vysvětlí význam náhradní péče pro děti vyrůstající mimo rodinu - respektuje měnící se potřeby rodiny na bydlení v průběhu času 	<ul style="list-style-type: none"> - rodina (postavení role ženy a muže, dětí) - vliv rodinného prostředí na rozvoj osobnosti - změna v rodině - potřeby rodiny ekonomické a právní - náhradní péče (DD, SOS vesničky, pěstounská péče, adoptivní péče) - hygiena, provoz domácnosti - vhodné vybavení domácnosti 	<p>VÝCHOVA K OBČANSTVÍ - ČLOVĚK VE SPOLEČNOSTI</p> <ul style="list-style-type: none"> - vztahy mezi lidmi - zásady lidského soužití <p>ČLOVĚK JAKO JEDINEC</p> <ul style="list-style-type: none"> - vnitřní svět člověka - osobní rozvoj <p>STÁT A HOSPODÁŘSTVÍ</p> <ul style="list-style-type: none"> - majetek, vlastnictví - peníze 	<p>OSV - SOCIÁLNÍ ROZVOJ</p> <ul style="list-style-type: none"> - 6/ POZNÁVÁNÍ LIDÍ(vzájemné poznávání ve skupině) - 7/ MEZILIDSKÉ VZTAHY - 8/ KOMUNIKACE -(péče o dobré vztahy, empatie) 	
<ul style="list-style-type: none"> - respektuje pravidla soužití mezi vrstevníky a partnery - přispívá k utváření druhých mezilidských vztahů pozitivní komunikací - uvede příklady vlivu na kvalitu sociálního klimatu - uplatňuje osvojené dovednosti komunikační obrany proti manipulaci a agresi - rozezná zdravotní a sociální rizika (zneužívání návykových látek, gamblerství, 	<ul style="list-style-type: none"> - modelové situace zaměřené na osvojení komunikačních dovedností - mezilidské vztahy - komunikace - vztahy a pravidla soužití v prostředí - morální rozvoj jedince - asertivní chování - respektování sama sebe i druhých 		<p>MORÁLNÍ ROZVOJ</p> <ul style="list-style-type: none"> - 10/ ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ A ROZHODOVACÍ DOVEDNOSTI - (seberegulace, hodnoty a postoje, praktická etika, vytváření povědomí o kvalitách typu, odpovědnost, spolehlivost, spravedlnost) <p>VDO - 1/ OBČANSKÁ SPOLEČNOST A ŠKOLA</p> <p>(škola jako model otevřeného partnerství a demokratického společenství)</p>	

<p>dopink)</p> <ul style="list-style-type: none"> - respektuje bezpečné chování a komunikace- bezpečný pohyb v rizikovém prostředí, uvědomuje si nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médiích - uvědomuje si dopad vlastního jednání a chování a utváření vědomí vlastní identity 	<ul style="list-style-type: none"> - pohyb v rizikovém prostředí - závislost - prevence a působení na změnu kvality prostředí a chování jedince a jeho odpovědnost 		<p>VME -1/ EVROPA A SVĚT NÁS ZAJÍMÁ- rodinné příběhy, zážitky a zkušenosti z Evropy a světa) MV -1/ KULTURNÍ DIFERENCIACE (jedinečnost každého člověka a jeho individuální zvláštnosti) 2/ LIDSKÉ VZTAHY(základní morální normy, tolerance, empatie) 3/ ETNICKÝ PŮVOD(různé způsoby života) 4/ MULTIKULTURALITA (komunikace, nástroje dorozumění a celoživotní vzdělávání)</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - uvědomuje si, vliv prostředí, ve kterém žije - vnímá, že životní prostředí může působit příznivě a nepříznivě - uvedomuje si, jak se zachovat při nepříznivých změnách vlivu na prostředí - přizpůsobuje své chování současným podmínkám, aby se působení škodlivých vlivů co nejvíce omezilo - uvědomuje si vlivy vnějšího a vnitřního prostředí na zdraví- kvalita ovzduší, vody, hluk, osvětlení 	<ul style="list-style-type: none"> - životní prostředí - příznivé a nepříznivé vlivy na životní prostředí (smog, hluk, lesy...) - odpad jeho třídění 	<p>ZEMĚPIS - ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ- vztah příroda a společnost TERÉNNÍ A GEOGRAF. VÝUKA, PRAXE A APLIKACE - ochrana člověka při ohrožování zdraví a ohrožení života CHEMIE - SMĚSI- voda, vzduch POZOROVÁNÍ, POKUS A BEZPEČNOST PRÁCE- mimořádné události, havárie, úniky nebezpečných látek PRACOVNÍ VÝCHOVA-péče o zeleň</p>	<p>EV - 1/ EKOSYSTÉMY-(vodní zdroje, vztah člověka k přírodě, kulturní krajina) 2/ ZÁKLADNÍ PODMÍNKY ŽIVOTA (ohrožování ovzduší, klimatické podmínky a rekultivace) 3/LIDSKÉ AKTIVITY A PROBLÉMY ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ (doprava a životní prostředí) 4/ VZTAH ČLOVĚKA K PROSTĚDÍ</p>	