

VÝCHOVA KE ZDRAVÍ 7. ROČNÍK

VÝSTUPY ŠKOLNÍHO VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU	UČIVO	POZNÁMKY
<p>Žák</p> <ul style="list-style-type: none"> vysvětlí na příkladech přímé souvislosti mezi tělesným, duševním a sociálním zdravím vysvětlí vztah mezi uspokojováním základních lidských potřeb a hodnotou zdraví dovede posoudit různé způsoby chování lidí z hlediska odpovědnosti za vlastní zdraví i zdraví druhých; vyvozuje z nich osobní odpovědnost ve prospěch aktivní podpory zdraví usiluje v rámci svých možností a zkušeností o aktivní podporu zdraví vyjádří vlastní názor k problematice zdraví a diskutuje o něm v kruhu vrstevníků, rodiny i nejbližšího okolí rozpozná situace ohrožující jeho bezpečnost a používá účinné formy chování uplatňuje účelné modely chování v případě šikanování, týrání a zneužívání dítěte kriticky se vyjadřuje k projevům násilí 	<p>Hodnota a podpora zdraví</p> <p>Celostní pojetí člověka ve zdraví a nemoci – složky zdraví a jejich interakce</p> <p>Základní lidské potřeby a jejich hierarchie – Maslowova teorie</p> <p>Vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem</p> <p>Podpora zdraví a její formy – prevence a intervence, působení na změnu kvality prostředí a chování jedince, odpovědnost jedince za zdraví</p> <p>Podpora zdraví v komunitě – programy podpory zdraví</p> <p>Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence</p> <p>Šikana a jiné projevy násilí</p> <p>Krizové situace – šikanování, týrání</p> <p>Komunikace se službami odborné pomoci</p>	<p>EnV 1/7 – kulturní krajina</p> <p>EnV 2/2 – ovzduší</p> <p>EnV 4/4 – prostředí a zdraví</p> <p>EnV 3/7 – dlouhodobé programy zaměřené k růstu ekologického vědomí veřejnosti</p> <p>OSV 3/1 – cvičení sebeovládání – regulace vlastního jednání</p> <p>OSV 4/4 – dovednosti zvládání stresových situací</p> <p>OSV 6/2 – chování podporující dobré vztahy, respektování, podpora, pomoc</p> <p>VDO 2/1 – projevovat se v jednání i v řešení problémů samostatně a odpovědně</p>

VÝCHOVA KE ZDRAVÍ 7. ROČNÍK

VÝSTUPY ŠKOLNÍHO VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU	UČIVO	POZNÁMKY
<ul style="list-style-type: none"> • samostatně vyhledá v případě potřeby služby specializované pomoci • projevuje odpovědné chování a situacích ohrožení zdraví a osobního bezpečí • projevuje odpovědný vztah k sobě samému • má zažité cvičení sebereflexe a sebekontroly, sebeovládání a zvládání problémových situací • umí si stanovit osobní cíle a postupné kroky k jejich dosažení 	<p>Přivolání pomoci v případě osobního nebo cizího ohrožení, linky důvěry, krizová centra</p> <p>Bezpečné chování – přítomnost v konfliktních a krizových situacích</p> <p style="text-align: center;">Osobnostní a sociální rozvoj</p> <p>Sebepoznání a sebepojetí – vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem. Zdravé a vyrovnané sebepojetí</p> <p>Seberegulace a sebeorganizace činností a chování. Psychohygienu, sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu, hledání pomoci při problémech</p> <p>Stanování osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení</p>	<p>EnV 4/4 – vysoké oceňování zdraví a chápání vlivu prostředí na vlastní zdraví i na zdraví ostatních lidí</p> <p>OSV 2/1 – já jako zdroj informací o sobě</p> <p>OSV 3/1 – cvičení sebekontroly a sebeovládání</p> <p>OSV 3/2 – organizace vlastního času, plánování učení</p> <p>OSV 4/2 – sociální dovednosti pro předcházení stresům v mezilidských vztazích</p> <p>OSV 4/3 – dobrá organizace času</p> <p>OSV 4/5 – hledání pomoci při obtížích</p> <p>OSV 3/3 – stanovování osobních cílů a kroků k jejich dosažení</p>