TEMATICKÝ, časový PLÁN vyučovací předmět: Výchova ke zdraví ročník: 8. A, B, C

školní rok: 2022/2023 vyučující: Mgr. Janoušková

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| cíl vyučovací hodiny(konkretizovaný výstup) | téma(konkretizované učivo) | zaměření na rozvíjení klíčových kompetencí | Poznámkyzařazená PT, mezipředmětové vztahy, projekty |
| Září- vymezí pojem zdraví - uvede složky lidského zdraví- popíše význam duševního zdraví- objasní pojem stres a napětí | - zdraví- oblasti zdraví- duševní zdraví- stres | Kompetence k učení - vyhledává a třídí informace |  |
| Říjen- vyzkouší možnosti hodnocení tělesného zdraví- objasní význam sociálního zdraví- uvede význam mezilidských vztahů- vymezí pojem šikana | - duševní zdraví- sociální zdraví- šikana | Kompetence komunikativní - formuluje a vyjadřuje své názory a myšlenky  | OSV - mezilidské vztahy |
| Listopad- vymezí pojem závislost- rozdělí drogy do skupin- uvede účinky drog na lidský organismus | - autodestruktivnízávislosti | Kompetence k učení - propojuje poznatky do širších souvislostí |  |
| Prosinec- rozliší typy zlomenin- provádí nácvik první pomoci při zlomeninách- uvede příklady improvizovaných pomůcek při fixaci zlomenin- uvede nemoci kosterní soustavy | - zlomeniny- nemoci kosterní soustavy | Kompetence sociální a personální - spolupracuje ve skupině |  |
| Leden- rozezná typy krvácení- provádí praktický nácvik zástavy krvácení- nacvičuje kontrolu dechu a krevního oběhu- uvede důležitá čísla pro přivolání pomoci- uvede krevní skupiny | - zjišťování životních funkcí- typy krvácení- zástava krvácení- tlakový obvaz- krevní skupiny | Kompetence pracovní - řídí se obecnými zásady a principy | projekt - krevní skupiny |
| Únor- uvede nemoci horních a dolních cest dýchacích- prakticky nacvičuje resuscitaci- uvede důležité vitamíny a jejich význam | - resuscitace- horní a dolní cesty dýchací- vitamíny | Kompetence k řešení problémů - přemýšlí o problémech a hledá vhodná řešení |  |
| Březen - uvede základní složky potravy- popíše zásady péče o chrup- uvede nemoci trávicí soustavy- rozliší poruchy příjmu potravy | - bílkoviny, cukry, tuky- lidský chrup - nemoci trávicí soustavy- anorexie, bulimie | Kompetence k učení - vyhledává a třídí poznatky |  |
| Duben- uvede nemoci vylučovací soustavy- uvede nemoci kožní soustavy- popíše zásady péče o pleť a kůži- uvede příklady onemocnění nervové soustavy   | - nemoci vylučovací soustavy- kůže | Kompetence k řešení problémů - využívá získané vědomosti a dovednosti k získávání variant řešení  |  |
| Květen- popíše princip krátkozrakosti a dalekozrakosti- popíše poruchy činnosti endokrinních žláz- popíše vliv hormonů na dospívání | - krátkozrakost, dalekozrakost- endokrinní žlázy- hormony | Kompetence komunikativní - získané poznatky vhodně předá ostatním |  |
| Červen- popíše menstruační cyklus- uvede zásady bezpečného sexu- porovná pohlavní choroby- objasní pojem sexuální deviace | - menstruace- dospívání, puberta- bezpečný sex- pohlavní choroby- sexuální deviace | Kompetence sociální a personální - respektuje názory a postoje ostatních | OSV - mezilidské vztahy |