

Kamila Synková

DIDAKTIKA RODINNÉ VÝCHOVY A VÝCHOVY KE ZDRAVÍ

## PŘÍPRAVY NA VYUČOVACÍ HODINY 6. – 9. TŘÍDA

### 6. ročník

Téma hodiny: **MANŽELSTVÍ, ŽIVOT V PÁRU BEZ ODDACÍHO LISTU NEBO „SINGLE“?**

Časová dotace: 1 vyučovací hodina

Cíl hodiny: Přimět žáky k zamyšlení nad tradiční formou rodiny, kterou je u nás stále manželství, ale i nad ostatními formami rodiny. Zjistit, jaký mají žáci vztah k uzavírání manželství, jak si představují partnera, se kterým by manželství chtěli uzavřít, kdy je ideální věk k uzavření manželství apod. Zda si uvědomují následky, které může mít unáhlený výběr partnera a předčasné uzavření manželství. Žáci by se měli pokusit zhodnotit klady a zápory života v manželství, v partnerství bez oddacího listu a života „single“.

.....  
Popis hodiny:

V úvodu hodiny učitel provede krátký výklad (10 min) o historii manželství, o tom, jak je manželství zakotveno v právním řádu, tedy, kdo smí u nás uzavřít manželství, jaké dokumenty potřebujeme při podání žádosti o uzavření manželství, jak je to s manželstvím v jiných kulturách (např. přípouštění polygamie).

Následuje diskuze žáků (15 min). Otázky k diskuzi - např.: Proč se lidé žení a vdávají?; Který důvod považuješ za nejdůležitější?; Co bylo pro uzavření manželství důležité v minulosti? Před uzavřením sňatku by bylo dobré promyslet některé důležité záležitosti, jaké to jsou?; Jak by měl vypadat partner, se kterým by jsi chtěl/a uzavřít manželství?; Jaký je podle tebe ideální věk k uzavření manželství? Chtěl/a by jsi uzavřít manželství, nebo je ti sympatičtější život „na psí knížku“ nebo „single“? Jaké následky může mít neuvážené uzavření manželství?

Po skončení diskuse se žáci rozdělí (nebo rozlosují) do tří skupin. Jedna skupina se pokusí vymyslet klady života v manželství, druhá v partnerství bez oddacího listu a třetí života „single“ (5 min). Své názory si zaznamenají na papír.

Poté bude každá skupina obhajovat, proč je jejich „výběr“ správný (např. proč je nejlepší vybrat si život single), ostatní skupiny budou argumentovat a jako argumenty používat klady svého „výběru“ (10 min). Tímto cvičením žáci dají dohromady klady a zápory všech tří variant, které si utřídí pomocí závěrečného shrnutí (5 min).

## 7. ročník

Téma hodiny: **KOMUNIKACE A JÁ**

Časová dotace: 1 vyučovací hodina

Cíl hodiny: Během hodiny si žáci uvědomí, jaký je rozdíl mezi komunikací verbální a neverbální. Jak se jim daří komunikovat s lidmi a jaký způsob komunikace je pro ně nejnadhnější.

.....

Popis hodiny:

Učitel provede krátký (5 min) teoretický výklad o komunikaci (co je to komunikace, jaký je rozdíl mezi verbální a neverbální komunikací, proč je důležité se v komunikaci zdokonalovat).

Každý žák se poté zamyslí a napíše si na papír do dvou sloupců, jaké si myslí, že má přednosti a nedostatky v komunikaci s druhými a jak podle svého názoru komunikuje nejlépe – když má něco nakreslit, popsat slovně nebo pomocí pantomimy (5 min).

Poté se žáci rozdělí do 4 skupin (max. 5 žáků ve skupině). Každý žák si vytáhne 3 lístečky se třemi různými slovy (1 lísteček – 1 slovo). Úkolem bude předvést ostatním jedno slovo kreslením, jedno popsat slovně a jedno pomocí pantomimy, tak aby ho do 1 minuty uhodli. Zapiše si, co se mu podařilo a co ne. Takto se všichni žáci vystřídají. (20 min)

Následuje zhodnocení. Otázky: Jaká forma komunikace ti jde nejlépe? Potvrdilo se ti, co sis na začátku hodiny o sobě napsal/a? Jak si myslíš, že můžeš změnit případné nedostatky? (15 min)

## 8. ročník

Téma hodiny: **JAKÁ JE MOJE DROGA?**

Časová dotace: 1 vyučovací hodina

Cíl hodiny: Pohlédnout na téma drog z jiného úhlu, než jsou žáci zvyklí. Přimět je k zamyšlení, zda mají sklon k nějaké závislosti nebo k závislostem obecně.

.....

Popis hodiny:

Na začátku hodiny učitel pokládá otázky: Co je to droga?; Co je to drogová závislost?; Jaké drogy znáš, jak vypadají, jak se projevují? apod. Tím si žáci rychle zopakují, co už o drogách znají. (5 min)

Po zopakování dostanou žáci čas (10 min) na to, aby si napsali svůj obvyklý režim dne (v pracovním týdnu i o víkendu) a snažili se co nejpřesněji zapsat kolik času jaké činnosti věnují. Pokud to pro ně nebude nepříjemné, mohou napsat, jak určitou činnost prožívají, jak se při ní cítí (např. rád se zavírám k počítači, abych nemusel mluvit s rodiči; v hospodě piji alkohol, protože se jinak obtížně bavím s lidmi apod.). Čím upřímnější tím lepší, takže nebrzdíme děti v tom co „přiznají“.

Zbytek hodiny se rozebírají poznámky jednotlivých žáků. Žák sám i ostatní žáci hledají a zdůrazňují problematické momenty, které by mohly vést k vytvoření závislosti.

## 9. ročník

Téma hodiny: **JAK ČISTIT SVOU DUŠI**

Časová dotace: 1 vyučovací hodina

Cíl hodiny: Cílem hodiny je, aby si žáci uvědomili, že existují vzájemné vztahy mezi duševní rovnováhou a somatickými nemocemi a péče o vlastní duševní zdraví je významnou stránkou celkové péče o zdraví člověka. Hodina se zaměřuje na zbavování psychického napětí.

.....

Popis hodiny:

Na začátku brainstorming – slovo krize. Následují otázky: Které situace u tebe mohou vyvolat krizi, zhoršení psychické kondice?, Jak bys je řešil/a?; Co si myslíš,

že označuje pojem psychohygienu?, K čemu je dobrá? Učitel shrne základní informace. (celkově 10 minut)

Úkol: Jakým způsobem se zbavujete psychického napětí?

Děti pracují nejprve samostatně, pak ve dvojicích a nakonec v malých skupinkách (přibližně čtyřčlenných). Cílem je vytvořit „letáček“ jako soubor nápadů, rad a námětů ke zvládnutí napětí. Text mohou doplnit nákresy činností, které jim při zvládnutí napětí pomáhají. (25 minut)

Nakonec skupinky představí letáček ostatním a podělí se o své zkušenosti (10 min).