



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



**Název projektu:**

**Internacionalizace, spolupráce, inovace, reflexe a evaluace v přípravě budoucích učitelů**

**Registrační číslo:**

**CZ.02.3.68/0.0/0.0/19\_068/0015764**

**Toto dílo podléhá licenci Creative Commons 4.0 ve variantě BY-SA**



# Výchova ke zdraví

# Výchova ke zdraví – nová gramotnost pro život

- Výchova ke zdraví je novým všeobecně vzdělávacím oborem
- Edukace v oblasti zdraví – politika podpory zdraví (celosvětový kongres pro záchranu zdraví obyvatel planety v Ottawě roku 1986)

# Složky podpory zdraví

1. Výchova ke zdraví
2. Tvorba prostředí (jednota věcného a sociálního prostředí)
3. Cílené projekty a programy (orientované převážně preventivně a na dlouhodobé výsledky v této oblasti)

# Podněty pro zavádění výchovy ke zdraví

1. zhoršování životního prostředí – lokální i globální
2. zvýšení nároků na dosažení a udržení kvality života jak jednotlivce, tak celých společenství (celoživotní stres)
3. zvyšování výskytu osob s nadměrnou váhou a s diagnózou obezity, a to již od dětského věku;
4. snižování věkové hranice osob, které už mají zkušenosti s konzumem některé z návykových látek,
5. nárůst nepředvídatelného násilného chování jednotlivců i skupin,
6. nerovný přístup obyvatelstva planety k podmínkám podporujícím zdraví a edukaci v této oblasti

# Požadavky na člověka podporujícího zdraví

- 1. Rozumí holistickému pojetí zdraví, pojmům podpory zdraví a prevence nemocí
- 2. Uvědomuje si, že zdraví je prioritní hodnotou
- 3. Dovede řešit problémy a řeší je
- 4. Má vyvinutou odpovědnost za vlastní chování a způsob života
- 5. Posiluje duševní odolnost
- 6. Ovládá dovednosti komunikace a spolupráce
- 7. Spolupodílí se aktivně na tvorbě podmínek a prostředí
- pro zdraví všech

# Vzdělávací obor - Výchova ke zdraví - specifické cíle:

- **formování pozitivního vztahu k vlastnímu zdraví a k celoživotní odpovědnosti za podporu a ochranu svého zdraví i zdraví druhých,**
- **utváření pozitivních mezilidských vztahů v rodině a v širším společenství založených na úctě, toleranci a empatii,**
- **utváření odpovědného (neohrožujícího a nepoškozujícího)**
- **chování vůči sobě a ostatním, přírodě a životnímu prostředí, předvídání a analyzování důsledků vlastního chování a jednání v různých situacích (sexuální chování, sexuální kriminalita, zneužívání návykových látek, projevy násilí aj.),**
- **osvojení sociálních dovedností a modelů chování, utváření kvalitních mezilidských vztahů, empatie, interakčních a vztahových dovedností pro život s druhými lidmi, snižování rizik v souvislosti se sociálně patologickými jevy, včetně napravování (korigování) chybných rozhodnutí aj.**

# Tématické okruhy Výchovy ke zdraví podle RVP ZV

- Vztahy mezi lidmi a formy soužití
- Změny v životě člověka a jejich reflexe
- Zdravý způsob života a péče o zdraví
- Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence
- Hodnota a podpora zdraví
- Osobnostní a sociální rozvoj

# Koncipování předmětu Výchovy ke zdraví

## ➤ SAMOSTATNÝ VYUČOVACÍ PŘEDMĚT

s názvem **Výchova ke zdraví** nebo jiným vhodným názvem,,který vyjadřuje cílové a obsahové zaměření vyučovacího předmětu.

Doporučené varianty založené na předpokladu, že v učebním plánu ŠVP vyčleníme pro VkJ 3 hodiny, případně k posílení vyučovacího předmětu využijeme disponibilní časovou dotaci: v 6. až 8. ročníku 1 hodina týdně; v 7. až 9. ročníku 1 hodina týdně; ve 2. pololetí 6. ročníku, v 7. až 8. ročníku a v 1. pololetí 9. ročníku 1 hodina týdně; v 6. až 9. ročníku 1 hodina týdně (vyučovací předmět je posílen o 1 hodinu z disponibilní časové dotace nad rámec závazného minima).

## ➤ INTEGROVANÝ VYUČOVACÍ PŘEDMĚT

s příznačným názvem ....., který vyjadřuje obsah vzdělávacích oborů, které jsou v rámci integrace využity. Vzdělávací obsah, dvou nebo více vzdělávacích oborů můžeme integrovat:

- na úrovni příbuzných (obsahově blízkých) vzdělávacích oborů (např. v 8. ročníku: *Výchova ke zdraví a Přírodopis*),
- na úrovni obsahově blízkých tematických okruhů dvou vzdělávacích oborů (např. *Výchova ke zdraví a Výchova k občanství*, tematické okruhy: Změny v životě člověka a jejich reflexe; Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence; Osobnostní a sociální rozvoj – Člověk ve společnosti; Člověk jako jedinec; Stát a právo). Pokud se rozhodneme pro *integrováný vyučovací předmět*,

# Metody výuky VkZ s aktivní účastí žáků

- Diskuse ve třídě (různí skupiny)
- Shromažďování nápadů (brainstorming)
- Přehrávání rolí
- Malé skupiny a diskusní skupiny
- Hry a modelování situací
- Situační analýza a případové studie
- Debata
- Vyprávění příběhů

Zdroj prezentace: MACHOVÁ, J. A KOL.: Výchova ke zdraví. Praha: Grada, 2009