



# CELOROČNÍ ROZVRŽENÍ UČIVA

Celoroční rozvržení učiva – návrh časově tematického plánu  
Rodinná výchova – 1 hodina týdně (celkem 33 hodin)

Hodinová dotace	Tematický celek	Nové termíny
asi 7 hod. (do konce října)	<b>Rodina a širší sociální prostředí</b> Rodina – postavení a role ženy a muže Vliv rodiny na rozvoj osobnosti dítěte Komunikace Komunikace v rodině Komunikace mezi vrstevníky a ve společnosti dospělých Modelové situace zaměřené na osvojení komunikačních dovedností Kamarádství, přátelství, láska	jedinec, identita, společnost, stát, individualita, osobnost, rasismus, diskriminace, xenofobie, funkce rodiny, role, vzájemná tolerance a pomoc, emancipace, matriarchát, patriarchát, výchova, komunikace, kultura, polygamie, kompromis, hra, parta, kamarádství a přátelství, láska
asi 2 hod. (do pol. listopadu)	<b>Rozvoj osobnosti</b> Duševní a tělesné zdraví Vyrovnávání se s problémem (únik) – úvod	zdraví, zdravý životní styl, prevence, konflikt, únik, nedorozumění, problém, psychosomatické onemocnění
asi 4 hod. (do začátku ledna)	<b>Osobní bezpečí</b> Způsoby chování v krizových situacích – šikanování, deviantní osoby Způsoby chování při pobytu v různých prostředích Dětská krizová centra, linky důvěry Zdokonalování nácviku komunikace s linkou důvěry a jinými specializovanými službami Beseda s policistou	šikana, pasivní a agresivní formy, agresor, oběť, <b>Linka důvěry</b> <b>Linka dětské pomoci</b> <b>Centrum protidrogové prevence a terapie</b> tragédie, pohroma, katastrofa, havárie
asi 3 hod. (do konce ledna)	<b>Péče o zdraví, osobní hygiena, režim dne</b> Osobní hygiena, intimní hygiena chlapců a dívek Odívání – různé příležitosti a činnosti Režim dne – vedení záznamu o čase stráveném u televize, videa a počítače a jeho srovnání s časem věnovaným pohybu Volný čas – diskuse	počítačová gramotnost, psychická závislost na počítačích
asi 6 hod. (do konce března)	<b>Zdravá výživa</b> Vliv výživy na zdravotní stav lidí Výživová hodnota potravy, energetická potřeba organismu Způsoby technologie zpracování jednotlivých druhů potravin ve vztahu ke zdravé výživě Sestavování jídelníčku Hodnocení jídelníčku v rodině a ve školní jídelně	výživa, zdravá výživa, živiny, poživatiny, potraviny, pochutiny, energetická hodnota, dieta, jídelníček, vitamíny, minerály, voda, pitný režim,

# CELOROČNÍ ROZVRŽENÍ UČIVA



<b>Hodinová dotace</b>	<b>Tematický celek</b>	<b>Nové termíny</b>
asi 3 hod. <i>(do pol. dubna)</i>	<b>z hlediska zásad zdravé výživy</b> Recept na přípravu jednoduchého pohoštění ze studené kuchyně	úprava potravin, zásady zdravé výživy, nádorová onemocnění, kardiovaskulární onemocnění, cukrovka, obezita
asi 8 hod. <i>(do konce června)</i>	<b>Sexuální výchova</b> Proměny člověka v období dospívání Vztahy mezi chlapci a děvčaty Sexuální zneužívání – pedofilie (viz. osobní bezpečí)	pohlaví, prepuberta, puberta, adolescence, hormony, sexualita, primární a sekundární znaky dospívání
asi 8 hod. <i>(do konce června)</i>	<b>Prevence zneužívání návykových látek</b> Pozitivní životní cíle a hodnoty Alkoholismus Kouření Propagace tabákových výrobků a alkoholu formou reklamy Modelové situace zaměřené na nácvik způsobu odmítání Centra odborné pomoci	hodnota, hodnotový systém, etika, životní cíle, demokracie, lidská práva, droga, závislost, nikotin, pasivní kuřáctví, abstinenční příznaky, alkohol, otrava alkoholem, abstinent, konzument, alkoholik