

## Charakteristika vyučovacího předmětu VÝCHOVA KE ZDRAVÍ

### Obsahové, časové a organizační vymezení

Vyučovací předmět výchova ke zdraví se vyučuje jako samostatný předmět v 6. a 9. ročníku v dotaci 1 vyučovací hodiny týdně. Výuka probíhá v učebnách, je možné využít také učebnu informatiky nebo učebny vybavené televizním přijímačem s videopřehrávačem.

Vzdělávací předmět výchova ke zdraví svým vzdělávacím obsahem navazuje na obsah vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět. Žáci si upevňují hygienické, stravovací, pracovní i jiné zdravotně preventivní návyky, rozvíjejí dovednosti odmítat škodlivé látky, předcházet úrazům a čelit vlastnímu ohrožení v každodenních i mimořádných situacích.

Učivo je více zaměřeno na osvojení komunikačních technik, vhodné argumentace, chování a rozhodování ve prospěch zdraví, proto je výuka realizována specifickými didaktickými formami s využitím práce ve skupinách, didaktických situačních her, diskusí, besed s odborníky, videoprogramů atd.

Pořadí témat si volí učitel podle vlastního uvážení, vzhledem k řadě společných prvků lze některá témata vzájemně spojovat a prolínat.

V závěru každého bloku v rámci shrnutí učiva lze zařadit společnou nebo individuální práci na projektu.

Praktickému nácviku a rozvoji dovedností v oblasti ochrany zdraví je věnována pozornost při **branném dni**, který škola organizuje vždy jedenkrát ve školním roce.

### Vzdělávací oblast předmětu

Vzdělávání ve vyučovacím předmětu je zaměřeno na

- preventivní ochranu zdraví
- nácvik základních hygienických, stravovacích, pracovních i jiných zdravotně preventivních návyků
- rozvoj dovednosti odmítat škodlivé látky
- rozvíjení schopnosti adekvátně reagovat v konfliktních a krizových situacích
- přijímání odpovědnosti za bezpečí své i druhých lidí
- předcházení úrazům
- získávání orientace v základních otázkách sexuality a uplatňování odpovědného sexuálního chování
- nácvik poskytování první pomoci

Vyučovací předmět **výchova ke zdraví** je úzce spjat s dalšími vyučovacími předměty

- občanská výchova – člověk jako osobnost, komunikace a vztahy ve společnosti, trestní právo, globální svět
- chemie – chemie slouží i ohrožuje
- přírodopis – biologie člověka; léčivé a jedovaté rostliny, životní prostředí
- český jazyk – komunikace, kultivovaný projev
- dějepis – návykové látky v historii lidské společnosti
- výtvarná výchova – výtvarné zpracování projektů
- tělesná výchova – poznání vlastních pohybových možností, úroveň své zdatnosti a následná úprava svých pohybových aktivit pro optimální rozvoj zdatnosti
- matematika – výpočet BMI, procenta atd.
- zeměpis – soudobý svět

**Předmětem prolínají průřezová témata:**

#### **OSV**

- komunikace v různých situacích
- zvládnání rozhodovacích situací
- efektivní strategie a obrana proti agresi a manipulaci
- péče o dobré vztahy; psychohygienu
- kooperace při skupinové práci

#### **VDO**

- zásady slušnosti
- tolerance
- odpovědné chování
- angažovaný přístup druhým
- tolerance k postiženým spoluobčanům

#### **EGS**

- globální problémy související se zdravím

#### **MKV**

- schopnost zapojovat se do diskuze,
- respektování odlišného názoru

## **EV**

- vysoké oceňování zdraví a chápání vlivu prostředí na vlastní zdraví i zdraví ostatních lidí
- zdravá výživa

## **MV**

- rozdíl mezi reklamou a zprávou
- reklamní triky

Předmětem též prolíná vzdělávací oblast Člověk a svět práce – tématický okruh **výchova k volbě povolání (VVP)**:

- sebepoznání
- rozhodování
- akční plánování