

Vzdělávací oblast:

ČLOVĚK A ZDRAVÍ

Oblast zahrnuje vyučovací předměty:

- Tělesná výchova
- Výchova ke zdraví

Tělesná výchova

Charakteristika vyučovacího předmětu

Časové vymezení: Vyučovací předmět Tělesná výchova je vyučován ve všech ročnících v časové dotaci 2 hodiny týdně. Kromě toho je obsah předmětu realizován na lyžařském kurzu, který je určen zpravidla pro žáky v 7. ročníku, sportovních dnech školy na jaře a na podzim, pochodových cvičeních ve všech ročnících – zařazování branných prvků (ochrana obyvatelstva v mimořádných situacích, orientace v terénu a na mapě, určování azimutu, poskytování první pomoci apod.), sportovních soutěžích, kterých se škola pravidelně zúčastňuje, i na školách v přírodě.

Organizační vymezení: Výuka probíhá ve sportovní hale, na cvičném fotbalovém hřišti, na plastovém školním hřišti, v parku, na hřištích u Domu dětí, dopravním hřišti, dle možností na ledové ploše, na koupališti atd.

Obsahové vymezení: Naplňování očekávaných výstupů vzdělávací oblasti Člověk a zdraví a příslušných tematických okruhů průřezových témat RVP pro základní vzdělávání včetně začlenění a využití mezipředmětových vztahů.

Vzdělávací cíle:

- získat kladný vztah k fyzickým aktivitám a sportu
- vytvářet návyky zdravého životního stylu vedoucí k podpoře zdraví
- pochopit hodnotu zdraví, způsob jeho ochrany
- seznámit se s různými riziky, která ohrožují zdraví v běžných i mimořádných situacích
- osvojit si dovednosti a způsoby rozhodování
- poznat vlastní pohybové možnosti a zájmy
- poznat účinky konkrétních pohybových činností na tělesnou zdatnost, duševní a sociální pohodu
- samostatně ohodnotit úroveň své zdatnosti a řadit do denního režimu pohybové činnosti
- rozpoznat a rozvíjet pohybové nadání
- odhalovat zdravotní oslabení žáků a korigovat v běžných i specifických formách pohybového učení

Formy a metody práce: podle charakteru učiva a stanoveného cíle

- frontální výuka
- skupinová výuka
- praktická ukázka
- individuální výuka
- výklad
- pokus – omyl

Mezipředmětové vztahy: zeměpis, dějepis, přírodopis, občanská výchova, matematika, fyzika, výchova ke zdraví

Zařazení průřezových témat

Osobnostní a sociální výchova (OSV)

- Osobnostní rozvoj:
- Seberegulace a sebeorganizace
 - Psychohygiena
 - Sebepoznání a sebepojetí
 - Rozvoj schopností poznávání
- Sociální rozvoj:
- Komunikace
- Morální rozvoj:
- Řešení problémů a rozhodovací dovednosti

Výchova demokratického občana (VDO)

- Občanská společnost a škola
- Principy demokracie jako formy vlády a způsobu rozhodování
- Občan, občanská společnost a stát

Environmentální výchova (ENV)

- Lidské aktivity a problémy životního prostředí

Multikulturní výchova (MKV)

- Lidské vztahy
- Multikulturalita
- Kulturní diference

Mediální výchova (MEDV)

- Tematické okruhy produktivních činností:
- Práce v realizačním týmu

Výchovné a vzdělávací strategie pro rozvoj klíčových kompetencí žáků

Kompetence k učení:

- poznávání smyslu a cíle pohybových aktivit
- poznávání vlastních pohybových schopností a jejich individuální rozvoj
- prožívání souvislosti mezi tělesnou kondicí a psychickou pohodou
- sledování vývoje vlastní fyzické zdatnosti

Kompetence k řešení problémů:

- vnímání nejrůznějších problémových situací a plánování způsobu jejich řešení
- přemýšlení o problému při ovládnutí cviku, sportovního prvku a hledání tréninkové cesty
- hledání vhodné taktiky v individuálních i kolektivních sportech

Kompetence komunikativní:

- vyslechnutí a přijetí pokynů vedoucího družstva
- dodržování pravidel slušného chování
- komunikace na odpovídající úrovni, kultivovaný ústní projev
- pořizování záznamů a obrazových materiálů ze sportovních činností a jejich prezentace

Kompetence sociální a personální:

- spolupráce ve skupině
- dodržování pravidel fair play
- prezentace a podpora myšlenek olympijského hnutí
- rozvoj spolupráce uvnitř sportovního družstva, vytváření pravidel práce v týmu
- umožnění každému žákovi zažít úspěch
- poznávání zdraví jako důležité hodnoty v kontextu dalších životních hodnot

Kompetence občanské:

- respektování názorů ostatních
- formování volných a charakterových rysů
- aktivní zapojování se do sportovních aktivit
- potřeba dodržování hygieny při tělesných aktivitách
- poskytnutí první pomoci při lehčích úrazech
- emoční i věcné seznámení se škodlivostí drog a jiných škodlivých látek
- vést žáky k ochraně zdraví a životů při každodenních rizikových situacích i v mimořádných událostech a k využívání osvojených postupů spojených s řešením mimořádných událostí

Kompetence pracovní:

- příklady nutnosti dodržování pravidel ve sportu i v životě
- upozorňování na možná rizika při pohybových aktivitách, předcházení nebezpečným situacím
- zpracovávání a prezentace naměřených výkonů
- ovládání základních postupů první pomoci
- vedení žáků k dodržování obecných pravidel bezpečnosti

Vzdělávací oblast:

ČLOVĚK A ZDRAVÍ

Oblast zahrnuje vyučovací předměty:

- Tělesná výchova
- Výchova ke zdraví

Výchova ke zdraví

Charakteristika vyučovacího předmětu

Časové vymezení: Vyučovací předmět Výchova ke zdraví se vyučuje jako samostatný předmět v 6., 7. a 8. ročníku po jedné vyučovací hodině týdně.

Organizační vymezení: Výuka probíhá v kmenové třídě, pro zpestření vyučovací hodiny i mimo školu (vycházka, exkurze).

Obsahové vymezení: Naplňování očekávaných výstupů vzdělávací oblasti Člověk a zdraví a příslušných tematických okruhů průřezových témat RVP pro základní vzdělání včetně začlenění a využití mezipředmětových vztahů.

Vzdělávací cíle:

- chápat zdraví jako důležitou hodnotu v kontextu dalších životních hodnot
- pochopit zdraví jako vyvážený stav tělesné, duševní i sociální pohody a vnímat radostné prožitky z činností podpořených pohybem, příjemným prostředím a atmosférou příznivých vztahů
- poznávat člověka jako jedince závislého v jednotlivých etapách života na způsobu vlastního jednání a rozhodování, na úrovni mezilidských vztahů i na kvalitě prostředí
- získávat základní orientaci v názorech na to, co je zdravé a co může zdraví prospět, i na to, co zdraví ohrožuje a poškozuje
- využívat osvojené preventivních postupy pro ovlivňování zdraví v denním režimu, k upevnování 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
- propojovat činnosti a jednání související se zdravím a zdravými mezilidskými vztahy, se základními etickými a morálními postoji, s volným úsilím
- chápat přiměřený fyzický vzhled i duševní pohodu jako významný předpoklad výběru profesní dráhy, partnerů, společenských činností
- chránit zdraví a životy při každodenních rizikových situacích i mimořádných událostech a využívat osvojené postupy spojené s řešením jednotlivých mimořádných událostí
- aktivně se zapojovat do činností podporujících zdraví a do propagace zdravotně prospěšných činností ve škole i v obci

Formy a metody práce: podle charakteru učiva a stanoveného cíle

- frontální výuka spojována s praktickými cvičeními
- skupinové vyučování
- samostatná práce
- besedy s odborníky
- kooperativní vyučování
- myšlenková mapa
- reprodukce textu
- práce s filmovými ukázkami
- exkurze
- projektové vyučování

Mezipředmětové vztahy: český jazyk, anglický jazyk, německý jazyk, přírodopis, tělesná výchova, občanská výchova

Zařazení průřezových témat

Osobnostní a sociální výchova (OSV)

- Osobnostní rozvoj:
- Sebepoznání a sebepojetí
 - Seberegulace a sebeorganizace
 - Psychohygiena
 - Kreativita
- Sociální rozvoj:
- Poznávání lidí
 - Mezilidské vztahy
 - Komunikace
 - Kooperace a kompetice
- Morální rozvoj:
- Řešení problémů a rozhodovací dovednosti
 - Hodnoty, postoje, praktická etika

Multikulturní výchova (MKV)

- Lidské vztahy

Enviromentální výchova (ENV)

- Vztah člověka k prostředí

Mediální výchova (MEDV)

- Tematické okruhy receptivních činností:
- Interpretace vztahu mediálních sdělení a reality
 - Fungování a vliv médií ve společnosti

Výchovné a vzdělávací strategie pro rozvoj klíčových kompetencí žáků

Kompetence k učení:

- pochopit důležitost ochrany zdraví
- uplatňovat ve vlastním denním režimu základní zásady z oblasti zdravého životního stylu
- umět vyhledávat potřebné informace a využívat je v konkrétních situacích
- vybírat a využívat vhodné způsoby metody pro efektivní učení
- propojovat získané poznatky do širších celků a nalézat souvislosti
- hodnotit získané poznatky, třídit je a vyvozovat z nich závěry

Kompetence komunikativní:

- formulovat a vyjadřovat své myšlenky a názory souvisle a kultivovaně
- umět naslouchat promluvám druhých lidí, vhodně na ně reagovat
- komunikovat na odpovídající úrovni
- umět využívat ke komunikaci vhodné technologie

Kompetence sociální a personální:

- umět vyhledat vhodné informace, pracovat s nimi a umět nalézt řešení
- umět kriticky myslet a mít schopnost vhodnou formou hájit svá rozhodnutí a názory
- umět spolupracovat v týmu, vzájemně si naslouchat a pomáhat
- projevovat odpovědné chování v různých situacích, v případě potřeby poskytnout pomoc
- uplatnit osvojené sociální dovednosti a modely chování při kontaktu se sociálně patologickými jevy ve škole i mimo ni, v případě potřeby vyhledat odbornou pomoc sobě i druhým

Kompetence občanské:

- znát legislativu, obecné morální zákony a dodržovat je
- respektovat názory ostatních, formovat si volní a charakterové rysy
- vyhodnotit na základě svých znalostí a zkušeností možný manipulativní vliv vrstevníků
- zodpovědně rozhodovat podle dané situace
- přijímat zodpovědnost za své chování
- chránit zdraví a životy při každodenních rizikových situacích i mimořádných událostech a využít osvojených postupů spojených s řešením jednotlivých mimořádných událostí
- uznat zdraví jako důležitou hodnotu v kontextu dalších životních hodnot

Kompetence pracovní:

- vést žáky k efektivitě při organizování vlastní práce
- samostatně vyhledávat informace a dále s nimi pracovat

Vzdělávací oblast:

ČLOVĚK A ZDRAVÍ

Pohybové hry

Charakteristika vyučovacího předmětu

Časové vymezení: Vyučovací předmět Pohybové hry je povinně volitelný předmět v 6. a 7. ročníku, který se vyučuje 2 hodiny týdně.

Organizační vymezení: Výuka probíhá ve sportovní hale, na cvičném fotbalovém hřišti, v parku, na hřištích u Domu dětí, na dopravním hřišti a dle možností na ledové ploše či koupališti. Mimo to je obsah předmětu realizován na lyžařském kurzu, který je zpravidla určen pro žáky 7. ročníku, sportovních dnech školy na jaře a na podzim, sportovních soutěžích, kterých se škola pravidelně zúčastňuje i na školách v přírodě.

Obsahové vymezení: Naplňování očekávaných výstupů vzdělávací oblasti Jazyk a jazyková komunikace a příslušných tematických okruhů průřezových témat RVP pro základní vzdělání včetně začlenění a využití mezipředmětových vztahů.

Vzdělávací cíle:

- získat kladný vztah k fyzickým aktivitám a sportu
- vytvářet návyky zdravého životního stylu vedoucí k podpoře zdraví
- pochopit hodnotu zdraví, způsob jeho ochrany
- seznámit se s různými riziky, která ohrožují zdraví v běžných i mimořádných situacích
- osvojit si dovednosti a způsoby rozhodování
- poznat vlastní pohybové možnosti a zájmy
- poznat účinky konkrétních pohybových činností na tělesnou zdatnost, duševní a sociální pohodu
- samostatně ohodnotit úroveň své zdatnosti a řadit do denního režimu pohybové činnosti
- rozpoznat a rozvíjet pohybové nadání
- odhalovat zdravotní oslabení žáků a korigovat v běžných i specifických formách pohybového učení

Formy a metody práce: podle charakteru učiva a stanoveného cíle

- frontální výuka
- skupinová výuka
- praktická ukázka
- individuální výuka
- výklad
- pokus – omyl

Mezipředmětové vztahy: zeměpis, dějepis, přírodopis, občanská výchova, výchova ke zdraví, matematika, fyzika

Zařazení průřezových témat

Osobnostní a sociální výchova (OSV)

- Osobnostní rozvoj:
- Seberegulace a sebeorganizace
 - Psychohygiena
 - Sebepoznání a sebepojetí
 - Rozvoj schopnosti poznávání

Environmentální výchova (ENV)

- Lidské aktivity a problémy životního prostředí

Mediální výchova (MEDV)

- Tematické okruhy produktivních činností:
- Práce v realizačním týmu

Výchova demokratického občana (VDO)

- Občanská společnost a škola

Multikulturní výchova (MKV)

- Lidské vztahy

Výchovné a vzdělávací strategie pro rozvoj klíčových kompetencí

Kompetence k učení:

- poznávání smyslu a cíle pohybových aktivit
- poznávání vlastních pohybových schopností a jejich individuální rozvoj
- prožívání souvislosti mezi tělesnou kondicí a psychickou pohodou
- sledování vývoje vlastní fyzické zdatnosti

Kompetence k řešení problémů:

- vnímání nejrůznějších problémových situací a plánování způsobu jejich řešení
- přemýšlení o problému při ovládnutí cviku, sportovního prvku a hledání tréninkové cesty
- hledání vhodné taktiky v individuálních i kolektivních sportech

Kompetence komunikativní:

- vyslechnutí a přijetí pokynů vedoucího družstva
- dodržování pravidel slušného chování
- komunikace na odpovídající úrovni, kultivovaný ústní projev
- pořizování záznamů a obrazových materiálů ze sportovních činností a jejich prezentace

Kompetence sociální a personální:

- spolupráce ve skupině
- dodržování pravidel fair play
- prezentace a podpora myšlenek olympijského hnutí
- rozvoj spolupráce uvnitř sportovního družstva, vytváření pravidel práce v týmu
- umožnění každému žákovi zažít úspěch

Kompetence občanské:

- respektování názorů ostatních
- formování volných a charakterových rysů
- aktivní zapojování se do sportovních aktivit
- potřeba dodržování hygieny při tělesných aktivitách
- poskytnutí první pomoci při lehčích úrazech
- emoční i věcné seznámení se škodlivostí drog a jiných škodlivých látek

Kompetence pracovní:

- příklady nutnosti dodržování pravidel ve sportu i v životě
- upozorňování na možná rizika při pohybových aktivitách, předcházení nebezpečným situacím
- zpracovávání a prezentace naměřených výkonů
- ovládnutí základních postupů první pomoci
- vedení žáků k dodržování obecných pravidel bezpečnosti