

VÝCHOVA KE ZDRAVÍ

Charakteristika vyučovacího předmětu

Obsahové, časové a organizační vymezení

Vyučovací předmět Výchova ke zdraví se vyučuje jako samostatný předmět ve třech ročnících na druhém stupni ZŠ 1 hodinu týdně.

Vzdělávání je zaměřeno na:

- chápání zdraví jako důležité životní hodnoty v kontextu dalších životních hodnot a významu jeho podpory a ochrany v propojení všech jeho složek
- vedení žáků k aktivnímu rozvoji a ochraně zdraví
 - vytváření podnětů pro pozitivní ovlivňování zdraví a jejich využívání a aplikace v životě (informace, praktické dovednosti, modelové situace aj.)
 - osvojování zásad zdravého životního stylu a jejich uplatňování ve svém životě, osvojování účelového chování při ohrožení v každodenních rizikových situacích i při mimořádných událostech
- vedení žáků k odpovědnosti za zdraví své i ostatních lidí, k bezpečnému chování, k péči o kvalitu životního prostředí, atd.
- rozšiřování a prohlubování poznatků o sobě i vztazích mezi lidmi, výchovu, podporující kvalitu mezilidských vztahů
- základní informace v problematice sexuality a význam sexuální zdrženlivosti v dospívání
- získávání teoretických poznatků i praktických dovedností v rizikových situacích a při poskytování první pomoci

Souvislost Výchovy ke zdraví s dalšími vyučovacími předměty:

výchova k občanství – osobnost člověka, formy soužití lidí, sociální klima

český jazyk – literární náměty a slohová cvičení k vybraným tématům (např. odpovědné chování, drogová prevence, empatie, ...)

výtvarná výchova – výtvarné ztvárnění určité problematiky (např. plakát drogové prevence, ...)

přírodopis – lidské zdraví a jeho ochrana, zdravotní rizika (choroby, úrazy, ...), dospívání a sexualita, ochrana životního prostředí, zásady první pomoci

tělesná výchova – bezpečné chování při tělesných aktivitách (dodržování pravidel, disciplína, vhodné pohybové aktivity a upevňování zdraví, ...), poskytování první pomoci

Výchovné a vzdělávací strategie pro rozvoj klíčových kompetencí žáků

Kompetence k učení:

- efektivita učení (chápání zdraví jako důležité životní hodnoty a jako vyváženého stavu tělesné, duševní a sociální pohody)
- vyhledávání a třídění informací k tématům ochrany zdraví
- sebehodnocení
- vzájemné využívání zkušeností a dovedností, např. u první pomoci
- komplexní pohled na vzájemné ovlivňování přírodních a společenských jevů

Kompetence k řešení problémů:

- odpovědný přístup k řešení různých problémových situací (vyhledávání informací, rozhodování a argumentace)
- řešení každodenních rizikových situací i mimořádných událostí s cílem ochrany zdraví a života (nácvik dovedností – modelové situace)
- odpovědné sexuální chování (zdravé a etické partnerské vztahy)

Kompetence komunikativní:

- odpovídající výstižný a souvislý projev žáka na dané téma
- prezentace odborných textů, obrazového materiálu, ...
- zapojování žáků do diskuse (vyjadřování vlastního názoru a respektování názorů druhých)
- nácvik kultivovaného chování pro vytváření dobrého sociálního klimatu (modelové situace)
- aktivní zapojování žáků do činností, podporujících zdraví a do propagace zdravotně prospěšných činností ve škole, v obci aj. (besedy, soutěže, atp.)

Kompetence občanské:

- respektování různých názorů, konstruktivní diskuse
- zodpovědné rozhodování, sebehodnocení
- formování kladných volných a charakterových rysů (modelové situace)
- nutnost dodržování společenských norem soužití
- chápání souvislostí mezi ochranou prostředí a ochranou lidského zdraví

Kompetence sociální a personální:

- tvůrčí spolupráce ve skupině (spoluzodpovědnost, vzájemná ohleduplnost, ...), týmová spolupráce
- poznávání člověka jako jedince závislého v jednotlivých etapách života na způsobu vlastního jednání a rozhodování, na úrovni mezilidských vztahů i na kvalitě prostředí
- dodržování norem společenského soužití (slušné a bezpečné chování)
- prevence negativních společenských jevů a nevhodných způsobů chování
- poskytování adekvátní pomoci podle potřeby, vyhledávání odborné pomoci

Kompetence pracovní:

- chápání významu dobrého zdravotního stavu jako předpokladu výběru profese
- efektivní organizování vlastní práce
- praktické uplatňování zdravého způsobu života v různých situacích
- ovládání základů první pomoci
- dodržování pravidel bezpečnosti
- modely řešení problémových situací (využívání odborné literatury, obrazového materiálu, audiovizuální techniky, ...)

Kompetence digitální

- získávání, kritické posuzování a sdílení dat v kyberprostoru
- etické využívání sociálních sítí, důraz na bezpečnost při využívání sociálních sítí
- předcházení negativním dopadům na tělesné i duševní zdraví žáka i ostatních
- využívání digitálních technologií pro využití v praktickém životě

Předmětem prolínají průřezová témata:

OSV

- prohlubování a rozšiřování poznatků o sobě a mezilidských vztazích
- samostatné odpovědné rozhodování a způsoby ochrany zdraví nebo poskytování první pomoci
- spolupráce při řešení problémů
- nácvik sociálních dovedností (modelové situace, hry, kreativita, ...)

DO

- podíl jednotlivce na rozhodování skupiny
- normy soužití, zájem o druhé lidi (slušnost, tolerance, empatie, altruismus, ...)

MEG

- osvojování evropských (mezinárodních) hodnot (normy chování)
- svoboda rozhodování a zodpovědnost (jedinců, národů, ...)
- aktivita, tvořivost, kritičnost, tolerance, ...
- perspektivy života (např. ekologické problémy, nebezpečí šíření návykových látek, ...)
- mezinárodní spolupráce a angažovanost v ochraně přírody

MU

- kvalita mezilidských a mezinárodních vztahů "
- prevence společensko-patologických jevů (rasismus, diskriminace, xenofobie, ...)
- objevování příčin a následků společenských jevů
- diskuse jako prostředek vzájemného obohacování se
- zařazování nových pojmů a faktů do souvislostí (např. mezipředmětové vztahy)

E

- důležitost zdraví a jeho ochrany ve všech jeho složkách
- význam zdraví
- vliv stavu životního prostředí na lidské zdraví a populaci
- spoluzodpovědnost jedince za jednání společnosti ve vztahu k přírodě
- nutnost ochrany životního prostředí

ME

- vliv médií na společnost (zdroj informací, citlivý a kritický přístup, nebezpečí manipulace)
- vhodné využití reklamy