

Vzdělávací oblast:	ČLOVĚK A ZDRAVÍ	ZŠ Příbryslav
--------------------	------------------------	---------------

Předmět:	Výchova ke zdraví	podoblast: -----	6. - 7. ročník	MOV
----------	-------------------	------------------	----------------	-----

kód výstupu:	VZ-9-1-01p	výstup RVP:	Žák chápe význam dobrého soužití vrstevníky i členy rodiny.		
ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák se aktivně podílí na tvorbě společných třídních pravidel a dbá na jejich dodržování.	pravidla třídy	OSV, VDO	D	2
6.	Žák posoudí a uvědomuje si své silné a slabé stránky a zvaží svou roli ve skupině vrstevníků, v rodině.	skupinová práce (role, pravidla, zásady)	OSV	D	2
7.	Žák porovnává odlišnosti ve skupině spolužáků a respektuje jejich specifika.	mezilidské vztahy a fungování v rámci třídy	OSV, VDO	D	2

kód výstupu:	VZ-9-1-03p	výstup RVP:	Žák si uvědomuje základní životní potřeby a jejich naplňování ve shodě se zdravím.		
ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák rozliší co je a není v souladu se zdravým životním stylem, vybere si z možností činnosti které zdravotní životní styl podporují.	zdravý životní styl - aktivity	OSV	Z	1
7.	Žák si uvědomuje základní životní potřeby (fyziologické, duševní), porovnává vlastní zkušenost a buduje si na nich představu - plány o vlastním životě.	potřeby a jejich řebříček	OSV	D	2

kód výstupu:	VZ-9-1-04p, VZ-9-1-09p	výstup RVP:	Žák respektuje zdravotní stav svůj i svých vrstevníků a v rámci svých možností usiluje o aktivní podporu zdraví.		
ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
7.	Žák rozpozná typické znaky sebepoškozování, rizika spojená s vlastní osobou, ví kde vyhledat pomoc a jak spolupracovat.	sebeпоškozování, systém pomoci	OSV	D	2

kód výstupu:	VZ-9-1-05p	výstup RVP:	Žák projevuje zdravé sebevědomí a preferuje ve styku s vrstevníky pozitivní životní cíle, hodnoty a zájmy.		
ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák zaznamená svůj vlastní denní režim, porovná ho s ostatními spolužáky a diskutuje o něm.	tělesná a duševní hygiena, zdravý denní režim (spánek, práce, volný čas)	OSV	D,P	4
	Žák představí ostatním svou oblíbenou volnočasovou aktivitu a hlavní důvody její prospěšnosti.	volnočasové aktivity (sport, relaxace, meditace, kroužky, ad.)	OSV	Z,D,P	2

kód výstupu:	VZ-9-1-07p	výstup RVP:	Žák dodržuje správné stravovací návyky a v rámci svých možností uplatňuje zásady správné výživy a zdravého stravování.			
ročník	školní výstupy		učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák porovnává a odliší zdravé a nezdravé potraviny a jejich vliv na fyzickou i psychickou podobu člověka.		zdravá strava (zásady, pitný režim, ad.)	OSV	D	2
7.	Žák rozliší zdravé potraviny a nápoje od nezdravých či škodlivých.		zdravé a nezdravé potraviny a nápoje, zdraví škodlivé potraviny a nápoje (energydrinky, cukrovinky, tučné pokrmy, fastfood, alkohol, ad.)	OSV	D	3
	Žák sleduje složení potravin (např. kalorie, cukr, barviva, konzervanty, tuky, alkohol, atd.) posuzuje, zda se daná potravinová dá považovat za zdravou.		nákup a složení potravin na etiketách, nezdravý a zdraví škodlivý obsah	OSV	Z	1
kód výstupu:	VZ-9-1-08p	výstup RVP:	Žák se svěří se zdravotním problémem			
ročník	školní výstupy		učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák popíše své zdravotní problémy a sdělí je blízké osobě.		zdravotní problémy - nemoc, úraz, nevhodné návyky a zlovyky, zneužívání návykových látek, rizikové chování	OSV	D,P	2
kód výstupu:	VZ-9-1-13p	výstup RVP:	Žák dává do souvislostí zdravotní a psychosociální rizika spojená se zneužíváním návykových látek a provozováním hazardních her. Žák uplatňuje osvojené sociální dovednosti při kontaktu se sociálně patologickými jevy.			
ročník	školní výstupy		učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák rozpozná příklady zneužívání návykových látek a hazardních her, dává si do souvislostí rizika jejich škodlivosti a důsledky.		závislosti (alkohol, kouření, drogy, gamblerství), modelové situace v souvislostech s sociálně patologickými jevy	OSV	D	2
7.	Žák uplatňuje sociální dovednosti při kontaktu se sociálně patologickými jevy.		asertivní, zdravé chování v kontaktu se sociálně patologickými jevy	OSV, MV	P	3
	Žák sleduje a porovnává množství času, které tráví sledováním médií.		závislosti (technologie, TV, mobily, počítač)	OSV, MV	D	2
kód výstupu:	VZ-9-1-14p	výstup RVP:	Žák zaujímá odmítavé postoje ke všem formám brutality a násilí.			
ročník	školní výstupy		učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák rozpozná násilné chování, brutalitu, ovládá nejjednodušší asertivní formy komunikace pro odmítnutí a obranu proti násilí.		efektivní strategie: asertivní komunikace, dovednosti komunikační obrany proti agresi	MV	D,P	4
7.	Žák se učí rozeznávat způsoby, jakými fungují dezinformace a pracovat s vhodnými zdroji informací.		manipulace, otevřená a pozitivní komunikace; pravda, lež a předstírání v komunikaci - na různých úrovních	MV	D,P	3

kód výstupu:	VZ-9-1-15p	výstup RVP:	Žák uplatňuje způsoby bezpečného chování v sociálním kontaktu s vrstevníky, při komunikaci s neznámými lidmi, v konfliktních a krizových situacích a v případě potřeby vyhledá odbornou pomoc; ví o centrech odborné pomoci, vyhledá a použije jejich telefonní čísla.		
ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
7.	Žák ví o centrech odborné pomoci, vyhledá kontakty na linky pomoci- ví kdy se na linky pomoci obrátit.	linky pomoci v krizových nebo ohrožujících životních situacích	OSV	Z,D	2
kód výstupu:	VZ-9-1-16p	výstup RVP:	Žák se chová zodpovědně při mimořádných událostech a prakticky využívá základní znalosti první pomoci při likvidaci následků hromadného zasažení obyvatel.		
ročník	školní výstupy	učivo	průř. tém. (zkratky)	kompetence	Bloomova t.
6.	Žák rozlišuje, co je mimořádná událost a orientuje se základních bezpečnostních pravidlech, nacvičuje jejich dodržování.	mimořádná událost (povodeň, požár, dopravní nehoda, ad.)	EVV	D	2
	Žák zná telefonní čísla na různé typy IZS a ví, při jakých událostech je kontaktovat.	Integrovaný záchraný systém (policie, hasiči, ZZS)	OSV	D	3