

# VÝCHOVA KE ZDRAVÍ (6. – 9. ročník)

## Charakteristika předmětu

Předmět VÝCHOVA KE ZDRAVÍ, v návaznosti na Přírodovědu ve 4. a 5. ročníku, rozvíjí a prohlubuje daná témata o specifické poznatky a dovednosti, které žákům umožňují lépe porozumět různým životním situacím a správně se rozhodovat v otázkách zdraví, partnerských vztahů, rodinného života, osobního bezpečí a rizik v souvislosti se sociálně patologickými jevy. Vede žáky k aktivnímu rozvoji a ochraně zdraví v propojení všech jeho složek (sociální, psychické a fyzické) a učí je být za ně odpovědný. Svým vzdělávacím obsahem se prolíná do ostatních vzdělávacích oblastí. Ve svém výrazně činnostním pojetí umožňuje tato výuka učitelům navazovat potřebný kontakt se žáky a přispět k tolik potřebnému přiblížení školy a rodiny.

Výchova ke zdraví vytváří prostor pro formativní působení na dospívající žáky, a tím významně přispívá k jejich osobnostnímu vývoji. Nejdůležitějšími obsahovými prvky jsou zdraví a rodina jako základní předpoklad utváření vlastního životního stylu a vztahů s lidmi. Komplexní charakter předmětu dává možnost zabývat se tématy z různých pohledů a naplňovat je učivem podle vyspělosti, otevřenosti a zájmu žáků.

V souvislosti se změnami v RVP a s nárokem na časové dotace jednotlivých předmětů, může být Výchova ke zdraví realizována pouze v některých ročnících. Pro tento případ jsou v tabulkách vyznačena **barevně** základní a zároveň nejdůležitější témata výchovy ke zdraví.

## Specifické cíle předmětu:

- Žák si uvědomuje základní problémy a potřeby v oblasti zdravého životního stylu, rodinného života a osobního bezpečí
- Žák zaujímá vlastní postoj směřující ke zdravému způsobu života

- Žák směřuje k odpovědnému chování při budování partnerských vztahů, při plánování rodičovství, i při utváření vlastního životního stylu
- Žák se orientuje v konfliktních a krizových situacích, hledá jejich optimální řešení a adekvátně na ně reaguje
- Žák je schopen přijmout odpovědnost za bezpečí své i jiných
- Žák zná dostupné informační zdroje týkající se problematiky zdravého způsobu života a preventivního jednání v souvislosti se sociálně patologickými jevy
- Žák dovede využít získané poznatky k ochraně a upevnění svého zdraví a k posílení kvality svého života

#### **Nejčastější formy výuky:**

- Frontální výuka (osvojení nových pojmů a souvislostí)
- Práce ve dvojicích (argumentace)
- Skupinová práce (řešení problémů, dramatizace)
- Individuální (pracovní listy, úvaha, zamyšlení)

#### **Metody používané při výuce:**

- Dialog (hledání kompromisu, utváření názoru a postoje)
- Diskuze (argumentace, komplexní pojetí problémového úkolu, vyjádření názoru)
- Dramatizace (návěst preventivního jednání v problémových situacích, vyjádření pocitů a emocí k tématu)
- Brainstorming (rozvoj asociací k danému tématu, třídění informací do skupin podle různých kritérií)
- Práce s textem (hodnocení, kritické uvažování, porovnávání s vlastní zkušeností)
- Didaktické hry (zaměřené na sebepoznání, zaujmutí postoje k tématu či názoru, vyjádření pocitů)

- Kooperace (spolupráce ve skupině při dosahování daných cílů)
- Práce s pracovním listem (opakování a utřídění probírané látky)

### **Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření:**

- chápe význam dobrého soužití mezi vrstevníky i členy rodiny
- uvědomuje si základní životní potřeby a jejich naplňování ve shodě se zdravím
- respektuje zdravotní stav svůj i svých vrstevníků a v rámci svých možností usiluje o aktivní podporu zdraví
- projevuje zdravé sebevědomí a preferuje ve styku s vrstevníky pozitivní životní cíle, hodnoty a zájmy
- dodržuje správné stravovací návyky a v rámci svých možností uplatňuje zásady správné výživy a zdravého stravování
- svěří se se zdravotním problémem
- dává do souvislosti zdravotní a psychosociální rizika spojená se zneužíváním návykových látek a provozováním hazardních her
- uplatňuje osvojené sociální dovednosti při kontaktu se sociálně patologickými jevy
- zaujímá odmítavé postoje ke všem formám brutality a násilí
- uplatňuje způsoby bezpečného chování v sociálním kontaktu s vrstevníky, při komunikaci s neznámými lidmi, v konfliktních a krizových situacích a v případě potřeby vyhledá odbornou pomoc; ví o centrech odborné pomoci, vyhledá a použije jejich telefonní čísla
- chová se odpovědně při mimořádných událostech a prakticky využívá základní znalosti první pomoci při likvidaci následků hromadného zasažení obyvatel

# 6. ročník

VÝSTUPY	UČIVO	PRŮŘEZOVÁ TÉMATA	MEZIPŘEDMĚTOVÉ VZTAHY
<ul style="list-style-type: none"> <li>Žák chápe význam pravidelného režimu pro své zdraví</li> <li>Žák zařazuje do organizace svého dne dostatek pohybu</li> <li>Žák dovede předcházet únavě správným nastavením režimu</li> </ul>	<p><b>Režim dne</b> (práce, volný čas, spánek, únava, aktivní odpočinek)</p> <p><b>Tělesná a duševní hygiena</b> - zásady osobní, intimní a duševní hygieny, otužování</p>	<p><b>OSV:</b></p> <p>Sebepoznání a sebepojetí            Pozitivní naladění mysli            Zvládání stresových situací            Mezilidské vztahy            Komunikace            Kooperace a kompetice            Řešení problémů a rozhodování</p> <p><b>MKV:</b></p> <p>Tolerance a respekt k rozdíům mezi lidmi</p> <p><b>ENV:</b></p> <p>Porozumění vztahům člověka a prostředí            Utváření zdravého životního stylu</p>	<p>Občanská výchova</p> <p>Dějepis</p> <p>Tělesná výchova</p> <p>Přírodopis</p> <p>Výtvarná výchova</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Žák si vyzkouší některé relaxační techniky</li> <li>Žák si uvědomuje skrytá nebezpečí stresu</li> </ul>	<b>Duševní hygiena</b> (stres, relaxace)		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Žák dává do souvislostí historické typy rodin</li> <li>Žák popisuje současnou podobu rodinného života</li> <li>Žák respektuje specifika různých typů rodin</li> <li>Žák si osvojuje způsoby komunikace s blízkými lidmi</li> </ul>	<b>Rodina</b> (vznik, historie, funkce, typy rodin, potřeby, problémy)		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Žák se podílí na vylepšení svého životního prostředí</li> <li>Žák vyjadřuje pocity spojené s domovem a zařazuje si je do systému hodnot</li> </ul>	<b>Domov a rodina</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Žák se orientuje v jednotlivých složkách domácnosti a rozumí jejich smyslu</li> </ul>	<b>Domácnost</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Žák rozpozná negativní vlivy ve svém okolí</li> <li>Žák adekvátně reaguje na nebezpečí</li> <li>Žák vyhledává efektivní způsoby řešení</li> </ul>	<b>Sociálně patologické jevy</b> (krizové situace, nástrahy lidské společnosti)		

problémových situací			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák v případě potřeby vyhledá odbornou pomoc sobě nebo druhému</li> <li>• Žák není lhostejný k problémům svého okolí</li> <li>• Žák projevuje odpovědné chování v rizikových situacích silniční a železniční dopravy</li> <li>• aktivně předchází situacím ohrožení zdraví</li> <li>• v případě potřeby poskytne adekvátní první pomoc</li> <li>• uplatňuje adekvátní způsoby chování a ochrany v modelových situacích ohrožení, nebezpečí i mimořádných událostí</li> </ul>	<p><b>Osobní bezpečí</b> (dětská práva, linka bezpečí, krizová centra)</p> <p><b>Rizika silniční a železniční dopravy:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vztahy mezi účastníky silničního provozu</li> <li>- postup v případě dopravní nehody</li> </ul> <p><b>Ochrana člověka za mimořádných událostí:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- klasifikace mimořádných událostí</li> <li>- varovný signál a jiné způsoby varování</li> <li>- úkoly ochrany obyvatelstva, evakuace</li> <li>- prevence vzniku mimořádných událostí</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák vysvětlí na příkladech souvislosti mezi zdravím tělesným, duševním a sociálním.</li> <li>• Žák odvozuje faktory zdraví od svého životního stylu a stavu životního prostředí</li> <li>• Žák se seznamuje s nadnárodními programy podpory zdraví a vyhledává jejich aplikace pro naše podmínky</li> </ul>	<p><b>Zdraví</b> (komplexní pojetí):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- podpora zdraví a její formy – prevence a intervence, působení na změnu kvality prostředí a chování jedince</li> <li>- odpovědnost jedince za zdraví</li> <li>- podpora zdravého životního stylu, programy podpory zdraví</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák projevuje odpovědný vztah k sobě samému a k pravidlům zdravého životního stylu</li> </ul>	<p><b>Zdravý životní styl</b> (složky životního stylu)</p>		

## 7. ročník

VÝSTUPY	UČIVO	PRŮŘEZOVÁ TÉMATA	MEZIPŘEDMĚTOVÉ VZTAHY
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák si uvědomuje souvislosti mezi vývojem</li> </ul>	<p><b>Puberta</b> (vývoj – fyzické a psychické</p>		

<p>člověka a proměnami vzhledu a uvažování v období puberty</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• respektuje změny v období dospívání, vhodně na ně reaguje</li> <li>• kultivovaně se chová k opačnému pohlaví</li> <li>• Žák rozumí hormonálním procesům ve svém těle a učí se zdrženlivosti</li> </ul>	<p>proměny, emoce, konflikty)</p>	<p><b>OSV:</b></p> <p>Sebekontrola a sebeovládání  Pozitivní naladění mysli  Zvládání stresových situací  Mezilidské vztahy  Vzájemné poznávání ve skupině</p>	<p>Občanská výchova   Tělesná výchova   Přírodopis   Matematika</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Žák se aktivně podílí na zlepšení svého životního prostředí</b></li> <li>• <b>Žák se chrání před škodlivými vlivy vnějšího prostředí</b></li> <li>• <b>Žák posuzuje důsledky nezdravého způsobu života</b></li> <li>• <b>Žák rozlišuje chování zdraví prospěšné vůči chování zdraví škodícímu</b></li> <li>• <b>Žák jmenuje příklady civilizačních chorob</b></li> <li>• <b>Žák vysvětluje příčiny a důsledky těchto chorob v souvislosti s životním stylem</b></li> <li>• <b>Žák dodržuje základy bezpečnosti při výuce i mimo ni</b></li> <li>• <b>Žák praktikuje základní ošetření při úrazech</b></li> <li>• <b>Žák rozumí významu očkování a uvádí příklady infekčních chorob</b></li> </ul>	<p><b>Zdraví:</b></p> <p>Faktory zdraví - vlivy vnějšího a vnitřního prostředí na zdraví – kvalita ovzduší a vody, hluk, osvětlení, teplota</p> <p><b>Ochrana před přenosnými chorobami (cesty přenosu, prevence)</b></p> <p><b>Civilizační choroby – prevence kardiovaskulárních a metabolických onemocnění; preventivní a léčebná péče</b></p> <p><b>Odpovědné chování v situacích úrazu a život ohrožujících stavů</b>  (úrazy  v domácnosti, při sportu, na pracovišti, v dopravě), základy první pomoci</p>	<p>Komunikace  Kooperační a kompetice  Řešení problémů a rozhodování</p> <p><b>MKV:</b></p> <p>Tolerance a respektování rozdílů mezi lidmi  Rozpoznání rasové nesnášenlivosti  Přijetí odlišných sociokulturních skupin  Odstraňování xenofobie  Multikulturní terminologie</p>	<p>Chemie   Výtvarná výchova   Příprava pokrmů</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Žák optimálně rozvrhuje svůj denní režim</b></li> <li>• <b>Žák uplatňuje metody aktivního odpočinku</b></li> </ul>	<p><b>Zdravý životní styl (denní režim, pohyb, výživa a stravování, péče o zdraví,</b></p>	<p><b>ENV:</b></p>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák si uvědomuje negativní dopad návykových látek na zdraví</li> </ul>	<p>prevence užívání návykových látek)</p>	<p>Porozumění vztahům člověka a prostředí</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák vysvětluje rozdíl mezi biologickou a energetickou hodnotou potravy</li> <li>• Žák rozlišuje základní skupiny potravin a jmenuje jejich význam pro výživu</li> <li>• Žák vhodně sestavuje jídelníček a obhájí své návrhy</li> <li>• Žák se orientuje v alternativních výživových směrech a hledá jejich přínos pro stravování</li> <li>• Žák si vytváří vhodné stravovací návyky</li> </ul>	<p><b>Výživa</b> (výživová hodnota potravy, potraviny, jídelníček, poruchy příjmu potravy, alternativní výživové směry)</p>	<p>Utváření zdravého životního stylu</p> <p>Vlastní odpovědnost k životnímu prostředí</p> <p>Komunikace o problémech životního prostředí a argumentace vlastních názorů</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák se seznámí s obsahem sdělení na obalech potravin</li> <li>• Žák porovnává složení a kvalitu jednotlivých potravin</li> <li>• Žák popisuje možnosti skladování potravin</li> <li>• Žák používá vhodné technologické postupy při přípravě pokrmů</li> </ul>	<p><b>Hygiena výživy</b> (nákazy z potravy, obal potravin, skladování, příprava pokrmů)</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák sleduje a hodnotí komplexní povahu komunikace mezi lidmi</li> <li>• Žák obohacuje komunikaci rozvojem své slovní zásoby a uplatňováním neverbální složky komunikace</li> </ul>	<p><b>Komunikace</b> (verbální a neverbální, komunikace v rodině a škole)</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák si osvojuje principy asertivního jednání pro ochranu své osoby</li> <li>• Žák rozpozná projevy agrese, rasismu a šikany</li> </ul>	<p><b>Sociálně patologické jevy</b> (konflikt, agrese, násilí, šikana, rasismus, syndrom CAN, kriminalita mládeže)</p>		

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák vybírá různé způsoby řešení problémů a hodnotí je</li> <li>• Žák zná krizové telefonní linky</li> <li>• Žák projevuje ochotu pomoci obětem sociálně patologických jevů</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák charakterizuje různé skupiny návykových látek</li> <li>• Žák třídí návykové látky podle různých kritérií (účinky, nebezpečí, dostupnost, důsledky,...)</li> <li>• Žák přesvědčivě argumentuje v souvislosti s odmítáním návykových látek</li> <li>• Žák se orientuje v nabídce specializované pomoci</li> </ul>	<p><b>Návykové látky</b> (rozdělení – drogy, alkohol, kouření a další závislosti, charakteristika, důsledky, legislativa, prevence)</p>		



# 8. ročník

VÝSTUPY	UČIVO	PRŮŘEZOVÁ TÉMATA	MEZIPŘEDMĚTOVÉ VZTAHY
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák vyhodnotí vážnost situace a navrhuje vhodná řešení</li> <li>• Žák rozumí nevyhnutelnosti konfliktu v lidském soužití a reaguje na základě pozitivních zkušeností s řešením těchto situací</li> <li>• Žák rozlišuje vhodné a nevhodné chování a reakce v různých životních situacích</li> <li>• Žák se aktivně podílí na prevenci stresu a duševních poruch</li> <li>• Žák má povědomí o systému krizové intervence a dokáže vyhledat pomoc</li> </ul>	<p><b>Krizové situace, konflikty a jejich řešení</b></p> <p>Psychická onemocnění, násilí mířené proti sobě samému</p> <p><b>Rizikové chování</b> (alkohol, aktivní a pasivní kouření, zbraně, nebezpečné předměty, nebezpečný internet)</p> <p><b>Násilné chování</b>, těžké životní situace a jejich zvládání, trestná činnost, dopink ve sportu)</p>	<p><b>OSV:</b></p> <p>Rozvoj schopnosti poznávání Sebepoznání a sebepojetí Mezilidské vztahy Komunikace Kooperační a kompetice Řešení problémů a rozhodování Analýza vlastních i cizích postojů a hodnot</p>	<p>Občanská výchova</p> <p>Tělesná výchova</p> <p>Přírodopis</p> <p>Výtvarná výchova</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák se podílí na odpovědnosti za své zdraví prostřednictvím kvalitního rozvíjení své osobnosti</li> <li>• Žák porovnává životní styl ve městě a na venkově a hodnotí jej</li> </ul>	<p><b>Život ve velkoměstě</b> (rozvoj civilizačních chorob, nevhodný životní styl)</p>	<p><b>VDO:</b></p> <p>Racionální uvažování a korekce vlastních emocí při setkávání s odlišnostmi</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák chápe rozdíly mezi zamilovaností, přátelstvím, láskou a manželstvím</li> <li>• Žák si uvědomuje rizika spojená s volbou partnera</li> <li>• Žák zaujímá hodnotové postoje a nacvičuje si</li> </ul>	<p><b>Mezilidské vztahy</b> (kamarádství, přátelství, láska, manželství, rodičovství)</p> <p><b>Seberegulace a sebeorganizace</b> činností a chování – cvičení sebereflexe, sebekontroly, sebeovládání a zvládání</p>	<p>Překonávání stereotypů a předsudků</p> <p><b>ENV:</b></p>	

<p>rozhodovací dovednosti pro řešení problémů v mezilidských vztazích</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák rozumí pojmům pomáhající a prosociální chování</li> <li>• Žák si uvědomuje dopad vlastního jednání a chování</li> </ul>	<p>problémových situací</p> <p>Stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení</p>	<p>Vnímání života jako nejvyšší hodnoty</p> <p>Utváření zdravého životního stylu</p> <p><b>MDV:</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák vysvětluje funkci pohlavních orgánů</li> <li>• Žák zařazuje reprodukční zdraví jako nedílnou součást celkového zdraví člověka</li> <li>• Žák se seznamuje s metodami antikoncepce a dává je do souvislosti se stylem života</li> <li>• Žák vyvozuje důsledky z předčasného zahájení sexuálního života a navrhuje preventivní opatření</li> <li>• Žák obhajuje právo jedince na ztotožnění se svou identitou</li> <li>• Žák upřednostňuje tolerantní přístupy k odchylkám v sexuálním životě</li> <li>• Žák rozpozná možná nebezpečí zejména při zahájení intimních vztahů a kriticky je vyhodnotí</li> <li>• respektuje význam sexuality v souvislosti se zdravím, etikou, morálkou a pozitivními životními cíli</li> <li>• chápe význam zdrženlivosti v dospívání a</li> </ul>	<p><b>Sexuální výchova</b> (pohlavní orgány a jejich funkce, pohlavní choroby, antikoncepce, pohlavní identita a její odchylky)</p> <p><b>Sexualita jako součást formování osobnosti</b></p>	<p>Kritické čtení a vnímání mediálních sdělení</p> <p>Obrana před manipulací</p> <p><b>EGS:</b></p> <p>Zapojení se do dobrovolných aktivit – charita, nadace,...</p>	

<p><b>odpovědného sexuálního chování</b></p>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák popisuje prenatální vývoj dítěte od počet k porodu</li> <li>• Žák vyjmenuje několik rizik spojených s těhotenstvím a navrhne k nim preventivní opatření</li> <li>• Žák dává do souvislosti problematiku zdraví a životního stylu s otázkami umělého oplodnění a potratů</li> <li>• Žák zařazuje vznik života a celkové zdraví dítěte na první příčky žebříčku hodnot</li> </ul>	<p><b>Vznik nového života</b> (těhotenství, plánované rodičovství, umělé oplodnění, potrat, adopce)</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák specifikuje jednotlivé fáze života</li> <li>• Žák vysvětluje na příkladech vývojové úkoly v těchto fázích</li> <li>• Žák si uvědomuje význam socializace člověka jako nedílné součásti celého jeho vývoje</li> </ul>	<p><b>Fáze lidského života</b> (charakteristika skupin - novorozenec, kojeneček, batole, předškolní věk, školní věk, adolescence, dospělost, stáří)</p>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Žák kriticky posuzuje pořady v médiích, vyhledává informace z více zdrojů a porovnává je</b></li> <li>• <b>Žák se seznamuje se základy legislativy v oblasti soc.patolog. jevů</b></li> <li>• <b>Žák diskutuje s vrstevníky nad pojmy promiskuita a sexuální zneužívání a utváří si vlastní názor</b></li> </ul>	<p><b>Sociálně patologické jevy</b> (pornografie, promiskuita, sexuální zneužívání, kriminalita, legislativa, problémy těhotenství a rodičovství mladistvých, poruchy pohlavní identity)</p>		

# 9. ročník

VÝSTUPY	UČIVO	PRŮŘEZOVÁ TÉMATA	MEZIPŘEDMĚTOVÉ VZTAHY
<ul style="list-style-type: none"> <li>Žák vyjmenuje složky domácnosti a vysvětlí jejich význam</li> <li>Žák vyhledává položky rozpočtu domácnosti a třídí je podle důležitosti</li> <li>Žák sestavuje rozpočet na základě různých kritérií (finance, životní styl, členové domácnosti,...)</li> </ul>	<b>Hospodaření domácnosti</b> (rozpočet, složky domácnosti, mzda, životní úroveň a styl)	<p><b>OSV:</b> Zvládání stresových situací Mezilidské vztahy Komunikace Řešení problémů a rozhodování</p> <p><b>MKV:</b> Princip sociálního smíru a solidarity</p> <p><b>ENV:</b> Porozumění vztahům člověka a prostředí Komunikace o problémech životního prostředí a argumentace vlastních názorů</p> <p><b>MDV:</b> Interpretace vztahu mediálních</p>	Občanská výchova  Dějepis  Tělesná výchova  Matematika  Výtvarná výchova
<ul style="list-style-type: none"> <li>Žák vysvětluje rozdíly mezi různými typy bydlení</li> <li>Žák vybírá vhodné bydlení podle způsobu života</li> <li>Žák se seznámí se zásadami ergonomie v bytě</li> <li>Žák uplatňuje kreativitu při navrhování interiérů</li> <li>Žák vyhledává informace o materiálech, ceně a funkčnosti nábytku a doplňků</li> <li>Žák plánuje konkrétní bydlení podle určitých předpokladů (finance, počet členů domácnosti, typ bytu, ...)</li> </ul>	<b>Kultura bydlení</b> (typy bydlení, ergonomie, zařízení bytu, kreativita, doplňky)		
<ul style="list-style-type: none"> <li>Žák posuzuje jednotlivé prvky módy a hodnotí je</li> <li>Žák charakterizuje historická období prostřednictvím módních stylů</li> </ul>	<b>Móda</b> (význam, osobní pojetí, historické souvislosti, návrhářství, styly)		

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák navrhuje barevné a materiálové kombinace oděvů podle svého vkusu a účelnosti</li> </ul>		sdělení a reality Rozvoj komunikace	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák hodnotí své schopnosti a dovednosti</li> <li>• Žák se seznamuje s nabídkou středních škol</li> <li>• Žák přiřazuje své schopnosti a nadání k vhodným typům povolání</li> <li>• Žák se zamýšlí nad významem vzdělání pro svůj osobnostní růst</li> <li>• Žák si vytváří představu o svém budoucím životě a hledá v něm adekvátní uplatnění</li> </ul>	<b>Volba povolání</b> (předpoklady osobnosti, struktura středních škol, druhy povolání, vlastnosti povolání, motivace a rozhodování, informace o povoláních a školách, sebehodnocení)	s veřejností  <b>EGS:</b> Souvislosti mez lokálními a globálními problémy Jazykový rozvoj Nadnárodní struktury a jejich význam pro jedince	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žák se orientuje v systému sociální péče a podpory</li> <li>• Žák navrhuje reálné postupy při řešení složitých životních situací</li> <li>• Žák hledá příčiny krizových situací, vytváří návody k jejich odstranění a utváří si tak návyky preventivního jednání v různých životních okamžicích</li> </ul>	<b>Krizová intervence</b> (centra prevence, pomoc v krizových situacích, sociální péče, systém sociální podpory)		