**Vzdělávací oblast: Výchova ke zdraví**

**Vyučovací předmět: Člověk a zdraví**

**Ročník: 8.**

| Výstup | Učivo | Průřezová témataMezipředmětové vztahy **Projekty** | Poznámky |
| --- | --- | --- | --- |
| * projevuje odpovědné chování v situacích ohrožení zdraví, osobního bezpečí, při mimořádných událostech * umí charakterizovat mimořádné události, IZS * usiluje v rámci svých možností a zkušeností o aktiv. podporu zdraví * vyjádří vlastní názor k problematice zdraví a diskutuje o něm v kruhu vrstevníků, rodiny a v nejbližším okolí * v případě potřeby poskytne adekvátní první pomoc * dává do souvislosti složení stravy * a způsob stravování s rozvojem civilizačních nemocí * v rámci svých možností uplatňuje zdravé stravovací návyky * uvádí do souvislostí zdravotní a psychosociální rizika spojená se zneužíváním návykových látek a životní perspektivu mladého člověka * uplatňuje osvojené sociální dovednosti a modely chování při kontaktu se sociálně patologickými jevy ve škole i mimo ni, v případě potřeby vyhledá odbornou pomoc sobě nebo druhým * projevuje odpovědný vztah k sobě samému, k vlastnímu dospívání a pravidlům zdravého životního stylu * respektuje změny v období dospívání a vhodně na ně reaguje, kultivovaně se chová k opačnému pohlaví * respektuje význam sexuality v souvislosti se zdravím, etikou, morálkou a pozitivními životními cíli, chápe význam zdrženlivosti v dospívání a odpovědného sexuálního chování | **Mimořádné situace**   * charakter mimořádné události,tísňová volání * varovný signál a chování po jeho vyhlášení * evakuace * improvizovaná ochrana * havárie s únikem nebezpečné látky   **Člověk ve zdraví a nemoci**   * cesty přenosu nákaz a jejich prevence * nákazy respirační, přenosné potravou, získané v přírodě, přenosné krví a sexuálním kontaktem, přenosné bodnutím hmyzu a stykem se zvířaty * ochrana před chronickými nepřenosnými chorobami * prevence kardiovaskulárních a metabolických onemocnění, léčebná péče, * základy první pomoci  Zdravá výživa  * vliv výživy a způsobu stravování na zdraví člověka * zpracování a využívání potravin v těle * nežádoucí způsoby výživy * alternativní strava * manipulativní reklama a informace, reklamní vlivy * zásady při výběru a přípravě pokrmů   Prevence zneužívání návykových látek   * drogy kolem nás * nebezpečnost závislostí  Osobní bezpečí  * agresivita v životě člověka * bezpečné chování a komunikace, bezpečný pohyb v rizikovém prostředí * nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronic. médií * sebeochrana a vzájemná pomoc v rizikových situacích a v situacích ohrožení   **Lidská sexualita aneb co je to láska?**   * lidská sexualita a láska * láska a její odlišnosti * zdraví reprodukční soustavy * sexualita jako součást formování osobnosti * zdrženlivost, předčasná sexuální zkušenost, promiskuita * akutní „onemocnění“ láskou * plánované rodičovství, metody antikoncepce, problémy těhotenství | **VDO – občan, občanská společnost a stát** – samostatné a odpovědné řešení problémů – přístup k druhým, zásady slušnosti, tolerance, odpovědné chování OSV - morální rozvoj, osobnostní rozvoj, sociální rozvoj – modely řešení problémů, zvládání rozhodovacích situací, poznávání sebe a lidí a jednání ve specifických rolích a situacích, utváření postojů a hodnotové orientace optimální pro zvládání „provozu“ každodenní existence v jejich běžných i náročnějších formách, prevence soc.pat. jevů a negativních způsobů chování, komunikaceMKV - lidské vztahy, kulturní diference, etnický původ, princip sociálního smíru a solidarity – tolerantní vztahy, spolupráce s ostatními, každý člověk je individualita, odlišnost a vzájemná rovnost, odpovědnost každého jedince – lidská práva **EV – základní podmínky života, lidské aktivity a problémy ŽP, vztah člověka k prostředí** – vysoké oceňování zdraví, chápání vlivu prostředí na vlastní zdraví a na zdraví ostatních lidí, přírodní zdroje a zdraví, životní styl lidí  Př – stavba lidského těla, léčivé rostliny, botanika, AIDS a další nemoci, těhotenství, stavba rozmnožovacích orgánů  Tv – držení těla, cvičení  F – jaderná energie  ICT – informace  Ch – výroba chemikálií a jejich účinky  Ov – zásady slušného chování  Projekt: Zdravé či nezdravé?  Projekt: Jak se ubránit, jak pomoci? | Spolupráce se Stobíkem  Video  Beseda |