**Dodatek k ŠVP ZV „Učíme se společně číst, jednat a poznávat“ č. 1**

**Název školního vzdělávacího programu:** Školní vzdělávací program pro základní vzdělávání - „Učíme se společně číst jednat a poznávat“

|  |  |
| --- | --- |
| **Škola:** Základní škola a mateřská škola Šaratice, příspěvková organizace | |
| **Ředitelka školy:** Mgr. Lenka Popeláková | |
| **Koordinátor ŠVP ZV:** Mgr. Marcela Orságová | |
| **Platnost dokumentu:** od 1. 9. 2024 do 31.8. 2027 | |
| Dodatek k ŠVP ZV č. 1 byl zapsán pod čj. | |
| V Šaraticích 30. 8. 2024 |  |
|  | Mgr. Lenka Popeláková,  ředitelka školy |

Tímto dodatkem se upravuje školní vzdělávací program Základní školy a mateřské školy od 1. 9. 2024 takto:

1. V kapitole 2 Charakteristika školy a ŠVP se odstavec 2.4 nahrazuje odstavcem v následujícím znění:

### 2.4. Podmínky školy

Uspořádání školy je úplná škola. Škola má k dispozici školní družinu. Žáci mají k dispozici zařízení školního stravování. Stravovací zařízení se nachází v budově školy. Vyučování probíhá v českém jazyce. Počet školních budov je 2 provázaných, ve venkovním areálu se nachází oplocená zahrada. Objekt školy tvoří dvě budovy s učebnami, školní družinou a školní jídelnou. Součástí školy je mateřská škola na odloučeném pracovištích v Šaraticích, ulice Slunná. Bezbariérový přístup je zajištěn po celém areálu. Pro trávení volného času je k dispozici zahrada, hřiště, knihovna. Žákům jsou k dispozici šatny.

Škola disponuje následujícími odbornými učebnami: biologie, cizí jazyky, chemie, ICT, praktické vyučování, tělocvična. Učebny školy jsou prostorné, vybavené vhodným nábytkem a relaxačními koutky. Materiálně technické vybavení školy má standartní úroveň. Součástí školy je knihovna, která poskytuje žákům možnost trávit volné chvíle v příjemném prostředí, ve kterém mohou nejen číst, ale také vyhledávat na počítači potřebné informace.

Škola využívá ke sportovní činnosti obecní tělocvičnu mimo areál školy a venkovní sportovní areál u řeky Litavy. Tělocvična je dobře vybavena tělocvičným nářadím. Součástí sportovního areálu je hřiště na volejbal a minikopanou, tenisové kurty, běžecká dráha, doskočiště a další sportoviště.

Žáci mohou za příznivého počasí pobývat o přestávkách venku v přilehlé oplocené zahradě. Mladší žáci mohou využívat školní družinu, která slouží pouze k činnostem souvisejícím s jejím provozem. Zajišťuje vhodné využití volného času žáků v rekreačním a zájmových činnostech dle vlastního vzdělávacího programu Krok za krokem celým rokem. Tento program umožňuje pomocí didaktických her prohloubení znalostí a dovedností dětí. Jednou z forem práce ve školní družině je tzv. komunitní kruh. Vybavení školní družiny je na dobré úrovni a má relaxační charakter.

Dále škola poskytuje žákům možnost pro připojení k internetu využít 36 pracovních stanic, pracovní stanice ve třídách a bezdrátové připojení v celé škole. Učitelé mají k dispozici odborné kabinety, např. přírodopis, cizí jazyky, dějepis, fyzika, ICT, zeměpis, kabinet I. stupně. Všichni pedagogové mají k dispozici počítačovou techniku s připojením na internet.

Žáci a rodiče mohou využívat služeb kariérového poradenství a školního psychologa.  Škola v následujících oblastech úzce spolupracuje s externími specialisty - etika a katechismus, zdravověda.

Škola se dle možností zapojuje do projektů za účelem doplnění své vzdělávací nabídky a motivuje žáky k zapojování do okresních a celostátních soutěží. Velkou pozornost věnuje škola využívání volného času žáků, o čemž svědčí široká nabídka zájmových aktivit.

Žáci I. stupně jezdí v rámci výuky na plavecký výcvik v rozsahu 40 hodin, u žáků 4. třídy je prohlubována dopravní výchova návštěvami dopravního hřiště ve Vyškově. Dle zájmu žáků II. stupně organizuje škola lyžařský výcvikový kurz a turistický (vodácký)kurz.

1. V kapitole 4 Učební plán je v odstavci 4.1 Celkové dotace – přehled měněna dotace ve vzdělávacích oborech následovně:

| **Vzdělávací oblast** | **Předmět** | **1. stupeň** | | | | | **Dotace 1. stupeň** | **2. stupeň** | | | | **Dotace 2. stupeň** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. ročník** | **2. ročník** | **3. ročník** | **4. ročník** | **5. ročník** | **6. ročník** | **7. ročník** | **8. ročník** | **9. ročník** |
| **Jazyk a jazyková komunikace** | Český jazyk a literatura | 7+2 | 7+2 | 7+1 | 6+2 | 6+1 | **33+8** | 4+1 | 3+1 | 4 | 4+1 | **15+3** |
| Anglický jazyk |  |  | 3 | 3 | 3 | **9** | 3 | 3 | 3 | 3 | **12** |
| Německý jazyk |  |  |  |  |  |  |  | 2 | 2 | 2 | **6** |
| **Matematika a její aplikace** | Matematika | 4+1 | 4+1 | 4+1 | 4+1 | 4+1 | **20+5** | 4+1 | 4+1 | 4+1 | 3+2 | **15+5** |
| **Informatika** | Informatika |  |  |  | 1 | 1 | **2** | 1 | 1 | 1 | 1 | **4** |
| **Člověk a jeho svět** | Prvouka | 2 | 2 | 2 |  |  | **6** |  |  |  |  |  |
| Přírodověda |  |  |  | 1 | 1+1 | **2+1** |  |  |  |  |  |
| Vlastivěda |  |  |  | 2 | 1+1 | **3+1** |  |  |  |  |  |
| **Člověk a společnost** | Dějepis |  |  |  |  |  |  | 2 | 2 | 2 | 1+1 | **7+1** |
| Výchova k občanství |  |  |  |  |  |  | 1 | 1 | 0+1 | 1 | **3+1** |
| **Člověk a příroda** | Fyzika |  |  |  |  |  |  | 1+1 | 2 | 1+1 | 2 | **6+2** |
| Chemie |  |  |  |  |  |  |  |  | 2 | 2 | **4** |
| Přírodopis |  |  |  |  |  |  | 2 | 1+1 | 1+1 | 1 | **5+2** |
| Zeměpis |  |  |  |  |  |  | 2 | 1+1 | 1+1 | 1+1 | **5+3** |
| **Umění a kultura** | Hudební výchova | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | **5** | 1 | 1 | 1 | 1 | **4** |
| Výtvarná výchova | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | **7** | 2 | 1 | 1 | 1 | **5** |
| **Člověk a zdraví** | Tělesná výchova | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | **10** | 2 | 2 | 2 | 2 | **8** |
| Výchova ke zdraví |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  | 1 | **2** |
| **Člověk a svět práce** | Člověk a svět práce | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | **5** | 1 | 1 | 1 |  | **3** |
| **Volitelné předměty** | Čtenářské dílny |  | 0+1 |  |  |  | **0+1** |  | 0+1 |  |  | **0+1** |
| Sborový zpěv |  | 0+1 |  |  |  | **0+1** |  |  |  |  |  |
| **Celkem hodin** | | **21** | **23** | **24** | **25** | **26** | **103+16** | **30** | **30** | **31** | **32** | **104+18** |

Žáci 7. ročníku budou mít více o 1 hodinu matematiky navíc, výchovu ke zdraví poté v následujícím školním roce 2025/2026.

Žáci 7. - 9. ročníku pokračují v původním učebním plánu v semináři z matematiky a estetické výchově.

1. V odstavci 4.1.1 Poznámky k učebnímu plánu se text mění takto:

|  |
| --- |
| **Matematika** |
| Ve vzdělávací oblasti Matematika a její aplikace je z disponibilních hodin posílena hodinová dotace předmětu matematika na I. stupni v celkovém rozsahu 5 disponibilních hodin:  \* 1. - 5. ročník - 1 hodina/ročník  Na II. stupni byla posílena časová dotace v rozsahu 5 disponibilních hodin:  \* 6. ročník - 1 hodina   7. ročník – 1 hodina \* 8. ročník - 1 hodina  \* 9. ročník - 2 hodina |
| **Výchova ke zdraví** |
| Ve vzdělávací oblasti Člověk a zdraví je z disponibilních hodin posílena hodinová dotace předmět výchova ke zdraví v celkovém rozsahu 1 disponibilní hodina:   \* 6. ročník - 1 hodina |

1. V kapitole 5 Učební osnovy se u dostavce 5.18 Výchova k občanství plní výstupy ze 7. ročníku v ročníku 6. následovně:

## **Výchova ke zdraví**

| **Počet vyučovacích hodin za týden** | | | | | | | | | **Celkem** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. ročník | 2. ročník | 3. ročník | 4. ročník | 5. ročník | 6. ročník | 7. ročník | 8. ročník | 9. ročník |
| 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0+1 |  | 0 | 1 | 1+1 |
|  |  |  |  |  | Povinný |  |  | Povinný |  |

| Název předmětu | Výchova ke zdraví |
| --- | --- |
| Oblast | Člověk a zdraví |
| Charakteristika předmětu | Předmět výchova ke zdraví přináší základní poznání o člověku v souvislosti s preventivní ochranou jeho zdraví. Učí žáky aktivně rozvíjet a chránit zdraví v propojení všech jeho složek (sociální, psychické a fyzické) a být za ně zodpovědný. 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. Rozšiřují a prohlubují si poznatky o rodině, škole a společenství vrstevníků, o přírodě, člověku i vztazích mezi lidmi a učí se tak dívat se na vlastní činnost z hlediska zdravotních potřeb a životních perspektiv dospívajícího jedince a rozhodovat se ve prospěch zdraví. |
| Obsahové, časové a organizační vymezení předmětu (specifické informace o předmětu důležité pro jeho realizaci) | **Formy**  \* individuální práce - samostatná  \* frontální  \* skupinová práce  \* práce ve dvojicích  **Metody**   \* projekční  \* demonstrační  \* scénky, demonstrační hry  \* rozlišování, analyzování reálných situací  \* metody slovní - výklad, rozhovor, diskuze   \* práce s knihou  \* projektové vyučování  \* problémové vyučování  \* křížovky, doplňování, tajenky  \* sebehodnocení  \* využívání moderních informačních zdrojů  Rodinná výchova se vyučuje v 7. a 9. ročníku 1 hodina týdně. |
| Integrace předmětů | * Výchova ke zdraví |
| Mezipředmětové vztahy | * Anglický jazyk * Německý jazyk * Člověk a svět práce * Výchova k občanství * Chemie * Přírodopis * Zeměpis * Tělesná výchova |
| Výchovné a vzdělávací strategie: společné postupy uplatňované na úrovni předmětu, jimiž učitelé cíleně utvářejí a rozvíjejí klíčové kompetence žáků | **Kompetence k učení:**  \* vedeme žáky k získávání základní orientace v názorech na to, co je zdravé a co může zdraví prospět, i na to, co zdraví ohrožuje a poškozuje  \* chápání zdatnosti, dobrého fyzického vzhledu i duševní pohody jako významného předpokladu pro výběr partnera i profesní dráhy, pro uplatnění ve společnosti atd. |
| **Kompetence komunikativní:**  \* vedeme žáky k vhodné komunikaci |
| **Kompetence sociální a personální:**  \* propojování zdraví a zdravých mezilidských vztahů se základními etickými a morálními postoji, s volním úsilím atd. |
| **Kompetence občanské:**  \* poznávání zdraví jako nejdůležitější životní hodnoty  \* pochopení zdraví jako vyváženého stavu tělesné, duševní i sociální pohody a k vnímání radostných prožitků z činností podpořených pohybem, příjemným prostředím a atmosférou příznivých vztahů  \* poznávání člověka jako biologického jedince závislého v jednotlivých etapách života na způsobu vlastního jednání a rozhodování, na úrovni mezilidských vztahů i na kvalitě prostředí  \* využívání osvojených preventivních postupů pro ovlivňování zdraví v denním režimu, k upevňování způsobů rozhodování a jednání v souladu s aktivní podporou zdraví v každé životní situaci i k poznávání a využívání míst souvisejících s preventivní ochranou zdraví |
| **Kompetence pracovní:**  \* aktivnímu zapojování do činností podporujících zdraví a do propagace zdravotně prospěšných činností ve škole i v obci |
| **Kompetence digitální:**   * žák získává, vyhledává, kriticky posuzuje, spravuje a sdílí data, informace a digitální obsah, k tomu volí postupy, způsoby a prostředky, které odpovídají konkrétní situaci a účelu |
| Poznámky k předmětu v rámci učebního plánu | Ve vzdělávací oblasti Člověk a zdraví je z disponibilních hodin posílena hodinová dotace předmět výchova ke zdraví v celkovém rozsahu 1 disponibilní hodina:  \* 6. ročník - 1 hodina |
| Způsob hodnocení žáků | **Evaluační nástroje**   * pozorování * ústní zkoušení – rozhovor, diskuze * písemné práce * hry * autoevaluace |

| **Výchova ke zdraví** | **6. ročník** |  |
| --- | --- | --- |
| **Výchovné a vzdělávací strategie** | * Kompetence k učení * Kompetence komunikativní * Kompetence sociální a personální * Kompetence občanské * Kompetence pracovní * Kompetence digitální | |
| **ŠVP výstupy** | | **Učivo** |
| - rozlišuje užší i širší příbuzenské vztahy | | Vztahy mezi lidmi a formy soužití   Vztahy ve dvojici – kamarádství, přátelství, manželství a rodičovství   Vztahy a pravidla v rodině, ve škole, ve vrstevnické skupině |
| - vysvětlí význam rodiny a vyjmenuje a popíše jednotlivé sociální role členů rodiny | | Vztahy mezi lidmi a formy soužití   Vztahy ve dvojici – kamarádství, přátelství, manželství a rodičovství   Vztahy a pravidla v rodině, ve škole, ve vrstevnické skupině |
| - posoudí důležitost přátelství, uvede příklady pravého kamarádství | | Vztahy mezi lidmi a formy soužití   Vztahy ve dvojici – kamarádství, přátelství, manželství a rodičovství   Vztahy a pravidla v rodině, ve škole, ve vrstevnické skupině |
| - vyjmenuje základní pravidla chování a soužití v komunitě (škola, rodina, parta) a vysvětlí jejich důležitost pro dobré mezilidské vztahy, uvede pozitivní a negativní příklady, které toto soužití mohou ovlivnit | | Vztahy mezi lidmi a formy soužití   Vztahy ve dvojici – kamarádství, přátelství, manželství a rodičovství   Vztahy a pravidla v rodině, ve škole, ve vrstevnické skupině |
| - vyjmenuje a časově vymezí jednotlivé etapy lidského života | | Změny v životě člověka a jejich reflexe   - dětství, puberta, dospívání   - pohlavní orgány   - pohlavní buňky, početí   - hygiena dívek a hygiena chlapců v období dospívání   -změny v období dospívání (tělesné, psychické, sociální) |
| - popíše změny probíhající v období dospívání | | Změny v životě člověka a jejich reflexe   - dětství, puberta, dospívání   - pohlavní orgány   - pohlavní buňky, početí   - hygiena dívek a hygiena chlapců v období dospívání   -změny v období dospívání (tělesné, psychické, sociální) |
| - pojmenuje části pohlavních orgánů muže a ženy a vysvětlí jejich funkci a činnost | | Změny v životě člověka a jejich reflexe   - dětství, puberta, dospívání   - pohlavní orgány   - pohlavní buňky, početí   - hygiena dívek a hygiena chlapců v období dospívání   -změny v období dospívání (tělesné, psychické, sociální) |
| - popíše a vysvětlí zásady a pravidla intimní hygieny - vysvětlí základní pojmy týkající se tématu (menstruace, poluce, erekce, spermie, vajíčko) | | Změny v životě člověka a jejich reflexe   - dětství, puberta, dospívání   - pohlavní orgány   - pohlavní buňky, početí   - hygiena dívek a hygiena chlapců v období dospívání   -změny v období dospívání (tělesné, psychické, sociální) |
| - vysvětlí pojem zdraví | | Hodnota a podpora zdraví   Složky zdraví – tělesné, duševní, sociální   Zdraví a interakce těchto složek   Základní lidské potřeby, hierarchie potřeb   Odpovědnost za vlastní zdraví, podpora zdravého životního stylu   Programy podpory zdraví |
| - uvede jednotlivé složky zdraví, charakterizuje je, uvede příklady | | Hodnota a podpora zdraví   Složky zdraví – tělesné, duševní, sociální   Zdraví a interakce těchto složek   Základní lidské potřeby, hierarchie potřeb   Odpovědnost za vlastní zdraví, podpora zdravého životního stylu   Programy podpory zdraví |
| - vysvětlí důležitost osobní odpovědnosti za zdraví své i druhých | | Hodnota a podpora zdraví   Složky zdraví – tělesné, duševní, sociální   Zdraví a interakce těchto složek   Základní lidské potřeby, hierarchie potřeb   Odpovědnost za vlastní zdraví, podpora zdravého životního stylu   Programy podpory zdraví |
| - vyjmenuje způsoby chování, aktivity podporující zdravý životní styl | | Hodnota a podpora zdraví   Složky zdraví – tělesné, duševní, sociální   Zdraví a interakce těchto složek   Základní lidské potřeby, hierarchie potřeb   Odpovědnost za vlastní zdraví, podpora zdravého životního stylu   Programy podpory zdraví |
| - vyhledá a vyjmenuje programy podpory zdraví konané ve škole, v obci | | Hodnota a podpora zdraví   Složky zdraví – tělesné, duševní, sociální   Zdraví a interakce těchto složek   Základní lidské potřeby, hierarchie potřeb   Odpovědnost za vlastní zdraví, podpora zdravého životního stylu   Programy podpory zdraví |
| - uvede příklady pozitivních a negativních vlivů na člověka, jeho zdraví a způsob života | | Zdravý způsob života a péče o zdraví   Zdraví   Zdravý způsob života   Faktory ovlivňující zdraví   Negativní vlivy: nízká pohybová aktivita, návykové látky, neopatrné chování, přílišná zátěž tělesná i duševní, stres |
| - posoudí vliv životního prostředí na zdraví | | Zdravý způsob života a péče o zdraví   Zdraví   Zdravý způsob života   Faktory ovlivňující zdraví   Negativní vlivy: nízká pohybová aktivita, návykové látky, neopatrné chování, přílišná zátěž tělesná i duševní, stres |
| - vyjmenuje vlivy životního prostředí na zdraví a stručně charakterizuje | | Zdravý způsob života a péče o zdraví   Zdraví   Zdravý způsob života   Faktory ovlivňující zdraví   Negativní vlivy: nízká pohybová aktivita, návykové látky, neopatrné chování, přílišná zátěž tělesná i duševní, stres |
| - posoudí svůj životní styl, uvede pozitiva a negativa, navrhne možné změny | | Zdravý způsob života a péče o zdraví   Zdraví   Zdravý způsob života   Faktory ovlivňující zdraví   Negativní vlivy: nízká pohybová aktivita, návykové látky, neopatrné chování, přílišná zátěž tělesná i duševní, stres |
| - vyjmenuje některé protistresové techniky | | Zdravý způsob života a péče o zdraví   Zdraví   Zdravý způsob života   Faktory ovlivňující zdraví   Negativní vlivy: nízká pohybová aktivita, návykové látky, neopatrné chování, přílišná zátěž tělesná i duševní, stres |
| - vyjmenuje zásady zdravého stravování –stravovacího a pitného režimu | | Výživa a zdraví   Zásady zdravého stravování   Pyramida výživy   Zastoupení potravin v jídelníčku   Denní stravovací a pitný režim   Vliv způsobu stravování na zdraví   Poruchy příjmu potravy |
| - posoudí, do jaké míry se děti, on sám/sama stravují zdravě | | Výživa a zdraví   Zásady zdravého stravování   Pyramida výživy   Zastoupení potravin v jídelníčku   Denní stravovací a pitný režim   Vliv způsobu stravování na zdraví   Poruchy příjmu potravy |
| - rozlišuje mezi zdravými a méně zdravými potravinami, popíše jejich zastoupení v jídelníčku (pyramida výživy) | | Výživa a zdraví   Zásady zdravého stravování   Pyramida výživy   Zastoupení potravin v jídelníčku   Denní stravovací a pitný režim   Vliv způsobu stravování na zdraví   Poruchy příjmu potravy |
| - sestaví jídelníček dle zásad zdravé výživy | | Výživa a zdraví   Zásady zdravého stravování   Pyramida výživy   Zastoupení potravin v jídelníčku   Denní stravovací a pitný režim   Vliv způsobu stravování na zdraví   Poruchy příjmu potravy |
| - vyjmenuje a popíše negativa a pozitiva způsobu stravování na zdraví | | Výživa a zdraví   Zásady zdravého stravování   Pyramida výživy   Zastoupení potravin v jídelníčku   Denní stravovací a pitný režim   Vliv způsobu stravování na zdraví   Poruchy příjmu potravy |
| - sestaví svůj denní režim, posoudí jeho negativa a pozitiva (vyváženost aktivit, činností), nastíní možné změny | | Tělesná a duševní hygiena zásady osobní, intimní a duševní hygieny, otužování, denní režim   Vyváženost pracovních a odpočinkových aktivit   Pohybový režim – význam pohybu pro zdraví |
| - vyjmenuje zásady osobní, intimní a duševní hygieny a posoudí, do jaké míry se jimi řídí | | Tělesná a duševní hygiena zásady osobní, intimní a duševní hygieny, otužování, denní režim   Vyváženost pracovních a odpočinkových aktivit   Pohybový režim – význam pohybu pro zdraví |
| - posoudí význam pohybu pro zdraví | | Tělesná a duševní hygiena zásady osobní, intimní a duševní hygieny, otužování, denní režim   Vyváženost pracovních a odpočinkových aktivit   Pohybový režim – význam pohybu pro zdraví |
| - popíše příznaky vybraných přenosných nemocí, pojmenuje cesty přenosu, způsoby ochrany před běžnými chorobami | | Ochrana před přenosnými nemocemi   Základní cesty přenosu nákaz a jejich prevence – respirační nákazy, přenosné potravou, získané v přírodě, přenosné krví a sexuálním kontaktem, přenosné bodnutím hmyzu, stykem se zvířaty   Úrazy, základy první pomoci |
| - pojmenuje zdroje a místa možných nehod a úrazů v bytě, ve škole, na hřišti, v přírodě | | Ochrana před přenosnými nemocemi   Základní cesty přenosu nákaz a jejich prevence – respirační nákazy, přenosné potravou, získané v přírodě, přenosné krví a sexuálním kontaktem, přenosné bodnutím hmyzu, stykem se zvířaty   Úrazy, základy první pomoci |
| - vyjmenuje povinný obsah lékárničky, uvede, k čemu se co používá | | Ochrana před přenosnými nemocemi   Základní cesty přenosu nákaz a jejich prevence – respirační nákazy, přenosné potravou, získané v přírodě, přenosné krví a sexuálním kontaktem, přenosné bodnutím hmyzu, stykem se zvířaty   Úrazy, základy první pomoci |
| - uvede, jak je možné předcházet úrazům | | Ochrana před přenosnými nemocemi   Základní cesty přenosu nákaz a jejich prevence – respirační nákazy, přenosné potravou, získané v přírodě, přenosné krví a sexuálním kontaktem, přenosné bodnutím hmyzu, stykem se zvířaty   Úrazy, základy první pomoci |
| - v modelové situaci (konkrétní úraz) popíše a předvede nejvhodnější způsob poskytnutí první pomoci | | Ochrana před přenosnými nemocemi   Základní cesty přenosu nákaz a jejich prevence – respirační nákazy, přenosné potravou, získané v přírodě, přenosné krví a sexuálním kontaktem, přenosné bodnutím hmyzu, stykem se zvířaty   Úrazy, základy první pomoci |
| - vyjmenuje důležitá telefonní čísla, popíše postup při tísňovém volání | | Ochrana před přenosnými nemocemi   Základní cesty přenosu nákaz a jejich prevence – respirační nákazy, přenosné potravou, získané v přírodě, přenosné krví a sexuálním kontaktem, přenosné bodnutím hmyzu, stykem se zvířaty   Úrazy, základy první pomoci |
| - vyjmenuje druhy drog | | Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence   Auto-destruktivní závislosti   Závislost, droga, druhy drog   Legální drogy - tabák, alkohol, kofein zdravotní a sociální rizika zneužívání návykových látek |
| - vysvětlí pojem závislost, droga | | Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence   Auto-destruktivní závislosti   Závislost, droga, druhy drog   Legální drogy - tabák, alkohol, kofein zdravotní a sociální rizika zneužívání návykových látek |
| - popíše vliv alkoholu a kouření na lidský organismus | | Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence   Auto-destruktivní závislosti   Závislost, droga, druhy drog   Legální drogy - tabák, alkohol, kofein zdravotní a sociální rizika zneužívání návykových látek |
| - posoudí zdravotní a sociální rizika zneužívání návykových látek pro dítě, mladistvého | | Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence   Auto-destruktivní závislosti   Závislost, droga, druhy drog   Legální drogy - tabák, alkohol, kofein zdravotní a sociální rizika zneužívání návykových látek |
| - vysvětlí, jak se chránit před stykem s cizí krví (nalezené injekční stříkačky aj.) | | Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence   Auto-destruktivní závislosti   Závislost, droga, druhy drog   Legální drogy - tabák, alkohol, kofein zdravotní a sociální rizika zneužívání návykových látek |
| - posoudí nebezpečí vlivu sociálních sítí na člověka (sdílení intimních informací, jejich zneužití, nahrazování osobního kontaktu virtuální komunikací) | | Bezpečné chování a komunikace   Komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi Bezpečný pohyb v rizikovém prostředí   Nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií   Sebeochrana a vzájemná pomoc v rizikových situacích a v situacích ohrožení |
| - v modelové situaci osobního i cizího ohrožení užívá účelné způsoby chování a komunikace (obtěžování cizím člověkem, odmítnutí drogy, přivolání pomoci apod.) | | Bezpečné chování a komunikace   Komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi Bezpečný pohyb v rizikovém prostředí   Nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií   Sebeochrana a vzájemná pomoc v rizikových situacích a v situacích ohrožení |
| - uvede, která místa jsou pro něj z hlediska bezpečnosti riziková | | Bezpečné chování a komunikace   Komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi Bezpečný pohyb v rizikovém prostředí   Nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií   Sebeochrana a vzájemná pomoc v rizikových situacích a v situacích ohrožení |
| - uvede, na koho se může obrátit v případě ohrožení ve škole i mimo ni | | Bezpečné chování a komunikace   Komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi Bezpečný pohyb v rizikovém prostředí   Nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií   Sebeochrana a vzájemná pomoc v rizikových situacích a v situacích ohrožení |
| - vyjmenuje důležitá telefonní čísla, vysvětlí postup při volání na tísňové linky | | Bezpečné chování a komunikace   Komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi Bezpečný pohyb v rizikovém prostředí   Nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií   Sebeochrana a vzájemná pomoc v rizikových situacích a v situacích ohrožení |
| - popíše základní pravidla evakuace (praktický nácvik) | | Bezpečné chování a komunikace   Komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi Bezpečný pohyb v rizikovém prostředí   Nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií   Sebeochrana a vzájemná pomoc v rizikových situacích a v situacích ohrožení |
| - popíše a charakterizuje způsoby sebeochrany a vzájemné pomoci v rizikové situaci a v situacích ohrožení | | Bezpečné chování a komunikace   Komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi Bezpečný pohyb v rizikovém prostředí   Nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií   Sebeochrana a vzájemná pomoc v rizikových situacích a v situacích ohrožení |
| - orientuje se ve školním řádu, vysvětlí důležitost dodržování stanovených pravidel ve škole, uvede, čemu tato pravidla předcházejí | | Dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví   Bezpečné prostředí ve škole   Ochrana zdraví při různých činnostech   Bezpečnost v dopravě – rizika silniční a železniční dopravy   Na chodníku   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování na chodníku   Vztahy mezi účastníky silničního provozu   Chodec a cyklista na silnici   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování při pohybu na silnici (chůze jednotlivce po silnici a ve skupině, pravidla pohybu na silnici za snížené viditelnosti)   Odpovědnost cyklisty a vztahy mezi účastníky silničního provozu   Volný čas a sportovní aktivity   Volnočasové aktivity související se silničním provozem (vhodné lokality k uskutečnění takových aktivit; konkretizace podle lokality ZŠ a obce)   Přecházení křižovatky   Pravidla překonání ve městě i mimo něj (překonávání různých křižovatek, křižovatka řízená příslušníkem policie)   Vztahy mezi účastníky silničního provozu |
| - dodržuje pravidla bezpečnosti při činnostech ve škole, řídí se pokyny pro předcházení úrazům, používá vhodné ochranné pomůcky, řídí se pokyny učitele | | Dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví   Bezpečné prostředí ve škole   Ochrana zdraví při různých činnostech   Bezpečnost v dopravě – rizika silniční a železniční dopravy   Na chodníku   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování na chodníku   Vztahy mezi účastníky silničního provozu   Chodec a cyklista na silnici   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování při pohybu na silnici (chůze jednotlivce po silnici a ve skupině, pravidla pohybu na silnici za snížené viditelnosti)   Odpovědnost cyklisty a vztahy mezi účastníky silničního provozu   Volný čas a sportovní aktivity   Volnočasové aktivity související se silničním provozem (vhodné lokality k uskutečnění takových aktivit; konkretizace podle lokality ZŠ a obce)   Přecházení křižovatky   Pravidla překonání ve městě i mimo něj (překonávání různých křižovatek, křižovatka řízená příslušníkem policie)   Vztahy mezi účastníky silničního provozu |
| - ovládá pravidla bezpečného a ohleduplného chování chodce v silničním provozu a řídí se jimi | | Dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví   Bezpečné prostředí ve škole   Ochrana zdraví při různých činnostech   Bezpečnost v dopravě – rizika silniční a železniční dopravy   Na chodníku   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování na chodníku   Vztahy mezi účastníky silničního provozu   Chodec a cyklista na silnici   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování při pohybu na silnici (chůze jednotlivce po silnici a ve skupině, pravidla pohybu na silnici za snížené viditelnosti)   Odpovědnost cyklisty a vztahy mezi účastníky silničního provozu   Volný čas a sportovní aktivity   Volnočasové aktivity související se silničním provozem (vhodné lokality k uskutečnění takových aktivit; konkretizace podle lokality ZŠ a obce)   Přecházení křižovatky   Pravidla překonání ve městě i mimo něj (překonávání různých křižovatek, křižovatka řízená příslušníkem policie)   Vztahy mezi účastníky silničního provozu |
| - chová se bezpečně v dopravních prostředcích a na zastávkách (v modelových situacích a při akcích školy) | | Dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví   Bezpečné prostředí ve škole   Ochrana zdraví při různých činnostech   Bezpečnost v dopravě – rizika silniční a železniční dopravy   Na chodníku   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování na chodníku   Vztahy mezi účastníky silničního provozu   Chodec a cyklista na silnici   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování při pohybu na silnici (chůze jednotlivce po silnici a ve skupině, pravidla pohybu na silnici za snížené viditelnosti)   Odpovědnost cyklisty a vztahy mezi účastníky silničního provozu   Volný čas a sportovní aktivity   Volnočasové aktivity související se silničním provozem (vhodné lokality k uskutečnění takových aktivit; konkretizace podle lokality ZŠ a obce)   Přecházení křižovatky   Pravidla překonání ve městě i mimo něj (překonávání různých křižovatek, křižovatka řízená příslušníkem policie)   Vztahy mezi účastníky silničního provozu |
| - dodržuje povinnosti spolujezdce v autě – zejména poutání | | Dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví   Bezpečné prostředí ve škole   Ochrana zdraví při různých činnostech   Bezpečnost v dopravě – rizika silniční a železniční dopravy   Na chodníku   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování na chodníku   Vztahy mezi účastníky silničního provozu   Chodec a cyklista na silnici   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování při pohybu na silnici (chůze jednotlivce po silnici a ve skupině, pravidla pohybu na silnici za snížené viditelnosti)   Odpovědnost cyklisty a vztahy mezi účastníky silničního provozu   Volný čas a sportovní aktivity   Volnočasové aktivity související se silničním provozem (vhodné lokality k uskutečnění takových aktivit; konkretizace podle lokality ZŠ a obce)   Přecházení křižovatky   Pravidla překonání ve městě i mimo něj (překonávání různých křižovatek, křižovatka řízená příslušníkem policie)   Vztahy mezi účastníky silničního provozu |
| - rozlišuje další dopravní značky a jejich význam posoudí situaci i z pohledu ostatních účastníků silničního provozu | | Dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví   Bezpečné prostředí ve škole   Ochrana zdraví při různých činnostech   Bezpečnost v dopravě – rizika silniční a železniční dopravy   Na chodníku   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování na chodníku   Vztahy mezi účastníky silničního provozu   Chodec a cyklista na silnici   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování při pohybu na silnici (chůze jednotlivce po silnici a ve skupině, pravidla pohybu na silnici za snížené viditelnosti)   Odpovědnost cyklisty a vztahy mezi účastníky silničního provozu   Volný čas a sportovní aktivity   Volnočasové aktivity související se silničním provozem (vhodné lokality k uskutečnění takových aktivit; konkretizace podle lokality ZŠ a obce)   Přecházení křižovatky   Pravidla překonání ve městě i mimo něj (překonávání různých křižovatek, křižovatka řízená příslušníkem policie)   Vztahy mezi účastníky silničního provozu |
| - vysvětlí bezpečné chování, zejména z pohledu chodce | | Dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví   Bezpečné prostředí ve škole   Ochrana zdraví při různých činnostech   Bezpečnost v dopravě – rizika silniční a železniční dopravy   Na chodníku   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování na chodníku   Vztahy mezi účastníky silničního provozu   Chodec a cyklista na silnici   Pravidla bezpečného a ohleduplného chování při pohybu na silnici (chůze jednotlivce po silnici a ve skupině, pravidla pohybu na silnici za snížené viditelnosti)   Odpovědnost cyklisty a vztahy mezi účastníky silničního provozu   Volný čas a sportovní aktivity   Volnočasové aktivity související se silničním provozem (vhodné lokality k uskutečnění takových aktivit; konkretizace podle lokality ZŠ a obce)   Přecházení křižovatky   Pravidla překonání ve městě i mimo něj (překonávání různých křižovatek, křižovatka řízená příslušníkem policie)   Vztahy mezi účastníky silničního provozu |
| - uvede, na koho se může obrátit v případě ohrožení ve škole i mimo ni (služby odborné pomoci) | | Skryté formy a stupně individuálního násilí a zneužívání   Šikana   Komunikace se službami odborné pomoci |
| - vysvětlí pojem šikana, uvede znaky šikany | | Skryté formy a stupně individuálního násilí a zneužívání   Šikana   Komunikace se službami odborné pomoci |
| - posoudí nebezpečnost šikany | | Skryté formy a stupně individuálního násilí a zneužívání   Šikana   Komunikace se službami odborné pomoci |
| - v modelové situaci útoku agresora adekvátně jedná s cílem pomoci sobě či blízkému (nácvik strategií) | | Skryté formy a stupně individuálního násilí a zneužívání   Šikana   Komunikace se službami odborné pomoci |
| - posoudí vztah k sobě samému, k druhým lidem  zhodnotí své kladné i záporné stránky, nastíní možné způsoby zlepšení některých vlastností | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| - posoudí důležitost některých vlastností pro vztahy s druhými lidmi | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| - hodnotí výsledky své práce, dílčích kroků vedoucích k cíli, pracuje s chybou, nastíní možná řešení | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| - při řešení problému adekvátně komunikuje, využívá vhodné formy komunikace, využívá vhodné strategie řešení problému, konfliktu, dodržuje pravidla komunikace ve skupině | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| - stanovuje osobní cíle a nastíní postupné kroky k jejich dosahování | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| - při společné činnosti se podílí na splnění cíle skupiny | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| - zhodnotí vztahy ve skupině, posoudí, jak by on sám mohl přispět ke zlepšení vztahů svým chováním (sebereflexe, reflexe skupiny) | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| - posoudí své chování v konkrétní situaci, přijímá odpovědnost za své chování | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| - využívá vhodné strategie pro předcházení a zvládání stresu, řešení problémů | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| - uplatňuje osvojené sociální dovednosti a modely chování při kontaktu s rizikovým chováním | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| - uplatňuje osvojené komunikační dovednosti obrany proti manipulaci, agresi | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| - posoudí důležitost pomáhajícího a prosociálního chování, uvede příklady | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| - uvede, kde hledat pomoc při problémech různého typu | | Sebepoznání a sebepojetí   vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem zdravé vyrovnané sebepojetí, utváření vědomí vlastní identity   Seberegulace a sebeorganizace činností a chování   cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání zvládání problémových situací stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností pro řešení problémů v mezilidských vztazích   pomáhající a prosociální chování     Psychohygiena   sociální dovednosti pro předcházení a zvládání stresu   hledání pomoci při problémech     Mezilidské vztahy, komunikace a kooperace respektování sebe sama i druhých   přijímání názoru druhého, empatie   chování podporující dobré vztahy   aktivní naslouchání, dialog   vzájemná komunikace a kooperace v různých situacích   dopad vlastního jednání a chování |
| **Průřezová témata, přesahy, souvislosti** | | |
| OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Psychohygiena | | |
| - vede k porozumění sobě samému a druhým a k utváření pozitivního postoje k sobě samému - vede k uvědomování si hodnoty vlastního života (zvláště volného času) a odpovědnosti za jeho naplnění - podporuje dovednosti a přináší vědomosti týkající se duševní hygieny - napomáhá primární prevenci sociálně patologických jevů a rizikového chování | | |
| OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Komunikace | | |
| - rozvíjí základní dovednosti dobré komunikace | | |
| OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA - Mezilidské vztahy | | |
| - přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů ve třídě i mimo ni | | |
| MULTIKULTURNÍ VÝCHOVA - Lidské vztahy | | |
| - učí žáky komunikovat a žít ve skupině s příslušníky odlišných sociokulturních skupin, uplatňovat svá práva a respektovat práva druhých, chápat a tolerovat odlišné zájmy a názory druhých | | |
| VÝCHOVA DEMOKRATICKÉHO OBČANA - Občan, občanská společnost a stát | | |
| - vede k pochopení významu řádu, pravidel a zákonů pro fungování společnosti | | |
| ENVIRONMENTÁLNÍ VÝCHOVA - Vztah člověka k prostředí | | |
| - přispívá k utváření zdravého životního stylu | | |