

Výchova ke zdraví

Charakteristika vyučovacího předmětu

1. Obsahové, časové a organizační vymezení

Vyučovací předmět výchova ke zdraví je nedílnou součástí vzdělávací oblasti člověk a zdraví. Je úzce spjat s vyučovacími předměty biologie, občanská výchova a tělesná výchova. Předmět výchova ke zdraví se vyučuje jako samostatný předmět v celé třídě v primě a kvartě vždy po jedné hodině týdně.

Vzdělávání v předmětu výchova ke zdraví :

- vede k preventivní ochraně zdraví
- učí základní hygienické, stravovací, pracovní i jiné zdravotně preventivní návyky
- směřuje k dovednosti odmítat škodlivé látky
- vede k předcházení úrazům
- učí orientaci v základních otázkách sexuality a uplatňování odpovědného sexuálního chování
- vede k upevnění návyků poskytovat základní první pomoc

Žák na konci kvarty získá aktivní vztah k odpovědnosti za ochranu zdraví vůči sobě a jiným. Očekávané výstupy zvládají žáci v rámci svých možností a schopností.

Formy a metody práce v předmětu výchova ke zdraví:

- základní formou výuky je výklad, doplněný názornými ukázkami
- práce ve skupinách při řešení problémů
- frontální výuka
- nové výukové metody: projekt, myšlenková mapa, brainstorming

Předmětem prolínají **průřezová témata**, důraz je kladen na zodpovědnost každého jedince za své zdraví (Osobnostní a sociální výchova , Výchova demokratického občana, Mediální výchova), na zodpovědnost a spoluzodpovědnost za stav životního prostředí (Environmentální výchova), na rozvoj komunikace a respektování práv druhých (Multikulturní výchova).

Cílové zaměření předmětu

Učitel směřuje k utváření a rozvíjení klíčových kompetencí tím, že vede žáky k:

- poznávání zdraví jako nejdůležitější životní hodnoty
- pochopení zdraví jako vyváženého stavu tělesné, duševní i sociální pohody
- vnímání radostných prožitků z činností spojených s pohybem, příjemným prostředím a dobrými vztahy
- poznávání člověka jako biologického jedince závislého na způsobu vlastního jednání a rozhodování, kvalitě prostředí a mezilidských vztazích
- získávání základní orientace v názorech, co je zdravé, zdraví prospěšné a co zdraví ohrožuje a poškozuje
- využívání osvojených preventivních postupů pro ovlivňování zdraví, aktivní podpora zdraví

2. Výchovné a vzdělávací strategie pro rozvoj klíčových kompetencí žáků

a) Kompetence k učení

Učitel:

- vede žáky k efektivnímu učení
- k vyhledávání a třídění informací, které využívají v procesu učení
- k vytváření komplexnějšího pohledu na přírodní a společenské jevy
- k plánování, organizaci a řízení vlastního učení
- se zajímá o náměty, názory, zkušenosti žáků
- zadává úkoly, které vyžadují využití poznatků z různých předmětů
- zařazuje metody, při kterých docházejí k závěrům, řešením sami žáci

b) Kompetence k řešení problémů

Učitel

- vede žáky k řešení nejrůznějších problémových situací – mimořádné situace, krizové situace
- vede k vyhledávání informací vhodných k řešení problémů-
- vede žáky k dovednosti kriticky myslet a obhájit svá rozhodnutí
- klade otevřené otázky
- ukazuje žákovi cestu ke správnému řešení prostřednictvím jeho chyb
- podněcuje žáky k argumentaci

c) Kompetence komunikativní

Učitel

- vede žáky k výstižnému, souvislému a kultivovanému projevu
- účinně žáky zapojuje do diskuze
- vede žáky k uplatnění bezpečného a odpovědného sexuálního chování s ohledem na zdraví a etické partnerské vztahy
- vytváří příležitosti pro relevantní komunikaci mezi žáky

d) Kompetence sociální a personální

Učitel

- zadává úkoly, při kterých mohou žáci spolupracovat
- vede žáky k tomu, aby brali ohled na druhé
- vyžaduje dodržování pravidel slušného chování

e) Kompetence občanské

Učitel

- vede žáky k tomu, aby respektovali názory ostatních
- vede žáky k tomu, aby na základě jasných kritérií hodnotili svoji činnost nebo její výsledky
- učí chápání základních ekologických souvislostí, respektování požadavků na kvalitní životní prostředí
- pěstuje dovednost žáka rozhodovat se v zájmu podpory a ochrany zdraví

f) Kompetence pracovní

Učitel

- vede žáky k efektivitě při organizování vlastní práce
- vede žáky k dodržování obecných pravidel bezpečnosti
- vytváří pro žáky příležitosti k aplikacím v modelových situacích
- vyžaduje, aby žáci ovládali základní postupy první pomoci