

# VÝCHOVA KE ZDRAVÍ

## Charakteristika vyučovacího předmětu – 2. stupeň

### A/Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu

Vyučovací předmět výchova ke zdraví je zařazen do vzdělávací oblasti Člověk a zdraví. Zahrnuje okruh problémů spojených se zdravím, které chápeme jako vyvážený stav tělesné, psychické, duchovní a sociální pohody. Kvalitu zdraví ovlivňuje osobní chování a jednání každého z nás, zdraví komunity, v níž člověk žije a pracuje, i globální zdraví světa.

Zdravý způsob života je nejvýznamnějším faktorem, který může pozitivně ovlivňovat tělesnou, duševní a sociální pohodu člověka. Primární úlohu ve výchově k přijetí zdravého životního stylu a k prevenci rizikových faktorů ohrožujících zdraví dítěte má rodina.

Škola má ve spolupráci s rodinou možnost systematicky a v delším časovém úseku ovlivňovat postoje dítěte ke zdraví a přispívat tím k minimalizaci negativních jevů.

Výchova ke zdraví vede k aktivnímu rozvoji a ochraně zdraví v propojení všech jeho složek (sociální, psychické a fyzické) a učí je být za ně zodpovědný. Žáci si osvojují zásady zdravého životního stylu a jsou vedeni k jejich uplatňování ve svém životě i k osvojování účelného chování při ohrožení v každodenních rizikových situacích i při mimořádných událostech. Vzhledem k individuálnímu i sociálnímu rozměru zdraví, vzdělávací obor Výchova ke zdraví obsahuje výchovu k mezilidským vztahům a je velmi úzce propojen s průřezovým tématem Osobnostní a sociální výchova.

Žáci poznávají především sebe, poznávají, jak se člověk vyvíjí a mění od narození do dospělosti, co je pro člověka vhodné a nevhodné z hlediska denního režimu, hygieny, výživy, mezilidských vztahů atd. Získávají základní poučení o zdraví a nemocech, o zdravotní prevenci i první pomoci a bezpečném chování v různých životních situacích, včetně mimořádných událostí, které ohrožují zdraví jedinců i celých skupin obyvatel. Žáci si postupně uvědomují, jakou zodpovědnost má každý člověk za své zdraví a bezpečnost i za zdraví jiných lidí.

Žáci docházejí k poznání, že zdraví je nejcennější hodnota v životě člověka. Potřebné dovednosti a vědomosti získávají tím, že pozorují názorné pomůcky, sledují konkrétní situace, hrají určené role, řeší modelové situace, účastní se exkurzí, besed, sledují videokazety.

Vyučovací předmět výchova ke zdraví je zařazen do 8. a 9. ročníku po jedné hodině týdně. Výuka probíhá ve třídě, pracovně Př. pracovně informatiky, příp. dopravním hřišti.

Předmět výchova ke zdraví je úzce spjat s ostatními oblastmi – TV, Člověk a příroda (předměty – přírodopis, chemie), Člověk a společnost (výchova k občanství) Člověk a jeho svět, Člověk a svět práce...

### B/ Výchovné a vzdělávací strategie

#### Kompetence k učení

##### Učitel:

- vede žáky k efektivnímu učení
- vede žáky k vyhledávání a třídění informací, využívání jich v procese učení
- vytváří komplexní pohled na přírodní a společenské jevy
- vede žáky k plánování, organizaci učení

#### Kompetence k řešení problémů

##### Učitel

- předkládá problémové situace související s učivem-mimořádné a krizové události
- dává žákům možnosti volit různé způsoby řešení
- dává možnost obhajovat svá rozhodnutí

- vede žáky k promyšlení pracovních postupů
- klade důraz na aplikaci poznatků v praxi

#### Kompetence komunikativní

##### Učitel

- vede žáky ke komunikaci na odpovídající úrovni
- podněcuje žáky k argumentaci, diskuzi
- vede žáky k odpovědnému a bezpečnému sexuálnímu chování s ohledem na zdraví
- vytváří příležitost k interpretaci či prezentaci textů, materiálů...

#### Kompetence sociální a personální

##### Učitel

- učí žáky pracovat ve skupině
- podílí se na vytváření příjemné atmosféry v týmu
- vede žáky k tomu, aby brali ohled na druhé
- vyžaduje dodržování pravidel slušného chování

#### Kompetence občanské

##### Učitel

- učí žáky respektovat názory ostatních
- vede žáky k zodpovědnému chování (přivolat pomoc, PP)
- umožňuje, aby žáci hodnotili kriticky svou činnost, její výsledky

#### Kompetence pracovní

##### Učitel

- vede žáky k lepšímu grafickému projevu
- vede žáky k lepší organizaci vlastní práce
- vede žáky k lepšímu využívání ICT pro hledání informací
- učí žáky základním postupům PP
- umožňuje využívání odborné literatury, encyklopedií
- vede žáky k dodržování obecných pravidel bezpečnosti

#### C/ Integrace průřezových témat

OSV – Havárie, únik nebezpečných látek. Preventivní a lékařská péče. Neinfekční onemocnění.

Rizikové chování, Sociální dovednosti. Sexualita.

VDO – Mimořádné události. PP. Návykové látky. Pohybový režim. Sexualita

EGS – Mimořádné události. Sexuální orientace, pohlavní nemoci

EV – Zdraví vlastní i ostatních lidí. Vliv prostředí na zdraví.

MDV – Havárie.