

IV. 8.1.0. Charakteristika předmětu Výchova ke zdraví

Obsahové, časové a organizační vymezení:

Předmět *Výchova ke zdraví* je důležitým předmětem našeho školního vzdělávacího programu, prostřednictvím kterého naplňujeme hlavní cíle vzdělávací oblasti Člověk a zdraví v ročnících 2. stupně. Žáci se v něm na základě poznání sebe sama jako živé (biologické a sociální) bytosti učí chápat hodnotu zdraví a v zájmu jeho ochrany u sebe i druhých lidí se učí se i odpovědně rozhodovat.

K tomuto cíli směřují očekávané výstupy související s tématickými okruhy *Osobnostní a sociální výchovy*, dále s tématy holistického pojetí zdraví, správné životosprávy (zejména správného režimu dne a zásad správného stravování), s tematikou sexuální výchovy, tematikou bezpečného chování a prevence před návykovými látkami a dalšími negativními jevy.

Předmět *Výchova ve zdraví* je zařazen do každého ročníku 2. stupně naší školy. Kromě dotace tří hodin dané Rámcovým učebním plánem jsme tedy využili i dvou hodin z hodin disponibilních. (Vzdělávací obsah tohoto oboru je však zčásti včleněn i do dalších předmětů – Přírodopisu, Občanské výchovy a Praktických činností). Předmět *Výchova ke zdraví* je na škole vyučována třídními učiteli. Poněvadž je však v rozvrhu hodin školy nasazena ve všech třídách ve stejnou dobu, je možná určitá specializace jednotlivých učitelů, kteří se mohou vzájemně na jednu vyučovací hodinu nebo na několik hodin ve třídách vyměnit.

Do předmětu *Výchova ke zdraví* byla výrazným způsobem včleněna témata v podstatě všech tématických okruhů průřezového tématu *Osobnostní a sociální výchova*. Protože se zdravím jedince i společnosti úzce souvisí i kvalita životního prostředí řeší i témata typická pro *Environmentální výchovu* a blízko má rovněž k průřezovým tématům *Multikulturní výchova* a *Mediální výchova*.

Zařazení učiva oboru do jiných předmětů:

Přírodopis:

- biologické a psychické změny v dospívání
- reprodukční zdraví, plánované rodičovství
- ochrana před nemocemi
- první pomoc
- výživa a zdraví

Člověk a svět práce (podobor Příprava pokrmů):

- výživa a zdraví

Ostatní obory - předměty (marginálně OV, Ch, F):

- návykové látky
- služby odborné pomoci
- bezpečnost práce
- mimořádné události

Výchovné a vzdělávací strategie předmětu vedoucí k budování a rozvíjení:**1. kompetencí k učení**

- ve výuce se společně s žáky zabýváme metakogicí – necháváme je reflektovat jejich styly učení a jejich efektivnost, přemýšlet nad tím, jak postupují při poznávání nového ...
- vedeme žáky k diskusím o vztazích mezi tělesným, duševním a sociálním zdravím
- umožňujeme žákům vyzkoušet si rozmanité relaxační a kompenzační techniky
- vedeme žáky k vyhledávání informací v nejrůznějších zdrojích

2. kompetencí k řešení problémů

- ve vyšších ročnících vyjadřují své reflexe aktuálních problémů jejich vrstevníků, třídy, školy, města či světa
- vytváříme problémové úkoly blízké životu žáků samotných, jejich třídy, Karviné
- společně s žáky promýšlíme témata pro dlouhodobější projektové úkoly týkající se zdraví a osobnostně sociální výchovy
- využíváme vhodných her k simulaci a modelování řešení problémových situací

3. kompetencí komunikativních

- vedeme žáky k tomu, aby vyjadřovali své názory na zdraví a jeho předpoklady, a to jak ústně, tak písemnou formou, aby o problematice zdraví v tom nejširším slova smyslu (tedy včetně zdravých vztahů mezi lidmi, či zdravých vztahů k okolnímu světu) společně diskutovali
- vytváříme situace, kde si žáci ověřují své dovednosti používat nonverbální komunikace a zároveň ji rozumět
- hrajeme s žáky hry vhodné pro rozvoj jejich komunikativních dovedností

4. kompetencí sociálních a personálních

- vytváříme učební situace, při nichž si žáci uvědomují sebe sama, získávají pozitivní sebepojetí
- vedeme žáky k tomu, aby ve výuce, ale i v přípravě na ni spolupracovali
- společně s žáky vytváříme podpůrné programy podpory zdraví a prevence nežádoucích jevů
- umožňujeme žákům vyjadřovat své pocity, city, dojmy a nálady

5. kompetencí občanských

- učíme žáky chovat se účinně podle svých schopností v různých krizových situacích a v případě potřeby poskytnout vhodnou pomoc
- vedeme žáky k tomu, aby v krizových situacích postupovali podle plánů krizových opatření na škole
- vytváříme situace, v nichž žáci vysvětlují své postoje k rizikovému chování a ke svému zdraví i zdraví druhých lidí

6. kompetencí pracovních

- žáky vedeme k tomu, aby vnímali a posuzovali výsledky pracovní činnosti nejen z hlediska kvality, funkčnosti, hospodárnosti a společenského významu, ale i z hlediska ochrany zdraví, ochrany životního prostředí a ochrany kulturních a společenských hodnot
- vedeme žáky k dodržování pravidel hygieny a bezpečnosti práce