**Příprava na vyučovací hodinu – Rodina, ostrov bezpečí**

**Datum:** 17. 11. 2010

**Třída**: 6. A., 6. B.

**Hodinová dotace:** 1h, 1h

**Vzdělávací oblast**: Člověk a zdraví

**Vzdělávací obor:** Výchova ke zdraví

**Mezipředmětové vztahy:** Výchova k občanství

**Výchovně vzdělávací cíle:**

Žák:

* uvědomuje si vliv rodiny na jeho bezpečí a smysl zákazů od rodičů
* dokáže vyjmenovat nebezpečí, která na něj ve světě číhají
* ví, jak jednat v případě ohrožení, zná čísla první pomoci

**Klíčové kompetence:**

Kompetence k učení – na úrovni předmětu Výchova ke zdraví jsou pro utváření a rozvíjení této klíčové kompetence využívány strategie (postupy), které mají žákům umožnit:

* seznámit se základy výchovy ke zdraví
* vybudovat pozitivní vztah ke zdravému životnímu stylu
* rozvíjet odpovědnost žáků za své zdraví a zdraví svých spoluobčanů
* podporu vlastní tvořivosti a myšlení žáků

Kompetence k řešení problémů - na úrovni předmětu Výchova ke zdraví jsou pro utváření a rozvíjení této klíčové kompetence využívány strategie, které mají žákům umožnit:

* využívat individuální schopnosti jedince
* vést k samostatnosti a odpovědnosti za provedenou práci
* naučit vyhledávat, zpracovávat a využívat informace
* rozvinout vlastní tvořivost každého jedince

Kompetence komunikativní - na úrovni předmětu Výchova ke zdraví jsou pro utváření a rozvíjení této klíčové kompetence využívány strategie, které mají žákům umožnit:

* tvořivost a vlastní nápady při výchově ke zdraví
* využití schopností jednotlivců při práci kolektivu
* podporu vlastního myšlení a představivosti dětí
* ocenění vlastní aktivity a tvůrčího přístupu k práci

Kompetence sociální a personální - na úrovni předmětu Výchova ke zdraví jsou pro utváření a rozvíjení této klíčové kompetence využívány strategie, které mají žákům umožnit:

* spolupracovat ve skupinách
* respektovat pravidla práce v týmu
* uvědomit si vlastní identitu v rámci pracovní skupiny
* objektivně poznávat rizika patologických jevů ve škole i mimo ni
* vybudovat pocit sebedůvěry a sebevědomí
* projevit odpovědné chování v situacích ohrožujících zdraví a při mimořádných událostech

Kompetence občanské a pracovní - na úrovni předmětu Výchova ke zdraví jsou pro utváření a rozvíjení této klíčové kompetence využívány strategie, které mají žákům umožnit:

* pochopit nutnost vlastní ochrany zdraví jako předpoklad pro zdárný vývoj jedince
* rozvíjet zásady správné pohybové aktivity
* naučit se ovládat a využívat prostředky sloužící k ochraně zdraví
* dodržovat zásady ochrany životního prostředí
* orientovat se v situacích osobního a veřejného ohrožení

**Očekávané výstupy:**

Žák:

* dokáže vysvětlit smysl rodičovské ochrany
* popíše možná nebezpečí spojená s různými činnostmi během dne
* uvědomuje si vliv svého jednání na osobní bezpečí
* dokáže si poradit ve chvílích, kdy je v tísni

**Pojmy opěrné:** zákaz, ochrana, rodina,

**Pojmy nové:** první pomoc, drogy, alkohol, cigarety, bezpečí, nebezpečí

**Použité metody:** výklad, diskuze

**Dovednosti:** Žák dokáže přemýšlet nad probíraným tématem, pracuje s učebnicí a pracovním listem

**Průběh vyučovací hodiny – její struktura**

1. Úvod a motivace (10 min)

Nejprve žáky seznámím s tématem a cílem dnešní vyučovací hodiny, upozorním je, že pokud budou hodní, tak nebudeme psát klasický zápis, ale budeme pracovat s pracovním listem a diskutovat o probraném tématu. Poté se zeptám: „Co si myslíte? Je pro vás vaše rodina ostrovem bezpečí a proč?“

2. Expozice nového učiva (10 min)

Toto učivo spočívá spíše v diskuzi a vzájemné interakci učitel – žák. Žáky upozorním na to, jak je rodina důležitá z hlediska bezpečí, proč jejich rodiče jim už od malička spoustu věcí zakazovali, kde všude na ně může číhat nebezpečí a jak jednat v situaci, když se do nebezpečí dostanou. Poté jim vyprávím příběh, a povedeme následnou diskuzi o tomto příběhu.

***Rodina ostrov bezpečí***

Rodina by nás měla vést k tomu, abychom si uvědomili, že nikdo se na nikom druhém nesmí dopouštět násilí a bezpráví. Ani sám sobě by člověk neměl ubližovat.

Je důležité, abyste věděli, že Vaši rodiče to s Vámi myslí dobře, když Vám něco zakazují, dělají to proto, že o vás mají strach.

Ani sám sobě by člověk neměl ubližovat.

Je důležité si uvědomit, že:

Jste jedinečné a neopakovatelné bytosti.

Jen vy máte právo se rozhodovat.

Važte si sami sebe!

Uvědomte si své přednosti!

Buďte zodpovědní za své jednání.

Když si někdy nebudeš jistý, budeš mít strach a nebudeš si vědět rady, můžeš se obrátit na Linku bezpečí nebo Linku důvěry.

3. Fixace a aplikace nového učiva (20 min)

**Sedneme si do kruhu a budeme diskutovat o různých otázkách týkající se našeho bezpečí, budeme si posílat míček, kdo má míček mluví, zbytek poslouchá.**

**Otázka: Vzpomeňte si na některé zákazy od svých rodičů. Co si o nich myslíte?**

**Úkol: Na co byste v roli rodičů své dítě upozornili v následujících situacích? Jak může rodina chránit své děti?**

**Přečteme si příběh.**

**Příběh:** Lenka dojíždí do školy z vesnice vzdálené 6 km. Jakmile začne být hezky, jezdí na kole, neboť je to pro ni výhodnější než časné vstávání na vlak. Cesta do města je však málo frekventovaná a neosvětlená. Uměla bys Lence poradit, jak by se měla zachovat, když vedle ní na této opuštěné silnici zastaví auto a řidič se tváří, že se chce na něco zeptat?

Nebezpečí však na nás nemusí číhat jen ve formě násilí, ublížit si můžeme i my sami.

**Zkus vysvětlit, co jsou drogy. Co o nich víš? Kde může získat další informace? Jaké máš zkušenosti s alkoholem a cigaretami? Jak Ti můžou ublížit?**

**Umíš říci ne, když ti někdo nabídne alkohol?**

**Umíš odmítnout nabízenou cigaretu?**

**Můžeš svým Ne něco ztratit? Co získáš?**

**Víš, jaké nebezpečí může hrozit tomu, kdo neodmítne?**

**Nabídl ti někdo i jinou drogu? Jak jsi reagoval?**

Každý z nás se někdy může dostat do nesnází.

**Kdo nám může pomoci? Komu důvěřujete vy?**

**Vzpomenete si na některé instituce, které Vám mohou pomoci poradit, pokud se dostanete do problému s drogami, alkoholem, mezilidskými vztahy?**

4. Závěr vyučovací hodiny (5 min)

Zhodnotím hodinu a seznámím žáky s náplní hodiny příští.

**Pracovní list – rodina, ostrov bezpečí**

**1. Úkol: Zkuste vyjmenovat nebezpečné situace, do kterých se můžete dostat:**

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

…………………………………………………………………

**2. Úkol: Napište telefonní čísla těchto institucí, které Vám mohou v případě nesnází pomoci**

Policie - ……….

Lékařská pohotovost - ………

Hasiči - ……..

Linka bezpečí - ………

Tísňová linka - …….

**3. Úkol: Jak můžete ublížit sami sobě?**

**……………………………………**

**………………………………........**

**…………………………………...**

**……………………………………**

**……………………………………**

**4. Úkol: Vyjmenuj vlastnosti, kterých si na sobě ceníš a pozoruj, jak výjimečná osobnost jsi**

**…………………………………………………………………………………………………..**

**……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………**