

ROČNÍK 6	ŠVP		Rodinná výchova - Sportovní třída od šk. roku 2022/23
OČEKÁVANÉ VÝSTUPY	ŠKOLNÍ VÝSTUPY	UČIVO	MEZIPŘEDMĚTOVÉ VZTAHY
<b>Žák</b> vysvětlí role členů komunity (rodiny, třídy, spolku) a uvede příklady pozitivního a negativního vlivu na kvalitu sociálního klimatu (vrstevnická komunita, rodinné prostředí) z hlediska prospěšnosti zdraví	<b>Žák</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>– vysvětlí role členů rodiny: muže, ženy, děti</li> <li>– vysvětlí jejich práva a povinnosti</li> <li>– vysvětlí, jaký vztah mají k sobě rodiče a děti</li> </ul>	<u><b>Život v rodině a mimo ni</b></u> <ul style="list-style-type: none"> <li>– pojmy: rodina, funkce rodiny, role muže a ženy v rodině,</li> <li>– vzájemná tolerance a pomoc v rodině</li> <li>– komunikace v rodině</li> </ul>	<b>OSV</b> – sociální rozvoj-komunikace a mezilidské vztahy- komunikace v různých situacích, chování podporující dobré vztahy
<ul style="list-style-type: none"> <li>- usiluje v rámci svých možností a zkušeností o aktivní podporu zdraví</li> <li>- vyjádří vlastní názor k problematice zdraví a diskutuje o něm v kruhu svých</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– vyjádří svůj názor na zdraví, na zdravý životní styl</li> <li>– snaží se komunikovat s ostatními a zaujmout svůj postoj k problematice zdraví a nemoci</li> <li>– uvažuje o správném názoru na uchování optimálního zdraví</li> </ul>	<u><b>Rozvoj osobnosti</b></u> <ul style="list-style-type: none"> <li>– vysvětlení pojmu zdraví, zdravý životní styl, prevence a výchova ke zdraví</li> <li>– zdraví vs. nemoc</li> </ul>	<b>EV</b> -vztah člověka k prostředí – prostředí a zdraví

vrstevníků, rodiny i v nejbližším okolí			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- uplatňuje adekvátní způsoby chování a ochrany v modelových situacích ohrožení, nebezpečí i mimořádných událostí</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- snaží se popsat a pojmenovat krizovou situaci v životě</li> <li>- projevuje odpovědné chování v situacích ohrožení zdraví, osobního bezpečí, při mimořádných událostech</li> <li>- poskytne přiměřenou pomoc</li> </ul>	<p><b><u>Osobní bezpečí</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pomoc a podpora při řešení vzniklých problémů, odhalení možných příčin např. při šikanování</li> <li>- diskuse, následky</li> <li>- reálná nebezpečí v životě člověka</li> </ul>	<p><b>OSV-</b> morální rozvoj- hodnoty, postoje, praktická etika – pomáhající a prosociální chování</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- projevuje odpovědný vztah k sobě samému, k vlastnímu dospívání a pravidlům zdravého životního stylu, dobrovolně se podílí na programech podpory zdraví v rámci školy, obce</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- snaží se naplánovat správný režim dne respektující zdravý životní styl</li> <li>- přemýšlí nad nezastupitelností pohybových aktivit v péči o zdraví člověka</li> </ul>	<p><b><u>Péče o zdraví, režim dne</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zdraví pohyb</li> <li>- zamyšlení nad pozitivem a negativem trávení volného času u televize, počítače, videa atd.</li> </ul>	<p><b>OSV-</b> morální rozvoj- hodnoty, postoje, praktická etika – analýza vlastních i cizích postojů a hodnot a jejich projevů v chování lidí</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- dává do souvislosti složení stravy a způsob stravování s rozvojem civilizačních nemocí a v rámci svých možností uplatňuje zdravé stravovací návyky</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- snaží se vybrat správné potraviny prospěšné lidskému organismu</li> <li>- učí se vyhledávat, třídit a využívat získané informace z odborné literatury pro svůj zdravý životní styl</li> </ul>	<p><b><u>Zdravá výživa</u></b></p> <p>Význam zdravé výživy, vhodný výběr potravin, sestavení zdravého jídelníčku</p>	

- projevuje odpovědné chování v rizikových situacích silniční a železniční dopravy; aktivně předchází situacím ohrožení zdraví a osobního bezpečí; v případě potřeby poskytne adekvátní první pomoc	-projevuje odpovědné chování v situacích ohrožení zdraví, v případě potřeby poskytne adekvátní první pomoc - formuluje základní prvky silničního provozu	-osobní bezpečí v různých situacích a místech -důležitá telefonní čísla -základy silničního provozu	
- vyhodnotí na základě svých znalostí a zkušeností možný manipulativní vliv vrstevníků, médií, sekt; uplatňuje osvojené dovednosti komunikační obrany proti manipulaci a agresii	- kriticky posoudí některé reklamy kriticky se vyjadřuje k projevům násilí, neagresivním způsobem obhájí svá práva	manipulace s lidmi, obrana před nimi, asertivní chování, řešení konfliktu, šikana	MV-interpretace vztahu mediálních sdělení a reality-rozdíl mezi reklamou a zprávou, faktickým a fiktivním  OSV-osobnostní rozvoj-kooperace a kompetice-seberegulace, řešení konfliktů
-respektuje význam sexuality v souvislosti se zdravím, etikou, morálkou a pozitivními životními cíli; chápe význam zdrženlivosti v dospívání a odpovědného sexuálního chování	-orientuje se v bezpečných způsobech sexuálního chování -dává do souvislosti nezodpovědné sexuální chování s přenosnými pohlavními chorobami a neplánovaným rodičovstvím -rozlišuje vhodné a nevhodné chování dospělých k dětem	-bezpečné sexuální chování, pohlavní nemoci, rizika, antikoncepce -sexuální zneužívání dětí	VDO-občan, občanská společnost a stát-přijímání odpovědnosti za své postoje a činy
- respektuje změny v období dospívání, vhodně na ně reaguje; kultivovaně se chová k opačnému pohlaví	Reaguje na fyziologické změny v období dospívání a kultivovaně se chová k opačnému pohlaví. Popíše, jak pěstovat zdravou sebedůvěru, jak rozvíjet své osobní přednosti	Dospívání, fyziologické a psychické změny, osobní rozvoj, změny v chování.	OSV-osobnostní rozvoj-sebepoznání a sebepojetí-co o sobě vím a co ne

<ul style="list-style-type: none"> <li>- samostatně využívá osvojené kompenzační a relaxační techniky a sociální dovednosti k regeneraci organismu, překonávání únavy a předcházením stresovým situacím</li> </ul>	<p>hledá a využívá kompenzační a relaxační techniky a sociální dovednosti k regeneraci organismu, překonávání únavy a předcházením stresovým situacím</p> <p>-dává do souvislosti aktivní využití volného času a zdraví</p>	<p>Odpočinek, volný čas, regenerace</p>	<p>OSV-osobnostní rozvoj- psychohygiena-zvládání stresových situací,dobrá organizace volného času</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- uplatňuje osvojené preventivní způsoby rozhodování, chování a jednání v souvislosti s běžnými přenosnými, civilizačními a jinými chorobami svěří se se zdravotním problémem a v případě potřeby vyhledá odbornou pomoc</li> </ul>	<p>-zamýšlí se nad příčinami vzniku nemoci, -navrhne a vysvětlí preventivní opatření</p> <p>-vysvětlí důležitost dodržování léčebného režimu a dodržování rad lékaře</p>	<p>základní zdroje chorob, příčiny, pandemie</p> <p>-režim dne nemocného</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- posoudí různé způsoby chování lidí z hlediska odpovědnosti za vlastní zdraví i zdraví druhých a vyvozuje z nich osobní odpovědnost ve prospěch aktivní podpory zdraví</li> </ul>	<p>- posoudí různé způsoby chování lidí z hlediska odpovědnosti za vlastní zdraví i zdraví druhých</p> <p>-uplatňuje základní dovednosti a návyky související s podporou zdraví</p>	<p>hazardování se zdravím: zlozvyky, vliv životního prostředí, odpovědnost člověka za vlastní zdraví, optimismus</p>	<p>OSV-seberegulace a sebeorganizace –regulace vlastního jednání</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- respektuje přijatá pravidla soužití mezi spolužáky i jinými vrstevníky a přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů v komunitě</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- respektuje a vysvětlí pravidla školního řádu</li> <li>-navrhne zásady slušného chování v kolektivu a tyto zásady dodržuje</li> <li>-naslouchá druhým a nepřerušuje je</li> </ul>	<p>komunikace v různých společenstvích, úcta, naslouchání</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- uvádí do souvislostí zdravotní a psychosociální rizika spojená se zneužíváním návykových látek a životní perspektivu mladého člověka; uplatňuje osvojené sociální dovednosti a modely chování při kontaktu se sociálně patologickými jevy ve škole i mimo ni; v případě potřeby vyhledá odbornou pomoc sobě nebo druhým</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vysvětlí pojem životní cíl a životní hodnoty v životě člověka</li> <li>- uvědomí si negativní působení návykových látek</li> <li>- vysvětlí vznik nemocí spojených se soustavným používáním návykových látek</li> <li>- učí se vyhledávat a třídit informace o návykových látkách z informačních zdrojů, učí se v nich orientovat a vybírat to, co je správné pro jeho zdravý životní styl</li> </ul>	<p><b><u>Zneužívání návykových látek</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vysvětlení pojmů: hodnota, hodnotový systém – hodnotový žebříček, životní cíle</li> <li>- vysvětlení pojmů droga, závislost, alkoholismus apod.</li> <li>- zdůvodnit škodlivost návykových látek</li> </ul>	<p><b>OSV</b> – sociální rozvoj – poznávání lidí – poznávání lidí a chyby při poznávání</p>