

Přípravy na vyučovací hodiny rodinné výchovy

Vypracovala: Lenka Mrhačová, Bi –Rv,
UČO: 105339

1. Příprava

Téma: Hormonální antikoncepce

Ročník: Osmý

- 1) Seznamovací hra: Žáci si sednou do kruhu. Musí vymyslet jednu pozitivní vlastnost na písmeno, kterým začíná jejich jméno. Hra postupuje po směru hodinových ručiček. Žák zopakuje všechny vlastnosti a jména, která byla před ním vyslovena a řekne svoji pozitivní vlastnost a jméno. Tento hra je způsob řetězovky.
- 2) Opakování metod hormonální antikoncepce:
Otázky pro žáky: K čemu slouží antikoncepce?
Jak dělíme antikoncepci?
Jak nás chrání před otěhotněním hormonální antikoncepce?
Jak nás chrání před otěhotněním nehormonální antikoncepce?
Jaké metody nehormonální antikoncepce znáte?
Jaká metoda antikoncepce nás chrání před pohlavními chorobami?
Která metoda antikoncepce není vhodná pro mladé dívky?
- 3) Úvod do tématu hormonální antikoncepce:
 - k čemu slouží.
 - způsob získání hormonální antikoncepce.
 - návštěva gynekologa (co si vzít s sebou, průběh vyšetření).
- 4) Prostor pro otázky žáků.

2. Příprava

Téma: Hormonální antikoncepce

Ročník: Osmý

- 1) Pokračování v tématu hormonální antikoncepce:
 - mechanismus účinku hormonální antikoncepce.
 - užívání hormonální antikoncepce.
 - začátek užívání hormonální antikoncepce (v které fázi menstruačního cyklu).
 - co dělat, když si zapomeneme vzít pilulku.
 - výhody a nevýhody hormonální antikoncepce.
 - lékové a jiné interakce hormonální antikoncepce.
- 2) Prostor pro otázky žáků.

3. Příprava

Téma: Hormonální antikoncepce

Ročník: Osmý

- 1) Rozdělení hormonální antikoncepce podle obsahu hormonů:
 - pilulky obsahující estrageny i gestageny (monofázická, bifázická, trifázická hormonální antikoncepce).
 - pilulky obsahující pouze gestageny.
- 2) Metody hormonální antikoncepce, jejich účinnost, jak často se musí užívat, omezení metod, nutnost lékařského předpisu...:
 - kombinovaná pilulka.
 - minipilulka.
 - antikoncepce v náplasti.
 - injekční antikoncepce.
 - podkožní tyčinka (implantát).
 - nitroděložní hormonální tělísko.
 - pohotovostní záchranná pilulka (Postinor 2).
- 3) 10 pověr o hormonální antikoncepci.
- 4) Ukázka letáků z hormonální antikoncepcí a ceníku hormonální antikoncepce.
- 5) Prostor pro otázky žáků.

4. Příprava

Téma: Hodina otázek a odpovědí

Ročník: Osmý

Žáci před vyučovací hodinou napíší na papírky své otázky, které se ostýchají říct před ostatními spolužáky. Papírky vloží např. do krabice. Vyučující vytahuje jednotlivé papírky a společně s žáky na jednotlivé dotazy odpovídá.

5. Příprava

Téma: Přirozené metody plánování rodičovství, příznaky těhotenství

Ročník: Osmý

- 1) Zodpovězení otázek, které jsme nestihly v hodině „Otázek a odpovědí“ zodpovědět.
- 2) Přirozené metody plánování rodičovství:
 - počítání plodných a neplodných dnů.
 - měření teploty (jak, kdy...).
 - metoda struktury hlenu.

Důležité je zdůraznit žákům, že tyto metody nejsou spolehlivé k zabránění početí. Používají se při plánování těhotenství.

3) Těhotenství – příznaky:

- vynechaná menstruace.
- ranní nevolnost.
- časté močení.
- změny na prsou.
- změny v chutích.
- únava.

4) Těhotenský test - vysvětlení použití, kde ho seženeme.

5) Zadáni úkolu na přemýšlení na následující vyučovací hodinu rodinné výchovy:

- Chlapci: Představ si, že by ti přítelkyně oznámila, že je těhotná. Co uděláš? Jak zareaguješ?
- Dívky: Představ si, že zjistíš, že jsi těhotná, aniž bys chtěla. Co uděláš?

6. Příprava

Téma: Interupce

Ročník: Osmý

- 1) Diskuse s žáky na téma, které si měli za úkol promyslet. (Chlapci: Představ si, že by ti přítelkyně oznámila, že je těhotná. Dívky: Představ si, že zjistíš, že jsi těhotná, aniž bys chtěla.).
- 2) Metoda řešení nechtěného těhotenství – interupce:
 - definice interupce.
 - stručná historie.
 - co musíme udělat před potratem.
 - podmínky pro zákrok.
 - metody potratů.
 - tajné potraty.
- 3) Prostor pro dotazy žáků.

Literatura: Sexuální výchova, kniha netradičních metod výuky. Praha: Trizonia, 1993.
www.antikoncepce.cz

