

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Výchova ke zdraví
Ročník: 7.

Výstup	Učivo	Průřezová témata, mezipředmětové vztahy, projekty, kurzy	Poznámky
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> - snaží se pochopit vztahy mezi partnery, generační rozdíly - jedná ohleduplně a vhodně reaguje na potřeby starších popř. handicapovaných lidí - dává do souvislosti hygienu prostředí a vybavení bytu - aplikuje zásady práv a povinnosti členů rodiny - uvede příklady rodinného rozpočtu - dává do souvislosti hygienu a zdraví a zdravý životní styl - předchází stresovým situacím - je si vědom odpovědnosti za své zdraví - chápe základní zásady péče o zdraví, význam očkování a prevence - porozumí procesu vzniku nemoci a jejího vlivu na naše chování a jednání - seznámí se s různými přístupy v péči o nemocného - uvede příčiny vzniku civilizačních chorob i způsoby prevence - vyhodnotí psychická onemocnění, násilí mířené proti sobě samému, rizikové chování 	<p>Rodina, domov, bydlení</p> <ul style="list-style-type: none"> - mezigenerační soužití, konflikty - místo dospívajícího v rodině - provoz v bytě (technika v domácnosti, hygienické požadavky, zařízení, právo na soukromí) - komunikace Klíče ke zdraví - zdraví, nemoci - zdravý životní styl - stres, hygiena - význam očkování - péče o zdraví - péče o nemocné (stravování, léky) - prevence nemocí - alternativní způsoby léčení civilizačních chorob 	<p>OSV - sociální rozvoj MV - interpretace vztahu mediálních sdělení a reality</p> <ul style="list-style-type: none"> - vliv reklamy OSV - odpovědný vztah k sobě samému, osobnostní rozvoj OV- vývojová psychologie, dospívání EV – problémy život. prostředí MV – zprávy, statistické údaje o různých nemocech Př – lidské tělo <ul style="list-style-type: none"> - léčivé rostliny D – péče o zdraví v minulosti CJL – sloh – popis postupu 	<p>zdravé recepty</p>

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Výchova ke zdraví
Ročník: 7.

Výstup	Učivo	Průřezová témata, mezipředmětové vztahy, projekty, kurzy	Poznámky
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> - dokáže aplikovat základní pravidla zdravé výživy - chápe pojem alternativní výživa - vnímá možnosti poruch ve výživě a uvědomuje si jejich nebezpečí - orientuje se v základních výživových hodnotách potravin - zdůvodní vliv výživy a způsob stravování na zdraví člověka - seznámí se s různými typy alternativního stravování a možnými riziky chápe význam hygieny potravin a jejich zpracování - dává do souvislostí zdravotní a psychosociální rizika spojená se zneužíváním návykových látek - snaží se uplatnit osvojené sociální dovednosti a modely chování při kontaktu se sociálně patologickými jevy ve škole i mimo ni - ví, kde vyhledat pomoc - uvědomuje si nebezpečí dopingu - uvede rizika zneužívání návykových látek - seznámí se s mechanismem vzniku závislosti - učí se způsobům odmítnutí drog i orientovat se v nabídce specializované pomoci 	<p>Zdravá výživa</p> <ul style="list-style-type: none"> - historie výživy - potrava, výživa alternativní - energie, složky potravy - pyramida výživy - vlivy výživy na zdraví člověka - nežádoucí způsoby - alternativní strava - výběr a příprava pokrmů <p>Prevence zneužívání návykových látek</p> <ul style="list-style-type: none"> - drogy kolem nás - drogy („tvrdé“) - účinky, poškození organismu - automaty a počítačové hry - agresivní chování - závislost - zákony v ČR, doping - bezpečné chování v rizikovém prostředí i v krizových situacích - odmítnutí drogy, jak pomoci? 	<p>Př - složky potravy, metabolismus, trávicí soustava Ch – prvky v potravinách OSV FY – energetická hodnota TV – pohyb, obezita</p> <p>OSV – odpovědný vztah k sobě samému MV – „akční filmy“ - zpracování informací k tématice, vytváření „vlastních postojů“ EGS – drogy, zákony OV, Z – rozšíření drog ve světě Ch, PŘ – původ drog</p>	<p>Výukové filmy</p>

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví
Vyučovací předmět: Výchova ke zdraví
Ročník: 7.

Výstup	Učivo	Průřezová témata, mezipředmětové vztahy, projekty, kurzy	Poznámky
<p>Žák:</p> <ul style="list-style-type: none"> - projevuje odpovědný vztah k sobě samému - dokáže aplikovat základní pravidla slušného chování - uplatňuje pravidla bezpečného sportování - dodržuje pravidla bezpečnosti silničního provozu - pravidla umí aplikovat a přenášet do praxe - aplikuje základní pravidla první pomoci - dává do souvislosti chování vrstevníků a agresi - zná ochranné sportovní pomůcky - posoudí nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií - dokáže charakterizovat vývojová stádia jedince - pojmenuje odlišnosti pohlavních orgánů muže a ženy - orientuje se v průběhu početí - chápe význam zdrženlivosti a odpovědného sexuálního chování - vysvětlí, jak dochází k přenosu viru HIV a ví, jak se chránit - porozumí tělesným i duševním změnám v dospívání - seznámí se s různými odlišnostmi v lásce - posoudí rizika předčasného pohlavního styku a přenosu pohlavních chorob, nechtěného těhotenství a jeho následků 	<p>Osobní bezpečí</p> <ul style="list-style-type: none"> - sebevědomí, sebeúcta - agrese, adrenalinové sporty - dodržování pravidel ve sportu a v dopravě - šikana <p>Sexuální výchova</p> <ul style="list-style-type: none"> - dospívání - pohlavní buňky, rozmnožování - vývoj plodu - nemoci přenosné pohlavním stykem - co je to láska, co k ní patří a co ne, odlišnosti - reprodukční zdraví a možná ohrožení - - plánované rodičovství 	<p>OSV – sebepoznání a sebepojetí MKV – normy chování OV – socializace</p> <p>OSV, MV, MKV OSV – odpovědný vztah k soběsamému EGS – AIDS PŘ – lidské tělo „těhotenství“ OV – vývojová psychologie,dospívání</p>	<p>Beseda s odborníky – program „Maják“</p>

<ul style="list-style-type: none">- zná metody antikoncepce- posoudí problémy těhotenství a rodičovství mladistvých- vyhodnotí na základě svých znalostí promiskuitní chování			
---	--	--	--