

■ VZDĚLÁVACÍ OBSAH PŘEDMĚTU

TĚLESNÁ VÝCHOVA A VÝCHOVA KE ZDRAVÍ - 8. ročník Minimální doporučená úroveň pro úpravy OV v rámci podpůrných opatření:

OVO podle RVP	Konkretizovaný (školní) výstup	Konkretizované učivo	Vazby, přesahy, průřez. téma
<p>Žák: TV-9-1-04p vhodně reaguje na informace o znečištění ovzduší a tomu přizpůsobuje pohyb. aktivitu VZ-9-1-04p, VZ-9-1-09p respektuje zdravotní stav svůj i svých vrstevníků a v rámci svých možností usiluje o akt. podporu zdraví ZTV-9-1-01 uplatňuje odpovídající vytrvalost a cílevědomost při korekci zdravotních oslabení ZTV-9-1-02 zařazuje pravidelně a samostatně do svého pohyb. režimu speciální vyrovňovací cvičení související s vl. oslabením, usiluje o jejich optimální provedení ZTV-9-1-03 vyhýbá se činností, které jsou kontraindikací zdravotního oslabení TV-9-1-03p cíleně se připraví na pohyb. činnost a její ukončení, využívá zákl. kompenzační a relaxační techniky k překonání únavy • chápe zásady zatěžování TV-9-3-01p užívá osvojenou odbornou terminologii na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka TV-9-3-04p rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka • jednoduchými zadanými testy změří úroveň své tělesné zdatnosti TV-9-2-02p posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí příčiny nedostatku TV-9-3-05p sleduje prvky pohybové činnosti a výkony a vyhodnotí je</p>	<p>Žák splní tyto výstupy: - dodržuje zásady bezpečnosti a hygieny při cvičení, řídí se pravidly práce v odbor. učebnách pro pohyb. aktivitu - vybírá si vhodné prostředí a vybavu pro pohyb. aktivitu - přizpůsobí typ, délku a intenzitu pohybové aktivity aktuálnímu stavu ovzduší a zdravotnímu stavu svému i spolužáků - v digitálním prostředí vyhledává relevantní informace pro podporu zdraví a adekvátně je vyhodnocuje - provádí podle pokynů dech., protahovací, vyrovnávací, posilovací, aerobní, psychomotorická, kompenzační a relax. cvičení jako přípravu na pohyb. činnost a zklidnění po rušném cvičení - spolupracuje při výběru vhodných pohyb. aktivit a cviků k individuální korekci svalových dysbalancí a odstranění únavy; vybraná cvičení začlení do denního režimu - vytrvale a cílevědomě pracuje na korekci zdravotního oslabení, vědomě kontroluje správnost cvičení - vyhýbá se kontraindikovaným činnostem - ke cvičení využívá gymn. balónů, plné míče, overbally, balanční desky, krátká švihadla a posilovací gumy - je seznámen s nabídkou sport. aktivit ve škole i mimo ni - zhodnotí význam přípravy organismu na zátěž a zklidnění organismu po rušném cvičení - cvičí podle pokynů s využitím odborné terminologie - aktivně používá osvojenou tělocvičnou terminologii - rozlišuje roli cvičence, závodníka, spoluhráče, rozhodčího a diváka, své chování přizpůsobí dané roli - rozlišuje a vhodným způsobem uplatňuje práva a respektuje povinnosti vyplývající z role cvičence, závodníka, spoluhráče, rozhodčího a diváka - správně reaguje na základní povely pořadových cvičení - s pomocí vyučujícího hodnotí kvalitu provedení jednotlivých cviků a měří úroveň vlastní tělesné zdatnosti - k hodnocení tělesné zdatnosti používá jednoduché testy - zhodnotí individuální pokrok, hledá příčiny nedostatků ve vlastním výkonu, citlivě hodnotí výkony spolužáků, respektuje rozdílnou úroveň tělesné zdatnosti i</p>	<p>- zásady bezpečnosti při cvičení v různ. prostředí, pravidla práce v odbor. učebnách pro pohyb. aktivitu - vhodné a nevhodné prostředí pro pohybové aktivity - zdroje informací o kvalitě ovzduší a jejich využití - výběr typu, délky a intenzity pohyb. aktivity podle aktuálního stavu ovzduší a zdravotního stavu - dechová, protahovací, vyrovnávací, posilovací, aerobní, psychomotorická, kompenzační a relaxační cvičení - výběr cviků vhodných k individuální korekci svalových dysbalancí a odstranění únavy, úprava režimu - kontrola správnosti cv. dle pokynů učitele a zrcadla - cvičení s gymn. balónů, plnými míči, overbally, balanč. deskami, krátkými švihadly a posil. gumou - nabídka sportovních aktivit ve škole i mimo školu - význam přípravy organismu na cvičení a zklidnění - cvičení podle pokynů s využitím odborné terminologie - práva a povinnosti cvičence, závodníka, spoluhráče, rozhodčího a diváka - asertivní uplatňování práv, zodpovědnost a zásady fair play při plnění povinností - pořadová cvičení (nástup, hlášení, obraty, útvary) - jednoduché testy tělesné zdatnosti (zadání, zápis měření, vyhodnocení) - hodnocení vlastních výkonů - hledání příčin nedostatku - citlivé hodnocení výkonů spolužáků</p>	<p>PT environmentální výchova - ochrana zdraví, zdravý způsob života PT osobnostní a sociální vých. - osobnostní rozvoj: sebeorganizace matematika 8 - desetinná čísla, zápis čísel do tabulky, sčítání a odčítání desetinných čísel; výpočet výsledků; práce s kalkulátorem porovnávání čísel; jednotky délky a času</p>

	s využitím digitálních technologií		
--	------------------------------------	--	--

TĚLESNÁ VÝCHOVA A VÝCHOVA KE ZDRAVÍ - 8. ročník Minimální doporučená úroveň pro úpravy OV v rámci podpůrných opatření:

OVO podle RVP	Konkretizovaný (školní) výstup	Konkretizované učivo	Vazby, přesahy, průřez. téma
<p>Žák: TV-9-1-04p odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se zdravím a sportem VZ-9-1-13p dává do souvislosti zdravotní a psychosociální rizika spojená se zneužíváním návyk. látek a provozováním hazard. her TV-9-1-05p uplatňuje zákl. zásady poskytování první pomoci, zvládá zajištění odsunu raněného VZ-9-1-15p chová se odpovědně při mimořádných událostech a prakticky využívat zákl. znalosti první pomoci při likvidaci následků hromadného zasažení obyvatel TV-9-3-02p naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky-čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu TV-9-1-05p uplatňuje bezpečné chování v přírodě a v silničním provozu TV-9-1-02p usiluje o zlepšení a udržení úrovně pohyb. schopností a o rozvoj pohyb. dovedností základních sportovních odvětví včetně zdokonalování základ. lokomocí TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikuje je ve hře, soutěži a</p>	<p>Žák splní tyto výstupy: - zhodnotí rizika spojená s užíváním drog a škodlivin a jejich vliv na zdravotní stav a a kvalitu sport. výkonu - zhodnotí zdravotní, ekonomický a sociální dopad zneužívání návyk. látek a provozování hazardních her - vysvětlí pojmy psychická a fyzická závislost - osvojuje si základní techniky odmítání návykových látek, ví jak se bránit před různými formami hazard. her - poskytne základní první pomoc s využitím příruční lékárničky i improvizovaných prostředků (úrazy v domácnosti, ve škole, při sportu, v přírodě) - přenáší raněné, ukládá je do stabilizované polohy - ví, jak se chovat při dopravní nehodě a vyhlášeném poplachu - zná důležitá telefonní čísla, umí přivolat pomoc v krizových a život ohrožujících situacích - chová se ohleduplně ke spoluhráčům, respektuje jejich práva - dodržuje pravidla her, jedná podle zásad fair play - respektuje rozdílnou tělesnou zdatnost spoluhráčů - s empatií pomáhá slabším a handicapovaným - chrání přírodu při všech pohybov. aktivitách v přírodě - ujde trasu přiměřenou tělesné zdatnosti a zdravot. stavu žáků, typu terénu a časovému rozvrhu - orientuje se v terénu podle turistické mapy a značek - bezpečně jezdí na kole po cyklistické stezce i v terénu, provádí základní údržbu kola - zná pravidla BESIP (ověřuje na dopravním hřišti) - provádí podle pokynů průpravná atletická cvičení - osvojil si správnou techniku sprintu a vytrvalostního běhu s vysokým, polovysokým a nízkým startem - skáče do dálky s odrazem snožmo z místa a s odrazem jednož s rozběhem (z břevna nebo odraz. pásma) - hází kriket. míčkem horním obloukem do dálky a na cíl - nacvičuje vrh koulí - skáče do výšky s odrazem jednož s rozběhem,</p>	- rizika spojená s užíváním drog a návyk. látek, vliv těchto látek na zdravotní stav a kvalitu sport. výkonu - ekonom. a sociální dopad zneužívání návyk. látek a provozování hazardních her (herní automaty, sázky) - pojmy psychická a fyzická závislost - základní techniky odmítání drog a návykových látek, ochrana před provozováním hazardních her - základní dovednosti při poskytování první pomoci - vybavení lékárničky a improvizované prostředky - přenášení raněného, stabilizovaná poloha - chování při dopravní nehodě a vyhlášeném poplachu (návěv evakuace školy) - důležitá telefonní čísla - praktický nácvik přivolání pomoci - olympijské myšlenky - zásady fair play <u>turistika a pobyt v přírodě</u> - ochrana přírody při masových sportovních akcích - chůze v terénu, překonávání přírodních překážek - orientace v terénu podle turistické mapy a značek - jízda na kole, údržba kola (jízda v terénu, jízda zručnosti) - povinná výbava kola a cyklisty - zásady BESIP, dopravní hřiště <u>atletika</u> - průpravná cvičení, atletická abeceda - běh: sprint na 100 m (dívky na 60 m), vytrvalostní běh do 12 minut (nebo 1500m), štafetový běh - skok do dálky: snožmo z místa, s rozběhem a odrazem jednož s z břevna, doskok do písku - hod kriket. míčkem (chlapci granátem) horním obloukem do dálky a na cíl, hod s rozběhem - vrh koulí (dívky 3 kg, chlapci 4 kg) - skok do výšky: přeskakování překážek s odrazem	<p>fyzika 8 - první pomoc při zasažení elektrickým proudem</p> <p>PT osobnostní a sociální vých. - sociální rozvoj: komunikace</p> <p>PT environmentální výchova - ochrana přírody při masových sportovních akcích zeměpis 6 - místní region, práce s turistickou mapou kult., hist. a přír. zajímavosti pracovní vyuč. 8 - údržba kola</p>



rekreačních činností	přeskakuje překážky	jednonož s rozběhem	
----------------------	---------------------	---------------------	--

TĚLESNÁ VÝCHOVA A VÝCHOVA KE ZDRAVÍ - 8. ročník Minimální doporučená úroveň pro úpravy OV v rámci podpůrných opatření:

OVO podle RVP	Konkretizovaný (školní) výstup	Konkretizované učivo	Vazby, přesahy, průřez. téma
Žák: TV-9-1-05p uplatňuje bezpečné chování v přírodě a v silničním provozu TV-9-1-02p usiluje o zlepšení a udržení úrovně pohyb. schopností a o rozvoj pohyb. dovedností základních sportovních odvětví včetně zdokonalování základ. lokomocí TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikuje je ve hře, soutěži a rekreačních činnostech TV-9-1-05p uplatňuje bezpečné chování v přírodě a v silničním provozu	Žák splní tyto výstupy: - řídí se pravidly bezpečnosti při zimních sportech ve volné přírodě a na horách, volí vhodnou výstroj a výzbroj - osvojil si základy bruslení, sjezdového a běžeckého lyžování (podle podmínek školy a žáků) - provádí průpravná cvičení pro lední hokej (příhrávka a střelba na branku - jen chlapci) - přejde lavičku (kladinu) s doprovodnými pohyby paží - udrží rovnováhu v rovnovážné poloze (s výdrží) - provádí kotoul vpřed i vzad a jejich modifikace - provádí přemet stranou - provádí průpravná cvičení pro stoj na rukou - přeskakuje, zvedá a přenáší lavičky - provádí posilovací cvičení na žebřinách - skáče roznožku přes kozu s odrazem z můstku - vyskočí do dřepu na šv. bednu s odrazem z můstku - přeskakuje švihadlo (s modifikacemi), protahuje svaly - vyskočí na hrazdu, ručkuje ve visu, seskočí - houpe se na kruzích, vyskočí, seskočí, provádí překoty - šplhá s přírazem na tyči a na laně (se smyčkou) - cvičí podle hudby, cvičením a tancem vyjádří tempo a rytmus skladby - osvojil si poskočný krok a přísun stranou, tančí mazurku, disco tance, základní kroky polky a valčíku - k rytmickému cvičení používá náčiní a osvojené cviky - spojuje do krátké gymnastické sestavy (jen dívky) - osvojil si základní kroky a cviky aerobiku (jen dívky) - v praxi se řídí pravidly bezpečnosti a hygieny při plaveckém výcviku v bazénu i při plavání v přírodě - dýchá do vody, splývá, cvičí ve vodě	hry na sněhu a na ledu (podle podmínek školy a žáků) - bezpečnost při zimních sportech, výzbroj a výstroj - základy bruslení - jízda vpřed a vzad bez opory, brzdění a zatáčení - základy ledního hokeje (jen chlapci) - základy lyžování - sjezd: obraty, výstupy, jízda na vleku, jízda šikmo vahem, odšlapování, brzdění (na upraveném svahu) - běžky: chůze, obraty, jízda v nenáročném terénu, výstupy, brzdění, zastavení gymnastika - chůze po úzké straně lavičky (kladině) s doprovodem - pohyby paží; obraty; rovnovážné polohy s výdrží - kotoul vpřed a vzad a jejich modifikace - přemet stranou - průpravná cvičení pro stoj na rukou - cvičení na lavičkách a s lavičkami - cvičení na žebřinách: vis, přitahování - roznožka přes kozu s odrazem z můstku - průprava pro skrčku přes švédskou bednu a kozu - cvičení s krát. švihadlem (protah. cvičení, přeskoky) - cvičení na hrazdě: výskok, ručkování ve visu, seskok - houpání na kruzích, výskok, vis, seskok, překoty - šplh s přírazem na tyči i na laně, nácvik smyčky - rytmická a kondiční cvičení s hudebním doprovodem - tanec: volný tanec, poskoč. a přísun stranou, mazurka, disco a country tance, nácvik polky a valčíku - rytmická cvičení s obroucí, tyčí a šátkem (jen dívky) - jednoduchá gymnastická sestava (jen dívky) - základy aerobiku (jen dívky) plavání - hygiena a bezpečnost při plavání v bazénu i v přírodě - dýchání do vody, splývání, hry a cvičení ve vodě	



	<ul style="list-style-type: none"> - koordinuje pohyby paží a nohou u plavec. způsobu znak - koordinuje pohyby paží a nohou u plavec. způsobu prsa - skáče do vody z nízkých poloh, potápí se 	<ul style="list-style-type: none"> - koordinace pohybů paží a nohou plavec. stylu znak - průpravná cvičení pro plavecký styl prsa - skoky do vody z nízkých poloh, potápění 	
--	--	--	--

TĚLESNÁ VÝCHOVA A VÝCHOVA KE ZDRAVÍ - 8. ročník Minimální doporučená úroveň pro úpravy OV v rámci podpůrných opatření:

OVO podle RVP	Konkretizovaný (školní) výstup	Konkretizované učivo	Vazby, přesahy, průřez. téma
<p>Žák: TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikuje je ve hře, soutěži a rekreačních činnostech</p> <p>TV-9-3-03p dohodne se na spolupráci a jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji</p> <p>TV-9-3-06p spolurozhoduje osvojené hry a soutěže</p> <p>VZ-9-1-01p chápe význam dobrého soužití mezi vrstevníky i členy rodiny</p> <p>VZ-9-1-14p zaujímá odmítavé postoje ke všem formám brutality a násilí</p> <p>VZ-9-1-05p projevuje zdravé sebevědomí a preferuje ve styku s vrstevníky pozitivní životní cíle, hodnoty a zájmy</p> <p>VZ-9-1-03p uvědomuje si zákl. životní potřeby a jejich naplňování ve shodě se zdravím</p>	<p>Žák splní tyto výstupy:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozvíjí rychlost, vytrvalost, obratnost, koordinaci, soc. vztahy, prostor. orientaci a postřeh při pohyb. hrách - překonává různé typy překážek - hází a chytá létající talíř a ringo kroužky - osvojují si základní dovednosti pro přehazovanou, vybíjenou, kopanou (jen chlapci), košíkovou, stolní tenis, softtenis a florbal - srozumitelně vyjádří své názory při stanovení pravidel a herní taktiky, respektuje názory spoluhráčů - dodržuje domluvená pravidla podle zásad fair play - spolupracuje při naplňování domluvené taktiky - plní povinnosti vyplývající z role pomoc. rozhodčího - respektuje pravidla chování daná školním řádem a vnitřním řádem školy - chová se ohleduplně ke spolužákům, s empatií nabízí pomoc, respektuje rozdílné možnosti, zájmy a zdravotní stav, odmítá všechny formy brutality a násilí - respektuje základní pravidla rozhovoru, respektuje názory druhých a obhajuje vlastní názory pomocí klidné a rozumné argumentace - vysvětlí význam a funkci rodiny, popíše její strukturu - respektuje rovnoprávné postavení členů rodiny - osvojuje si základy péče o dítě - učí se rozeznávat příznaky dětských infekčních chorob - pomocí her, rozhovorů a diskusí si ujasňuje svůj hodnotový žebříček, cíle, zájmy a vztahy k vrstevníkům, rodičům, učitelům a ostatním lidem - vysvětlí změny ve svém životě v době dospívání - hledá vhodné způsoby naplňování svých cílů a zájmů - sestaví si individuální režim dne podle svých povinností, zájmů a cílů a snaží se ho dodržovat 	<p>pohybové a sportovní hry</p> <ul style="list-style-type: none"> - hry pro rozvoj sociálních vztahů, prostor. orientace, svalové koordinace a postřehu, psychomotorické hry - štafet.soutěže, překážk. dráhy, kruhový trénink - házení a chytání létajícího talíře a ringo kroužků - přehazovaná a vybíjená: přihrávka, chytání, vybíjení - kopaná (jen chlapci) <ul style="list-style-type: none"> - zpracování míče, přihrávka, střelba na branku - zákl. košíkové: driblink, střelba na koš, přihrávka - stolní tenis a softtenis: odpal míčku přes síťku - florbal: přihrávka, zpracování míčku, střelba - dodržování pravidel her, respektování spoluhráčů - jednoduchá herní taktika u kolektivních her - role pomocného rozhodčího (např. čárový rozhodčí) - kamarádství, přátelství, láska, partnerské vztahy - pravidla soužití ve škole, v rodině, s vrstevníky - chování podporující dobré vztahy (ohleduplnost, respekt, empatie...) - komunikace: umění naslouchat, obhajovat svůj názor a respektovat názory ostatních, neverbální komunikace - manželství a rodičovství: význam, funkce a struktura rodiny, vztahy v rodině, výchova dětí - péče o dítě: zákl. výbava, režim dne a strava novorozence a batolete, dětské infekční choroby, péče o nemocného sourozence - sebepoznání a sebepojetí - vztah k sobě samému i k druhým lidem, hodnotový žebříček, cíle, zájmy - reflexe změn v životě - dětství, puberta, dospívání (tělesné, duševní a společenské změny) - vhodné způsoby naplňování životních cílů a zájmů - nabídka volnočasových aktivit ve škole i mimo školu - zařazení zájmových a pohybových aktivit do režimu dne, rovnováha práce a odpočinku 	<p>PT osobnostní a sociální vých. - soc. rozvoj: mezilidské vztahy</p> <p>matematika 8 - desetinná čísla, zápis čísel do tabulky, výpočet výsledků; práce s kalkulátorem porovnávání čísel; jednotky délky a času</p> <p>PT multikulturní výchova - mezilidské vztahy PT osobnostní a sociální vých. - sociální rozvoj: mezilidské vztahy, komunikace český jazyk - pravidla dialogu občanská výchova 8 - význam, funkce a struktura rodiny; jaký jsem (osobní vlastnosti, schopnosti, zájmy a cíle), formulování osobních plánů; dospívání – přátelství, láska, partnerské vztahy PT osobnostní a sociální vých. - osobnostní rozvoj: sebepoznání a sebepojetí - osobnostní rozvoj: seberegulace a sebeorganizace PT environmentální výchova - ochrana zdraví, zdravý způsob</p>

VZ-9-1-07p dodržuje správné stravovací návyky a dle svých možností uplatňuje zásady správné výživy a zdravého stravování	- sestaví jídelníček podle zásad racionálního stravování - je seznámen s nebezpečími poruch příjmu potravin, příčinami jejich vzniku, následky a možnostmi léčby - připraví pokrm podle zásad racionálního stravování	- zásady racionálního stravování, sestavení jídelníčku - poruchy příjmu potravy: mentální anorexie, bulimie (příčiny vzniku, zdravotní následky, způsoby léčby) - příprava pokrmů podle zásad zdravého stravování	života
---	---	---	--------

TĚLESNÁ VÝCHOVA A VÝCHOVA KE ZDRAVÍ - 9. ročník

Minimální doporučená úroveň pro úpravy OV v rámci podpůrných opatření:

OVO podle RVP	Konkretizovaný (školní) výstup	Konkretizované učivo	Vazby, přesahy, průřez. téma
<p>Žák:</p> <p>TV-9-1-04p vhodně reaguje na informace o znečištění ovzduší a tomu přizpůsobuje pohyb. aktivitu</p> <p>VZ-9-1-04p, VZ-9-1-09p respektuje zdravotní stav svůj i svých vrstevníků a v rámci svých možností usiluje o akt. podporu zdraví</p> <p>ZTV-9-1-01 uplatňuje odpovídající vytrvalost a cílevědomost při korekci zdravotních oslabení</p> <p>ZTV-9-1-02 zařazuje pravidelně a samostatně do svého pohyb. režimu speciální vyrovňovací cvičení související s vl. oslabením, usiluje o jejich optimální provedení</p> <p>ZTV-9-1-03 vyhýbá se činností, které jsou kontraindikací zdravotního oslabení</p> <p>TV-9-1-03p cíleně se připraví na pohyb. činnost a její ukončení, využívá zákl. kompenzační a relaxační techniky k překonání únavy</p> <p>• chápe zásady zatěžování</p> <p>TV-9-3-01p užívá osvojenou odbornou terminologii na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka</p> <p>TV-9-3-04p rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka</p> <p>• jednoduchými zadanými testy změří úroveň své tělesné zdatnosti</p> <p>TV-9-2-02p posoudí provedení</p>	<p>Žák splní tyto výstupy:</p> <p>- dodržuje zásady bezpečnosti a hygieny při cvičení, řídí se pravidly práce v odbor. učebnách pro pohyb. aktivitu</p> <p>- vybírá si vhodné prostředí a vybavu pro pohyb. aktivitu</p> <p>- přizpůsobí typ, délku a intenzitu pohybové aktivity aktuálnímu stavu ovzduší a zdravotnímu stavu svému i spolužáků</p> <p>- v digitálním prostředí vyhledává relevantní informace pro podporu zdraví a adekvátně je vyhodnocuje</p> <p>- provádí podle pokynů dech., protahovací, vyrovňovací, posilovací, aerobní, psychomotorická, kompenzační a relax. cvičení jako přípravu na pohyb. činnost a zklidnění po rušném cvičení</p> <p>- spolupracuje při výběru vhodné pohyb. aktivity a cviků k individuální korekci svalových dysbalancí a odstranění únavy; vybraná cvičení začlení do denního režimu</p> <p>- vytrvale a cílevědomě pracuje na korekci zdravotního oslabení, vědomě kontroluje správnost cvičení</p> <p>- vyhýbá se kontraindikovaným činnostem</p> <p>- ke cvičení využívá gymn. balóny, plné míče, overbally, balanční desky, krátká švihadla a posilovací gumy</p> <p>- je seznámen s nabídkou sport. aktivit ve škole i mimo ni</p> <p>- zhodnotí význam přípravy organismu na zátěž a zklidnění organismu po rušném cvičení</p> <p>- cvičí podle pokynů s využitím odborné terminologie</p> <p>- aktivně používá osvojenou tělocvičnou terminologii</p> <p>- rozlišuje roli cvičence, závodníka, spoluhráče, rozhodčího a diváka, své chování přizpůsobí dané roli</p> <p>- rozlišuje a vhodným způsobem uplatňuje práva a respektuje povinnosti vyplývající z role cvičence, závodníka, spoluhráče, rozhodčího a diváka</p> <p>- správně reaguje na základní povely pořadových cvičení</p> <p>- s pomocí vyučujícího hodnotí kvalitu provedení jednotlivých cviků a měří úroveň vlastní tělesné zdatnosti</p>	<p>- zásady bezpečnosti při cvičení v různ. prostředí, pravidla práce v odbor. učebnách pro pohyb. aktivitu ve cvičné kuchyni, dílně, ve škole i mimo školu</p> <p>- vhodné a nevhodné prostředí pro pohybové aktivity</p> <p>- zdroje informací o kvalitě ovzduší a jejich využití,</p> <p>- výběr typu, délky a intenzity pohyb. aktivity podle aktuálního stavu ovzduší a zdravotního stavu</p> <p>- dechová, protahovací, vyrovňovací, posilovací, aerobní, psychomotorická, kompenzační a relaxační cvičení</p> <p>- výběr cviků vhodných k individuální korekci svalových dysbalancí a odstranění únavy, úprava režimu</p> <p>- kontroluje správnost cv. dle pokynů učitele a zrcadla</p> <p>- cvičení s gymn. balóny, plnými míči, overbally, balanč. deskami, krát. švihadly a posilovací gumou</p> <p>- nabídka sportovních aktivit ve škole i mimo školu</p> <p>- význam přípravy organismu na cvičení a zklidnění</p> <p>- cvičení podle pokynů s využitím odbor. terminologie</p> <p>- práva a povinnosti cvičence, závodníka, spoluhráče, rozhodčího a diváka</p> <p>- asertivní uplatňování práv, zodpovědnost a zásady fair play při plnění povinností</p> <p>- pořadová cvičení (nástup, hlášení, obraty, útvary)</p> <p>- jednoduché testy tělesné zdatnosti (zadání, zápis měření, vyhodnocení)</p>	<p>PT environmentální výchova - ochrana zdraví, zdravý způsob života</p> <p>PT osobnostní a sociální vých. - osobnostní rozvoj: seberegulace a sebeorganizace</p> <p>PT výchova demokrat. občana - práva a povinnosti občana, aktivní uplatňování práv</p> <p>matematika 9 - desetinná čísla, zápis čísel do tabulky, sčítání a odčítání desetinných čísel,</p>

osvojované pohyb. činnosti, označí příčiny nedostatků TV-9-3-05p sleduje určité prvky pohybové činnosti a výkony a vyhodnotí je	- k hodnocení tělesné zdatnosti používá jednoduché testy - zhodnotí individuální pokrok, hledá příčiny nedostatků ve vlastním výkonu, citlivě hodnotí výkony spolužáků, respektuje rozdílnou úroveň tělesné zdatnosti - při práci s digitálními technologiemi předchází situacím ohrožujícím zdraví	- hodnocení vlastních výkonů - hledání příčin nedostatků - citlivě hodnocení výkonů spolužáků	výpočet výsledků; práce s kalkulátorem; porovnávání čísel; jednotky délky a času
---	---	---	--

TĚLESNÁ VÝCHOVA A VÝCHOVA KE ZDRAVÍ - 9 ročník Minimální doporučená úroveň pro úpravy OV v rámci podpůrných opatření:

OVO podle RVP	Konkretizovaný (školní) výstup	Konkretizované učivo	Vazby, přesahy, průřez. téma
<p>Žák: TV-9-1-04p odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se zdravím a sportem VZ-9-1-13p dává do souvislosti zdravotní a psychosociální rizika spojená se zneužíváním návyk. látek a provozováním hazard. her</p> <p>TV-9-1-05p uplatňuje zákl. zásady poskytování první pomoci, zvládá zajištění odsunu raněného VZ-9-1-15p chová se odpovědně při mimořádných událostech a prakticky využívat zákl. znalosti první pomoci při likvidaci následků hromadného zasažení obyvatel TV-9-3-02p naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky-čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu</p> <p>TV-9-1-05p uplatňuje bezpečné chování v přírodě a v silničním provozu</p> <p>TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady</p>	<p>Žák splní tyto výstupy: - zhodnotí rizika spojená s užíváním drog a škodlivin a jejich vliv na zdravotní stav a a kvalitu sport. výkonu - vysvětlí ekonomický dopad zneužívání návykových látek a provozování hazardních her - vysvětlí pojmy psychická a fyzická závislost - osvojuje si základní techniky odmítání návykových látek, ví jak se bránit před různými formami hazard. her</p> <p>- poskytne základní první pomoc s využitím příruční lékárničky i improvizovaných prostředků (úrazy v domácnosti, ve škole, při sportu, v přírodě) - přenáší raněného, ukládá ho do stabilizované polohy - ví, jak se chovat při dopravní nehodě a vyhlášeném poplachu - zná důležitá telefonní čísla, umí přivolat pomoc v krizových a život ohrožujících situacích - chová se ohleduplně ke spoluhráčům, respektuje jejich práva - dodržuje pravidla her, jedná podle zásad fair play - respektuje rozdílnou tělesnou zdatnost spoluhráčů - s empatií pomáhá slabším a handicapovaným - chrání přírodu při všech pohyb. aktivitách v přírodě - ujde trasu přiměřenou tělesné zdatnosti a zdravot. stavu žáků, typu terénu a časovému rozvrhu - orientuje se v terénu podle turistické mapy a značek - bezpečně jezdí na kole po cyklistické stezce i v terénu, provádí základní údržbu kola - zná pravidla BESIP (ověřuje na dopravním hřišti)</p> <p>- provádí podle pokynů průpravná atletická cvičení - osvojil si správnou techniku sprintu a vytrvalostního</p>	<p>- rizika spojená s užíváním drog a návyk. látek, vliv těchto látek na zdravotní stav a kvalitu sport. výkonu - ekonomický dopad zneužívání návyk. látek a provozování hazardních her (herní automaty, sázky) - pojmy psychická a fyzická závislost - základní techniky odmítání drog a návykových látek, ochrana před provozováním hazardních her</p> <p>- základní dovednosti při poskytování první pomoci - vybavení lékárničky a improvizované prostředky</p> <p>- přenášení raněného, stabilizovaná poloha - chování při dopravní nehodě a vyhlášeném poplachu (návuk evakuace školy) - důležitá telefonní čísla - praktický návuk přivolání pomoci - olympijské myšlenky - zásady fair play</p> <p><u>turistika a pobyt v přírodě</u> - ochrana přírody při masových sportovních akcích - chůze v terénu, překonávání přírodních překážek - orientace v terénu podle turistické mapy a značek - jízda na kole, údržba kola (jízda v terénu, jízda zručnosti) - povinná výbava kola a cyklisty - zásady BESIP, dopravní hřiště</p> <p><u>atletika</u> - průpravná cvičení, atletická abeceda - běh: sprint na 100 m (dívky na 60 m), vytrvalostní běh do 12 minut (nebo 1500 m), štafetový běh</p>	<p><u>přírodopis 7</u> - drogy, ochrana před zneužíváním drog <u>občanská výchova 9</u> - základ. techniky odmítání drog a návykových látek</p> <p>fyzika 8 - první pomoc při zasažení elektrickým proudem <u>chemie 9</u> - první pomoc při popálení a poleptání</p> <p><u>PT osobnostní a sociální vých.</u> - sociální rozvoj: komunikace</p> <p><u>PT environmentální výchova</u> - ochrana přírody při masových sportovních akcích <u>zeměpis 6</u> - místní region, práce s turistickou mapou kult., hist. a přír. zajímavosti <u>pracovní vyuč. 9</u> - údržba kola</p>

osvojované pohybové dovednosti a aplikuje je ve hře, soutěži a rekreačních činnostech	<ul style="list-style-type: none"> běhu s vysokým, polovysokým a nízkým startem skáče do dálky s odrazem snožmo z místa a s odrazem jednoho s rozběhem (z břevna nebo odraz. pásma) háží kriket. míčkem horním obloukem do dálky a na cíl nacvičuje vrh koulí skáče do výšky s odrazem jednoho s rozběhem, přeskakuje překážky 	<ul style="list-style-type: none"> skok do dálky: snožmo z místa, s rozběhem a odrazem jednoho z břevna, doskok do písku hod kriketovým míčkem (chlapci granátem) horním obloukem do dálky a na cíl, hod s rozběhem vrh koulí (dívky 3 kg, chlapci 4 kg) skok do výšky: přeskakování překážek s odrazem jednoho s rozběhem 	
---	---	--	--

TĚLESNÁ VÝCHOVA A VÝCHOVA KE ZDRAVÍ - 9. ročník Minimální doporučená úroveň pro úpravy OV v rámci podpůrných opatření:

OVO podle RVP	Konkretizovaný (školní) výstup	Konkretizované učivo	Vazby, přesahy, průřez. téma
Žák: TV-9-1-05p uplatňuje bezpečné chování v přírodě a v silničním provozu TV-9-1-02p usiluje o zlepšení a udržení úrovně pohyb. schopností a o rozvoj pohyb. dovedností základních sportovních odvětví včetně zdokonalování základ. lokomocí TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikuje je ve hře, soutěži a rekreačních činnostech TV-9-1-05p uplatňuje bezpečné	Žák splní tyto výstupy: <ul style="list-style-type: none"> řídí se pravidly bezpečnosti při zimních sportech ve volné přírodě a na horách, volí vhodnou výstroj a výzbroj osvojuje si základy bruslení, sjezdového a běžecského lyžování (podle podmínek školy a žáků) provádí průpravná cvičení pro lední hokej (příhrávka a střelba na branku - jen chlapci) přejde lavičku (kladinu) s doprovodnými pohyby paží udrží rovnováhu v rovnovážné poloze (s výdrží) provádí kotoul vpřed i vzad a jejich modifikace provádí přemet stranou provádí průpravná cvičení pro stoj na rukou přeskakuje, zvedá a přenáší lavičky provádí posilovací cvičení na žebřinách skáče roznožku přes kozu s odrazem z můstku vyskočí do dřepu na šv. bednu s odrazem z můstku přeskakuje švihadlo (s modifikacemi), protahuje svaly vyskočí na hrazdu, ručkuje ve visu, seskočí houpe se na kruzích, vyskočí, seskočí, provádí překoty šplhá s přírazem na tyči a na laně (se smyčkou) cvičí podle hudby, cvičením a tancem vyjádří tempo a rytmus skladby osvojil si poskočný krok a přísun stranou, tančí mazurku, disko tance, základní kroky polky a valčíku k rytmickému cvičení používá náčiní a osvojené cviky spojuje do krátké gymnastické sestavy (jen dívky) osvojil si základní kroky a cviky aerobiku (jen dívky) 	hry na sněhu a na ledu (podle podmínek školy a žáků) <ul style="list-style-type: none"> bezpečnost při zimních sportech, výzbroj a výstroj základy bruslení <ul style="list-style-type: none"> jízda vpřed a vzad bez opory, brzdění a zatáčení základy ledního hokeje (jen chlapci) základy lyžování <ul style="list-style-type: none"> sjezd: obraty, výstupy, jízda na vleku, jízda šikmo svahem, odšlapování, brzdění (na upraveném svahu) běžky: chůze, obraty, jízda v nenáročném terénu, výstupy, brzdění, zastavení gymnastika <ul style="list-style-type: none"> chůze po úzké straně lavičky (kladině) s doprovod. pohyby paží; obraty; rovnovážné polohy s výdrží kotoul vpřed a vzad a jejich modifikace přemet stranou průpravná cvičení pro stoj na rukou cvičení na lavičkách a s lavičkami cvičení na žebřinách: vis, přitahování roznožka přes kozu s odrazem z můstku průprava pro skrčku přes švédskou bednu a kozu cvičení s krát. švihadlem (protah. cvičení, přeskoky) cvičení na hrazdě: výskok, ručkování ve visu, seskok houpání na kruzích, výskok, vis, seskok, překoty šplh s přírazem na tyči i na laně, nácvik smyčky rytmická a kondiční cvičení s hudebním doprovodem tanec: volný tanec, poskočný krok, přísun stranou, mazurka, disko a country tance, nácvik polky a valčíku rytmické cvičení s obručí, tyčí a šátkem (jen dívky) jednoduchá gymnastická sestava (jen dívky) 	



<p>chování v přírodě a v silničním provozu</p> <p>TV-9-1-02p usiluje o zlepšení a udržení úrovně pohyb. schopností a o rozvoj pohyb. dovedností základních sportovních odvětví včetně zdokonalování základ. lokomocí</p>	<ul style="list-style-type: none"> - v praxi se řídí pravidly bezpečnosti a hygieny při plaveckém výcviku v bazénu i při plavání v přírodě - dýchá do vody, splývá, cvičí ve vodě, potápí se, - koordinuje pohyby paží a nohou u plavce. způsobu znak - koordinuje pohyby paží a nohou u plavce. způsob prsa - skáče do vody z nízkých poloh 	<ul style="list-style-type: none"> - základy aerobiku (jen dívky) <u>plavání</u> - hygiena a bezpečnost při plavání v bazénu i v přírodě - dýchání do vody, splývání, cvičení ve vodě, potápění - koordinace pohybů paží a nohou plavce. stylu znak - průpravná cvičení pro plavecký styl prsa - skoky do vody z nízkých poloh 	
---	---	---	--

TĚLESNÁ VÝCHOVA A VÝCHOVA KE ZDRAVÍ - 9. ročník Minimální doporučená úroveň pro úpravy OV v rámci podpůrných opatření:

OVO podle RVP	Konkretizovaný (školní) výstup	Konkretizované učivo	Vazby, přesahy, průřez. téma
<p>Žák:</p> <p>TV-9-2-01 zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a aplikuje je ve hře, soutěži a rekreačních činnostech</p> <p>TV-9-3-03p dohodne se na spolupráci a jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji</p> <p>TV-9-3-06p spolupřezhoduje osvojené hry a soutěže</p> <p>VZ-9-1-07p dodržuje správné stravovací návyky a dle svých možností uplatňuje zásady správné výživy a zdravého stravování</p> <p>VZ-9-1-04p, VZ-9-1-09p v rámci svých možností usiluje o aktivní podporu zdraví</p>	<p>Žák splní tyto výstupy:</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozvíjí rychlost, vytrvalost, obratnost, koordinaci, soc. vztahy, prostor. orientaci a postřeh při pohyb. hrách - překonává různé typy překážek - hází a chytá létající talíř a ringo kroužky - osvojil si základní dovednosti pro přehazovanou, vybíjenou, kopanou (jen chlapci), košíkovou, stolní tenis, softtenis a florbal - srozumitelně vyjádří své názory při stanovení pravidel a herní taktiky, respektuje názory spoluhráčů - dodržuje domluvená pravidla podle zásad fair play - spolupracuje při naplňování domluvené taktiky - plní povinnosti vyplývající z role pomocného rozhodčí - sestaví jídelníček podle zásad racionálního stravování - je seznámen s nebezpečnými poruchami příjmu potravin, příčinami jejich vzniku, následky a možnostmi léčby - připraví pokrm podle zásad racionálního stravování - dodržuje zásady osobní a intimní hygieny - osvojuje si techniky k předcházení stresu, zvládání obtížných situací a zvyšování psychické odolnosti - rozlišuje přenosné a nepřenositelné choroby - vysvětlí pojem civilizační choroby, určí příčiny 	<p><u>pohybové a sportovní hry</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - hry pro rozvoj sociálních vztahů, prostor. orientace, svalové koordinace a postřehu, psychomotorické hry - štafetové soutěže, překážkové dráhy, kruhový trénink - házení a chytání létajícího talíře a ringo kroužků - přehazovaná a vybíjená: přihrávka, chytání, vybíjení - kopaná (jen chlapci) - zpracování míče, přihrávka, střelba na branku - zákl. košíkové: driblíng, střelba na koš, přihrávka - stolní tenis a softtenis: odpař míčku přes síťku - florbal: přihrávka, zpracování míčku, střelba - dodržování pravidel her, respektování spoluhráčů - jednoduchá herní taktika u kolektivních her - role pomocného rozhodčího (např. čárový rozhodčí, měření a zápis výsledků,) - zásady racionálního stravování, sestavení jídelníčku - poruchy příjmu potravy: anorexie, bulimie, ortorexie (příčiny vzniku, zdravotní následky, způsoby léčby) - civilizační choroby, příčiny vzniku, léčba a prevence - příprava pokrmů podle zásad zdravého stravování - zásady stravování při různých onemocněních (alergie, cukrovka, obezita, bezlepková dieta) - stravování a pitný režim během sportovního výkonu - zásady osobní a intimní hygieny - duševní hygiena - kompenzační, relaxační a regenerační techniky k předcházení stresu, zvládání obtížných situací a zvyšování psychické odolnosti - přenosné a nepřenositelné choroby, civilizační choroby 	<p><u>PT osobnostní a sociální vých.</u></p> <p>- soc. rozvoj: mezilidské vztahy</p> <p><u>matematika 9</u> - desetinná čísla, zápis čísel do tabulky, výpočet výsledků; práce s kalkulátorem porovnávání čísel; jednotky délky a času</p> <p><u>PT - environmentální výchova</u></p> <p>- ochrana zdraví, zdravý způsob života</p> <p><u>PT osobnostní a sociální vých.</u></p> <p>- osobnostní rozvoj: psychohygiena</p> <p><u>PT - environmentální výchova</u></p> <p>- ochrana zdraví, zdravý způsob</p>

VZ-9-1-08p svěří se se zdravotním problémem	vzniku a zdravotní rizika civilizačních chorob - zdůvodní nutnost úprav režimu při chron. onemocnění - ví, jak se chránit před pohlavně přenosnými nemocemi - popíše systém preventivní a lékařské péče v ČR - zhodnotí význam povinného i nepovinného očkování - aktivně chrání své zdraví - v digitálním prostředí vyhledává relevantní informace pro podporu zdraví a adekvátně je vyhodnocuje - srozumitelně popíše své zdravotní obtíže - aktivně pečuje o kvalitu životního prostředí jako základ. podmínku zdravého života	- chování při chronickém onemocnění (úprava režimu) - ochrana před nemocemi přenosnými pohl. stykem - preventivní a lékařská péče - systém povinného a nepovinného očkování - odpovědnost jedince za své zdraví (prevence zdravotních problémů, význam racionální stravy, otužování a aktivního pohybu, bezpečnost práce, komunikace s lékařem) - ochrana životního prostředí	<u>životu</u> <u>pracovní vyuč. 9</u> - ochrana před pohl. nemocemi, antikoncepce; lékařská péče, očkování; příprava pokrmů podle zásad racionální stravy a dietních opatření; péče o nemocného <u>obč. výchova 9, přírodopis 9</u> - ochrana životního prostředí
--	---	--	--

TĚLESNÁ VÝCHOVA A VÝCHOVA KE ZDRAVÍ - 9. ročník

Minimální doporučená úroveň pro úpravy OV v rámci podpůrných opatření:

OVO podle RVP	Konkretizovaný (školní) výstup	Konkretizované učivo	Vazby, přesahy, průřez. téma
Žák: VZ-9-1-05p projevuje zdravé sebevědomí a preferuje ve styku s vrstevníky pozitivní životní cíle, hodnoty a zájmy VZ-9-1-15p uplatňuje způsoby bezpečného chování v soc. kontaktu s vrstevníky, při komunikaci s neznámými lidmi, v konfliktu a krizových situacích a v případě potřeby vyhledá odbornou pomoc VZ-9-1-13p uplatňuje osvojené sociální dovednosti při kontaktu se sociálně patologickými jevy	Žák splní tyto výstupy: - prostřednictvím her poznává sám sebe i ostatní lidi, zamýšlí se nad svým hodnot. žebříčkem, cíli a zájmy - zamýšlí se nad rozdíly v hodnotových žebříčcích, cílech a zájmech různých lidí, snaží se hodnotit problém z různých úhlů pohledu, respektuje názory ostatních, diskutuje s nimi a rozumnými argumenty obhájí své názory - vysvětlí změny ve svém životě související s dospíváním - je informován o problematice poruch pohlavní identity - volí společensky vhodné způsoby uspokojování potřeb - kriticky hodnotí vliv médií a reklamy - aktivně využívá volný čas - sestaví si individuální režim dne podle svých povinností, zájmů a cílů a snaží se ho dodržovat - řídí se zásadami bezpečného kontaktu s ostatními lidmi: - ví, jak se chránit před agresivními jedinci, šikanou, psychickým, fyzickým a sexuálním zneužíváním - je si vědom nebezpečí zneužití náboženskou sektou - je seznámen s problematikou dětské pornografie - uvědomuje si možné následky předčasné sexuální zkušenosti a rizikového sexuálního chování - je seznámen s problematikou manželství a rodičovství mladistvých - je seznámen s nabídkou antikoncepčních metod - v každodenní praxi nacvičuje komunikaci s vrstevníky a neznámými lidmi, techniky řešení konfliktů a krizových situací a odmítání návykových látek - učí se sebeovládání, hledá vhodné způsoby naplňování	- sebepoznání a sebepojetí - vztah k sobě samému i druhým lidem, rozvoj sebekontroly a sebeovládání; hodnotový žebříček, cíle, zájmy - hry pro rozvoj sebepoznání i poznání ostatních, rozvoj sociálních vztahů, empatie a sebekontroly - situační scénky, rozbor konkrétních situací - reflexe změn v životě - dětství, puberta, dospívání (tělesné, duševní a společenské změny) - poruchy pohlavní identity; možnosti řešení - vhodné způsoby naplňování životních cílů a zájmů - manipulativní vlivy médií, klamavá reklama - nabídka volnočasových aktivit ve škole i mimo školu - zařazení zájmových a pohybových aktivit do režimu dne, rovnováha práce a odpočinku - bezpečný kontakt s vrstevníky a neznámými lidmi: - ochrana před agresivními jedinci - ochrana před psychickým a fyzickým zneužíváním - nebezpečí zneužití náboženskou sektou - ochrana před sexuálním zneužíváním - problematika dětské pornografie - předčasná sexuální zkušenost - rizikové sexuální chování a jeho možné následky - problematika manželství a rodičovství mladistvých - antikoncepce - šikana a jiné projevy násilí - komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi - techniky řešení konfliktů a krizových situací - techniky odmítání návykových látek	<u>PT osobnostní a sociální vých.</u> - osobnostní rozvoj: sebepoznání a sebepojetí - soc. rozvoj: mezilidské vztahy <u>občanská výchova 8</u> - dospívání; přátelství, láska, partner. vztahy <u>PT osobnostní a sociální vých.</u> - osobnostní rozvoj: seberegulace a sebeorganizace <u>obč. výchova 9</u> - volný čas <u>PT environmentální výchova</u> - ochrana zdraví, zdravý způsob života <u>občanská výchova 9</u> - základní techniky obrany před různými formami násilí a zneužívání - nebezpečí spojená s činností náboženských sekt - základ. techniky odmítání drog a návykových látek - obrana před patologickým hráčstvím - trestní odpovědnost dětí a mladistvých - vandalismus, šikana,



<p>VZ-9-1-13p dává do souvislosti zdravotní a psychosociální rizika spojená se zneužíváním návyk. látek a provozováním hazard. her</p> <p>VZ-9-1-15p ví o centrech odborné pomoci, vyhledá a použije jejich telefonní čísla</p>	<p>ní svých potřeb, přání a cílů; ví jak se bránit před různými formami hazardních her</p> <ul style="list-style-type: none"> - zhodnotí rizika spojená s užíváním drog a návyk. látek - vysvětlí ekonomický dopad zneužívání návykových látek a provozování hazardních her - vysvětlí pojmy psychická a fyzická závislost - vyhledá na internetu pomáhající organizace, informace o jejich činnosti - kontakty na pomáhající organizace vyhledá na internetu a v telefonním seznamu - v praxi nacvičuje komunikaci s pomáhajícími organizacemi a komunikaci v krizových situacích 	<ul style="list-style-type: none"> - ochrana před provozováním hazardních her - rizika spojená s užíváním drog a návyk. látek, vliv těchto látek na zdravotní stav a kvalitu sport. výkonu - ekonomický dopad zneužívání návyk. látek a provozování hazardních her (herní automaty, sázky) - pojmy psychická a fyzická závislost - pomáhající organizace a kontakty na ně - práce s telefonním seznamem - vyhledávání informací o činnosti pomáhajících organizací a kontaktech s nimi na internetu - praktický nácvik komunikace s pomáhajícími organizacemi, komunikace v krizových situacích 	<ul style="list-style-type: none"> - organizace pomáhající v případě ohrožení sociálně patologickými jevy a jejich služby; kontakty - komunikace s pomáhajícími organizacemi <p><u>pracovní vyuč. 9 – ochrana před násilím, zneužíváním a pohlavními chorobami</u></p> <p><u>PT osobnostní a sociální vých.</u> <u>- sociální rozvoj: komunikace</u></p>
---	--	---	--