

lovek ve zdraví a nemoci

Třída: 8.

asova dotace: 3 vyučovací hodiny

Vzdelavacı oblast RVP ZV: lovek a zdraví

Vzdelavacı obor: Výchova ke zdraví

Pruřezove téma: Osobnostní a sociální výchova, environmentální výchova

Mezipředemetove vztahy: s přírodopisem, s chemií, s tělesnou výchovou, IVT

Vychovne vzdelavacı cíle: Žák zná zásady zdrave životospravy a řídí se jimi. Vlastními slovy definuje a vyjmenuje rozdíly mezi zdravím a nemocí. Aplikuje své poznatky v beřnem živote a zná důvody pravidelne preventivní návštěvy lékaře. Zná základní léky a důvody jejich uřıvanı. Posoudí, v jakých případech je vhodná samoléčba nebo návštěva lékaře. Uvědomí si hrozbu civilizacnıch chorob. Objasní jejich příčiny a dokaze jim předechzet.

Kompetence komunikativní: Žák se srozumitelne vyjadřuje a umí vést dialog se svými spoluřaky i s uıteklkou, rozumí textům v učebnici a umí s mini pracovat, pří skupinove přacı umí vyjadřıt a obhajıt svůj názor.

Kompetence sociální a personální: Žák pří skupinove přacı respektuje pravidla skupinove přace a svými pracovními činnostmi ovlivnuje kvalitu skupinove přace, respektuje spoluřaky a snařı se upevnovat dobré vztahy ve třídě.

K řešení problémů: Žák vyhledává informace vhodne k řešení problémů, vyuřıva získané vědomosti a dovednosti, samostatne řeı problémy.

Kompetence občanské: Žák si uvědomuje význam zdravého životnıho stylu.

Sociální a personální: Žák uıinne spolupracuje ve skupině, podílí se na utvarenı přıjemne atmosféry v týmu, příspívá k upevnovanı dobrých mezilidských vztahů, příspívá k diskuzi, chápe potřebu efektivně spolupracovat s druhými pří řešení daného ukolu, respektuje názory ostatních.

Kompetence pracovní: Žák realne posoudí výsledek své přace. Vyhledá informace na internetu nebo v odborne literatuře.

Dovednosti: komunikační, přace s textem

Pomucky: seřıt, psací potřeby, papíry na kreslení a pastelky, kartıcky s textem a obrázky, internet

1. Hodina: lovek ve zdraví a nemoci. Rozumět a pomáhat nemocným aneb Jak o ně pecovat.

vod

Seznámení s cílem hodiny – Seznámíme řaky strucne s obsahem hodiny.

Hlavní ast

Motivace: Na zaatku hodiny řaky navedeme na diskuzi o tom, jak je zdraví duleřıte a ře bychom si měli vazıt toho, ře jsme zdraví.

Expozice:

1. Diskuze na téma: Co je to zdraví? Co je to nemoc? Navedeme řaky na správnou odpověď a nadiktujeme zápis do seřıtu.
2. Diskuze na téma: Kdy může nemoc vzniknout? Příčiny nemoci? Co jsou to rizikove faktory zvyřujıcı citlivost na chorobu?
3. Vyjmenování a objasnění stádií chování nemocného člověka. Ve dvojicích řaci uvedou příklady stádií na konkrétní nemoci. Zdůrazníme slovní spojení léčebný reřım, aby mu řaci rozuměli a uměli ho pouřıvat.

4. Ve dvojicích žáci vypíší, jak oni konkrétně prožívají nemoc a své chování a návyky srovnají se spolužákem ve dvojici.
5. Diskuze na téma: Co je to prevence? Žáky navedeme pomocí diskuze také na to, kam a jak často se chodí na preventivní prohlídky.

Fixace:

Grafické vyjádření pocitu nemoci, úzkosti a smutku. Každý žák dostane čistý papír a jeho úkolem je graficky jakýmkoliv způsobem vyjádřit jeden z těchto daných pocitů.

Závěr**Zopakování probrané látky:**

Shrnutí probraného učiva. Zhodnocení kreseb žáků.

Zhodnocení hodiny: Poděkujeme za pozornost a rozloučíme se s žáky.

Použité metody: výklad, diskuze, práce s textem.

Použité formy: frontální výuka, skupinová výuka.

2. Hodina: Podávání léků. Stravování nemocných. Sami sobě lékařem.

Úvod

Seznámení s cílem hodiny – Seznámíme žáky stručně s obsahem hodiny.

Hlavní část

Motivace: Na začátku hodiny se žáky zopakujeme téma minulé hodiny a plynule navážeme na dnešní téma. Zjistíme dosavadní vědomosti žáků a léčích a léčebném procesu.

Expozice:

1. Vyjmenujeme žákům formy léků a žáci vždy doplní, jak se tyto léky užívají. Např.: Kapky můžeme zapíjet vodou nebo je kapat na kostku cukru. Tablety můžeme polykat nebo je nechat rozpustit v nápoji. Zdůrazníme, že každý lék má své dávkování a neměli bychom jej užívat bez rady lékaře nebo lékárníka. Upozorníme žáky na pojem expirační doba.
2. Hra na lékárníky: Žáci do dvojic dostanou kartičky s názvy léků a s názvy nemocí a snaží se tyto léky a nemoci správně spojit (viz. příloha č. 1) Potom si jeden z dvojice hraje na pacienta, který si přijde pro lék na danou nemoc a druhý je lékárník. Zkontrolujeme práci žáků a ke každému léku řekneme základní informace, které by měli žáci o těchto léčích vědět.
3. Ve dvojích žáci zapisují rozdíly mezi stravou nemocného a zdravého člověka. Každá dvojice pak své názory představí ostatním.
4. Přejdeme k tématu domácího léčení. Objasníme pojmy homeopatika, fototerapie, akupunktura, akupresura. Seznámíme žáky s pojmem alternativní medicína.

Fixace:

Hra na babku kořenářku: Žáci dostanou kartičky s názvy léčivěk a mají ke každé léčivce přiřadit nemoc nebo obtíže, při kterých se léčivka používá (viz. příloha č. 2)

Závěr**Zopakování probrané látky:**

Shrnutí probraného učiva. Zhodnocení kreseb žáků.

Zhodnocení hodiny: Poděkujeme za pozornost a rozloučíme se s žáky.

Použité metody: výklad, diskuze, práce s textem.

Použité formy: frontální výuka, skupinová výuka.

3. Hodina: Hrozba civilizačních chorob

Úvod

Seznámení s cílem hodiny – Seznámíme žáky stručně s obsahem hodiny.

Hlavní část

Motivace: Na začátku hodiny položíme žákům otázku: Co jsou to civilizační choroby? Pokud neví, vyjmenujeme tyto choroby (rakovina, infarkt, vysoký krevní tlak, obezita, alergie....) a snažíme se je navést na správnou definici těchto chorob.

Expozice:

1. Vyjmenování civilizačních chorob. Žáci mají za úkol vyplnit tabulku (viz. příloha č. 3). V hodině s žáky jednotlivé nemoci projdeme a doplníme s nimi alespoň první kolonku. Projevy nemoci a příčiny nemoci, které žáci nevědí, najdou za domácí úkol na internetu nebo v literatuře.
2. Žáci ve dvojicích mají za úkol vypsát, jak předcházet civilizačním chorobám. Každá dvojice potom na tabuli napíše jeden způsob, jak civilizačním nemocem předcházet.
3. Zdůraznění obezity jako jedné z civ. chorob. Co způsobuje, že je stále více lidí obézních? (*Vysvětlení pojmu BMI index. Každý žák si zkusí vypočítat BMI index. POZOR! Hlavně u dívek zdůraznit, že jsou v pubertě a že se jejich tělo mění, proto aby tomuto výsledku nepřikládaly velkou míru.*)
4. Diskuze na téma: stravování ve fastfoodech. Proč se lidé stravují tímto způsobem a jaké jsou výhody a hlavně nevýhody.
5. Ukázka obrázků (viz. příloha č. 4) a srovnání kolik která potravina obsahu cukru.

Fixace:

Žáci se zkusí zamyslet, které civilizační choroby se vyskytují u nich v rodině. Diskuze na toto téma.

Závěr

Zopakování probrané látky:

Shrnutí probraného učiva. Zhodnocení kreseb žáků.

Zhodnocení hodiny: Poděkujeme za pozornost a rozloučíme se s žáky.

Použité metody: výklad, diskuze, práce s textem.

Použité formy: frontální výuka, skupinová výuka.

Příloha číslo 1:

mucosolvan	lék při onemocnění dýchacích cest
paralen	lék snižující horečku
ibalgin	lék proti bolesti
zyrtec	lék proti alergiím
endiaron	lék proti střevním potížím
fenistil	gel proti svědění
otrivin	kapky do nosu
visin	kapky do očí
lexaurin	lék
septonex	dezinfekce

Příloha číslo 2:

- | | |
|---------------------|---|
| 1. brusinka | a) hojí rány, snižuje bolest |
| 2. černý bez | b) močové cesty |
| 3. česnek | c) na špatně se hojící rány |
| 4. heřmánek | d) onemocnění plic, průdušek |
| 5. hluchavka | e) plicní onemocnění |
| 6. jitrocel | f) proti kašli, při nemocech kloubů |
| 7. kmín | g) proti nadýmání, proti nechutenství |
| 8. kopřiva | h) proti zánětům horních cest dýchacích |
| 9. kostival | i) při chudokrevnosti, proti revma |
| 10.levandule | j) při nachlazení, onemocnění průdušek |
| 11.meduňka | k) při nachlazení, onemocnění průdušek |
| 12.měsíček | l) při nechutenství, žlučnickových onemocnění |
| 13.pelyněk | m) při střevních potížích, uklidňuje nervy |
| 14.plicník | n) snížení horečky, tlumení křečí |
| 15.podběl | o) snižuje vysoký krevní tlak |
| 16.šalvěj | p) uklidňuje nervy, do koupelí |
| 17.vlčí mák | q) ulehčuje vykašlávání, při poruchách trávení |

1.b, 2.n, 3.o, 4.a, 5.h, 6.q, 7.g, 8.i, 9.f, 10.p, 11.m, 12.c, 13.l, 14.d, 15.j, 16.e, 17.k

Příloha číslo 3:

Název choroby	Orgány	Projevy nemoci	Příčiny nemoci
rakovina			
srdeční infarkt			
cukrovka			
vysoký krevní tlak			
obezita			
křečové žíly			
žaludeční vředy			
alergie			
<i>ateroskleróza</i>			
<i>hypertenze</i>			
<i>trombóza</i>			

Pozn.: Nemoci označené kurzívou jsou pouze doplňkové.

Příloha číslo 4:



