

Roční plán práce 2020/2021

Třída: IX. B

Vyučující: Michal Vrobel

Předmět: Výchova ke zdraví

Počet hodin týdně: 1

Učivo	Očekávané výstupy	Poznámka
<p>Změny v životě člověka a jejich reflexe - dětství, puberta, dospívání, rodina, sexuální dospívání, sexualita a reprodukční zdraví – láska, výběr partnera, manželství, pohlavní styk, předčasný pohlavní styk ...</p> <p>Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence – skryté formy a stupně individuálního násilí a zneužívání, sexuální kriminalita <i>Světový den boje proti AIDS</i></p> <p>Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence – civilizační choroby <i>Světový den výživy</i></p>	<p>Zná fyziologické změny v období dospívání Zná pravidla slušného chování k opačnému pohlaví Dovede vysvětlit pojem sexualita, identita; uvědomí si rizika předčasného pohlavního vztahu Zná formy násilí a zneužívání Dovede rozpoznat sexuální odchylky Analyzuje odlišnosti mezi nebezpečnou situací a agresí mezi šikanou a škádlením a špatným chováním Vyjmenuje civilizační choroby, zná jejich zdravotní rizika, příčiny, ...</p>	<p>Řešení problémů a rozhodovací dovednosti; Hodnoty, postoje, praktická etika</p>
<p>Osobnostní a sociální rozvoj: Sebepoznání, zdravé a vyrovnané sebepojetí Vztah k sobě, k druhým Seberegulace a organizace činností, chování – sebekontrola, sebeovládání, osobní cíle Psychohygiena</p>	<p>Umí se kontrolovat, ovládat Umí si stanovit osobní cíle a postupné kroky k jejich dosažení Zná zásady Psychohygieny</p>	
<p>Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence – stres a jeho vztah ke zdraví Zdravý způsob života a péče o zdraví – ochrana před přenosnými i nepřenosiými chorobami, chronickým onemocněním a úrazy</p>	<p>Ví, co způsobuje stres a jak ho zvládat Ví, kde vyhledat odbornou pomoc</p>	
<p>Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence – bezpečné chování Reklama, manipulativní a klamavá reklama</p>	<p>Objasní pojem reklama a manipulace, média, ... Zná způsoby komunikační obrany proti manipulaci</p>	

