

	A	B	C	D	E	F
1	Vzdělávací oblast:		Člověk a zdraví			
2	Vzdělávací obor:		Výchova ke zdraví			
3	Ročník:		6.			
4	Klíčové kompetence (Dílčí kompetence)	Výstupy	Učivo	Průřezová témata mezipředmětové vztahy	Evaluace žáka	Poznámky
Rodina, rozvoj osobnosti						
5	Kompetence k učení <ul style="list-style-type: none"> vyhledává a třídí informace a na základě jejich propojení je efektivně využívá při učení vybírá pro učení vhodné způsoby a metody Kompetence k řešení problému <ul style="list-style-type: none"> vnímá nejrůznější problémové situace ve škole i mimo ni, rozpozná a pochopí problém přemýšlí o nesrovnalostech a jejich příčinách, promýšlí a plánuje způsob řešení problémů a využívá k tomu vlastního úsudku a zkušeností 	<ul style="list-style-type: none"> zvládá pojmy - rodina, funkce rodiny, vzájemná tolerance a pomoc, uvědomuje si vliv rodinného prostředí na rozvoj a výchovu dítěte ctí všechny členy rodiny toleruje názory druhých poskytuje pomoc potřebným snaží se jednat spravedlivě, čestně nevyvyšuje se, neponižuje se, neponižuje druhé zvládá pojmy - verbální a neverbální komunikace, umí vyjádřit své názory a pocity různými způsoby komunikace. rozliší rozdíly mezi pojmy - kamarádství, přátelství, láska toleruje názory 	<p>Rodina</p> <p>Vliv rodiny na rozvoj osobnosti dítěte</p> <p>Rozvoj osobnosti - utváření vědomí vlastní identity - zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích</p> <p>Komunikace v rodině, mezi vrstevníky a ve společnosti dospělých</p> <p>Kamarádství, přátelství, láska</p>	Český jazyk Literatura, film	<ul style="list-style-type: none"> samostatná práce práce ve skupině písemné prověřování sebepoznání 	články o rodině z internetu a odborné literatury

	Kompetence komunikativní <ul style="list-style-type: none"> naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje účinně se zapojuje do diskuse, obhajuje svůj názor a vhodně argumentuje 	druhých <ul style="list-style-type: none"> respektuje individuální zvláštnosti druhých uvědomuje si základní životní potřeby a jejich naplňování ve shodě se zdravím projevuje zdravé sebevědomí a preferuje ve styku s vrstevníky pozitivní životní cíle, hodnoty a zájmy chápe význam dobrého soužití mezi vrstevníky i členy rodiny 				
Člověk ve zdraví a nemoci, duševní hygiena						
6	Kompetence sociální a personální <ul style="list-style-type: none"> účinně spolupracuje ve skupině, pozitivně ovlivňuje kvalitu společné práce přispívá k upevnění dobrých mezilidských vztahů 	<ul style="list-style-type: none"> zvládá pojmy - zdraví, nemoc, zdravý životní styl, prevence chrání zdraví své i svých blízkých vyhledává odbornou pomoc uvědomuje si základní životní potřeby a jejich naplňování ve shodě se zdravím respektuje zdravotní stav svůj i svých vrstevníků a v rámci svých možností usiluje o aktivní podporu zdraví 	Duševní a tělesné zdraví			Kuchařka dietní kuchařka časopisy recepty

Osobní bezpečí

7	Kompetence občanské <ul style="list-style-type: none"> • respektuje přesvědčení druhých lidí, váží si jejich vnitřních hodnot • je schopen se vcítit do situace ostatních lidí • odmítá útlak a hrubé zacházení • je si vědom svých práv a povinností ve škole i mimo školu • Předchází situacím ohrožujícím bezpečnost zařízení i dat, situacím s negativním dopadem na jeho tělesné a duševní zdraví i zdraví ostatních; při spolupráci, komunikaci a sdílení informací v digitálním prostředí jedná eticky. 	<ul style="list-style-type: none"> • rozpozná situace ohrožující jeho bezpečnost a umí se patřičně chovat • zvládá modely chování v případě šikanování a možnou obranu • dokáže vyhledat služby specializované pomoci • pomáhá slabším • dokáže se svěřit lidem, kterým důvěřuje • je-li obětí, požádá o pomoc 	Chování v krizových situacích Dětská krizová centra, linky důvěry			články o rodině z internetu a odborné literatury
----------	--	--	--	--	--	--

Péče o zdraví

8	Kompetence pracovní <ul style="list-style-type: none"> • dodržuje vymezená pravidla • plní povinnosti a závazky 	<ul style="list-style-type: none"> • uvědomuje si význam pohybových aktivit pro zdraví člověka 	Osobní hygiena – zásady osobní, intimní a duševní hygieny, vyváženost pracovních a odpočinkových aktivit,	Přírodopis Zdravý životní styl, hygiena zdraví		
----------	--	---	---	--	--	--

	<ul style="list-style-type: none"> využívá znalosti a zkušenosti získané v jednotlivých vzdělávacích oblastech v zájmu vlastního rozvoje 	<ul style="list-style-type: none"> doдрžuje osobní a intimní hygienu chodí pravidelně na lékařské prohlídky nepřeceňuje své síly snaží se dodržovat pravidelný denní režim doдрžuje zásady správného stolování 	pohybový režim Vedení záznamu o volném čase Podpora zdravého životního stylu Zdravá výživa a její vliv na zdraví Výživová hodnota potravy Sestavování a hodnocení jídelníčku Pitný režim	Informatika		
Prevence zneužívání návykových látek						
9		<ul style="list-style-type: none"> zvládá pojmy drogy, závislost, abstinenci příznaky, alkohol, kouření, rizika onemocnění dokáže zdůvodnit škodlivost kouření a alkoholu na lidský organismus má svůj vlastní názor odsuzuje brání návykových látek ohlásí ty, kteří zneužívají návykové látky 	Prevence zneužívání návykových látek Alkoholismus Kouření Modelové situace zaměřené na nácvik způsobu odmítání Centra odborné pomoci	Přírodopis Biologie člověka, poškozování orgánů		videokazeta o kouření telefonní čísla center odborné pomoci

Sexuální výchova

1 0		<ul style="list-style-type: none">• respektuje změny v období dospívání, vhodně na ně reaguje• kultivovaně se chová k opačnému pohlaví• respektuje význam sexuality v souvislosti se zdravím, etikou, morálkou a pozitivními životními cíli• chápe význam zdrženlivosti v dospívání a odpovědného sexuálního chování	Proměny člověka v období dospívání Vztahy mezi chlapci a děvčaty, tělesné změny	Přírodopis Biologie člověka		videokazeta „Co je třeba vědět o sexu I.“
----------------	--	---	--	---------------------------------------	--	---

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