

## **Příprava č.1: Jak se znám**

**Třída: 8**

**Literatura:**

Občanská výchova, Rodinná výchova, pro 8. ročník ZŠ a víceletá gymnázia, Fraus 2005

**Průřezová témata:** Osobnostní a sociální výchova

**Mezipředmětové vztahy:** vztah s občanskou výchovou

**Cíle vyučovací hodiny:**

**vědomosti:**

- pochopit pojmy sebepojetí, sebepoznání, sebehodnocení

**dovednosti:**

- uvědomění si v čem spočívá rozdílnost mezi zdravým a přehnaným sebevědomím
- uvědomit si rozdílnost svého Já – jinak se vnímáme, jiní skutečně jsme, jinak nás vnímají druhí lidé
- sebedůvěra

**postoje:**

- pozitivní přístup k sobě samému

**klíčové kompetence:**

kompetence komunikativní, kompetence sociální

**Učební pomůcky:**

Tabule, sešity, pracovní listy

**Obsah:**

- 1) Napiš do sešitu jaká si myslíš, že jsi, jaké jsou tvoje klady a nedostatky, v čem si myslíš, že vynikáš a naopak
- Potom jim řeknu ať napíší to stejné, ale o sousedovi a ať ho namalují
- potom si některé práce přečteme
- pak nakreslím na tabuli panáčka a ke každé části těla nakreslím šipku s otázkou, žáci si to překreslí do sešitu a otázky zodpoví:
  1. co se mi honí hlavou
  2. co se mnou pohne
  3. co mi zvoní v uších
  4. proč se mi nedostává slov
  5. co nebo kdo mi rozbuší srdce
  6. co mi leží v žaludku
  7. z čeho se mi podlamují kolena
  8. za čím si stojím
  9. na čem trvám

**1.Vysvětlím pojmy:**

***Sebepoznávání, sebehodnocení, seberealizace***

***Sebepoznávání:***

Uvědomění si zvláštnosti v průběhu vlastního prožívání a chování, zejména kladů a nedostatků celé své osobnosti.

**Sebehodnocení:**

Je výsledkem vyhodnocování, které jedinec dělá o sobě.

**Seberealizace:**

Sebeuplatnění, uplatnění svých schopností, dosažení vědomě vytyčených cílů a překonávání překážek

2.Ohodnot' body od 1 – 5 do jaké míry jsou u tebe zastoupeny tyto vlastnosti: Stejný úkol dej svému spolužákovi a pak to porovnejte:

**Vzor:** jsem vyrovnaný = 1

Nejsem vyrovnaný = 5

1. vyrovnanost.....

2. spolehlivost.....

3.kamarádkost.....

4. ohleduplnost.....

5. cílevědomost.....

## **Příprava č.2: Mezi vrstevníky**

**Třída:** 7

**Literatura:**

Občanská výchova, Rodinná výchova, pro 7. ročník ZŠ a víceletá gymnázia, Fraus 2004

**Průřezová témata:** Osobnostní a sociální výchova

**Mezipředmětové vztahy:** vztah s občanskou výchovou

**Cíle vyučovací hodiny:**

**vědomosti:**

- seznámení s pojmy jako je parta, vrstevníci, rozlišení skupin podle zájmů, aktivit

**dovednosti:**

- uvědomění si vlivu skupiny na její členy

- schopnost rozpoznat možný negativní vliv kamarádů a part

**postoje:**

- jednat podle vlastního uvážení, svědomí a přesvědčení

- nenechat se ovlivnit případným negativním působením okolí

- umět říci „ne“

**klíčové kompetence:**

- kompetence komunikativní, kompetence k řešení problémů

**Vyučovací pomůcky:**

- tabule, sešity, obrázky, na kterých lidé vykonávají nějakou činnost

**Obsah:**

**Kdo jsou to vrstevníci?**

Jedinci přibližně stejného věku. Kamarádi s podobnými názory a zájmy. S vrstevníky můžeme také vytvářet skupiny – zájmový kroužek, party..)

**1. žáci do sešitu zodpoví následující otázky:**

1. Kde se setkáváš se svými vrstevníky? (na sportovních stadionech, táborech, koncertech, v divadle,,...)
2. Jak trávíš volný čas?
3. Jsi členem některé dětské organizace?
4. Přijímáš ve skupině nové role?

**Jaký vliv na tebe mohou mít lidé na fotografiích, co by jsi o nich řekl? Rozdám jim několik obrázků**

1. Tj.jaké jsou vztahy mezi lidmi na fotografiích
2. Co je jejich společným zájmem
3. Jak se mohou navzájem ovlivňovat
4. Líbilo by se ti být členem takové skupiny a proč?...

**Co je to parta vrstevníků?**

Soc. skupina

Vstup je dobrovolný

Je pro ni typické: přátelství, spory, soupeření,....

- někdy se v partě učíme i novým věcem

- Je někdo z vás v nějaké partě, pokud ano v jaké?
- Čím je pro tebe významné členství v partě?

Jsou však také party, kterým by se měl člověk spíše vyhýbat.

- víš jaké to jsou?
- Party, které př. páchají trestnou činností: vandalismus, užívání drog, ničení veřejného majetku - sprejeři, šikanování, sekty...

### **Scénka 1:**

Jeden žák bude hrát vandala, který ničí veřejný majetek se svou partou a bude se snažit zlákat svého spolužáka, aby se k nim přidal.

### **Scénka 2:**

Jeden žák bude druhému žákovi nabízet nějakou drogu a ten druhý ji bude odmítat?

- chci, aby si žáci uvědomili, jak by se měli v takových situacích chovat...
- že i když to tak dělá celá parta, tak to neznamená, že oni to musí dělat také
- že i když se mu budou posmívat, tak si musí trvat na svém a nepodlehnout
- umět říci rozhodné NE

### **Diskuze:**

Jak by se v takové situaci zachovali oni

### **Skupinová práce:**

**Kouření** – je velkým problémem u mladistvých, mezi vrstevníky...

Rozdělím žáky do dvou skupin

1.sk. – výrobci tabáku, budou jej propagovat

2 sk. - odpůrci kouření – Liga proti kouření

Zvolí si pak mluvčího a zapisovatele

Sepíšou pak všechny pro a proti do dvou sloupců o Kouření na tabuli – pak to porovnáme

## **Příprava č. 3: Co už je za mnou**

**Třída:** 8

**Literatura:** Občanská výchova, Rodinná výchova, pro 8. ročník ZŠ a víceletá gymnázia, Fraus 2005 **Počet žáků:** 26

**Průřezová témata:** Osobnostní a sociální výchova

**Mezipředmětové vztahy:** vztah s občanskou výchovou

**Cíle vyučovací hodiny:**

**vědomosti:**

uvědomit si, že během vývoje organismu nedochází ke změnám fyzickým, ale také psychickým a sociálním.

**dovednosti:**

- všimnout si rozdílů mezi lidmi a brát je jako přirozené
- co bychom měli dělat, abychom žili co nejdéle

**postoje:**

- nevnímat odlišnost lidí, jako něco špatného – není to důvod k nepřátelství
- přijímání biologických, psychických a sociálních změn v životě jako něco přirozeného

**Učební pomůcky:** Tabule, sešity

**Obsah:**

Nakreslím na tabuli čáru života, na počátku úsečky bude narození a na konci smrt

- zkus odhadnout, ve kterých místech se nachází tvůj současný život
- jaký je průměrná délka života u žen, u mužů?

1. co přispívá k delšímu zdravému životu člověka?: (Každý řekne jednu věc)

zdravý životní styl, zdravá výživa, dostatek pohybu, radostný přístup k životu, dobré vztahy s druhými

2. Co může život zkracovat?

Nemoc, špatná strava, nedostatek pohybu, kouření, alkohol, pesimismus aj.

3. je člověk celý život stejný?

Člověk se v průběhu života neustále mění a vyvíjí. Poznává a učí se nové věci, získává nové vědomosti, dovednosti, schopnost apod. Největší změny se odehrávají v období dětství a dospívání

- v čem se mohou lidé lišit?

pohlaví, rasy, barvy pleti, jazyka, víry a náboženství, politického či jiného smýšlení, atd. (podrobněji - Základní práva a svobody)

4. Na člověka má vliv?

Prostředí ve kterém vyrůstáme

Rodina, Kamarádi, přátelé, škola tj. společnost, zájmové kroužky, náboženství, národ, Vše, co jsme prožili v minulosti

To jací jsme a kým se v budoucnu můžeme stát, ovlivňuje mnoho činitelů:

*Vrozené předpoklady* tj. genetika (stavba těla, vlohy), *prostředí* ve kterém vyrůstáme

**5. každý sám do sešitu pomocí obrázků, které namaluje vyjádří:**

- nejdůležitější okamžiky svého života, proč byli podle něj nejdůležitější, zda byly (ne)příjemné
- rozhodující události, které měli vliv na jeho osobnost
- pak najdeme společné znaky a rozdíly