

| | A | B | C | D | E | F |
|---|--|---|---|---|---|-----------------|
| 1 | Vzdělávací oblast: | | Člověk a zdraví | | | |
| 2 | Vzdělávací obor: | | Výchova ke zdraví | | | |
| 3 | Ročník: | | 8. | | | |
| 4 | Klíčové kompetence (Dílčí kompetence) | Výstupy | Učivo | Průřezová témata mezipředmětové vztahy | Evaluaace žáka | Poznámky |
| Rodina, rozvoj osobnosti | | | | | | |
| 5 | viz charakteristika | <ul style="list-style-type: none"> • ví, jaké faktory ovlivňují stabilitu rodiny • chápe Úmluvu o právech dítěte • porozumí vývoji a struktuře rodiny • vysvětlí pojmy ideální rodina, dysfunkční rodina | Faktory ovlivňující stabilitu rodiny Funkce rodiny Rodinné vztahy Sňatek Manželství | Osobnostní a sociální výchova Morální rozvoj, osobnostní rozvoj, sociální rozvoj Multikulturní výchova Lidské vztahy | <ul style="list-style-type: none"> • pozorování • rozhovor • dotazník • skupinová práce | |
| Člověk ve zdraví a nemoci, duševní hygiena | | | | | | |
| 6 | viz charakteristika | <ul style="list-style-type: none"> • vysvětlí pojmy: léčebný režim, rekonvalescence, expirační doba • zná ochranu před přenosnými chorobami (základní cesty přenosu nákaz a jejich prevence, nákazy respirační, přenosné potravou, získané v přírodě, přenosné krví a sexuálním kontaktem, přenosné bodnutím hmyzu a stykem se zvířaty) • orientuje se v ochraně před chronickými nepřenosiými chorobami, prevenci | Člověk ve zdraví a nemoci Jako pečovat o nemocné Civilizační choroby - psychická onemocnění - násilí mířené proti sobě samému - rizikové chování Alternativní medicína Tělesná a duševní hygiena | Přírodopis Výchova k občanství | | |

kardiovaskulárních a metabolických onemocnění

- ví, jak pečovat o nemocného
- chápe rozdíl mezi režimem zdravého a nemocného
- poskytne první pomoc
- chápe principy zdravého životního stylu
- zná programy podpory zdraví
- vyjmenuje civilizační choroby
- uvědomuje si význam prevence těchto onemocnění
- chápe vliv stravy na zdraví
- ví, co je alternativní medicína
- zná a umí aplikovat zásady tělesné a duševní hygieny
- chápe nutnost vyváženosti pracovních a odpočinkových aktivit a význam pohybu pro zdraví
- **svěří se se zdravotním problémem**
- **projevuje zdravé sebevědomí a preferuje ve styku s vrstevníky pozitivní životní cíle, hodnoty a zájmy**

| Zdravá výživa | | | | | |
|--------------------------------------|---------------------|---|---|--|--|
| 7 | viz charakteristika | <ul style="list-style-type: none"> • ví, jaké jsou zdravé stravovací návyky • zvládá pojmy obezita, mentální anorexie, bulimie • rozlišuje nežádoucí způsoby výživy (podvýživa, nadváha) • dokáže posoudit vhodnost reklamy na výživu • dodržuje zásady správného stolování • dodržuje správné stravovací návyky a v rámci svých možností uplatňuje zásady správné výživy a zdravého stravování | <p>Stravování v minulosti a dnes</p> <p>Vliv způsobu stravování na zdraví člověka</p> <p>Vegetariánství</p> <p>Poruchy příjmu potravy</p> <p>Reklama a stravování</p> <p>Zajímavosti ze zahraničních kuchyní</p> | <p>Přírodopis</p> <p>Domácnost</p> | |
| Prevence zneužívání návykových látek | | | | | |
| 8 | viz charakteristika | <ul style="list-style-type: none"> • rozumí problematice a vysvětlí rizika užívání návykových látek a jejich účinků na lidský organismus • objasní vznik závislosti na návykových látkách • dokáže argumentovat vůči braní drog, zvládá přesvědčivě odmítnout návykové látky • orientuje se v nabídce specializované pomoci • odsuzuje návykové látky • dává do souvislosti zdravotní a psychosociální | <p>Drogy kolem nás</p> <p>Rozdělení drog</p> <p>Závislost je nebezpečnější než samotné drogy</p> <p>Jak se ubránit?</p> <p>Jak pomoci drogově závislé osobě?</p> <p>Další příklady závislostí (gamblerství,...)</p> | <p>Přírodopis</p> <p>Chemie</p> | |

rizika spojená se zneužíváním návykových látek a provozováním hazardních her

Osobní bezpečí

9

viz charakteristika

- uvědomuje si vliv výchovných vzorů (rodiče, sportovci, umělci)
- chápe vznik domácího násilí, možnosti prevence a pomoci
- pozná šikanu, snaží se pomoci
- navrhuje postupy řešení při mimořádných událostech (přírodních katastrofách, dopravních neštěstích)
- orientuje se v první pomoci
- dodržuje dopravní předpisy a zákony
- **uplatňuje osvojené sociální dovednosti při kontaktu se sociálně patologickými jevy**

Agresivita patří k životu?
 Nebezpečí kolem nás?
 Žijeme v bezpečí x nebezpečí číhá všude
 Auto-destruktivní závislosti
 Kriminalita mládeže
 Bezpečné chování a komunikace - nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií

Výchova k občanství

Dopravní výchova

Informatika

Sexuální výchova

10

viz charakteristika

- chápe tělesné i duševní změny v období dospívání
- rozliší různé podoby lásky
- zvládá pojmy: homosexualita, heterosexuality, bisexualita,

Lidská sexualita aneb co je to láska?
 Odlišnosti v lásce
 Plánované rodičovství

Přírodopis

Výchova k občanství

| | | | | | | |
|--|--|--|------------------|--|--|--|
| | | <p>transsexualita</p> <ul style="list-style-type: none">• chápe riziko těhotenství u dětí a mladistvých• uvědomuje si význam antikoncepce v oblasti plánovaného rodičovství | Pohlavní choroby | | | |
|--|--|--|------------------|--|--|--|

Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření (tvorba IVP, 3. PO).