

Univerzita Karlova
Pedagogická fakulta
Katedra pedagogiky

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Plánování učiva ve výchově ke zdraví
Curriculum planning in health education

Bc. Klára Navrátilová

Vedoucí práce: PhDr. Miroslava Kovaříková, Ph.D.
Studijní program: Učitelství pro střední školy
Studijní obor: N BI-VZ

Odevzdáním této diplomové práce na téma Plánování učiva ve výchově ke zdraví potvrzuji, že jsem ji vypracovala pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Praha 18. 4. 2022

Děkuji PhDr. Miroslavě Kovaříkové, Ph.D. za čas, který mi věnovala během zpracování této práce, za poskytování odborných a inspirativních rad, doporučení a připomínek. Dále děkuji škole, vyučujícím a žákům, jež mi umožnili navštěvovat jejich hodiny výchovy ke zdraví.

ABSTRAKT

Tato diplomová práce se zaměřuje na plánování učiva ve výchově ke zdraví. Cílem práce bylo navrhnout modelové hodiny vybraného tematického celku výchovy ke zdraví na vybrané základní škole. Modelové zpracování hodin bylo připraveno na základě analýzy školního vzdělávacího programu školy, která se zaměřovala na aktuálnost dokumentu a začlenění učiva výchovy ke zdraví ve volitelných předmětech. Dílčím cílem práce bylo také zjistit, zdali jsou učitelé výchovy ke zdraví obeznámeni s koncepcí výchovy ke zdraví ve škole. Mimo jiné bylo dílčím cílem zjistit aktuální stav implementace výchovy ke zdraví v edukační realitě.

K získání informací byla využita analýza školního vzdělávacího programu, pozorování a rozhovory.

Výsledkem práce je dvanáct modelů hodin tematického celku sexuální výchova. Během analýzy bylo zjištěno, že školní vzdělávací program sledované školy obsahuje špatné informace, je neaktuální a některé učivo vzdělávacího oboru v dokumentu zcela chybí. Ve výběru volitelných předmětů se nenachází předmět zaměřený na výchovu ke zdraví, částečné prolnutí ovšem můžeme shledat u dvou nabízených volitelných předmětů. Rozhovory a pozorováním bylo zjištěno, že učitelé výchovy ke zdraví nejsou obeznámeni s koncepcí výuky výchovy ke zdraví. Během výuky spíše nejsou dodržovány fáze výuky a taktéž se v hodinách nepracuje s cíli.

KLÍČOVÁ SLOVA

Analýza ŠVP, didaktika výchovy ke zdraví, implementace, plánování učiva, učivo, výchova ke zdraví

ABSTRACT

This diploma thesis is focused on curriculum planning in health education. The aim of the work was to design model lessons for a selected thematic unit of health education at a selected primary school. The model lessons are based on an analysis of the school's educational program which focused on the current document and the integration of health education into optional subjects. A partial goal of this work was also to find out whether health education teachers are informed about the concept of health education at their school. Among other things, the partial goal was to find out the current state of implementation of health education in the educational reality.

Analysis of the school curriculum, observations, and interviews were used to obtain information.

This diploma thesis contains twelve models of lessons of the thematic unit sex education. During the analysis was found that the school curriculum of the selected school contains incorrect information, is out of date and some fields of study are completely missing in the document. There is no subject focused on health education in the selection of optional subjects, but we can find a partial blend in the two offered optional subjects. Interviews and observations have shown that health education teachers are unfamiliar with the concept of health education at their school. The teaching phases are not observed during the lessons and also educational goals are not involved.

KEYWORDS

Analysis of school education programme, didactic of health education, implementation, planning of curriculum, educational material, health education

Obsah

Úvod	8
1 Výchova ke zdraví	10
1.1 Učivo ve výchově ke zdraví	11
1.1.1 Vztahy mezi lidmi a formy soužití	11
1.1.2 Změny v životě člověka a jejich reflexe	11
1.1.3 Zdravý způsob života a péče o zdraví	12
1.1.4 Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence	12
1.1.5 Hodnota a podpora zdraví	13
1.1.6 Osobnostní a sociální rozvoj	14
1.2 Cíle výchovy ke zdraví	14
1.3 Implementace školního kurikula do edukační reality	15
1.3.1 Analýza výchozího stavu a potřeb školy	15
1.3.2 Plánování postupu	17
1.3.3 Hodnocení	23
1.4 Didaktické zásady	24
2 Praktická část	26
2.1 Cíle výzkumu	26
2.2 Metody výzkumu	27
2.3 Místo a čas výzkumu	27
2.4 Analýza školního vzdělávacího programu vybrané základní školy	28
2.4.1 Volitelné předměty a výchova ke zdraví	28
2.4.2 Vztahy mezi lidmi a formy soužití	29
2.4.3 Změny v životě člověka a jejich reflexe	30
2.4.4 Zdravý způsob života a péče o zdraví	30

2.4.5	Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence	31
2.4.6	Hodnota a podpora zdraví	33
2.4.7	Osobnostní a sociální rozvoj	33
2.4.8	Závěr analýzy	33
2.5	Pozorování	34
2.5.1	Šestý ročník	34
2.5.2	Sedmý ročník.....	37
2.5.3	Osmý ročník	40
2.5.4	Závěr pozorování a rozhovorů.....	42
3	Didaktický výstup.....	44
3.1	Šestý ročník.....	47
3.1.1	Znaky dospívání	47
3.1.2	Vztahy a komunikace	50
3.2	Sedmý ročník	55
3.2.1	Opakování učiva šestého ročníku	55
3.2.2	Intimní chování, volba partnera.....	59
3.2.3	Početí	63
3.2.4	Antikoncepce	68
3.2.5	Pohlavně přenosné choroby – HIV.....	71
3.2.6	Já dospívám	77
3.3	Osmý ročník.....	79
3.3.1	Dospívání – změny organismu	80
3.3.2	Předčasná sexuální zkušenost.....	82
3.3.3	Početí, těhotenství, porod	84
3.3.4	Antikoncepční metody.....	88

Závěr	90
Seznam použitých informačních zdrojů	92
Seznam příloh	98

Úvod

Během mého působení na vybrané základní škole, kde jsem zastupovala za nemocného učitele, jsem se setkala s mnoha vyučujícími výchovy ke zdraví. Ač je to dle mého názoru neobvyklé, výchovu ke zdraví na druhém stupni vyučují ve svých třídách vždy třídní učitelé, avšak žádný z nich nemá ve své aprobaci výchovu ke zdraví. Během našich rozhovorů jsem se snažila dozvědět, jaký je jejich pohled na výuku výchovy ke zdraví a jak jejich hodiny probíhají. Ve většině případů jsem se setkala s názory, že vyučující nevědí, co a jak mají v hodinách vyučovat, a výchovu ke zdraví berou jako hodinu suplující třídnické hodiny. Proto jsem se rozhodla psát mou diplomovou práci na plánování učiva ve výchově ke zdraví, jejímž výstupem by měl být prakticky využitelný materiál uplatňující zásady plánování učiva.

V teoretické části diplomové práce bych se ráda zaměřila na vymezení samotného vzdělávacího oboru výchova ke zdraví. Podrobněji se budu věnovat učivu, cílům, metodám, motivaci a hodnocení. Dále bych ráda v teoretické části rozvedla poznatky o implementaci učiva do školní reality. Nedílnou součástí teoretické části budou informace o didaktických zásadách, které by měly být během výuky dodržovány.

V analytické části práce bych se ráda věnovala analýze školního vzdělávacího programu vybrané základní školy. Konkrétně by se mělo jednat o školu, na níž jsem vedla rozhovory s vyučujícími výchovy ke zdraví a v budoucnu bych se zde chtěla ucházet o zaměstnání. Škola se nachází ve Středočeském kraji. Bližší informace týkající se školy budou anonymizovány. Analýza by měla být zaměřena na volitelné předměty spjaté s výchovou ke zdraví a na korespondenci a aktuálnost školního vzdělávacího programu s Rámcovým vzdělávacím programem. Do výzkumné části diplomové práce bych také ráda zahrnula pozorování výuky výchovy ke zdraví ve škole. Pozorování mi má přiblížit, jak hodiny výchovy ke zdraví reálně probíhají.

Jako didaktický výstup bych na základě pozorování a dle školního vzdělávacího programu vytvořila modely vyučovacích hodin výchovy ke zdraví. Modely by měly být již se zpracovanými úpravami po absolvovaných praxích. Vzhledem k obsáhlosti učiva bych ráda během pozorování identifikovala nejobtížnější tematický okruh, na který bych se během

tvoření modelů hodin zaměřila. Také bych v modelech chtěla prakticky demonstrovat spirálovitost učiva výchovy ke zdraví.

Cílem diplomové práce s názvem *Plánování učiva ve výchově ke zdraví* je na základě analýzy školního vzdělávacího programu, rozhovorů s vyučujícími výchovy ke zdraví a pozorování vybraných hodin navrhnout modelové zpracování vybraného tematického celku pro druhý stupeň sledované školy.

Teoretická část

V teoretické části mé diplomové práce se budu věnovat výchově ke zdraví, a to konkrétně vymezení samotného oboru výchova ke zdraví. Samotné vymezení bude dále obsahovat teorii týkající se učiva, cílů, metod, motivace a hodnocení využívaných ve vzdělávacím oboru výchova ke zdraví. Dále bude teoretická část věnována poznatkům o implementaci učiva do edukační reality a didaktickým zásadám.

1 Výchova ke zdraví

Diplomová práce se dále zabývá plánováním učiva ve výchově ke zdraví, a proto je příhodné na začátku sdělit informace týkající se tohoto předmětu.

Slovo výchova můžeme vysvětlit jako zamýšlený proces, jímž chceme napomoci formovat a rozvíjet jedince, jeho osobní potřeby, dispozice a sociální vztahy (Zormanová, 2014). Jedná se o cílevědomý celoživotní proces, jehož záměrem je udržování a rozvíjení stavu společnosti. Do tohoto procesu lze zařadit formování osobnosti jedince, jeho vztahy s ostatními, a i vztah k prostředí (Šafránková, 2019).

Pojetí významu slova zdraví se může lišit, jelikož na jeho definici se podílí mnoho aspektů, mezi něž mimo jiné můžeme zařadit například vývoj společnosti, ale i vývoj jedince samotného. „Světová zdravotnická organizace v roce 1948 definovala zdraví takto: Zdraví je stav úplné tělesné, duševní a sociální pohody, a nikoli pouze nepřítomnost nemoci nebo vady.“ (Machová, Kubátová, 2015, s. 14) Jedná se o hodnotu, která je pro každého z nás důležitá a lze ji tedy označit za všeobecně uznávanou hodnotu (Havlíková, 2006). Zdraví bychom neměli považovat za určitý cíl života, nýbrž za hodnotu, která napomáhá a umožňuje nám dosažení smysluplného života (Machová, Kubátová, 2015).

V Rámcovém vzdělávacím programu pro základní vzdělávání se setkáváme se vzdělávacím oborem výchova ke zdraví na obou stupních vzdělávání. Na prvním stupni základní školy se vzdělávací obor výchova ke zdraví řadí do vzdělávací oblasti *Člověk a jeho svět*. Pro druhý stupeň základní školy je obsah výchovy ke zdraví definován ve vzdělávací oblasti *Člověk a zdraví*. Vzdělávací oblast *Člověk a zdraví* zahrnuje mimo vzdělávací obor výchova ke zdraví také tělesnou výchovu. Tato vzdělávací oblast má minimální časovou dotaci 10 hodin týdně

na druhém stupni základní školy. Nalezneme zde základní informace o oboru výchova ke zdraví včetně očekávaných výstupů a obsahu učiva (RVP ZV, 2021).

1.1 Učivo ve výchově ke zdraví

Učivo lze v pedagogice definovat jako poznatky, respektive jejich soubor, které má učitel předat žákům. Jedná se tedy o soubor dovedností a vědomostí, jež by si měl žák během vyučovacího procesu osvojit. Zároveň lze do učiva zařadit i zkušenosti žáka získané během výuky (Průcha, Walterová, Mareš, 1995).

V učivu vzdělávacího oboru výchova ke zdraví pro druhý stupeň základního vzdělávání nalezneme šest základních témat. Mezi ně řadíme: vztahy mezi lidmi a formy soužití; změny v životě člověka a jejich reflexe; zdravý způsob života a péče o zdraví; rizika ohrožující zdraví a jejich prevence; hodnota a podpora zdraví; osobnostní a sociální rozvoj.

1.1.1 Vztahy mezi lidmi a formy soužití

Do učebního tématu *vztahy mezi lidmi a formy soužití* zahrnujeme učivo týkající se vztahů ve dvojicích a také vztahů a pravidel soužití v prostředí komunity.

Do tématu vztahy ve dvojici by mělo být zařazeno učivo týkající se kamarádství, přátelství, lásky, partnerských vztahů, manželství a rodičovství.

Do tématu vztahy a pravidla soužití v prostředí komunity by mělo být zařazeno učivo o rodině, škole, vrstevnických skupinách, obcích a spolcích.

1.1.2 Změny v životě člověka a jejich reflexe

Do tohoto učiva řadíme informace o dětství, pubertě a dospívání. Konkrétně bychom se měli zabývat tělesnými, duševními a společenskými změnami. Dále sem řadíme učivo o sexuálním dospívání a reprodukčním zdraví. Zde bychom se konkrétně měli věnovat zdraví reprodukční soustavy, sexualitě jako součásti formování osobnosti jedince, sexuální zdrženlivosti, ale také předčasné sexuální zkušenosti a promiskuitě. Dále pak problémům těhotenství a rodičovství mladistvých a poruchám pohlavní identity.

1.1.3 Zdravý způsob života a péče o zdraví

Zde můžeme jmenovat 5 základních podskupin daného učiva. První je *výživa a zdraví*, kam je začleněno učivo týkající se zásad zdravého stravování a pitného režimu, vlivu životních podmínek a způsobu stravování na zdraví a také učivo týkající se poruch příjmu potravy.

Do podskupiny učiva *vlivy vnějšího a vnitřního prostředí na zdraví* řadíme informace o kvalitě ovzduší a vody, dále pak informace o ovlivňování zdraví hlukem, osvětlením a teplem.

Do třetí podskupiny *tělesná a duševní hygiena* řadíme učivo týkající se zásad osobní, intimní a duševní hygieny, otužování a celkově téma denního režimu. Dále také vyváženost pracovních a odpočinkových aktivit. Součástí je také učivo týkající se významu pohybu pro zdraví a pohybový režim.

Další podskupina *ochrana před přenosnými chorobami* obsahuje učivo týkající se přenosu nákaz a jejich prevence, dále pak nákazy respirační, přenosné potravou, získané v přírodě, přenosné krví a sexuálním kontaktem, nemoci přenosné bodnutím hmyzem anebo jiným stykem se zvířaty.

Poslední podskupinou tématu *zdravý způsob života a péče o zdraví* je *ochrana před chronickými nepřenositelnými chorobami a před úrazy*. Sem řadíme učivo o prevenci kardiovaskulárních a metabolických onemocnění, dále učivo o prevencích a léčebné péči. Do této skupiny také patří učivo zaměřující se na odpovědné chování při úrazech a život ohrožujících stavech. Nedílnou součástí jsou základy první pomoci.

1.1.4 Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence

Toto učivo lze dále rozdělit do 7 podskupin. V první podskupině *stres a jeho vztah ke zdraví* bychom se měli ve výuce věnovat kompenzačním, relaxačním a regeneračním technikám k překonávání únavy, stresových reakcí a k posilování duševní odolnosti.

V učivu podskupiny o *autodestruktivních závislostech* bychom se měli věnovat psychickým onemocněním, násilí proti vlastní osobě a rizikovému chování, do kterého řadíme alkohol, kouření, zbraně, nebezpečné látky a nebezpečné předměty a nebezpečí spojená s internetem. Učivem je zde také násilné chování, těžké životní situace a jejich zvládání, trestná činnost a dopink ve sportu.

U *skrytých forem a stupně individuálního násilí, zneužívání a sexuální kriminality* bychom se měli blíže zaměřit na učivo šikany a jiných projevů násilí, dále pak na formy sexuálního zneužívání dětí a na komunikaci se službami odborné pomoci. Také sem řadíme téma kriminality mládeže.

V učivu podskupiny *bezpečného chování a komunikace* bychom se měli zaměřit na rozvíjení komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi, na seznámení se s pohybem v rizikovém prostředí a na chování v přítomnosti v konfliktních a rizikových situacích. Dále zde také nalezneme učivo týkající se nebezpečí, které může hrozit při komunikaci přes elektronická média.

Dále bychom měli rozvíjet *dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví*. Konkrétně se jedná o témata, do kterých řadíme bezpečné prostředí ve škole, ochranu zdraví při různých činnostech a bezpečnost v dopravě včetně znalostí pravidel silničního provozu a zvládání agresivity spojené s dopravou. Součástí je také učivo týkající se správného postupu chování u dopravní nehody, konkrétně se jedná o zajištění bezpečnosti a zavolání pomoci.

Do této tematiky také řadíme znalosti týkající se *manipulativních reklam a informací*, konkrétně se zaměřením na reklamní vlivy a působení sekt.

Součástí učiva jsou také informace týkající se *ochrany člověka za mimořádných událostí* to znamená jejich klasifikace a jejich prevence, varovný signál a jiné techniky varování obyvatelstva. Učivem je zde také evakuace a chování a činnosti spojené s mimořádnými událostmi.

1.1.5 Hodnota a podpora zdraví

Toto učivo výchovy ke zdraví se věnuje holistickému pojetí člověka ve zdraví a nemoci. Konkrétně se jedná o složky zdraví a jejich interakce, dále o základní lidské potřeby a jejich členění.

Do učiva podporujícího zdraví řadíme témata prevence a intervence. Dále také učivo o působení na změnu kvality prostředí. S tím je spojeno i téma odpovědnosti jedince za své zdraví.

Dále sem řadíme učivo podporující zdravý životní styl, kam patří programy podpory zdraví.

1.1.6 Osobnostní a sociální rozvoj

V této části obsahu učiva bychom se měli věnovat sebepoznání a zdravému a vyrovnanému sebepojetí. To znamená rozvíjet vztah k sobě samému a vztah k druhým lidem. Celkově lze toto učivo shrnout jako učivo vedoucí ke správnému a zdravému uvědomění si identity člověka.

Do učiva *seberegulace a sebeorganizace činností a chování* řadíme cvičení sebereflexe, sebekontroly a sebeovládání a také zvládání problémových situací. Mimo to bychom měli také rozvíjet stanovení osobních cílů a postupné kroky k jejich dosažení. Řadíme sem také učivo, které se zaměřuje na zaujímání postojů a procvičování a zdokonalování dovednosti rozhodnout se při řešení mezilidských vztahů. Také sem řadíme učivo zaměřující se na rozvoj pomáhajícího a prosociálního chování.

V učivu týkajícím se *psychohygieny* bychom se měli věnovat sociálním dovednostem zaměřeným na předcházení a zvládání stresu a případné hledání pomoci při problémech.

V učivu *mezilidských vztahů, komunikace a kooperace* bychom měli rozvíjet dovednosti a znalosti týkající se respektování sebe sama i druhých, přijímání názoru druhého a empatii. Dále pak chování podporující dobré vztahy a komunikaci (RVP ZV, 2021 a Marádová, 2006).

1.2 Cíle výchovy ke zdraví

Slovo zdraví musíme vnímat z mnoha hledisek. Nejedná se pouze o medicínský stav, ale musíme sem zařadit i psychické a sociální hledisko, tedy se zaměřit na výchovu ke zdraví z holistického pohledu. Dochází zde k prolínání různých vědních oborů, kam můžeme zařadit přírodní vědy, ale i společenské obory a praktické činnosti (Kovaříková, Marádová, 2020).

Vzdělávací obor výchova ke zdraví má za cíl vést žáky k udržení, rozvoji a ochraně zdraví a k zodpovědnému chování vedoucímu k dosažení těchto cílů (RVP ZV, 2021).

Výchova ke zdraví by měla žáky vést k tomu, aby si uvědomovali hodnotu zdraví sebe i druhých a aktivně se podíleli na jeho prosperování, k čemuž by měli dospět ve všech

rovinách – fyzické, psychické a sociální. Vhodným způsobem k udržení si zdraví by tedy, na základě jejich vzdělání, měl vést primárně zdravý životní styl.

Dalším záměrem výchovy ke zdraví je také vést žáky k tomu, aby se dokázali objektivně rozhodovat při každodenních záležitostech tak, aby co nejvíce své zdraví ochránili, a navíc ho i podpořili.

Mezi jeden ze záměrů také patří zdokonalení se v aktivitách a dovednostech souvisejících nejen s podporou a péčí o zdraví, ale také s každodenním životem.

V oblasti mezilidských vztahů by si žáci měli osvojit techniky jak verbální, tak i neverbální komunikace. Mimo jiné by si také měli prohloubit znalosti v oblasti sexuality a navazování vztahů.

Záměrem výchovy ke zdraví je naučit žáky vyhledávat objektivní informace týkající se nejen zdraví. Dále je také záměrem vést žáky k pozitivnímu nastavení mysli a k celkovému well-beingu.

Důležitým cílem výchovy ke zdraví je také to, aby si žáci uvědomovali jejich postavení a s tím i spojení diferenciací těchto rolí s postupným měněním se věkem (Fialová, 2014).

1.3 Implementace školního kurikula do edukační reality

„Vyučování představuje proces součinnosti učitele a žáků, kteří mají společný předmět činnosti-učivo.“ (Skalková, 1999) Po vytvoření ŠVP na základě RVP a dalších kurikulárních dokumentů nastává ta nejzásadnější a nejvíce variabilní část, kterou je převod naplánovaného do edukační reality. Při realizování výuky se musíme zaměřit na komplexní podmínky a možnosti školy. Dle Kovaříkové a Marádové (2020) můžeme tyto náležitosti rozdělit do tří hlavních fází. Mezi tyto fáze patří analýza výchozího stavu a potřeb školy, plánování postupu a hodnocení.

1.3.1 Analýza výchozího stavu a potřeb školy

Tuto fázi při implementaci učiva musíme zhodnotit jako první. Je důležitým aspektem procesu plánování výuky nejen ve výchově ke zdraví. Tuto část můžeme dále rozdělit na dvě základní skupiny, na lidské zdroje a materiální vybavení (Kovaříková, Marádová, 2020).

Lidské zdroje

Při analýze lidských zdrojů musíme zahrnout všechny, kdo se ať už aktivně, tak i pasivně účastní vyučování. Při analýze lidských zdrojů bychom se tedy měli zaměřit na přímé účastníky vyučování, kterými jsou žáci. U nich je důležité posoudit fyzický a mentální věk, jejich předchozí vzdělání a potřeby žáků.

Dále je nutné se zaměřit na další přímé účastníky výuky, kterými jsou vyučující. Při zjišťování výchozího stavu školy je nutné zjistit, jak si v této problematice škola stojí (Kovaříková, Marádová, 2020).

Dále je nutné zjistit, jaký je postoj managementu školy v otázkách vzdělávací oblasti *Člověk a jeho zdraví*. V této části bychom se konkrétně měli věnovat vizi managementu školy, proškolení managementu školy v problematice zdraví a bezpečí, a hlavně vůli k tvorbě školního prostředí zajišťujícího zdraví a bezpečí.

Mimo výše zmíněné účastníky výuky se také musíme při analýze lidských zdrojů zaměřit na nepedagogické pracovníky a jejich proškolení v této oblasti. Dále na rodiče žáků, u kterých bychom měli zhodnotit vzájemnou spolupráci se školou v nastavení a dodržování pravidel pro zajištění zdraví a bezpečí (Kovaříková, Marádová, 2020).

Při analýze stavu školy bychom si měli uvědomit, že se jedná nejen o velmi důležitou prvotní část. Avšak k analyzování by mělo docházet i následovně a zjišťovat tak, zdali nastavení, které jsme na začátku na základě analýzy vytvořili, je adekvátní či by potřebovalo změny.

K analýze výše zmíněných aspektů je možné využít více způsobů. Mezi ně můžeme řadit například pozorování, u kterého by mělo být předem určeno, na co se bude zaměřovat. Další metodou, kterou lze analyzovat, je diskuse, která by měla být věcná, a účastníci by na ni měli být připraveni. Dalšími nástroji k analýze mohou být dotazníky či semináře (Hoštička, 2006). Komplexní metodou může být například metoda SWOT. Účastníci této metody, kterými mohou být učitelé školy, žáci či rodiče, zde vybírají přednosti a nedostatky, příležitosti či rizika školy, čímž analyzují výchozí stav školy. Na základě tohoto procesu lze dále stanovit možnosti školy (Charalambidis, 2005).

Všechny výše zmíněné nástroje lze užít u více aktérů realizujících či ovlivňujících výuku. Například vedení školy by mohlo jednat samostatně, stejně tak by ale mohlo zařadit do analyzování zaměstnance školy či rodiče anebo samotné žáky (Hoštička, 2006).

„Pro zjištění stavu je důležité porovnávat názor vedení školy s názorem pedagogických zaměstnanců, žáků a rodičů. V mnoha ohledech se stává, že na stejnou věc má vedení školy jiný názor než pedagogičtí zaměstnanci, rodiče či žáci.“ (Hoštička, 2006)

Dle manuálu pro tvorbu školních vzdělávacích programů v základním vzdělávání (Charalambidis, 2005) je možné k analýze využít i starší data, kterými mohou být například výroční zprávy školy či zprávy z proběhlých inspekcí. Nové informace lze mimo výše zmíněných také získat od pracovníků a zástupců středních škol, kam následně žáci základní škol odchází. Výsledná data, která by měla pocházet z více zdrojů, je třeba propojit a následně by se s výsledky mělo náležitě pracovat a diskutovat o nich.

Materiální vybavení

Nedílnou součástí analýzy výchozího stavu a potřeb školy je mimo lidských zdrojů také materiální vybavení. Při plánování výuky bychom měli vzít v úvahu, jaké máme materiály, ale i například prostory k realizaci výuky. Kovaříková a Marádová (2020) mezi tyto aspekty řadí například dostupnost školního cvičného pracoviště pro přípravu pokrmů, tělocvičny, školního hřiště, velikost a vybavení školní zahrady, zřízení relaxační zóny pro žáky a učitele či provoz školní jídelny v areálu školy. Mimo prostory k realizaci výuky musíme zahrnout také materiální vybavení školy. Ve výuce vzdělávacího oblasti *Člověk a zdraví* se jedná především o pomůcky k výuce první pomoci či dopravní výchovy.

1.3.2 Plánování postupu

Skalková (1999) označuje didaktickou transformaci za kreativní proces učitele, který vede k tomu, že stejné učivo může být předáno různými způsoby v závislosti na vyučujícím. Tento proces je ovlivněn jednak znalostmi vyučujícího a dále pak také jeho osobním vztahem k dané problematice.

Výstupem procesu plánování by měl být plán, který lze označit jako náročný, ale zároveň realizovatelný a reálný (Vališová, Kasíková, Bureš, 2011). Při postupu plánování výuky ve výchově ke zdraví bychom si nejprve měli uvědomit, že vzdělávací systém se skládá ze 3

základních složek – formální, neformální a informální (Kovaříková, Marádová, 2020). Za formální vzdělávání lze označit takové vzdělávání, které je realizováno ve všech vzdělávacích institucích. Formální vzdělávání je jasně vymezené legislativou. Oproti tomu neformální vzdělávání je veškeré vzdělávání realizované mimo vzdělávání formální. Je uskutečňované například formou kursů či kroužků a je organizováno různými institucemi, mezi které lze zařadit například kluby či nadace. Třetí složkou vzdělávání je vzdělávání informální. To probíhá celý život osvojováním dovedností, znalostí a schopností pomocí běžných každodenních zkušeností (Průcha, Walterová, Mareš, 1995).

Při plánování učiva v rámci formálního vzdělávání vycházíme z platných kurikulárních dokumentů českého vzdělávání. Dále nesmíme opomenout daný školní vzdělávací program (dále jen ŠVP) pro vybranou školu (Kovaříková, Marádová, 2020). Vališová a Kovaříková (2021) uvádějí, že pokud má vyučující předmětu možnost podílet se na tvorbě kurikulárních dokumentů školy, je pro něj následně snazší a lépe uchopitelné převádět formální kurikulum do edukační reality.

Obsah oboru výchova ke zdraví je možné do ŠVP škol začlenit dvěma způsoby, a to buď do samostatného předmětu, nebo ho integrovat do jiných vzdělávacích oborů. Marádová (2006) dále zmiňuje, že je možné vzdělávací obsah výchovy ke zdraví rozčlenit i do více jak dvou oborů. V obou případech, ať už se vyučuje integrovaně, či samostatně, by měla být zachována spirálovitost ve výuce oboru, která vede ke kontinuálnímu působení na žáka. Vzhledem ke spirálovitému rozložení by mělo tedy docházet k poskytování učiva vhodného pro daný věk a aktuální potřeby žáků.

Dále musíme brát v úvahu časovou dotaci. Vzdělávací oblast *Člověk a zdraví*, kam řadíme vzdělávací obory výchova ke zdraví a tělesná výchova, má časovou dotaci na druhém stupni základní školy 10 hodin rozdělených od šestého do devátého ročníku. Po malé revizi RVP z roku 2021 zůstává tato časová dotace zachována (RVP ZV s vyznačenými změnami, 2021)

Vzhledem k výše zmíněným aspektům je velmi důležité si uvědomit, jaké možnosti k výuce výchovy ke zdraví máme a při plánování je zohlednit. Na základě stanovení kritérií je nyní úkolem učitele rozhodnout, jak nejefektivněji zrealizovat aktivity a výuku k dosažení očekávaných výstupů. „Svou představu o výuce v průběhu školního roku formuluje

v časově-tematickém plánu, v němž stanoví tematické celky učiva a počty hodin, které jim bude věnovat.“ (Kovaříková, Marádová, 2020, str. 99)

Kovaříková a Marádová (2020) stanovují samotnou přípravu na výuku výchovy ke zdraví do 6 hlavních kroků.

Za první krok přípravy výuky označují autorky stanovení výukových cílů. Vališová a Kovaříková (2021) považují tento krok za jeden z nejdůležitějších pro efektivní výuku.

Obst (2017) říká, že stanovení si cílů je pro učitele jednou z nejzásadnějších činností, jelikož na základě cílů si lze stanovit cestu, jak jich dosáhnout. Vzdělávací cíle by měl učitel stanovovat vždy z pohledu žáka, a nikoliv z pohledu učitele. Jedná se o slovní popisy toho, jakých výsledků by měli žáci během výuky dosáhnout, tedy co by se měli během výuky naučit (Starý, Laufková, 2016).

Výukové cíle si lze rozdělit dle toho, na jakou oblast žáka cílí. Z tohoto pohledu lze cíle rozdělit na 3 základní typy, a to cíle kognitivní, afektivní a psychomotorické (Zormanová, 2014).

Kognitivní cíle neboli cíle vzdělávací se vztahují k samotným vědomostem a intelektuálním dovednostem (Zormanová, 2014). U kognitivních cílů můžeme dále hodnotit jejich úroveň neboli taxonomii. U kognitivních cílů lze využít Bloomovu taxonomii, kde je uvedeno 6 úrovní, kterými jsou od nejjednodušší po nejsložitější: znalost, porozumění, aplikace, analýza, syntéza a hodnotící posouzení (Šafránková, 2019).

Cíle afektivní neboli cíle postoje mají vyjadřovat cíle, které jsou zaměřené na určování hodnoty, osvojování postojů a celkově na emocionální postoj žáka (Zormanová, 2014). U těchto cílů lze také uvést taxonomii, kterou může být například taxonomie dle Kratwohla. U této taxonomie rozlišujeme 5 úrovní, kterými jsou vnímání hodnot, reagování na ně, hodnocení hodnot, integrování hodnot a zvnitřňování hodnot (Šafránková, 2019).

Psychomotorické cíle neboli cíle výcvikové se zaměřují na manuální činnosti a jejich osvojování. Jsou cílené například na dovednosti tělesného pohybu, řeč, psaní, či správnou manipulaci s předměty (Zormanová, 2014). U psychomotorických cílů lze uvést taxonomii dle Simpsonové, která má 6 úrovní: vnímání, zaměřenost, řízená reakce, automatizace motorických dovedností, motorická adaptace, motorická tvořivost (Šafránková, 2019).

Pokud si učitel utříbí, čeho chce ve výuce dosáhnout, může na to následně navázat výběrem obsahu učiva a dalších navazujících aktivit. Nejprve je ale tedy nutné, aby si stanovil cíle. Tyto cíle by měly být během výuky i na konci zhodnotitelné a učitel by měl na základě předem stanovených cílů sledovat, zdali činnosti vedou k jejich dosažení (Obst, 2017).

Při stanovování cílů by měl být brán ohled na vzdělávací obsah, potřeby a kulturu společnosti a na individualitu a potřeby žáků. Cíle by měly být odrazem oficiálních strategií dané školy (Skalková, 1999). Zormanová (2014) stejně tak jako Obst (2017) zase zmiňují a kladou velký důraz na to, že je důležité, aby s výukovými cíli byli seznámeni i žáci, čímž by se jim mělo osvětlit, proč v dané výuce vykonávají vybrané činnosti a k čemu tyto činnosti vedou.

Cíl by měl být konkrétní, jasně formulovaný a měl by se zaměřovat na požadovanou změnu osobnosti, dostupné podmínky a prostředky. U správně zvoleného cíle by mělo být možné ověřit jeho dosažení. Cíle by na sebe měly navazovat čili by měly být konzistentní. Dále by měly být reálné, dosažitelné a měly by žáka rozvíjet a podporovat v procesu zájmu o danou problematiku (Šafránková, 2019).

Jako druhý krok přípravy na výuku výchovy ke zdraví označují Kovaříková a Marádová (2020) promyšlení volby vhodných motivačních prostředků. Skalková (1999) uvádí, že motivační síla může být rozhodující v dynamičnosti hodiny a v celkovém zapojení žáků při hodině. Při aktivizaci žáka motivačními prostředky dochází k proměně vazby mezi činností a vnímáním žáka. Předchozí tvrzení potvrzuje ve své publikaci i Obst (2017), který popisuje, že jednou z motivačních věcí ve výuce je sdělení cílů hodiny žákům.

Motivaci lze definovat jako chtíč člověka dosáhnout určitého cíle. Tento chtíč vychází z určitých potřeb člověka, které jsou pro každého individuální. V případě didaktiky můžeme motivaci vyjádřit jako ochotu a potřebu učit se novým věcem, do kterých můžeme zahrnout znalosti, dovednosti a hodnoty a jiné. Motivaci také můžeme jinak označit jako zájem (Obst, 2017).

Jako motivační prostředky ve výchově ke zdraví lze označit všechny prostředky sloužící k dosažení cílů výchovy ke zdraví (Kovaříková, Marádová, 2020).

Vývoj motivace lze ovlivnit faktory, které lze rozdělit do větších skupin. Motivaci může ovlivnit například novost situace, předmětu nebo činnosti, kdy dochází k ovlivnění motivace z neznalosti neznámého, nového. Další zájem o předmět může snadno ovlivnit nastavení prvních hodin předmětu.

Dále lze také do této sekce zařadit úspěch v činnosti. Pokud žák pocítí odměnu za vykonanou práci, může to být motivačním prostředkem pro práci nadcházející. Zároveň však musí být brána v úvahu náročnost situace. Při těžkých úkolech může docházet ke ztrátě motivace, jelikož se úkol bude zdát žákovi nedosažitelný.

Motivaci lze také ovlivnit sociálními momenty, které jsou aktivní například při soutěžení či nějaké společné činnosti.

Motivaci také může ovlivnit souvislost nového učiva či předmětu s žákovými činnostmi, zkušenostmi či zájmy (Obst, 2017).

Třetím krokem při přípravě na výuku výchovy ke zdraví je výběr konkrétních činností, které budou ve výuce využity. Výběr výukové metody je procesem velmi individuálním, ale lze jmenovat 3 základní aspekty, na které musíme brát zřetel. Jsou jimi aspekty na straně učitele, žáků a aspekty dané školy (Kovaříková, Marádová, 2020).

Vzhledem k možnému pohlížení na vyučovací metody není v didaktice zvoleno pouze jedno dělení. Obecně lze tedy výukové metody rozdělit dle mnohých kritérií. Je zřejmé, že v širokém členění metod dochází k prolínání metod. Například Vališová a Kovaříková (2021) uvádějí v obecné didaktice rozdělení do 6 hlavních skupin, které se následně dále dělí. Vzhledem k tomu, že tato diplomová práce je zaměřena na výchovu ke zdraví, jsou níže uvedeny příklady vyučovacích metod dle didaktiky výchovy ke zdraví a bezpečí.

Ve výchově ke zdraví považujeme za vhodně zvolenou výukovou metodu takovou, se kterou bychom měli dosáhnout nejvyššího efektu. Je to taková metoda, která jasně vede k předání správných a jasných informací. Dále by měla vést k formování žáka, korespondovat s žákovými potřebami a zájmy a žáka by měla celkově rozvíjet. Měla by žáka motivovat k dalšímu zájmu o danou problematiku a měla by být prakticky využitelná i v běžném životě. Metoda by měla být i v souladu s nastavením učitele (Kovaříková, Marádová, 2020).

Autorky ve své publikaci dále uvádějí výukové metody rozdělené dle fáze vyučovacího procesu.

První z fází hodiny je fáze motivační. V této fázi výuky je úkolem učitele připravit žáka na proces učení. To znamená snažit se motivovat žáka k výuce daného tématu. Motivace by neměla být pouze před zahájením procesu učení, ale také i v průběhu hodiny (Zormanová, 2014).

V této fázi vyučování je možné například využít asociace neboli procesy spojující určité informace. Dále může využít volné psaní, brainstorming, práci s pracovním listem či prekoncepty anebo metodu vyprávění (Kovaříková, Marádová, 2020).

Po motivační fázi nastává ve výuce fáze expoziční a fáze fixační. V expoziční fázi dochází ke zprostředkování nových poznatků od učitele směrem k žákům. U žáků dochází k formulování a formování nových poznatků, které mají být základem pro jejich aplikaci. V této fázi tedy dochází k osvojování si učiva.

Ve fázi fixační dochází k fixaci nově získaných poznatků a k jejich prohlubování (Zormanová, 2014).

V této již pokročilé fázi výuky uvádějí Kovaříková a Marádová (2020) tyto příklady vhodných metod: vysvětlování, dialog, práci s textem, vizualizaci, předvádění, napodobování a experimenty. Všechny zmíněné metody cílí na to, aby si žák osvojil dané učivo, procvičil si ho, zopakoval, prohloubil a upevnil.

Po expoziční a fixační fázi přichází prostor pro fázi diagnostickou, klasifikační a aplikační. V diagnostické fázi výuky dochází ke kontrole ze strany učitele k žákům. Učitel zjišťuje, zdali a jaké informace žák získal a umí je reprodukovat. Tato fáze opět může být aplikována v různých částech hodiny

Ve fázi aplikační dochází, jak už z názvu vyplývá, k aplikaci nově nabytých vědomostí do praxe (Zormanová, 2014).

V těchto částech fáze výuky uvádějí autorky jako vhodné výukové metody „Pavučinu příčin a následků“, metodu „Zařad' se“ a „Otázky“. Všechny tyto aktivity vedou ke zjištění, jak si žák vybrané učivo osvojil, jak je schopný jej použít a aplikovat.

Po výběru vhodných činností je vhodné, aby si učitel rozmyslela následně zvolil uspořádání učebny vzhledem k vybraným formám výuky (Kovaříková, Marádová, 2020). Například při frontální výuce by měl učitel klást důraz na to, aby byl v kontaktu s celou třídou, čemuž může napomoci tradiční rozložení míst ve třídě. Oproti tomu například při skupinovém vyučování by měl být kontakt s učitelem rozložen, a naopak by zde měla být prohloubena interakce mezi žáky. K této formě výuky se naopak více hodí rozvržení míst do menších skupinek, kde by docházelo k vytvoření prostoru pro již zmíněnou interakci mezi žáky (Skalková, 1999).

Před samotnou realizací výuky je také velmi nutné si připravit pomůcky sloužící k dosažení předem stanovených cílů (Kovaříková, Marádová, 2020). Mezi tyto pomůcky můžeme zařadit skutečné předměty, modely, zobrazení, zvukové, dotykové a literární pomůcky, programy pro informační a komunikační technologie. Vhodně zvolené pomůcky by měly napomoci k dosažení předem stanovených cílů, měly by být úměrné k věku žáka a jeho prekonceptům a v neposlední řadě i ke zkušenostem a znalostem učitele (Skalková, 1999).

Jako poslední nedílný bod přípravy na výuku výchovy ke zdraví označují Kovaříková a Marádová (2020) vhodný výběr způsobu hodnocení. Hodnocení by mělo hodnotit jak průběh hodiny, tak i celkový výstup.

1.3.3 Hodnocení

Kolář a Vališová (2009) ve své publikaci uvádějí, že i přes veškerou snahu hodnotitele být objektivní je hodnotící proces vždy procesem subjektivním.

Při hodnocení musíme rozlišovat mnoho aspektů vztahujících se k dané problematice. Rozlišovat bychom měli například hodnocení učitele, které lze pojmovou jako zpětnovazebný proces či proces externí, hodnocení druhou osobou nebo osobami. Dále je jiným typem hodnocení zaměřené na žáky (Kovaříková, Marádová, 2020).

Dle Kyriacou (2012) by hodnocení žáka mělo být podkladem pro evidenci záznamů o prospěchu žáka a dosažené úrovni. Dále by mělo ukazovat jeho pokrok, prospěch, mělo by hodnotit připravenost žáka na další učení a mělo by být motivující. Kolář a Vališová (2009) ovšem upozorňují, že motivační aspekt hodnocení je často zneužíván a spíše nežli k pozitivnímu účinku je hodnocení využíváno v negativním kontextu, čili je využívána

motivace strachem. Hodnocení je pro každého žáka citově zabarvené a přináší různé citové prožitky o různé intenzitě v závislosti na osobnosti žáka.

Hodnocení lze dělit z mnoha různých hledisek. Například lze hodnocení rozdělit dle zdroje hodnocení na vnější a vnitřní či dle vztahové normy na sociálně normované a individuálně normované. Mezi další typy dělení hodnocení můžeme uvést například hodnocení normativní a kriteriální, diagnostické, neformální a formální, formativní a sumativní (Kolář, Šikulová, 2009).

Hodnocení ve výchově ke zdraví by mělo být především pozitivně motivující. Dále by mělo být i zpětnovazebné pro učitele, na základě čehož by se měl učitel dále rozhodovat o podobách výuky výchovy. Hodnocení ve výchově ke zdraví by mělo žákům dopřát pocit úspěchu a mělo by hodnotit pokroky žáka a celkově být spíše formativní (Kovaříková, Marádová, 2020). Formativní hodnocení shrnuje aktuální informace o dovednostech a vědomostech žáka. Poskytuje žákům relevantní informace, které mají napomoci v jejich dalším učení (Starý, Laufková, 2016). Úskalí při hodnocení ve výchově ke zdraví můžeme shledat v malé hodinové dotaci předmětu, a tedy v nedostatečném prostoru pro komplexnější zhodnocení práce žáka (Kovaříková, Marádová, 2020).

1.4 Didaktické zásady

Během plánování učiva nejen ve výchově ke zdraví by učitel měl mít vždy na mysli dodržování obecných didaktických zásad. Spolu s výchovně-vzdělávacími cíli jsou didaktické zásady klíčovými didaktickými kategoriemi, při jejichž správném užívání lze dosáhnout maximální efektivity vyučovacího procesu. Didaktické zásady vycházejí ze zkušeností pedagogů a lze je také jinak označit jako obecná doporučení pro učitele. Celkem lze těchto zásad jmenovat jedenáct a jsou jimi: zásada uvědomělosti a aktivity, zásada komplexního rozvoje žáka, zásada vědeckosti, zásada spojení teorie s praxí, zásada přiměřenosti, zásada individuálního přístupu, zásada emocionálnosti, zásada trvalosti, zásada názornosti, zásada soustavnosti a zásada zpětné vazby.

Zásada uvědomělosti a aktivity říká, že učitel by se měl snažit během výuky žáka zaujmout, žák by měl následně přijímat cíle výuky a měl by se snažit jich dosáhnout. Vztah žáka k učení by měl být tedy uvědomělý a měl by být proaktivní v dosahování cílů.

Zásada komplexního rozvoje žáka říká, že učitel by měl během výuky rozvíjet všechny základní aspekty osobnosti žáka, tedy by se měl zaměřovat na cíle kognitivní, afektivní i psychomotorické.

Dle zásady vědeckosti by žákům měly být k osvojování předkládány informace a poznatky pravdivé a věcně správné. Učitel by se měl tedy neustále rozvíjet a zajímat o svůj obor.

Učitel by měl dát na to, aby se u žáků teorie propojovala s praktickým využitím. Tato zásada je nazvána jako zásada spojení teorie s praxí.

Zásada přiměřenosti říká, že výukový proces by měl být adaptovaný věku žáků a s tím i spjatým schopnostem, vědomostem a dovednostem.

Dle zásady individuálního přístupu by měl učitel během výuky dbát na individualitu každého žáka a respektovat ji. Zároveň by měl napomáhat rozvíjet individualitu žáků.

Vyučování je proces probíhající interakcemi mezi lidmi, a proto by se neměla opomíjet ani emocionální sféra, která je během interakcí taktéž ovlivňována. Na tento fakt se zaměřuje zásada emocionálnosti.

Zásada trvalosti apeluje na to, že osvojované učivo by si měli žáci uchovat pevně a trvale.

Cílem didaktické zásady názornosti je, aby se žák seznamoval s novými poznatky přímým stykem s věcmi a pokud možno všemi smysly.

Osvojované celky by měly být systematicky uspořádané a mělo by docházet k navazování od jednoduššího ke složitějšímu. Pokud je tato zásada soustavnosti dodržována, je možné postupně zvyšovat nároky na žáky.

Dle zásady zpětné vazby by měl učitel během i po vyučovacím procesu získávat informace o dosahování předem stanovených výchovně-vzdělávacích cílů (Zormanová, 2014).

2 Praktická část

Praktická část diplomové práce s názvem *Plánování učiva ve výchově ke zdraví* je rozdělena do tří částí. Jsou jimi analýza textu, konkrétně školního vzdělávacího programu pozorované školy, pozorování vyučovacích hodin výchovy ke zdraví a rozhovory s vyučujícími výchovy ke zdraví. Výsledky praktické části diplomové práce mají za úkol zodpovězení předem zadaných cílů. Dále budou výsledky praktické části stěžejní pro vytvoření didaktických výstupů práce.

2.1 Cíle výzkumu

Cílem diplomové práce je na základě analýzy školního vzdělávacího programu, rozhovorů s učiteli a pozorování vybraných hodin navrhnout modelové zpracování vybraného tematického celku výchovy ke zdraví pro druhý stupeň sledované školy. Tento cíl lze dále rozčlenit.

Hlavním cílem diplomové práce tedy je navrhnout modelové zpracování vybraného tematického celku výchovy ke zdraví pro druhý stupeň sledované školy. K tomuto hlavnímu cíli se dále váží čtyři dílčí cíle. Prvním dílčím cílem je analyzovat školní vzdělávací program pozorované školy, a to konkrétně implementaci volitelných předmětů k realizaci výchovy ke zdraví. Předpokladem je, že škola zařazuje do výběru volitelných předmětů předměty se zaměřením učiva výchovy ke zdraví. Druhým dílčím cílem je analyzovat aktuálnost vybraného školního vzdělávacího programu. Předpokladem je, že vzhledem k tomu, že je školní vzdělávací program klíčovým dokumentem školy, tak probíhá pravidelná aktualizace tohoto dokumentu. Tyto dva dílčí cíle budou ověřovány analýzou textu.

Třetím dílčím cílem je zjistit, zdali jsou učitelé výchovy ke zdraví seznámeni s koncepcí vzdělávacího oboru výchovy ke zdraví ve škole. Předpokladem je, že vyučující jsou s koncepcí výchovy ke zdraví seznámeni. Tento cíl bude ověřován rozhovorem.

Čtvrtým dílčím cílem práce je zjistit aktuální stav výuky výchovy ke zdraví ve sledované škole. Předpokladem je, že výuka odpovídá základním didaktickým požadavkům. Tento cíl bude ověřován pomocí pozorování vyučovacích hodin výchovy ke zdraví.

2.2 Metody výzkumu

Ke zjištění dat potřebných pro zodpovězení cílů diplomové práce jsou využity následující metody: analýza textu, rozhovor a pozorování.

Mezi základní metody v pedagogickém výzkumu lze zařadit metodu analýzy dokumentů. Mezi výhody analýzy dokumentů lze zařadit nereaktivní způsob sběru dat a otevřený způsob přístupu k informacím. Ve školském prostředí lze metodu analýzy využít například při analýze školských zákonů a dalších legislativních materiálů, vzdělávacích programů, zpráv a protokolů a mnoho dalšího (Skutil, 2011).

Rozhovor neboli interview je metoda sloužící ke shromažďování dat. Za výhodu této metody lze označit navázání osobního vztahu, které vede k hlubšímu proniknutí do postojů respondenta. Ve výzkumné části byl užit strukturovaný rozhovor, který se vyznačuje předem zadanými otázkami. Výhodou této metody je, že poskytuje všem respondentům stejné podmínky.

Pozorování je nejrozšířenější a zároveň nejstarší metodou užívanou k získávání dat o pedagogickém prostředí. V diplomové práci bylo využito vlastní přímé pozorování, které je typické přímým setkáním se s předmětem pozorování. Pozorování je taktéž standardizované, jelikož je záměrné a má předem jasně stanovené cíle. Kvalitní pozorování by mělo být organizované, zaměřené na specifické prvky a na daný cíl, a mělo by být přesně zaznamenáváno (Chráška, 2016).

2.3 Místo a čas výzkumu

Všechny tři metody uplatněné během praktické části diplomové práce byly aplikovány na stejné vybrané základní škole. Sledovaná škola se nachází ve Středočeském kraji. Bližší identifikační údaje o škole, kde výzkum probíhal, jsou záměrně anonymizovány.

Žáci školy jsou z města, kde se škola nachází, a z přilehlých spádových oblastí. Žáci školy jsou také z nespádových oblastí a jsou jimi také děti cizinců.

Ve škole není aprobovaný pedagog výchovy ke zdraví (ŠVP, 2013).

Sběr dat, tedy pozorování a rozhovory, probíhal v únoru a během začátku března 2022. Pozorování bylo často přerušováno distanční výukou tříd, která byla zavedena v souvislosti s onemocněním SARS covid-19.

2.4 Analýza školního vzdělávacího programu vybrané základní školy

Analýza školního vzdělávacího programu pozorované školy je blíže zaměřena na analýzu implementace volitelných předmětů k realizaci výchovy ke zdraví. Dále je následná analýza zaměřena na aktuálnost tohoto klíčového dokumentu.

Školní vzdělávací program vybrané analyzované školy je volně dostupný na stránkách školy. Ačkoliv je dle slov zástupce ředitele ŠVP aktuální, nachází se v něm několik nesrovnalostí. První z nich je, že ředitelem školy je v dokumentu uveden bývalý pan ředitel, který již na škole přes dva roky nepůsobí. Dále se v ŠVP setkáváme s částmi textu, kde je uváděna jako vedoucí pracovnice ředitelka školy. Ta ovšem není ve škole zaměstnána již více než čtyři roky. ŠVP vybrané analyzované školy vyšel v platnost 1. 9. 2013.

Dokument je členěn do 7 základních částí, mezi něž patří identifikační údaje školy, charakteristika školy, charakteristika ŠVP, učební plán, učební osnovy vyučovacích předmětů 1. stupně, učební osnovy vyučovacích předmětů 2. stupně a pravidla pro hodnocení výsledků vzdělávání žáků.

Níže zmíněná analýza bude tedy zaměřena na analýzu volitelných předmětů pro druhý stupeň se zaměřením na výchovu ke zdraví. Dále bude analýza věnována porovnání učiva ŠVP s RVP, které má za cíl objasnit aktuálnost školního dokumentu.

2.4.1 Volitelné předměty a výchova ke zdraví

Ve školním vzdělávacím programu školy nalezneme i seznam volitelných předmětů. Na stránkách školy je dále pro tyto předměty volně dostupný školní vzdělávací program pro základní vzdělávání – volitelné předměty (dále jen ŠVP VP). Volitelné předměty jsou na druhém stupni nabízeny od sedmého ročníku výš. Konkrétně se jedná o tyto předměty: český jazyk vážně i nevážně, seminář z českého jazyka, s angličtinou do světa, angličtina od základů, konverzace z anglického jazyka, zajímavá matematika, seminář z matematiky, informatika, sportovní hry, dramatická výchova, seminář z fyziky, finanční gramotnost a mediální výchova (ŠVP ZV, 2013 a ŠVP ZV VP, nedatováno).

Pro vzdělávací oblast *Člověk a zdraví* je ve volitelných předmětech dostupný pro žáky předmět sportovní hry. Tento předmět ovšem navazuje, dle ŠVP VP, pouze na tělesnou výchovu. V ŠVP VP analyzované ZŠ se nenachází žádný volitelný předmět cílící konkrétně na vzdělávací obor výchova ke zdraví. Ve dvou volitelných předmětech ovšem můžeme nalézt alespoň nějaké propojení se vzdělávacím oborem výchova ke zdraví. Konkrétně se jedná o předměty dramatická výchova a mediální výchova.

Volitelný předmět dramatická výchova je řazen jako předmět z doplňující vzdělávací oblasti. Můžeme v něm ovšem nalézt i učivo týkající se výchovy ke zdraví. Cílem předmětu dramatická výchova je rozvoj kultivovaného mluveného a pohybového projevu. Tento cíl koresponduje s cílem výchovy ke zdraví, který je řazen do osobnostního a sociálního rozvoje. Konkrétně se jedná o efektivní a asertivní komunikaci a kooperaci. Dále má tento předmět za cíl poskytnout žákům prostor pro sebevyjádření se. Tento cíl taktéž koresponduje s výchovou ke zdraví, konkrétně se jedná o učivo řazené do skupiny osobnostního a sociálního rozvoje – sebepoznání a sebepojetí.

Volitelný předmět mediální výchova je předmětem kombinujícím vzdělávací oblast *Člověk a společnost* a průřezové téma mediální výchova. Ačkoliv tedy tento předmět není řazen do vzdělávacího oboru člověk a zdraví, nalezneme zde prolnutí. Cílem předmětu je zpracování získaných vědomostí včetně posouzení věrohodnosti. Zde shledáváme shodu s učivem výchovy ke zdraví – manipulativní reklama a informace, konkrétně pak reklamní vlivy (RVP ZV, 2021 a ŠVP ZV VP, nedatováno).

2.4.2 Vztahy mezi lidmi a formy soužití

Ze skupiny učiva vztahy mezi lidmi a formy soužití je pro šestý ročník vybrané základní školy zahrnuto následující učivo: život v rodině a vztahy a pravidla soužití. K tomuto učivu se váží očekávané výstupy jako objasnění významu rodiny a rolí jednotlivých členů a zdůvodnění vlivu rodinného prostředí na rozvoj dítěte. Jako další učivo je zde zahrnuto učivo o kamarádství, přátelství a družích komunikací. Za očekávané výstupy jsou zde uvedena objasnění vhodných forem komunikací v různých společenských kruzích, jako je rodina, třída a kamarádi. Dále je zde jako očekávaný výstup uvedeno porovnání přátelství a kamarádství. Výše zmíněný výčet učiva koresponduje s následujícím učivem uvedeným

v RVP: kamarádství, přátelství a rodina a částečně s tématem komunikace s vrstevníky, které ovšem řadíme do skupiny rizika ohrožující zdraví a jejich prevence.

V sedmém ročníku se v této skupině setkáváme s následujícím učivem: lidské vztahy, které korespondují s RVP učivem láska, dále pak manželství a rodičovství. U těchto témat jsou uvedeny tyto očekávané výstupy: vysvětlení rozdílu mezi zamilovaností a přátelstvím, zhodnocení partnerů k vhodnosti založení rodiny a vysvětlení rolí rodičů v péči o dítě.

V osmém ročníku můžeme shledat shodu s RVP v učivu o partnerských vztazích, kde je v ŠVP uvedeno učivo o sexuální orientaci, jehož cílem je dosáhnout u žáků respektu k ostatním, nehledě na jejich orientaci.

V analyzovaném ŠVP jsem ze skupiny učiva *vztahy a formy soužití* nenašla učivo ani očekávané výstupy týkající se vztahů a pravidel soužití ve škole, vrstevnických skupinách, obcích a spolecích.

2.4.3 Změny v životě člověka a jejich reflexe

V šestém ročníku je v ŠVP zařazeno učivo o lidském těle, konkrétně o tělesných rozdílech mezi mužem a ženou v dospívání.

V sedmém ročníku koresponduje učivo o preventivních prohlídkách včetně gynekologických s učivem o zdraví reprodukční soustavy.

V osmém ročníku se setkáváme s učivem o předčasné sexuální zkušenosti, o změnách v dospívání, o promiskuitě, o těhotenství a rodičovství mladistvých.

Z vybrané skupiny učiva *změny v životě člověka a jejich reflexe* není v ŠVP vybrané základní školy uvedeno učivo týkající se sexuality jako součást formování osobnosti a učivo o poruchách pohlavní identity.

2.4.4 Zdravý způsob života a péče o zdraví

Obsah tohoto učiva je v RVP pro základní vzdělávání dále rozdělen do 5 podskupin. Jsou jimi výživa a zdraví, vlivy prostředí na zdraví, hygiena, ochrana před přenosnými chorobami a ochrana před nepřenositelnými chorobami a úrazy.

V šestém ročníku je z učiva o výživě zahrnuto učivo o zásadách zdravého stravování, pitném režimu a vlivu životních podmínek a způsobu stravování na zdraví. Ze skupiny učiva o

tělesné a duševní hygieně a denním režimu je v ŠVP zařazeno učivo o zásadách osobní a intimní hygieny, o vyváženosti pracovních a odpočinkových aktivit, o důležitosti pohybu k udržení zdraví a o aktivním pohybovém režimu. V šestém ročníku je dále zařazeno učivo o druzích nemocí a jejich prevencích. Bližší specifikace již zde není zmíněna. Dále je zde také zařazeno učivo o první pomoci a přivolání osob při zranění.

V sedmém ročníku je učivu o výživě vymezen velký prostor. Výuka by měla být o základních složkách potravy a jejich výživových hodnotách, dále pak o výživě různých skupin obyvatelstva, o civilizačních onemocněních způsobených výživou, o zdravém a vyváženém jídelníčku a o alternativních způsobech stravování. Ze skupiny učiva o hygieně a denním režimu je v sedmém ročníku zařazeno učivo o otužování, denním režimu a aktivním odpočinku. Co se týče učiva o nemocech a úrazech, je zde opět shoda s učivem šestého ročníku. Konkrétně se jedná o učivo o různých typech nemocí, které není blíže specifikováno, a dále o zásadách první pomoci.

V osmém ročníku je v ŠVP vymezen prostor pro výživu spojenou opět s civilizačními chorobami a specifikací výživy různých skupin obyvatelstva. Stejně tak jsou i zcela shodné očekávané výstupy daného učiva. Ze skupiny učiva o hygieně a denním režimu je zařazeno pro osmý ročník učivo o vlivu pohybu na zdraví a o možných zdravotních problémech, které se spojují se sportem. Je zde také zařazeno učivo o typech nemocí a s nimi spojené ochraně, které je v RVP řazeno do učiva o ochraně před nemocemi.

Z vybrané skupiny učiva *zdravý způsob života a péče o zdraví* není v ŠVP vybrané základní školy uvedeno učivo týkající se poruch příjmu potravy. Lze předpokládat, že se toto učivo řadí k učivu o typech nemocí. Učivo o kvalitě ovzduší a vody, hluku, osvětlení a teplotě není v ŠVP doslovně vymezeno, jeho zařazení můžeme předpokládat například v šestém ročníku v učivu o rodinných podmínkách, které mají vliv na vývoj dítěte.

2.4.5 Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence

V šestém ročníku je v ŠVP školy vymezeno učivo vázající se ke stresu a jeho zpracování zakomponováno v učivu o odpočinku. Učivo o rizikovém chování je v šestém ročníku zaměřeno na kouření, alkohol, drogy, další návykové látky a na závislosti na technologiích a gambling. Učivo o formách zneužívání a násilí je zaměřeno na odhalení a odhadnutí stupně agrese. Učivo o komunikaci je zaměřeno na druhy komunikace a na formy dle typu

komunikanta a komunikátora. Dále je také učivo o komunikaci zaměřeno na komunikaci s neznámými lidmi v rizikovém prostředí a na nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií. Ze skupiny o učivu pravidel bezpečnosti je v šestém ročníku zahrnuto učivo o bezpečnosti v dopravě a o tísňových voláních. V šestém ročníku je také učivo o varovných signálech, rozpoznání mimořádných situací a o chování během mimořádných situací.

V sedmém ročníku se můžeme setkat s učivem věnujícím se odpočinku, kam bychom mohli zařadit i techniky k překonávání a zvládání stresu. Vzhledem k tomu, že v ŠVP není bod typy onemocnění více rozveden, je možné předpokládat, že jsou v tomto tématu zastoupena i psychická onemocnění. V sedmém ročníku je učivo o rizikovém chování zaměřeno na závislosti, na jejich odmítání a na rizika s nimi související. Učivo o násilí a agresi je zaměřeno na účelné chování při projevech násilí, na sexuální zneužívání a na násilí vedoucí proti sobě samému. Dále je také učivo zaměřeno na prohloubení znalostí a dovedností v oblasti vyhledávání specializované pomoci v násilných případech, což s RVP koresponduje v bodě komunikace s odbornými službami. Nalezneme zde také učivo týkající se chování a komunikace v rizikovém prostředí. V učivu o bezpečnostních pravidlech je učivo zaměřeno na bezpečné chování v silniční a železniční dopravě. Sedmý ročník je také zaměřen na reklamní vlivy. Učivo o mimořádných situacích zde není zařazeno.

V osmém ročníku je učivo a autodestruktivních závislostech zaměřeno na rizika spojená s užíváním návykových látek u mladistvých, dále na hodnoty a postoje ovlivňující vznik závislostí, na legislativu spjatou s užíváním návykových látek a na způsoby odborné pomoci v případě vzniku závislostí. V tomto ročníku je také zahrnuto učivo týkající se užívání dopingu ve sportu. Dále zde nalezneme učivo týkající se násilí a zneužívání, které je zaměřeno na účinné modely chování v rizikových situacích spjatých s násilím a ke kritickému vyjadřování se k brutalitě a jiným formám násilí v médiích. Učivo o mimořádných situacích je zde hojně zastoupeno. Konkrétně se jedná o klasifikaci mimořádných událostí, o chování během nich, o evakuaci, o chování po průběhu mimořádné události a o prevencích vzniku.

Z vybrané skupiny učiva *rizika ohrožující zdraví a jejich prevence* není v ŠVP vybrané základní školy uvedeno učivo týkající se působení sekt.

2.4.6 Hodnota a podpora zdraví

Učivo šestého ročníku je hojně zaměřeno na uvědomění si a stanovení hodnoty zdraví. Dále je zde také zakomponována souvislost mezi tělesným a duševním zdravím.

V sedmém ročníku nalezneme zcela shodný očekávaný výstup z nižšího ročníku, který se zaměřuje na vztah mezi duševním a tělesným zdravím.

V osmém ročníku není v ŠVP učivo o složkách zdraví a lidských potřebách uvedeno.

Výsledkem tedy je, že ze skupiny učiva *hodnota a podpora zdraví* není do ŠVP vybrané školy zahrnuto učivo o programech na podporu zdraví.

2.4.7 Osobnostní a sociální rozvoj

Učivo týkající se osobnostního a sociálního rozvoje vymezené v RVP ZV není v ŠVP vybrané analyzované školy nikde doslovně citováno. Korespondenci se státním dokumentem zde ale shledat můžeme, nebo ji alespoň, vzhledem k obecnosti vybraných bodů jak RVP, tak ŠVP, můžeme předpokládat.

Ve všech ročnících se setkáváme průřezově v různých tématech s prevencí, s uvědoměním si sebe samého, se zhodnocením vlastní osoby i druhých, s pomocí poskytnutou sobě samému i druhým (RVP ZV, 2021 a ŠVP ZV, 2013).

2.4.8 Závěr analýzy

Cílem této analytické části práce bylo analyzovat implementaci výchovy ke zdraví k realizaci tohoto předmětu. Předpokladem bylo, že škola zařazuje do výběru volitelných předmětů předměty se zaměřením učiva výchovy ke zdraví. Po analýze lze konstatovat, že škola neposkytuje žákům žádný volitelný předmět zaměřený konkrétně na výchovu ke zdraví. Ve dvou volitelných předmětech ovšem můžeme nalézt alespoň malé propojení se vzdělávacím oborem výchova ke zdraví. Konkrétně se jedná o předměty dramatická výchova a mediální výchova.

Druhá část analýzy byla zaměřena na aktuálnost školního vzdělávacího programu. Předpokladem bylo, že škola pravidelně tento klíčový dokument aktualizuje. Z výše uvedené analýzy je patrné, že dokument školy není pravidelně aktualizován a vyskytují se v něm četné chyby. Dále ve školním vzdělávacím programu není zahrnuto učivo o vztazích a pravidlech soužití ve škole, vrstevnických skupinách, obcích a spolecích. Dále zde není

zařazeno učivo týkající se sexuality jako součást formování osobnosti, učivo o poruchách pohlavní identity, učivo o působení sekt a o programech na podporu zdraví.

2.5 Pozorování

V rámci analytické části jsou do práce zahrnuty vybrané záznamy z pozorování hodin výchovy ke zdraví. Cílem pozorování bylo zjistit, jaký je aktuální stav výuky výchovy ke zdraví na vybrané škole. Předpokladem je, že výuka odpovídá základním didaktickým požadavkům. Sledovány byly fáze hodiny a práce s cíli. Hodiny byly pozorovány na stejné základní škole v šestém, sedmém a osmém ročníku. Celkem bylo uskutečněno 16 náslechů, v každém ročníku vždy po čtyřech hodinách. Podrobný záznam hodin je uveden vždy pouze z jedné hodiny v ročníku. Vybrány jsou hodiny, které jsou vždy něčím specifické a od ostatních se něčím odlišují.

Po pozorování proběhl s vyučujícími krátký rozhovor dle předem připravených otázek na zhodnocení uskutečněné výuky. Cílem vedených rozhovorů bylo zjistit, zdali jsou vyučující výchovy ke zdraví seznámeni s koncepcí vzdělávacího oboru výchova ke zdraví. Vyučující byli různých aprobací, ani jeden neměl aprobaci výchovy ke zdraví. Vždy se jednalo o třídní učitelky nebo učitele.

2.5.1 Šestý ročník

Podrobný záznam z pozorované hodiny je do této diplomové práce zařazen především proto, že se jednalo z mého pohledu o jednu z nejlepších hodin výchovy ke zdraví v šestém ročníku. Vyučující výchovy ke zdraví je zde třídní učitelka, jež má aprobaci matematika, fyzika.

Ve třídě bylo v den náslechu přítomno 15 žáků.

Učebna, ve které výuka výchovy ke zdraví běžně probíhá, je specializovaná učebna fyziky, která je i kmenovou třídou pozorované třídy. Je zde 15 lavic, se kterými se dá volně hýbat, a 30 židlí pro žáky. Katedra učitele je pevně přidělaná, vyvýšená a podlouhlá. Jedná se o specializovanou katedru pro výuku fyziky a chemie. Ve třídě je také tabule na fixy.

Pozorovaná hodina probíhala ve středu čtvrtou vyučovací hodinu.

Po ní byl uskutečněn rozhovor s vyučující. Ta mi sdělila, že tématem hodiny byl pasivní a aktivní odpočinek. Dle vyučující byly cíle hodiny následující:

- Žáci vysvětlí rozdíl mezi aktivním a pasivním odpočinkem.
- Žáci si uvědomují důležitost odpočinku v denním režimu.
- Žáci určují, co je odpočinek a co práce.
- Žáci vnímají rozdíl mezi individuálními potřebami na odpočinek jednotlivce.

Dle zhodnocení učitele bylo všech cílů zcela dosaženo.

V následném rozhovoru, který proběhl po pozorování, využívá vyučující k přípravám internetové zdroje, velmi zřídka také učebnici občanské výchovy, která je vedená jako učebnice na předmět výchova ke zdraví. Tematický plán, dle kterého vybírá vyučující témata hodin, je vytvořen dle ŠVP školy. Tematický plán pro šestý ročník vytvořili společně všichni vyučující výchovy ke zdraví v šestých ročnících.

Vzhledem k tomu, že se ve třídě vyskytují problémy s kolektivem a soudržností třídy, jsou hodiny výchovy ke zdraví v pozorovaném šestém ročníku často věnovány aktivitám řešícím třídní problémy. Nedílnou součástí každé hodiny je také řešení absence žáků, jelikož ve škole nejsou zavedeny třídnické hodiny. Absenci třídnických hodin často supluje právě hodiny výchovy ke zdraví.

Na začátku výuky byla s žáky vyřizována absence žáků a třídnické záležitosti. Poté byl prostor pro to, aby se mohl kdokoliv z žáků za něco pochválit. Následovalo ústní sdělení tématu hodiny.

V motivační fázi výuky byla využita metoda brainstormingu. Paní učitelka zadala téma do diskuse, co je práce a co je odpočinek. Následně začali někteří žáci vykřikovat, někteří se hlásili. Po vyzvání vyučující se třída trochu zklidnila, stále však někteří vykřikovali.

Následně po aktivitě paní učitelka žákům výkladem vysvětlila, jaký je rozdíl mezi aktivním a pasivním odpočinkem a prací. Výklad byl krátký, trval přibližně tři minuty, během vysvětlování byly využity konkrétní příklady. Tuto část výuky bychom mohli označit jako fázi expoziční.

V následující fixační fázi byl žákům zadán úkol, kdy měli napsat na 3 papírky 2 druhy odpočinku a jeden typ práce. Následně měli žáci vhodit papírky do misky, která byla položená na katedře učitele. Během samostatné práce žáků položila vyučující na první tři lavice velké papíry. Na každé lavici byl jeden a každý měl jeden velký nadpis – aktivní odpočinek, pasivní odpočinek a práce. Poté, co všichni odevzdali své papírky, měli žáci za úkol přijít k tabuli, vybrat si náhodné tři papírky a přidělit je na jednu ze tří lavic. Poté, co byly všechny lístečky roztríděny, brala paní učitelka lísteček po lístečku a se žáky o nich debatovala. Při této kontrole bylo zdůrazněno, že každý vnímá činnosti různě a co je pro jednoho formou odpočinku, může být pro druhého forma práce. Poté, co se přečetly všechny lístečky z aktuální lavice, byl vybrán jeden žák, který lístečky na velký papír přilepil. Tento postup byl dále stejně aplikován na zbylé dvě „lavice“.

Následně byla učitelkou vyvolána diskuse na témata týkající se odpočinku a práce. Vyučující nechala prostor pro dobrovolníky, ale postupně i vyvolávala žáky, kteří nebyli v průběhu hodiny tolik aktivní. Tuto fázi bychom mohli označit jako fázi diagnostickou, jelikož se vyučující ptala na pojmy, které byly během hodiny probírány.

V úplném závěru hodiny vyučující zadala žákům domácí úkol, aby týden pozorovali, jaké aktivity během dne jsou pro ně odpočinkem a jaké prací.

Po proběhlém pozorování a analýze zhodnocuji dosažení cílů úrovně 3. Toto hodnocení bylo uděleno kvůli nedostatečnosti ověření dosažení cílů a také nedosažení jednoho ze zmiňovaných cílů, konkrétně se jedná o uvědomění si důležitosti odpočinku v denním režimu. O denním režimu nebylo ve výuce nic zmíněno. Vyučující ohodnotila po výuce dosažení cílů 1.

Během výuky nedošlo ke sdělení všech cílů, pouze bylo podrobněji sděleno téma hodiny. Proto byla v tomto ohledu udělena úroveň 4, tedy spíše neproběhlo.

Motivační fáze dle pozorovatele zcela proběhla. Stejně tak fáze expoziční a fixační. Všechny zmíněné fáze tedy byly ohodnoceny úrovní 1. Diagnostická fáze je hodnocena úrovní 3, jelikož nedošlo k zapojení do diskuse pouze u 7 žáků.

K následné analýze hodiny byly využity cíle hodiny a téma hodiny – pasivní a aktivní odpočinek. Shodný název učiva lze nalézt i ve vybraném ŠVP školy. Očekávaný výstup, který je k tomuto učivu vázán, je schopnost aplikace forem odpočinku a aktivní využívání během režimu dne žáka.

Můžeme předpokládat, že vybrané učivo je prekonceptem pro učivo v následujícím sedmém ročníku. Konkrétně se může jednat o prekoncept k učivu o aktivním odpočinku. Pro toto učivo je definován očekávaný výstup, dle kterého by žáci sedmého ročníku měli být schopni aktivně využívat pohyb, otužování a relaxaci. Zde můžeme sledovat spirálovitost učiva týkající se odpočinku a práce (ŠVP ZV, 2013)

2.5.2 Sedmý ročník

Níže uvedený podrobný záznam z pozorované hodiny v sedmém ročníku je z hodiny o sexuální výchově. Náslech probíhal ve třídě, kde je vyučujícím výchovy ke zdraví opět třídní učitelka. Vyučující je studentka primární pedagogiky, avšak vyučuje na druhém stupni mimo výchovy ke zdraví také matematiku, přírodopis, chemii a němčinu.

Ve třídě bylo při náslechu celkem 18 žáků.

Učebna, ve které hodiny výchovy ke zdraví standardně probíhají, je učebna přírodopisu. Je zde 15 lavic a 30 židlí, stůl a židle učitele. Třída je malá, lavice s židlemi zaplňují většinu prostoru, před tabulí je velmi malý prostor.

Pozorovaná hodina výchovy ke zdraví sedmého ročníku probíhala ve čtvrtek pátou vyučovací hodinu před obědem.

Rozhovor s vyučující probíhal opět až po náslechu. Tématem hodiny byla sexuální výchova. Cíl hodiny nebyl stanoven. Dle zhodnocení vyučující byla ovšem hodina úspěšná, jelikož byl ve třídě přiměřený klid ze strany žáků. Vyučující tedy ohodnotila dosažení cílů hodiny na úroveň 2.

V rámci rozhovoru vyučující označila za zdroje informací pro své hodiny výchovy ke zdraví internetové zdroje. Učebnici v hodinách ani k přípravě nepoužívá. Tematický plán byl opět vytvořen kolektivní prací vyučujících výchovy ke zdraví v sedmých ročnících.

Opět bylo také zmíněno, že hodiny výchovy ke zdraví jsou hodiny spíše třídnické, kde se řeší docházka a aktuální problémy třídy.

Na začátku vyučovací hodiny zapsala vyučující docházku a připravovala si materiály k výuce. Následně sdělila žákům téma hodiny, kterým byla sexuální výchova.

S přípravou techniky pomáhal vyučující žák, který následně zůstal u počítače a přepínal prezentaci.

Jako první aktivita hodiny byla zařazena prezentace o dospívání. Vždy byl jeden žák vyvolán, aby přečetl aktuální text. Po přečtení žák u počítače prezentaci posunul a proces se dále opakoval. Tuto fázi lze označit jako fázi expoziční.

Následující aktivitou bylo zhlédnutí videa. Video bylo opět žákem u počítače postupně zastavováno, jelikož se jednalo o prezentaci formou videa, která se týkala rozmnožovacích soustav. Opět vždy jeden žák ze třídy přečetl text.

Po této aktivitě pustila vyučující žákům opět prezentaci, kde byly tentokrát úkoly pro samostatnou práci žáků. Jednalo se o spojování pojmů s vysvětlením. Po uplynulém čase, který byl na aktivitu vymezen, šel jeden žák k tabuli a dle jednoho ze spolužáků spojoval pojmy na interaktivní tabuli. Jednalo se tedy o společnou kontrolu, jelikož ostatní mohli spojování pojmů komentovat. Výše popsané aktivity lze zařadit do fixační fáze výuky.

Následná aktivita byla opět stejnou formou. Tentokrát měli žáci za úkol roztrdit pohlavní na orgány mužské a ženské.

Jako poslední aktivita v hodině byla samostatná práce studentů, kdy měli za úkol napsat si na papír všechny antikoncepční metody, které znají. Po určitém čase byl vždy jeden z žáků vyvolán, aby přečetl, co si napsal. Ostatní ho poté mohli doplnit. Tato aktivita se poté shodně opakovala, avšak v následujícím úkolu měli žáci napsat všechny sexuálně přenosné choroby, které znají. Taktéž poté probíhalo přečtení toho, co si žáci napsali.

Na konci vyučovací hodiny bylo žákům sděleno, že následující hodinu budou psát z probraného tématu test.

Na základě toho, že vyučující nestanovila cíle hodiny, není možné je ohodnotit, a proto byly ohodnoceny úrovní 5, tedy nedosaženo. Vzhledem k tomu, že cíle nebyly stanoveny, nemohlo ani dojít k jejich sdělení během výuky, proto je toto kritérium taktéž hodnoceno úrovní 5 tedy neproběhlo.

Motivační fáze výuky nebyla během pozorování zaznamenána a ani následná analýza hodiny po výuce neodhalila známky této fáze. Proto byla motivační fáze výuky ohodnocena úrovní 5, tedy neproběhlo. Expoziční fáze výuky byla ohodnocena na úroveň 3. Toto hodnocení bylo uděleno, jelikož bylo do této fáze zahrnuto velké množství informací, které jsem ani já sama nebyla schopna vstřebávat a zaznamenávat. Stejně tak bylo tempo velmi rychlé. Text v prezentacích byl dlouhý, složitý, s odbornými výrazy. Za příklady odborných výrazů lze uvést například ovariální cyklus, folikulostimulační hormony, hymen nebo akrozom. Někteří žáci zřejmě vzhledem k tempu a množství informací časem ztráceli pozornost. Fixační fáze je ohodnocena úrovní 3. Aktivita, které během této fáze proběhly, byly zajímavé, avšak žáci se často potýkali s komplikacemi. To přisuzuji opět náročnosti pojmů. Aktivita také byla málo časově dotována. Celkově tato část hodiny zahrnovala pět minut. Diagnostická fáze z mého pohledu neproběhla, a je tedy hodnocena úrovní 5.

Analýza pozorované hodiny sedmého ročníku byla stanovena na základě učiva, které bylo v hodině probíráno. Konkrétně se jedná o dospívání, rozmnožovací soustavu muže a ženy, antikoncepci a pohlavně přenosné choroby. Analýza nemohla proběhnout na základě cílů hodiny, jelikož ty nebyly vyučujícím stanoveny.

Můžeme předpokládat, že výše zmíněné téma hodiny navazuje na učivo šestého ročníku, kde se konkrétně měly probírat pohlavní rozdíly mezi mužem a ženou. Pro toto učivo je ve školním vzdělávacím programu školy definován očekávaný výstup, kdy by měli žáci být schopni vysvětlit tělesné znaky dospívání. Z péče o zdraví lze brát také jako prekoncept pro pozorovanou hodinu očekávaný výstup, kdy by žáci měli být schopni rozlišit základní choroby.

Dle školního vzdělávacího programu koresponduje obsah učiva pozorované hodiny s body o dospívání – změny organismu, početí a těhotenství, antikoncepce.

Pozorovaná hodina by mohla být prekonceptem, a tedy spirálovitě navazovat, na učivo osmého ročníku, kde se bude probírat dospívání – změny organismu, předčasná sexuální zkušenost, početí, těhotenství, porod, gynekologie, antikoncepce, interrupce, rizikové chování spojené se sexualitou a ochrana před nákazou, promiskuita a pohlavní choroby.

2.5.3 Osmý ročník

Záznam z pozorované hodiny výchovy ke zdraví v osmém ročníku je do diplomové práce zařazen z důvodu jednoho z témat hodiny. Konkrétně se jedná o téma válečného konfliktu na Ukrajině, které bylo do výuky zařazeno vzhledem k aktuální situaci. Byla to již druhá hodina věnující se této problematice, avšak na první hodině bylo přítomno, vzhledem k probíhajícímu lyžařskému výcviku, málo žáků. Vyučujícím výchovy ke zdraví je, stejně jako ve všech ostatních třídách, třídní učitel s aprobací český jazyk a dějepis.

Na pozorované hodině bylo přítomno celkem 15 žáků.

Třída, ve které hodina probíhala, disponovala 15 lavicemi, 30 židlemi pro žáky, stolem a židlí vyučujícího a tabulí na křídle. Jedná se o kmenovou třídu pozorované třídy, konkrétně se jedná o učebnu dějepisu.

Pozorovaná hodina probíhala ve čtvrtek po obědové přestávce, šestou vyučovací hodinu a jedná se o jedinou hodinu tvořící čtvrteční odpolední vyučování dané třídy.

Rozhovor s vyučujícím probíhal po hodině výchovy ke zdraví. Tématem hodiny byly poruchy příjmu potravy. Cíle hodiny nebyly vyučujícím předem stanoveny. Dle zhodnocení vyučujícího byla hodina úspěšná, jelikož se žáci zapojovali do diskuse. Vzhledem k tomu, že cíle hodiny nebyly stanoveny, nemohl je tedy ani vyučující následně ohodnotit.

V rámci rozhovoru označil vyučující za zdroj informací, které v hodinách využívá, učebnice, které mají žáci k dispozici. Jedná se o učebnice občanské a rodinné výchovy od nakladatelství Fraus.

Během rozhovoru mi bylo opět potvrzeno, že hodiny výchovy ke zdraví ve škole fungují primárně jako třídnické hodiny.

Začátek hodiny byl věnován pozdravu, docházce a dále byly v řešení i třídnické věci, jako je omluva absence. Těmto aktivitám bylo věnováno celkem deset minut z vyučovací hodiny.

Dále byl prostor věnován aktualitám. Pan učitel vyzval žáky, aby mu sdělili, co se děje ve světě nového a co se děje nového u nich samotných a ve třídě. Nikdo se nejal diskusi započít, a tak pan učitel požádal žáky, aby mu sdělili a zhodnotili události, které se během uplynulého týdne staly na Ukrajině. Jak již bylo zmíněno výše, minulá hodina výchovy ke zdraví byla celá tomuto tématu věnována, avšak ve třídě bylo pouze 7 žáků. Pan učitel následně pokládal otázky k žákům týkající se válečné situace, například kdo válku začal, kdo se s kým schází, jakou úlohu hraje v dané situaci čas, jaký je postoj České republiky a našeho prezidenta na danou situaci. Následně požádal žáky, aby mu sdělili, co je u nich nového, avšak nikdo se nezapojil. Danou diskusi lze tedy zařadit do motivační fáze hodiny.

Po úvodní části rozdál vyučující žákům dotazník. Neřekl jim, na jaké téma je a ani k čemu dotazník slouží. Na vyplnění měli žáci deset minut. Během vyplňování si někteří mezi sebou povídali. Po vyplnění dotazníku řekl vyučující žákům, že dotazník byl na poruchy příjmu potravy. Společná kontrola dotazníku neproběhla. Lze tedy předpokládat, že dotazník měl motivační charakter a měl žáky navést na to, co o poruchách příjmu potravy vědí a co ne.

Poté následovala diskuse na dané téma. Učitel opět pokládal směrem k žákům otázky. Jednou z otázek bylo, co jsou to poruchy příjmu potravy. Jeden z žáků odpověděl, že poruchou příjmu potravy je třeba tasemnice, na což mu bylo odpovězeno, že se jedná o typ poruchy příjmu potravy. Dále učitel pokračoval v pokládání otázek, mezi kterými bylo, jak může být příjem potravy ovlivněn, proč jedí kluci v jejich věku víc nežli holky, proč jí člověk málo, co může mít vliv na to, že chceme redukovat váhu, co je to anorexie a bulimie, jak by měl člověk řešit svou váhu, co je to bandáž žaludku a v jakých situacích mění člověk své stravovací návyky. Otázky byly občas proloženy příběhy vyučujícího, které se týkaly jeho vlastní zkušenosti. Do diskuse se zapojovalo šest žáků z patnácti přítomných. Aktivitu lze zařadit do expoziční fáze hodiny.

Hodina byla ukončena zvoněním, které zaznělo během odpovídání jednoho z žáků. Vyučující ještě v krátkosti zmínil, že danému tématu bude věnována i následující hodina.

Součástí pozorování je taktéž hodnocení sledované hodiny zaměřené na fáze hodiny a cíle hodiny. Vyučujícím nebyly výchovně vzdělávací cíle stanoveny, a proto není možné je ohodnotit. Celkově jim tedy byla přiřazena úroveň 5, tedy nedosaženo. Vzhledem k tomu, že cíle nebyly stanoveny, nemohlo ani dojít k jejich sdělení během výuky, proto je toto kritérium taktéž hodnoceno úrovní 5, tedy neproběhlo.

V motivační fázi výuky byla použita v úvodní části diskuse, která měla zřejmě za cíl zaktivizovat žáky. Následoval dotazník, který měl zřejmě taktéž motivační charakter a je možné, že se následující hodinu k němu vyučující vrátí. Vzhledem k tomu, že úvodní část hodiny byl věnován velký časový úsek a zapojení žáků bylo nadprůměrné, je motivační fáze hodiny ohodnocena úrovní 1 – proběhlo.

Expoziční fáze hodiny byla ohodnocena úrovní 3, jelikož se do diskuse, která byla do této části hodiny zapojena, zapojovala méně jak polovina žáků. Udělení hodnocení úrovně 3 je také zapříčiněno tím, že ostatní žáci nebyli do aktivity jinak zapojeni.

Diagnostická fáze je ohodnocena úrovní 5, tedy neproběhlo.

Pozorovaná hodina výchovy ke zdraví v osmém ročníku byla jasně věnována poruchám příjmu potravy. Dle tématu hodiny lze velmi okrajově shledávat korespondenci se školním vzdělávacím programem v bodě o druzích nemocí a ochraně proti nemocem. Avšak pro tento bod je v ŠVP definován očekávaný výstup, kdy mají žáci být schopni rozlišit mezi běžnými infekčními chorobami a civilizačními chorobami. Shoda tématu a náplně hodiny s ŠVP tedy spíše není.

Za zmínku jistě stojí, že během náslechu jsem byla také v hodině výchovy ke zdraví v sedmém ročníku, kde bylo probíráno zcela shodné téma.

Výchova ke zdraví je na vybrané škole pouze do osmého ročníku, proto probírané učivo již není prekonceptem pro další navazující témata.

2.5.4 Závěr pozorování a rozhovorů

Cílem pozorování bylo zjistit, jaký je aktuální stav výuky výchovy ke zdraví na vybrané škole s předpokladem, že výuka odpovídá základním didaktickým požadavkům. Sledovány

byly fáze hodiny a práce s cíli. Během pozorování bylo zjištěno, že fáze hodiny spíše nejsou v hodinách dodržovány. Dále bylo zjištěno, že práce s cíli ve výukách výchovy ke zdraví zcela chybí. V žádné z pozorovaných hodin nedošlo ke sdělení cílů, v naprosté většině případů nebyly cíle vyučujícími stanoveny.

Cílem vedených rozhovorů bylo zjistit, zdali jsou vyučující výchovy ke zdraví seznámeni s koncepcí vzdělávacího oboru výchova ke zdraví. Výsledkem rozhovorů je, že vyučující s koncepcí seznámeni nejsou a často nevědí, co v hodinách učit, ani kde získávat podklady k výuce. Stejně tak jsou pro ně vybrané body školního vzdělávacího plánu nesrozumitelné a nepřesné.

3 Didaktický výstup

Cílem diplomové práce je na základě analýzy školního vzdělávacího programu, rozhovorů s vyučujícími výchovy ke zdraví a pozorování vybraných hodin výchovy ke zdraví navrhnout modelové zpracování vybraného tematického celku pro druhý stupeň vybrané základní školy. Výstupem diplomové práce tedy budou modely vyučovacích hodin připravené na základě školního vzdělávacího plánu vybrané školy, ve které probíhalo pozorování hodin, a taktéž je výše uvedena analýza ŠVP dané školy. Celkem bylo ve škole uskutečněno 16 následových hodin, které probíhaly od šestého do osmého ročníku. Po ukončení pozorování ve škole jsem označila za nejvíce problematické učivo sexuální výchovy. Dle slov vyučujících se jedná o složitější téma, jelikož jsou žáci v procesu dospívání a s tím i spojené puberty, což často vede k narušování hodiny nekázní. Proto budou modely vyučovacích hodin zaměřené na toto téma. Vzhledem k citlivosti tématu a jeho tendenci vyvolávat ve třídě rozruch, budou hodiny zaměřeny na aktivní zaměstnání žáků. Celkem budou uvedeny modely dvanácti vyučovacích hodin, které pokryjí veškeré učivo šestého a sedmého ročníku a část učiva osmého ročníku. Učivo osmého ročníku není zařazeno celé, jelikož je učivo široce obsáhlé a obsah práce by markantně přesahoval stanovený rozsah. V diplomové práci jsou pro osmý ročník připravené hodiny, na kterých je možné demonstrovat spirálovitost učiva výchovy ke zdraví. Témata jednotlivých modelů hodin jsou uvedena níže v *tabulce 1: Seznam modelů hodin*.

Tabulka 1: Seznam modelů hodin

	6. ROČNÍK	7. ROČNÍK	8. ROČNÍK
1. hodina	Znaky dospívání	Opakování učiva 6. ročníku	Dospívání – celkové změny organismu
2. hodina	Vztahy a komunikace	Intimní chování, volba partnera	Předčasná sexuální zkušenost
3. hodina	-	Početí	Početí, těhotenství, porod
4. hodina	-	Antikoncepce	Antikoncepční metody
5. hodina	-	Pohlavně přenosné choroby – HIV	-
6. hodina	-	Já dospívám	-

Na přípravách modelů hodin budou stěžejními materiály ŠVP školy a doporučení MŠMT k realizaci sexuální výchovy na základních školách vydané 2. 4. 2010. Jako další zdroje jsou vybrány učebnice, kterými škola disponuje a které pro výuku výchovy ke zdraví využívá. Dále pak volně dostupné zdroje, jako je například kanál YouTube. Modely hodin také často zahrnují využití internetových aplikací. Zahrnutí těchto aplikací je záměrné a má korespondovat s nastávajícími změnami vykonanými během malé revize RVP, která cílí na začlenění digitalizace do učiva (RVP ZV, 2021).

U každého modelu hodiny je uvedena tabulka s podrobným popisem hodiny. Tabulka obsahuje informace, pro který ročník je hodina připravena a také její pořadí. Dále je uveden název hodiny a výchovně-vzdělávací cíle. Následuje základní výčet prekonceptů následovaný pomůckami pro daný model hodiny. U pomůcek se můžeme setkat s občasnými

alternativami, které jsou uvedeny vzhledem k nestejnému vybavení tříd. Dále jsou uvedena teoretická východiska, ze kterých modely výuky vycházejí. Ta jsou zde uvedena, jelikož během následků došlo k občasným teoretickým nesrovnalostem. Pokud je do výuky zařazen pracovní list, následuje za základní informační tabulkou. Poté je vždy uveden komentář k modelu hodiny.

U každého z modelu hodin je prvních 5 minut nazváno jako úvod. V této části hodiny by mělo vždy dojít ke stejným či podobným aktivitám. Jsou jimi administrativní požadavky – pozdrav, kontrola docházky, zápis do třídní knihy a případně jiné administrativní náležitosti. Dále pak je tato část hodiny vyhrazena pro dotazy žáků, které mohou být různé, předpokládá se ale dotazování na minulé hodiny výchovy ke zdraví. Dále je také úvod vymezen na sdělení cílů hodiny, které by mělo vždy proběhnout. Cíle je možné v hodinách sdělovat například ústně či písemně. Vizuální předání cílů může být pomůckou, aby se na konci hodiny nezapomnělo zhodnotit dosažení cílů. Avšak zapsání zabere určitě delší čas nežli pouze verbální sdělení cílů.

Cíle modelů hodin jsou ve velkém množství zacíleny na afektivní stránku. Proto do hodin budou často zahrnuty diskuse. Během diskusí je dobré uspořádat například kroužek, aby na sebe účastníci dobře viděli. Při formování zasedacího pořádku je ovšem důležité brát v úvahu, zdali tento proces nenaruší celý proces výuky a případně nezpůsobí velké časové prodlevy.

Závěrečných 5 minut výuky je v modelech vždy věnováno zakončení. Během této doby by měl být věnován prostor dotazům. Dále by pak mělo dojít ke zhodnocení dosažení cílů hodiny. Jako zhodnocení mohou posloužit například výstupy žáků anebo hlasování žáků v různých formách. Ke zhodnocení lze také využít například otázky vztahující se k probíranému tématu hodiny. Učitel na začátku položí krátké otázky k tématu, na které si žáci odpoví. Na konci výuky učitel zadá opět stejné otázky jako na začátku výuky a žáci porovnají, zdali na dané otázky již umí odpovědět. Starý a Laufková (2016) uvádějí jako možný způsob reflexe dosažení cílů ten, že na konci hodiny žáci napíší na papír, co se v dané hodině naučili, a to odevzdají učiteli. Případně je možné na papír napsat, co žáci v hodině nepochopili, a příště se k tomu vrátit.

3.1 Šestý ročník

V šestém ročníku je v ŠVP vybrané školy vymezeno učivo týkající se sexuální výchovy ve dvou bodech a třemi očekávanými výstupy. Konkrétně se žáci v šestém ročníku mají zabývat lidským tělem, pohlavními rozdíly mezi mužem a ženou a komunikací s vrstevníky. Jako očekávané výstupy jsou uvedeny schopnost vysvětlit tělesné znaky dospívání u obou pohlaví, vysvětlit na příkladech vztahy láska, kamarádství a přátelství a také uvést nebezpečí komunikace zprostředkované skrze elektronická média (ŠVP ZV, 2013).

Zmíněné učivo jsem následně rozvrhla do 2 vyučovacích hodin, které níže rozvedu.

3.1.1 Znaky dospívání

Tabulka 2: Model výuky - 6. ročník, 1. hodina

MODEL VÝUKY – SEXUÁLNÍ VÝCHOVA			
ROČNÍK	6.	HODINA	1/2
TÉMA HODINY	ZNAKY DOSPÍVÁNÍ		
CÍLE HODINY	Kognitivní: Žák vyjmenuje tělesné znaky dospívání. Žák vysvětlí rozdíl mezi primárními a sekundárními pohlavními znaky. Afektivní: Žák vnímá rozdíly v dospívání své osoby. Psychomotorické: Žák vytvoří pojmovou mapu dle zadání učitele.		
PREKONCEPTY	Muž, žena, vývin, dospívání		
POMŮCKY	Papíry velikosti A5 – množství dle počtu žáků Magnety na tabuli/barevné fixy/interaktivní tabule		

TEORETICKÁ VÝCHODISKA	ZNAKY DOSPÍVÁNÍ U lidí je období dospívání doprovázeno mnoha změnami, které jsou jak psychické, tak tělesné. Za tělesné znaky dospívání lze považovat dozrávání pohlavních žláz. U dívek jsou pohlavními žlázami vaječníky a u chlapců jsou to varlata. Dále dozrávají a tvoří se pohlavní buňky. Pohlavní buňky ženy nazýváme vajíčka a pohlavní buňky muže spermie. U dívek dále dochází k růstu prsou a vlivem ukládání tuku do specifických míst jako jsou stehna a boky k zaoblení postavy. Specifickým znakem je také pravidelné měsíční krvácení neboli menstruace. U chlapců dochází ke změně hlasu neboli mutaci hlasu. U obou pohlaví se zvětšují a dotváří pohlavní orgány. Objevuje se ochlupení v pubické oblasti, v podpaží, na obličeji, narůstá celková tělesná hmotnost, dochází ke změnám v obličeji, trupu a končetinách. Častý je vlivem hormonálních změn výskyt akné. U chlapců lze dále za projevy dospívání označit erekci neboli ztopoření pyje, ejakulaci neboli výron semene včetně poluce, což je výron semene během nočního snění (Janošková, Ondrášková, Čečilová, 2009). Tělesné znaky lze rozlišit na primární a sekundární. Mezi primární znaky řadíme pohlavní orgány přítomné u jedince již při narození. Všechny ostatní pohlavní znaky označujeme za druhotné pohlavní znaky (Stockley, 2000).	
ROZPIS VÝUKOVÝCH AKTIVIT	ČAS (minuty)	AKTIVITA
	0-5	ÚVOD -pozdrav -docházka -administrativa -sdělení cílů hodiny
	5-10	PRÁCE VE DVOJICI -žáci budou mít za úkol ve dvojici prodiskutovat, jaké jsou znaky muže a ženy během dospívání
	10-13	PAPÍRKY -po diskusi ve dvojici každý žák napíše 1 znak na papír a připevní ho na tabuli pomocí magnetky
	13-20	NAVÁDĚCÍ OTÁZKY -v případě absence některých hlavních znaků pokládá učitel naváděcí otázky-> žáci případně doplňují
	20-25	VÝKLAD -učitel okomentuje pojmy od žáků a následně vysvětlí rozdělení na primární a sekundární znaky a dělení zapíše na tabuli -během výkladu učitel zdůrazní, že některé znaky mohou pozorovat u sebe

	25-30	TŘÍDĚNÍ POJMŮ -žáci chodí k tabuli a třídí pojmy do skupin, své zařazení okomentují, navzájem se kontrolují
	30-40	POJMOVÁ MAPA -z pojmů na tabuli žáci vytvoří do sešitu pojmovou mapu
	40-45	ZAKONČENÍ -prostor pro dotazy -zhodnocení dosažení cílů hodiny

První hodina týkající se sexuální výchovy v šestém ročníku je zaměřena na učivo o znacích dospívání. Cílem hodiny je, aby byli žáci na konci hodiny schopni vyjmenovat tělesné znaky dospívání, aby vnímali sebe samotné během dospívání a aby vytvořili pojmovou mapu na dané téma.

Hodina byla vytvořena na základě učiva uvedeného v učebnici Fraus (Janošková, Ondrášková, Čecilová, 2009) pro 6. ročník.

V úvodní fázi hodiny je ponechán prostor pro administrativní záležitosti – pozdrav, docházka, prostor pro dotazy. Dále je zde také vymezen prostor pro sdělení cílů hodiny, jenž je možné používat jako motivační prostředek. Cíle mohou být napsány například na tabuli, aby na konci hodiny mohlo dojít k jejich zhodnocení.

Po úvodu hodina plyně navazuje na motivační fázi hodiny, ve které je zařazená práce ve dvojici. Žáci mají za úkol diskutovat nad tím, jaké jsou znaky muže a ženy během dospívání. Během této aktivity učitel prochází mezi lavicemi a snaží se žákům naslouchat a případně odpovídat na dotazy. Jeden pojem z diskuse následně každá dvojice napíše na papír A5 a připevní na tabuli. V případě, že třída nedisponuje tabulí, kde by bylo možné využít magnety, mohou žáci psát výroky přímo na tabuli. Možné je využít i interaktivní tabuli. Učitel v průběhu práce studentů pojmy prochází a sleduje je. V případě absence některých z hlavních znaků se snaží navádět žáky pomocí otázek.

Poté, co budou všechny hlavní znaky napsány na tabuli, učitel vysvětlí, že je lze dělit na primární a sekundární a u ženy a muže jsou některé znaky rozdílné. Dané dělení zapíše na tabuli. Během výkladu by měl učitel zdůraznit, že znaky dospívání mohou žáci pozorovat i u sebe samých a že u každého se mohou projevit v jiné míře. Následně zadá žákům úkol – rozřídění daných pojmů na tabuli do předem nadepsaných skupin. Žáci poté po jednom u

tabule přemísťují pojmy do správných skupin, v případě napsaných pojmů je barevně kroužkují. Své umístění okomentují, navzájem se kontrolují a diskutují mezi sebou.

V diagnostické fázi hodiny je uvedena aktivita tvoření pojmové mapy. Žáci na základě průběhu hodiny mají za úkol vytvořit pojmovou mapu ze znaků uvedených na tabuli. Provedení je libovolné.

Na konci hodiny je také vhodné provést diagnostiku dosažení cílů, které mohou být například napsány na tabuli. Žáci se mohou hlásit, kdo si myslí, že daného cíle dosáhl, či se mohou rozdělovat do skupinek podle dosažení cíle.

3.1.2 Vztahy a komunikace

Tabulka 3: Model výuky, 6. ročník, 2. hodina

MODEL VÝUKY – SEXUÁLNÍ VÝCHOVA			
ROČNÍK	6.	HODINA	2/2
TÉMA HODINY	VZTAHY A KOMUNIKACE		
CÍLE HODINY	Kognitivní: Žák na příkladech vysvětlí pojmy kamarádství, přátelství a láska. Afektivní: Žák vnímá nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií. Psychomotorické: Žák vyhledá pomoc v případě ohrožení sebe nebo ostatních v komunikaci přes elektronická média.		
PREKONCEPTY	Muž, žena, vývin, dospívání, vztah, komunikace		
POMŮCKY	Příloha 2 - Pracovní list 6-2 Promítací plátno/interaktivní tabule		

TEORETICKÁ VÝCHODISKA	Kamarádství lze popsat jako vztah mezi lidmi vzniklý zpravidla na dobrovolné účasti aktérů v sociálních aktivitách. Při těchto aktivitách nevzniká vzájemná závislost nezbytná pro splnění vnějšího úkolu. Intenzita aktivit, pozornosti a vztahů může značně kolísat. Tento vztah není závislý na jedinečných osobních vlastnostech účastníků vztahu. Kamarádi jsou do značné míry zastupitelní (Jandourek, 2012). Přátelství je vztah mezi osobami, které jsou ochotné vzájemně si poskytnout pomoc. Je založen na základě vzájemných sympatií osob, které ovšem nemají sexuální charakter (Keller, 2017). Láska je specifický, vysoce intenzivní způsob prožívání pozitivního vztahu. Může se pojednávat o vztah člověka k věci, avšak běžně se používá k popsání vztahu člověka s člověkem. Tento vztah vzniká mezi lidmi opačného i stejného pohlaví. Za specifický druh lásky lze označit například lásku mateřskou, lásku sourozeneckou, mileneckou, platonickou a další (Možný, 2018). BEZPEČNÝ POHYB DÍTĚTE NA INTERNETU (Záliš, 2006): 1. Při užívání internetu být vždy obezřetný 2. Nikomu nesdělovat své osobní informace jako je bydliště a telefonní číslo, zejména pak při komunikaci s neznámou osobou 3. Neposílat své fotografie, nesdělovat věk 4. Heslo je pouze pro jeho uživatele, pro nikoho jiného 5. Na neslušné, hrubé či dokonce vulgární zprávy nereagovat 6. Nikdy si nedomlouvat schůzku přes internet, aniž by o tom věděl alespoň jeden z rodičů 7. Pokud je obsah webové stránky nevhodný, opusť ji 8. O případných obavách spojených s internetem by mělo mít dítě možnost obrátit se na dospělou osobu 9. Přílohy z neznámých či podezřelých zdrojů by se neměly otvírat vzhledem k možnosti výskytů virů 10. Ne všechny informace na internetu jsou pravdivé	
ROZPIS VÝUKOVÝCH AKTIVIT	ČAS (minuty)	AKTIVITA 0-5 ÚVOD -pozdrav -docházka -administrativa -sdělení cílů hodiny 5-10 LEARNING APPS -žáci rozdělují pojmy do správné skupiny – znaky muže a ženy během dospívání 10-13 DISKUSE -otázka do diskuse: „Jaký může vzniknout citový vztah mezi lidmi?“ -žáci mají za úkol uvést i příklady vztahů

	12-22	PRACOVNÍ LIST 6-2 – cv. 1 -samostatná práce žáků, poté následuje společná kontrola
	22-32	PRACOVNÍ LIST CV. 2 -jeden z žáků přečte nahlas znění textu ve cvičení 2, ostatní sledují a vnímají text -následuje diskuse na otázky pod textem
	32-35	VIDEO -učitel představí stránky s videy o bezpečném seznamování https://www.stream.cz/seznam-se-bezpecne -dle času je možné si vybraná videa pustit
	35-40	ZÁPIS DO SEŠITU -žáci si do sešitu napíší, jak by popsali vztahy: kamarádství, přátelství, láska a dále jaká jsou pravidla pro bezpečné seznamování prostřednictvím elektronických médií a jak v případě potenciálního nebezpečí skrze elektronická média pomoci sobě i ostatním
	40-45	ZAKONČENÍ -prostor pro dotazy -zhodnocení dosažení cílů hodiny

PRACOVNÍ LIST 6-2

KAMARÁDSTVÍ, PŘÁTELSTVÍ A LÁSKA

1. Přečtěte si následující text a dle něho odpovězte na níže uvedené otázky:

TEXT 1: Míla vyprávěla o přestávce Aniče, jaký je vývoj jejího milostného vztahu se spolužákem Petrem. Řekla jí, že ji pozval po škole na zmrzlinu a pak se půjdou projít do parku. Anička zase Míle vyprávěla o nedělní oslavě narozenin jejich babičky. Během oslavy si Aniččina babička zlomila ruku. Ačkoliv nebyla zlomenina vážná, měla Aniččina maminka o babičku velký strach.

Míla si vzpomněla, že nemá na hodinu matematiky pravítko. Aničku napadlo, že Fanda nosí vždy jedno pravítko navíc. Míla se tedy šla zeptat Fandy, jestli by jí pravítko na hodinu půjčil, a on souhlasil.

Jaký mají mezi sebou vybrané osoby vztah:

- a. Míla a Anička -
- b. Míla a Petr -
- c. Aniččina maminka a Aniččina babička -
- d. Míla a Fanda –

2. Přečtěte si následující text a následně se zamyslete nad níže uvedenými otázkami:

TEXT 2: Jitka vyprávěla o přestávce Daně, jaký je vývoj jejího vztahu s Martinem, se kterým si už týden dopisuje po internetu. Řekla jí, že ji pozval po škole na něco dobrého a pak se půjdou projít. Dana zase Míle vyprávěla o Honzovi, se kterým si taktéž píše po internetu. Honza chtěl po Daně poslat nějaké její fotografie v pyžamu. Dana se s Honzou také nikdy neviděla.

- a. Shledáváte v textu nějaká hrozící nebezpečí? Jaká?
- b. Co byste doporučili Daně a Jitce?
- c. Co byste dělali, kdyby se toto stalo Vám?
- d. Na koho byste se obrátili, pokud byste byli na místě Dany?
- e. Jak se bezpečně seznámit?

Druhá hodina v šestém ročníku o sexuální výchově je věnována učivu o vztazích, konkrétně o vztazích na úrovni lásky, přátelství a kamarádství. Dále je do hodiny také zahrnuto učivo o nebezpečí při komunikaci prostřednictvím elektronických médií. Na konci hodiny by žáci měli být schopni na příkladech vysvětlit výše uvedené vztahy, vnímat nebezpečí uvedeného typu komunikace a umět vyhledat pomoc při podobném typu nebezpečí. Pro tuto hodinu je vhodné uspořádání do kruhu.

Úvodní část hodiny je věnována administrativě – pozdrav, docházka, prostor pro dotazy. Následuje sdělení výše zmíněných cílů hodiny.

Jako opakování je možné zařadit rozdělování znaků dospívání do správné skupiny. Možné je využít papírky s pojmy z minulé hodiny, případně pojmy přepsat například do aplikace learningapps. Tato aktivita má motivační charakter.

Jako navázání na opakovací aktivitu učitel položí otázku, jaký vztah může vzniknout mezi lidmi. Dále vyzve žáky, aby uvedli příklad k danému vztahu. Možné je žáky také navádět pomocnými otázkami: „Jak bys nazval vztah s tvojí nejbližší osobou? Jak bys nazval vztah se svým spolužákem?“ Výsledné pojmy napíše na tabuli. Tato aktivita je řazena do motivační fáze hodiny.

Následně je možné využít pracovní list, kde je uveden příběh s více postavami, mezi nimiž jsou popsány různé typy vztahů. Žáci by měli pracovat samostatně dle zadání v pracovním listě. Během samostatné práce žáků učitel prochází mezi lavicemi a odpovídá na případné otázky. Následná kontrola je společná, včetně přečtení znaků daného typu vztahu.

Cvičení 2 z pracovního listu je zamýšleno jako společné cvičení. Jeden z žáků přečte text, který ostatní sledují. Následně jsou uvedeny otázky do diskuse. Po zodpovězení poslední otázky je možné přejít na stránky <https://www.stream.cz/seznam-se-bezpecne> a projít si videa k danému tématu. Aktivita spadá do fáze expoziční a fixační.

V diagnostické fázi hodiny mají žáci za úkol napsat si do sešitu, co pro ně znamenají vztahy kamarádství, přátelství a rodina, jaká jsou pravidla pro bezpečné seznamování prostřednictvím elektronických médií a jak v případě takového nebezpečí pomoci sobě i ostatním. Výstupy mohou posloužit učiteli i žákům ke zhodnocení dosažení cílů hodiny.

3.2 Sedmý ročník

V sedmém ročníku je problematice sexuální výchovy vymezen o poznání větší prostor nežli v ročníku šestém. Celkově je učivo rozděleno do osmi hlavních bodů, které jsou dále definovány osmi očekávanými výstupy. Učivo přidělené do sedmého ročníku se týká lidských vztahů a procesu dospívání, stejně jako v šestém ročníku. Zde je možné pozorovat spirálovitost učiva. Očekávanými výstupy pro tato témata jsou vysvětlení rozdílu mezi přátelstvím a zamilovaností a zhodnocení vlastní osoby v procesu dospívání. Dále je pak do sedmého ročníku zařazeno učivo o intimním soukromém chování, kdy mají žáci být schopni rozeznat vhodné a nevhodné intimní chování na veřejnosti. Dále pak učivo o volbě partnera a o rolích rodičů. Po probrání dané látky mají být žáci schopni zhodnotit povahové vlastnosti svých budoucích partnerů pro založení rodiny a měli by být také schopni vysvětlit roli rodičů při péči o dítě. K učivu o početí, těhotenství, lékařské péči, antikoncepci, interrupci a pohlavně přenosných chorobách se váží dva očekávané výstupy. Ty říkají, že žáci by měli být schopni jednoduše vysvětlit proces početí a přenos viru HIV. Dále je v ŠVP vymezen také prostor pro učivo týkající se preventivních prohlídek včetně gynekologických. Po probrání daného učiva by měli být žáci seznámeni s důležitostí preventivních lékařských prohlídek (ŠVP ZV, 2013).

3.2.1 Opakování učiva šestého ročníku

Tabulka 4: Model výuky, 7. ročník, 1. hodina

MODEL VÝUKY – SEXUÁLNÍ VÝCHOVA			
ROČNÍK	7.	HODINA	1/6
TÉMA HODINY	OPAKOVÁNÍ UČIVA ŠESTÉHO ROČNÍKU		
CÍLE HODINY	Kognitivní: Žák vyjmenuje tělesné znaky dospívání. Afektivní: Žák vnímá rozdíly v dospívání své osoby. Psychomotorické: Žák se aktivně zapojuje do skupinové práce. Žák vyhledává informace v dostupných zdrojích.		

PREKONCEPTY	Primární a sekundární pohlavní znaky, menstruace, poluce, puberta, hormony, adolescence	
POMŮCKY	Tabule, fixy/křídly Papíry na skupinovou práci Příloha 3 - Pracovní list 7-1/interaktivní tabule Učebnice Fraus pro 6. ročník	
TEORETICKÁ VÝCHODISKA	Vzhledem k tomu, že je hodina zaměřena na opakování z šestého ročníku, jsou teoretická východiska popsána u modelů hodin pro šestý ročník.	
ROZPIS VÝUKOVÝCH AKTIVIT	ČAS (minuty)	AKTIVITA
	0-5	ÚVOD -pozdrav -docházka -administrativa -sdělení cílů hodiny
	5-13	LEARNING APPS -žáci rozdělují pojmy do správné skupiny – znaky muže a ženy během dospívání https://learningapps.org/display?v=p5kv3jqoa22
	13-20	PRACOVNÍ LIST -učitel rozdává žákům pracovní list a vysvětlí zadání -po samostatné práci proběhne společná kontrola, okomentuje se každý bod
	20-40	SKUPINOVÁ PRÁCE -témata skupinových prací: znaky dospívání muže, znaky dospívání ženy, kamarádství, přátelství, láska -úkolem je definovat alespoň 3 body k danému tématu -žáci komunikují v rámci skupiny, případně mohou využít učebnici, dle dostupnosti mohou využít i jiné zdroje -následně každá skupina představí výsledek své práce ostatním
	40-45	ZAKONČENÍ -prostor pro dotazy -zhodnocení dosažení cílů hodiny

PRACOVNÍ LIST 7-1

KOMUNIKACE NA INTERNETU

Zakroužkuj pravidla, která nejsou v souladu s bezpečným chováním na internetu a sociálních sítích:

- a) nevhodný nebo nebezpečný příspěvek, který na internetu objevím, nahlásím odborníkům, například na adresu: <http://aplikace.policie.cz/hotline/>
- b) na chatu sdělím svoji skutečnou adresu jen člověku, který mi pošle svoji
- c) facebook budu používat nejdříve v den svých třináctých narozenin
- d) zásadně neodpovídám na neslušné, hrubé nebo vulgární e-maily a vzkazy
- e) neotevírám přílohu zprávy, která přišla z neznámé adresy
- f) svou fotografii, a hlavně je-li intimní, pošlu pouze nejlepším přátelům
- g) při připojení na facebook mám na mysli, že veškeré mé fotografie a informace tam zůstanou i poté, co si svůj účet zruším

Zdroj: NÁRODNÍ ÚSTAV PRO VZDĚLÁVÁNÍ, 2013 [online]. Standardy pro základní vzdělávání – výchova ke zdraví, str. 16 [cit. 2022-02-04]. Dostupné z: <https://digifolio.rvp.cz/artefact/file/download.php?file=67503&view=9832>

Model hodiny je připraven jako opakovací materiál, který shrnuje učivo probrané v šestém ročníku. Jeho cílem je tedy zopakování a připomenutí cílů, kterých měli žáci dosáhnout v nižším ročníku, a následné učivo na ně bude navazovat. Konkrétním cílem je, aby žáci uvedli příklady tělesných znaků dospívání a aby vnímali rozdíly v dospívání.

Úvodní část hodiny je, stejně tak jako v předchozích hodinách, věnována administrativním záležitostem, sdělení cílů a také je zde vymezen prostor pro případné dotazy.

Jako první aktivita je do hodiny zařazena aktivita na pojmy týkající se sexuální výchovy. Aktivita je připravena v aplikaci learningapps. Úkolem žáků je spojit vybrané pojmy se správným významem. V případě interaktivní tabule mohou žáci chodit k tabuli a jednotlivé pojmy spojovat. Po rozřídění pojmů učitel žáky vyzve, aby si sami jednotlivé pojmy prošli a sami pro sebe zhodnotili svou osobu v procesu dospívání. Aktivita má motivační charakter, jelikož se žáci aktivizují a mohou se během aktivity pohybovat. Využití elektronické aplikace může také posloužit jako motivační prostředek.

Jako další je do hodiny zařazena aktivita, která se týká bezpečné komunikace na internetu. Učitel rozdá žákům pracovní listy a vysvětlí zadání. Žáci si přečtou vybraná tvrzení a označí, která tvrzení nejsou v souladu s bezpečným chováním na internetu. Následně jeden z žáků jednotlivá tvrzení po jednom přečte. Učitel jako moderátor diskuse nechá třídu hlasovat, kdo ho vybral či nevybral. Poté nechá dobrovolníky své rozhodnutí okomentovat.

Následnou aktivitou je skupinová práce. Tématy pro skupinovou práci jsou kamarádství, přátelství, láska, znaky dospívání u muže a znaky dospívání u ženy. Úkolem žáků je, aby definovali alespoň 3 body k danému tématu. Primárně mají žáci komunikovat mezi sebou, případně však mohou dle dostupnosti využít učebnici či internet. Poté každá skupina představí výsledky své práce ostatním, kteří mohou po prezentaci pokládat otázky k danému tématu. Jako poslední téma je vhodné nechat téma lásky, jelikož se na něj bude v další hodině navazovat.

Posledních 5 minut hodiny je věnováno případným dotazům a zhodnocení dosažení cílů dané hodiny.

3.2.2 Intimní chování, volba partnera

Tabulka 5: Model výuky, 7. ročník, 2. hodina

MODEL VÝUKY – SEXUÁLNÍ VÝCHOVA			
ROČNÍK	7.	HODINA	2/6
TÉMA HODINY	INTIMNÍ CHOVÁNÍ, VOLBA PARTNERA		
CÍLE HODINY	Kognitivní: Žák rozezná vhodné a nevhodné intimní chování na veřejnosti a v kolektivu. Afektivní: Žák zhodnotí povahové vlastnosti partnerů ve vztahu k založení rodiny. Psychomotorické: Žák pracuje samostatně dle pokynů.		
PREKONCEPTY	Kamarádství, přátelství, láska, společnost		
POMŮCKY	Internetové připojení Papíry A6 dle počtu žáků Příloha 4 – Pracovní list 7-2/promítací plátno/interaktivní tabule Mentimeter - https://www.menti.com/kebdpd4rv7 		
TEORETICKÁ VÝCHODISKA	VOLBA PARTNERA Při volbě partnera lze posuzovat mnoho různých hledisek. Mezi tato hlediska lze zahrnout například odpovědnost, finanční zajištění, zdravotní stav, etnikum, fyzickou atraktivitu, smysl pro humor. Dalšími faktory mohou být například víra a příslušnost k náboženské skupině, spolehlivost, sex, vzdělání, věrnost, povolání a společenské postavení, důvěra, hmotné zajištění, vztah ke zvířatům, či kamarádi a přátelé, se kterými se daná osoba stýká (NÚV, 2013).		

ROZPIS VÝUKOVÝCH AKTIVIT	ČAS (minuty)	AKTIVITA
	0-5	ÚVOD -pozdrav -docházka -administrativa -sdělení cílů hodiny
	5-10	MENTIMETER -žáci pomocí aplikace napíší, co pro ně znamená zamilovanost
	10-15	DISKUSE – SHRnutí -okomentování a shrnutí výsledků mentimeter
	15-25	SAMOSTATNÁ PRÁCE -každý z žáků si do sešitu napíše, jaké povahové vlastnosti by měl mít jeho budoucí partner a písemně je odůvodní-žák vybírá z předem dané nabídky, může však doplnit i jiné vlastnosti -dobrovolníci následně mohou přečíst svůj zápis -vhodné je diskusi provázat s tématem role matky a otce
	25-35	LÍSTEČKY -žáci na papírek napíší příklady vhodného a nevhodného chování páru na veřejnosti -papírky následně přeloží a vhodí do společné nádoby -poté si každý náhodně dva lístečky vytáhne, přečte nahlas, zhodnotí a vysvětlí, proč se jedná o nevhodné či vhodné chování
	35-40	ZÁPIS -žáci si do sešitu napíší, jak vhodně projevovat intimní vztahy na veřejnosti anebo v kolektivu
	40-45	ZAKONČENÍ -prostor pro dotazy -zhodnocení dosažení cílů hodiny

PRACOVNÍ LIST 7-2

MŮJ BUDOUCÍ PARTNER

Ilustrativní úloha	
Z následujících faktorů ovlivňujících volbu budoucího životního partnera vyber pět, které považuješ za nejdůležitější, a svoji volbu zdůvodni.	
nabídka faktorů ovlivňujících výběr budoucího partnera	výběr faktorů a jejich zdůvodnění
odpovědnost	1.
finanční zajištění	
zdravotní stav	
etnikum	2.
fyzická atraktivita	
smysl pro humor	
víra a příslušnost k náboženské skupině	3.
spolehlivost	
sex	
vzdělání	4.
věrnost	
povolání a společenské postavení	
důvěra	5.
hmotné zajištění (dům/byt, auto...)	
vztah ke zvířatům	
kamarádi a přátelé, se kterými se stýká	

Obrázek 1: Ilustrativní úloha – můj partner (Národní ústav pro vzdělávání, 2013, str. 7)

Zdroj: NÁRODNÍ ÚSTAV PRO VZDĚLÁVÁNÍ, 2013 [online]. Standardy pro základní vzdělávání – výchova ke zdraví, str. 7 [cit. 2022-02-04]. Dostupné z: <https://digifolio.rvp.cz/artefact/file/download.php?file=67503&view=9832>

Tento model hodiny volně navazuje na předchozí model hodiny, kde bylo zopakováno učivo probírané v šestém ročníku. Cílem hodiny je, aby byli žáci schopni rozeznat vhodné a nevhodné intimní chování na veřejnosti a v kolektivu a dále zhodnotit povahové vlastnosti partnerů k založení stabilní rodiny.

Po standardní úvodní části hodiny, kdy mají proběhnout administrativní záležitosti, pozdrav, sdělení cílů a prostor pro dotazy, je zařazena aktivita přes internetovou aplikaci mentimeter. Žáci se mají pomocí QR kódů dostat do aplikace, kde mají za úkol napsat, co pro ně znamená zamilovanost. Pro jistotu je vhodné zadat práci do dvojice, čímž by se mohlo předejít problému s absencí mobilního telefonu se schopností načtení QR kódu. V následné diskusi promítne vyučující anonymní výsledky žákům. Následuje diskuse nad popsány výroky. Žáci se mohou k jednotlivým tvrzením vyjádřit, stejně tak se může vyučující ptát. Využití internetové aplikace opět může fungovat jako motivační prostředek pro zapojení žáků.

Následně učitel žákům promítne dotazník s úkolem na téma *můj budoucí partner*. Žáci mají za úkol si do sešitu napsat 5 pro ně nejdůležitějších povahových vlastností při výběru jejich budoucích partnerů. Vybrané charakterové vlastnosti vybírají z předem dané nabídky. Každý z vybraných bodů mají za úkol písemně do sešitu odůvodnit. Následně učitel jednotlivé body přečte a nechá žáky hlasovat, kdo si daný znak vybral. Dobrovolníci následně svůj výběr znaku odůvodní a zhodnotí. Diskuse by také měla být provázána s tématem o rolích matky a otce při starání se o dítě.

Po aktivitě týkající se výběru partnera následuje aktivita zaměřená na intimní chování na veřejnosti. Žáci mají za úkol na malé papírky napsat jeden příklad vhodného chování a jeden příklad nevhodného chování páru na veřejnosti anebo v kolektivu. Své lístečky vhodí do jedné nádoby. Poté si každý z žáků náhodně vylosuje dva lístečky, jejichž výroky přečte nahlas, zhodnotí a odůvodní, proč se jedná nebo nejedná o vhodné chování párů na veřejnosti anebo v kolektivu. Ostatní mohou taktéž vyjádřit svůj názor.

V diagnostické fázi hodiny mají žáci za úkol si do sešitu napsat příklady, jak se vhodně chovat při intimním chování na veřejnosti anebo v kolektivu.

V závěru hodiny je opět v pěti minutách věnován prostor pro dotazy a ke zhodnocení cílů.

3.2.3 Početí

Tabulka 6: Model výuky, 7. ročník, 3. hodina

MODEL VÝUKY – SEXUÁLNÍ VÝCHOVA			
ROČNÍK	7.	HODINA	3/6
TÉMA HODINY	POČETÍ		
CÍLE HODINY	Kognitivní: Žák jednoduše vysvětlí průběh početí a těhotenství. Afektivní: Žák vnímá roli pohlavního styku jako akt početí. Psychomotorické: Žák vyhledává informace v textu učebnice.		
PREKONCEPTY	Ženské a mužské pohlavní orgány		
POMŮCKY	Příloha 5 - Pracovní list 7-3 Učebnice Fraus pro 7. ročník: JANOŠKOVÁ, Dagmar. Občanská výchova 7: Rodinná výchova 7 : učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia. Plzeň: Fraus, 2004. ISBN 8072383256.		
TEORETICKÁ VÝCHODISKA	Rozmnožování je akt sloužící ke vzniku nových jedinců (Janošková, 2004). Během pohlavního styku může dojít k početí. Oplození vajíčka spermií probíhá ve vejcovodech, kdy po splynutí dochází k okamžitému rýhování. Následně se oplozené vajíčko během 4-6 dnů dostává do dělohy, k jejíž stěně přiléhá. Během prvních dvou měsíců se tvoří základy orgánů a tkání. Na konci druhého měsíce se z embrya stává plod, který je vyživován a chráněn placentou (Jelínek, Zicháček, 2007). Těhotenství u člověka trvá přibližně 280 dní, pokud počítáme od prvního dne poslední menstruace. Tento počet dní tedy odpovídá 40 týdnům nebo deseti lunárním měsícům (Machová, 2002).		

ROZPIS VÝUKOVÝCH AKTIVIT	ČAS (minuty)	AKTIVITA
	0-5	ÚVOD -pozdrav -docházka -administrativa -sdělení cílů hodiny
	5-20	PRACOVNÍ LIST – CV. 1, 2 -žáci roztrídí pohlavní orgány na mužské a ženské -následuje společná kontrola -žáci popíší obrázky rozmnožovací soustavy -následuje společná kontrola
	20-25	VÝKLAD -učitel krátce popíše, co je to oplodnění a proč a jak k němu dochází
	25-30	PRACOVNÍ LIST – CV. 3 – PRÁCE S UČEBNICÍ -učitel zadá vypracovat cvičení 3 v pracovním listě -k vyplnění je určen zdroj – učebnice Fraus pro 7. ročník, strana 119 -učitel během práce žáků prochází mezi nimi a případně odpovídá na dotazy -následuje společná kontrola
	30-40	PRACOVNÍ LIST – CV. 4 – SKUPINOVÁ PRÁCE -žáci se rozdělí do menších skupin po cca 3 -snaží se odpovědět na otázky v pracovním listě -následuje společná kontrola – diskuse mezi všemi žáky
	40-45	ZAKONČENÍ -prostor pro dotazy -zhodnocení dosažení cílů hodiny

PRACOVNÍ LIST 7-3

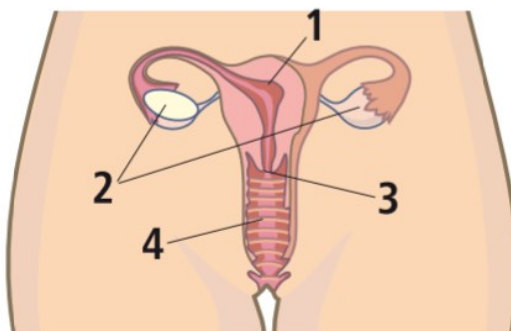
PRACOVNÍ LIST – OPLODNĚNÍ

1. Následující pojmy rozřaď do tabulky na mužské a ženské:
-varle, děloha, vaječníky, nadvarle, semenný váček, čípek, vejcovody, topořivá tělesa, pochva, prostata, chámovod, močová trubice

MUŽSKÉ POHLAVNÍ ORGÁNY	ŽENSKÉ POHLAVNÍ ORGÁNY

2. K číslům doplň názvy částí pohlavních soustav

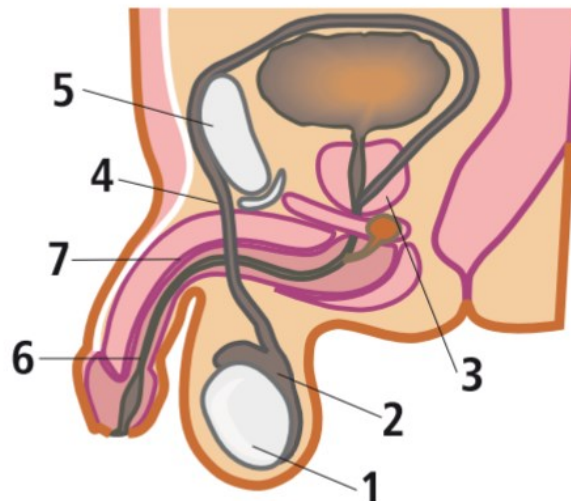
Vnitřní pohlavní orgány ženy



Obrázek 2: Vnitřní pohlavní orgány ženy

ZDROJ: JANOŠKOVÁ, Dagmar 2004. Občanská výchova 7: Rodinná výchova 7 :
učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia. Strana 117

Vnitřní pohlavní orgány muže



Obrázek 3: Vnitřní pohlavní orgány muže

ZDROJ: JANOŠKOVÁ, Dagmar, 2004. Občanská výchova 7: Rodinná výchova 7 : učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia. Strana 117

3. Pomocí učebnice doplň text – Fraus pro 7. ročník (Janošková, 2004), str. 119
OPLODNĚNÍ

Mužské pohlavní buňky se nazývají a ženské pohlavní buňky se nazývají Ta dozrávají během cyklu. je doba menstruačního cyklu, kdy může dojít k oplození samčí pohlavní buňky samičí pohlavní buňkou. Aby mohlo k oplození dojít, musí dojít k

4. SKUPINOVÁ PRÁCE – Ve skupině diskutujte nad níže uvedenými otázkami
Jak dlouho trvá těhotenství u člověka (měsíce, dny)?
Na jaké úseky lze dělit těhotenství?
Jak úspěšně končí těhotenství?
Co je to interrupce?

Cílem hodiny s názvem *Početí* je, aby se žáci naučili jednoduše vysvětlit průběh početí a proces těhotenství. Cílem hodiny také je, aby žáci vnímali pohlavní styk nejen jako formu potěšení, ale i jako akt vedoucí k početí. Cílem také je, aby byli žáci schopni vyhledávat informace v textu.

Úvodní část hodiny je v úvodních pěti minutách věnována nezbytným činnostem vztahujícím se k této části hodiny. Jsou jimi administrativní záležitosti, nezbytné sdělení cílů a prostor pro dotazy.

Model hodiny dále pokračuje motivační částí, do které jsou zahrnuta cvičení jedna a dva v pracovním listě – 7-3. Tato cvičení jsou zaměřena na pohlavní orgány muže a ženy. V prvním cvičení mají žáci za úkol rozřadit pohlavní orgány do tabulky. V druhém cvičení mají žáci vybrané pojmy přiřadit k částem obrázků. Po vypracování proběhne společná kontrola. Možné je například využití interaktivní tabule, kdy žáci přetahují pojmy na správná místa. Vhodné je alespoň promítnutí obrázků.

Po úvodních cvičeních je vymezen prostor pro expoziční část výuky, kdy dostává prostor učitel, který vede výklad o tom, co je to oplodnění, proč a jak k němu u lidí dochází. Obrázky z předchozích aktivit mohou posloužit jako opora při výkladu. Po výkladu věnuje učitel čas případným otázkám.

Ve fixační fázi následuje opět práce s pracovním listem a tentokrát i s učebnicí. Žáci mají za úkol vypracovat cvičení 3 v pracovním listě. Informace jsou dohledatelné v učebnici *Fraus* pro 7. ročník na straně 119. Učitel během samostatné práce žáků prochází mezi lavicemi a případně je nápomocen. Po stanoveném čase či ukončení práce všech žáků následuje společná kontrola textu.

Jako závěrečná aktivita je v hodině zařazena skupinová práce. Žáci se rozdělí do menších skupin, aby mohlo co nejvíce členů skupiny vyjádřit k tématům svůj názor. Úkolem je diskutovat nad otázkami v pracovním listě ve cvičení 4. Poté proběhne společné sdělení výsledků diskuse.

Posledních pět minut vyučovací hodiny je vymezených pro případné dotazy žáků a zhodnocení dosažených výchovně-vzdělávacích cílů hodiny.

3.2.4 Antikoncepce

Tabulka 7: Model výuky, 7. ročník, 4. hodina

MODEL VÝUKY – SEXUÁLNÍ VÝCHOVA			
ROČNÍK	7.	HODINA	4/6
TÉMA HODINY	ANTI-KONCEPCE		
CÍLE HODINY	Kognitivní: Žák uvede příklady antikoncepčních metod. Afektivní: Žák vnímá důležitost preventivních prohlídek. Psychomotorické: Žák diskutuje o tématu preventivních prohlídek.		
PREKONCEPTY	Ženské a mužské pohlavní orgány, pohlavní styk, oplodnění, těhotenství		
POMŮCKY	Učebnice Fraus pro 7. ročník: JANOŠKOVÁ, Dagmar. Občanská výchova 7: Rodinná výchova 7 : učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia. Plzeň: Fraus, 2004. ISBN 8072383256.		
TEORETICKÁ VÝCHODISKA	ANTI-KONCEPČNÍ METODY Antikoncepce je soubor metod a prostředků, jejichž hlavním cílem je zabránit nechtěnému početí při pohlavním styku. Antikoncepční metody lze dělit z mnoha hledisek, jedním z nich je dělení na hormonální typ antikoncepce, bariérový typ antikoncepce a na takzvanou přirozenou či přírodní antikoncepci. Do hormonální antikoncepce řadíme tablety, poševní kroužek, náplasti, injekce, nitroděložní systém. Do bariérové antikoncepce řadíme mužský kondom, ženský kondom neboli femidom, pesar, spermicidní krémy nebo globule, nitroděložní tělísko, sterilizaci, záchrannou antikoncepci. Do přirozených antikoncepčních metod řadíme přerušovanou soulož a metodu plodných a neplodných dnů (Antikoncepce, 2020).		

	PREVENTIVNÍ PROHLÍDKY Na preventivní prohlídky docházíme k praktickému lékaři – dospělí 1x za dva roky, děti od tří let ve stejném intervalu. Dále pak k zubnímu lékaři, a to jednou za půl roku. Ženy dále dochází od patnácti let jednou ročně na preventivní gynekologické vyšetření (Vyhláška č. 70/2012 Sb.)	
ROZPIS VÝUKOVÝCH AKTIVIT	ČAS (minuty)	AKTIVITA
	0-5	ÚVOD -pozdrav -docházka -administrativa -sdělení cílů hodiny
	5-15	OTÁZKY -učitel pokládá otázky, na které žáci odpovídají písemně: Jak se nazývá ženská pohlavní buňka? Jak se nazývá mužská pohlavní buňka? Jak dlouho trvá těhotenství u člověka? Na jaké úseky lze dělit těhotenství? Jak úspěšně končí těhotenství? Co je to interrupce? Jak zabránit otěhotnění? -odpovědi na poslední otázku zapisuje učitel na tabuli
	15-20	VÝKLAD -učitel vysvětlí, co je to antikoncepce a dělení jejích metod na hormonální, bariérovou a přirozenou – případně metody doplní -následně s žáky barevně dle výše zmíněného dělení metody roztrídí
	20-25	ZÁPIS -žáci si do sešitu napíší příklady antikoncepčních metod z tabule
	25-30	DISKUZE Kdo může hormonální antikoncepci předepsat?
	30-40	-žáci mají ve dvojici napsat, na jaké preventivní prohlídky člověk dochází, jak často a proč -následuje společná kontrola a případné dopsání
	40-45	ZAKONČENÍ -prostor pro dotazy -zhodnocení dosažení cílů hodiny

Čtvrtá hodina tematického celku sexuální výchovy je v sedmém ročníku připravena na téma antikoncepce. Cílem hodiny je, aby žáci byli schopni uvést příklady antikoncepčních metod. Dále je cílem hodiny, aby si žáci uvědomili důležitost preventivních prohlídek a byli schopni na toto téma diskutovat.

Úvodní část hodiny je jako vždy věnována administrativě a sdělení cílů.

Jako opakování je do motivační fáze zařazena aktivita s pokládáním otázek. Učitel pokládá výběr otázek, na které žáci odpovídají písemně na volný papír nebo zezadu do sešitu. Po všech otázkách následuje společná kontrola. Odpověď na poslední otázku zapisuje učitel na tabuli. Učitel žáky vyzve, aby jednotlivé antikoncepční metody zapsali na tabuli.

Poté učitel volně naváže výkladem o antikoncepci a o jejím dělení na hormonální a bariérovou. Následně žáky vyzve, aby sami roztřídili typy antikoncepcí na tabuli na bariérové, hormonální a přirozené. Zde může být využito například barevné kroužkování.

Po samotném roztřídění antikoncepčních metod dostanou žáci prostor pro zápis. Do sešitu si zapíší příklady antikoncepčních metod z tabule.

Po zápisu položí učitel otázku žákům, kdo může hormonální antikoncepci předepsat a kdy.

Následně mají žáci za úkol ve dvojici napsat, na jaké další prohlídky mimo gynekologických člověk dochází, jak často a proč. Výsledky své práce následně dvojice prezentují ostatním.

Závěr hodiny je věnován zhodnocení dosažení výchovně-vzdělávacích cílů a je zde také vymezen prostor pro případné dotazy žáků.

3.2.5 Pohlavně přenosné choroby – HIV

Tabulka 8: Model výuky, 7. ročník, 5. hodina

MODEL VÝUKY – SEXUÁLNÍ VÝCHOVA			
ROČNÍK	7.	HODINA	5/6
TÉMA HODINY	POHLAVNĚ PŘENOSNÉ CHOROBY – HIV		
CÍLE HODINY	Kognitivní: Žák vysvětlí, jak dochází k přenosu viru HIV. Afektivní: Žák si uvědomuje vážnost HIV viru. Psychomotorické: Žák asertivně diskutuje ve skupině na téma výhody a nevýhody antikoncepčních metod. Žák vyhledá na internetu informace o organizacích zabývajících se problematikou viru HIV.		
PREKONCEPTY	Ženské a mužské pohlavní orgány, pohlavní styk, oplodnění, choroby, preventivní prohlídky		
POMŮCKY	Příloha 6 – Pracovní list 7-5 https://learningapps.org/watch?v=p72w3kp4j22		
TEORETICKÁ VÝCHODISKA	HIV virus a AIDS HIV virus neboli virus lidské imunitní nedostatečnosti je původcem onemocnění AIDS. Nejčastěji se přenáší pohlavním stykem, dále pak injekční stříkačkou při drogové závislosti nebo perinatálně (Koliba, Weiss a kol., 2019). K přenosu viru dochází při kontaktu sliznice příjemce s tělní tekutinou nositele viru jako je krev, sperma, sliny nebo mateřské mléko (Co je to HIV/AIDS?, 24. 9. 2020). Onemocnění způsobuje ohrožení pacientů běžnými infekcemi či nádory, se kterými se zdravý jedinec téměř bezproblémově vypořádá či je ani nezaznamená (Koliba, Weiss a kol. 2019).		

	VÝHODY A NEVÝHODY ANTIKONCEPČNÍCH METOD Nevýhodou kojení jako antikoncepční metody je, že žena musí splňovat následující podmínky: od porodu neuplynulo více než šest měsíců, žena dosud nemenstruovala a dítě je téměř plně kojeno, kdy během dne není interval kojení kratší než 4 hodiny a v noci 6 hodin. Během kojení dochází k úbytku kostní hmoty matky. Pearl index kojení je u běžné uživatelky 5 (Weiss, 2010). Prerušovaná soulož je považována za nejméně spolehlivou antikoncepční metodu. Vzhledem k nespolehlivosti metody by tato možnost mělo zůstat jako nouzová, kdy nezbyvá nic jiného a jiné metody nejsou dostupné. Kondom je oproti tomu mnohem spolehlivější metodou, avšak komplikace mohou nastat při špatném nasazení či při porušení. Poskytuje i poměrnou ochranu proti přenosu pohlavních chorob. Spermicidní přípravky se jeví jako méně spolehlivé přípravky, doporučují se užívat spíše jako doplňkové k jiným metodám. Dále se také doporučují spíše pro zkušenější uživatele. Nitroděložní tělíska jsou z ekonomického hlediska výhodné, nemusí se myslet na pravidelné užívání, jako například u pilulek. Nevýhodou je menší spolehlivost, nechrání před mimoděložním těhotenstvím a u žen se častěji vyskytují záněty. Hormonální antikoncepční metody jsou vysoce spolehlivé při pravidelném užívání. Nevýhodou je právě nepravidelné užívání, při kterém účinnost klesá. V přípravcích se užívají umělé hormony, což přináší řadu problémů. Mezi další nevýhody lze řadit snížení libida, psychickou nerovnováhu, bolesti hlavy, nauzeu, přibývání na váze a další (Barták, 2006).
--	---

ROZPIS VÝUKOVÝCH AKTIVIT	ČAS (minuty)	AKTIVITA
	0-5	ÚVOD -pozdrav -docházka -administrativa -sdělení cílů hodiny
	5-10	LEARNING APPS -žáci společně roztřídí antikoncepční metody https://learningapps.org/watch?v=p72w3kp4j22
	10-15	BRAINSTORMING -žáci diskutují, jaké jsou výhody a nevýhody daných skupin antikoncepčních metod -zároveň probíhá zápis na tabuli -končit by se mělo metodami, které zabráňují přenosu pohlavních chorob
	15-30	VIDEO -pracovní list 7-5 -žáci doplňují text dle videa: https://www.youtube.com/watch?v=IGVvMIEEipo&t=23s (0-3:04 min. a 3:47-8:37 min.) (Otevřená věda, 2021) -následuje společná kontrola
	30-40	VYHLEDÁVÁNÍ NA INTERNETU -žáci mají za úkol na internetu vyhledat stránky nebo organizace zabývající se problematikou HIV a AIDS a zjistit, co poskytují
	40-45	ZAKONČENÍ -prostor pro dotazy -zhodnocení dosažení cílů hodiny

PRACOVNÍ LIST 7-5

Onemocnění, které vede ke ztrátě imunity	
Virus způsobující nemoc AIDS	
Projevuje se AIDS vždy okamžitě?	
Čím se může přenášet?	
Jak se může přenášet?	
Jak se můžeme chránit?	
Dá se HIV/AIDS vyléčit?	

Onemocnění, které vede ke ztrátě imunity	-AIDS
Virus způsobující nemoc AIDS	-HIV
Projevuje se AIDS vždy okamžitě?	-ne
Čím se může přenášet?	-tělními tekutinami: krev, sperma, vaginální sekret, mateřské mléko
Jak se může přenášet?	-kontaktem tělních tekutin se sliznicí: nechráněným pohlavním stykem, z matky na dítě, sdílením nesterilních jehel
Jak se můžeme chránit?	-užití prezervativu při náhodném sexu -sexuální věrnost -užívání sterilních lékařských materiálů -při podezření se nechat testovat
Dá se HIV/AIDS vyléčit?	-nedá

Pátá vyučovací hodina sexuální výchovy má název *Sexuálně přenosné choroby* se zaměřením na HIV. Cílem hodiny je, aby žáci uměli vysvětlit cestu přenosu viru HIV a aby si uvědomovali závažnost tohoto viru. Cílem také je, aby byli žáci schopni diskutovat o výhodách a nevýhodách antikoncepčních metod, jelikož toto téma úzce souvisí s pohlavně přenosnými chorobami.

Úvodní část hodiny je věnována administrativním záležitostem a je zde také možnost položení dotazů vyučujcímu.

Jako první metoda je v motivační fázi hodiny do modelu zařazena aktivita na rozřazování druhů antikoncepce. Úloha může být zadána přes aplikaci learning apps. Úkolem žáků je rozřadit antikoncepční metody na bariérové, hormonální a přirozené. Aktivita může být zadána jak jednotlivě prostřednictvím mobilních telefonů, nebo společně přes interaktivní tabuli. V případě absence technologie k online zadávání je možné mít připravené pojmy v tištěné formě a třídit je buď na tabuli, nebo do skupinek na lavicích či na zemi.

Po rozřídění antikoncepčních metod je v modelu hodiny připravena metoda brainstormingu. Zde je úkolem žáků diskutovat a dohodnout se na výhodách a nevýhodách daných antikoncepčních metod. Vhodné je si zvolit například zapisovatele, který bude výsledky práce zapisovat na tabuli. Jedním z pozitiv by také mělo být zabránění přenosu pohlavních chorob včetně HIV viru. Případně tuto položku učitel doplní.

Po brainstormingu následuje video s pracovním listem. Učitel rozdá žákům vytištěné tabulky s předem zadanými otázkami. Nechá žákům prostor pro pročtení a v mezech připraví video. Před spuštěním videa se učitel žáků zeptá, zdali rozumí všem bodům v tabulce, případné dotazy zodpoví. Následně pustí video ve dvou úsecích, a to 0-3:04 a 3:47-8:37. Po zhlédnutí videa následuje společná kontrola otázek vázajících se k videu.

Po ukončené kontrole následuje samostatná práce studentů. Cílem aktivity je, aby žáci na internetu dohledali stránky nebo organizace, které se zabývají problematikou HIV a AIDS, konkrétně poskytují informace o prevenci a samotné nemoci, případně informace pro blízké osoby nakažených HIV virem. Následně si žáci sdělí, kdo jaké stránky našel a co na nich může najít. Učitel případně doplní informace o stránkách doporučovaných Ministerstvem

školský, mládeže a tělovýchovy České republiky (2. 4. 2010), kterými jsou www.aids-pomoc.cz, www.aids-hiv.cz, Linka AIDS pomoci.

Po vyhledávání na internetu a sdělení výsledků práce dojde ke zhodnocení cílů hodiny a je dán prostor pro případné dotazy, čímž také dojde k ukončení hodiny.

3.2.6 Já dospívám

Tabulka 9: Model výuky, 7. ročník, 6. hodina

MODEL VÝUKY – SEXUÁLNÍ VÝCHOVA			
ROČNÍK	7.	HODINA	6/6
TÉMA HODINY	JÁ DOSPÍVÁM		
CÍLE HODINY	Afektivní: Žák zhodnotí sám sebe v procesu dospívání.		
PREKONCEPTY	Muž, žena, dospívání, já		
POMŮCKY	Papírky na anonymní otázky Miska		
ROZPIS VÝUKOVÝCH AKTIVIT	ČAS (minuty)	AKTIVITA	
	0-5	ÚVOD -pozdrav -docházka -administrativa -sdělení cílů hodiny	
	5-10	OPAKOVÁNÍ -učitel zopakuje témata minulých hodin sexuální výchovy -vyzve žáky, aby v hlavě zhodnotili sami sebe v procesu dospívání	
	10-30	ANONYMNÍ OTÁZKY -žáci anonymně napíší na volné papírky své otázky týkající se sexuální výchovy a sebe samých v procesu dospívání – 1 papírek 1 otázka -přehnuté papírky následně vhodí do společné misky -poté, co všichni vhodí své otázky do misky, se obsah promíchá a každý si vylosuje jednu otázku -postupně se otázky přečtou a žáci se na ně snaží odpovědět	
	30-40	DOPIS O MNĚ -žáci napíší dopis sami sobě o sobě, o svém procesu dospívání a o tom, jak se cítí	
	40-45	ZAKONČENÍ -prostor pro dotazy -zhodnocení dosažení cílů hodiny	

Závěrečná hodina v sedmém ročníku je nazvána *Já dospívám*. Hodina je shrnující, má za cíl zhodnotit osobu žáka během dospívání. Zároveň zde žáci dostanou prostor pro otázky v oblasti sexuální výchovy a sebe samých v procesu dospívání.

Úvodní část hodiny je v prvních pěti minutách věnována administrativě, cílům hodiny a prostoru pro dotazy.

Dále učitel žákům zopakuje témata, která se probírala v minulých hodinách sexuální výchovy. Dále je požádá, aby se pohodlně usadili, zavřeli oči a sami si v hlavě zhodnotili sebe samotné v procesu dospívání. Po vymezeném čase žáky vyzve, aby na volné papírky anonymně napsali případné otázky, které je během předchozí aktivity napadly. Otázky se mohou také týkat jakéhokoliv tématu z probrané sexuální výchovy. Učitel zdůrazní, že otázky jsou anonymní. Anonymitou otázek se má docílit otevřenosti a upustit od případného studu. Na jeden papírek je možné napsat pouze jednu otázku. Přehnuté papírky se posléze vhodí do společné misky a promíchají se. Poté si každý náhodně vylosuje papírek a postupně jeden po druhém otázku přečtou a zároveň na ni odpoví. Ostatní mohou tvrzení doplňovat, případně přidávat další otázky, které je napadnou.

V závěru hodiny je vymezena aktivita pro volné psaní. Žáci mají za úkol napsat dopis sami sobě o sobě, o svém procesu dospívání, o tom, jak se cítí, co prožívají, čeho se případně bojí, z čeho mají strach a na co se těší. Dopis může učitel uschovat a v následujícím ročníku žákům rozdat a nechat je porovnat v té době s aktuálním.

Posledních pět minut modelu výuky je klasicky věnováno případným dotazům a také zhodnocení cílů.

3.3 Osmý ročník

V osmém ročníku vybrané analyzované školy je sexuální výchově vymezen značně velký prostor. Učivo tohoto tématu je celkově rozděleno do dvanácti rozsáhlých bodů. Dále je také učivo definováno třinácti očekávanými výstupy. Za očekávaný výstup učiva o dospívání je určeno, že žáci mají být schopni vysvětlit celkové změny jedince při dospívání a tyto změny respektovat. Dále by žáci měli na změny během dospívání kultivovaně reagovat a slušně se chovat k opačnému pohlaví. Učivo o dospívání je navazující na učivo stejného tématu z nižších ročníků a lze zde tedy pozorovat spirálovitost učiva. Dále je v osmém ročníku definováno učivo o předčasné sexuální zkušenosti. Žáci by měli být schopni uvést důvody pro odložení pohlavního života do doby plné zralosti. Učivo také navazuje na učivo z nižších ročníků ve vědomostech o početí a těhotenství a tentokrát je tato tematika rozšířena o znalosti týkající se porodu. Žáci by měli být schopni vysvětlit podstatu početí, vývoj plodu a průběh porodu. Dále by také měli být schopni vysvětlit potřeby matky v těhotenství a po porodu a taktéž potřeby narozeného dítěte. V sexuální výchově je taktéž vymezen prostor odborné pomoci. Žáci by měli být schopni rozlišit způsoby ochrany proti nechtěnému početí a posoudit vhodnost použití jednotlivých metod. Dále by měli být schopni vysvětlit rizika nechráněného sexu a střídání partnerů. Mezi očekávanými výstupy také je, že by žáci měli popsat nejčastější pohlavně přenosné choroby, vysvětlit cesty jejich přenosu a jak se před nimi chránit. Dále by se žáci měli v hodinách naučit odhadnout rozdílné sexuální chování jednotlivců a také míru projevu jejich intimních záležitostí. Učivo je taktéž věnováno sexualitě ve vztahu s vírou, médií a zákonem. Žáci by se měli naučit respektovat odlišné přístupy k sexualitě ovlivněné kulturami a případně vírou. Dále by měli být schopni posoudit vhodnost sexuality v médiích. Během výuky by se také měli zorientovat v právní problematice ve spojitosti se sexualitou (ŠVP ZV, 2013).

3.3.1 Dospívání – změny organismu

Tabulka 10: Model výuky, 8. ročník, 1. hodina

MODEL VÝUKY – SEXUÁLNÍ VÝCHOVA			
ROČNÍK	8.	HODINA	1.
TÉMA HODINY	DOSPÍVÁNÍ – ZMĚNY ORGANISMU		
CÍLE HODINY	Kognitivní: Žák vysvětlí celkové změny jedince při dospívání. Afektivní: Žák respektuje celkové změny jedince při dospívání. Psychomotorické: Žák se kultivovaně chová k opačnému pohlaví.		
PREKONCEPTY	Muž, žena, dospívání, vývin		
POMŮCKY	Křídly/fixy na tabuli, případně velký papír a tužky		
TEORETICKÁ VÝCHODISKA	Mimo tělesných změn dochází v procesu dospívání také ke změnám psychickým. Do těchto aspektů lze zahrnout hledání vlastního já, období negativismu a období vzdorů vůči autoritám jako jsou učitelé a rodiče. S tím také souvisí snaha vymanit se z rodinného vlivu a nahradit ho vlivem vrstevnickým. Dále dochází ke změnám kvality a způsobu myšlení. Významné jsou změny v citové oblasti a prožívání, počínají zde zájmy o jedince druhého pohlaví. V období dospívání se jedinec začíná rozhodovat sám o sobě a o svém zaměření (Janošková, Ondráčková, Čechilová, 2009).		
ROZPIS VÝUKOVÝCH AKTIVIT	ČAS (minuty)	AKTIVITA	
	0-5	ÚVOD -pozdrav -docházka -administrativa -sdělení cílů hodiny	
	5-15	SPOLEČNÉ KRESLENÍ -třída se rozdělí na chlapce a dívky, v případě nerovnosti se rozdělí na poloviny -skupina má za úkol nakreslit změny v dospívání u dívky/chlapce, obrázek lze i slovně popsat -každá skupina kreslí na jedno křídlo tabule -poté svou práci představí ostatním, kteří ji mohou případně doplnit	

	15-40	DIVADLO -žáci se rozdělí do skupinek po 3 -úkolem je zinscenovat ukázkou slušného chování v různých situacích – každá skupina dostane za úkol vymyslet scénku, kde bude někdo konfrontován ostatními za některý ze znaků dospívání – ve scénce bude vždy někdo, kdo by se zachoval správně -následně skupinka po skupince předvede svou inscenaci
	40-45	ZAKONČENÍ -prostor pro dotazy -zhodnocení dosažení cílů hodiny

První hodina v osmém ročníku je nazvána *Dospívání – změny organismu*. Cílem hodiny je, aby byli žáci schopni vysvětlit celkové změny jedince při dospívání a aby byli schopni tyto změny respektovat. Dále je cílem hodiny, aby se žáci naučili kultivovaně chovat k opačnému pohlaví.

Úvodní část hodiny je v prvních pěti minutách věnována administrativě, cílům hodiny a je zde také vymezen prostor pro dotazy.

Dále hodina navazuje na aktivitu zabývající se tématem hodiny – dospívání. Žáci se rozdělí na dvě skupiny dle pohlaví. V případě nerovnosti je lepší roztrždit skupiny na poloviny nezávisle na pohlaví. Úkolem skupiny bude nakreslit postavu, na které jsou zřejmé znaky dospívání. Obrázek lze i slovně popsat. Vhodné by bylo pro každou skupinu vymezit jedno křídlo tabule. Následně každá skupina představí svůj výtvar v ostatním včetně okomentování. Aktivita má motivační potenciál. Jedná se o aktivitu, u které lze předpokládat zvýšenou aktivitu žáků, která má ovšem za cíl vyšší zapojení žáků.

Následně je v modelu hodiny zařazena aktivita hraní scén – divadlo. Žáci se rozdělí do skupin po 3. Úkolem každé skupiny bude připravit krátkou scénku, kde bude jedna osoba slovně atakována druhou za některý ze znaků dospívání (například za tělesnou kompozici či akné). Další osoba bude hrát aktéra, který se atakované osoby zastane. Důležité je, aby ve scénkách žáci prezentovali slušné chování v daných situacích a zastání se případně slabšího. Dále je také cílem trénovat asertivní chování. Scénky se následně představí ostatním, kteří je poté zhodnotí a případně doplní.

V závěru hodiny je vymezen čas pro dotazy a na zhodnocení cílů.

3.3.2 Předčasná sexuální zkušenost

Tabulka 11: Model výuky, 8. ročník, 2. hodina

MODEL VÝUKY – SEXUÁLNÍ VÝCHOVA			
ROČNÍK	8.	HODINA	2.
TÉMA HODINY	PŘEDČASNÁ SEXUÁLNÍ ZKUŠENOST		
CÍLE HODINY	Kognitivní: Žák uvede důvody pro odložení pohlavního života do plné dospělosti. Žák se orientuje v základní právní problematice ve spojitosti s pohlavním stykem. Afektivní: Žák respektuje názory ostatních. Psychomotorické: Žák pracuje ve skupině dle zadání.		
PREKONCEPTY	Muž, žena, dospívání, početí, trestný čin		
POMŮCKY	Papíry na skupinovou práci a na test		
TEORETICKÁ VÝCHODISKA	DŮVODY PRO ODLOŽENÍ POHLAVNÍHO ŽIVOTA DO DOBY PLNÉ DOSPĚLOSTI První pohlavní styk je pro člověka významným okamžikem. Tento akt může ovlivnit prožívání sexuality jedince na dlouhou dobu. Měl by být danou osobou pozitivně přijímán, bez pocitů viny, lítosti a podobných negativních emocí. První pohlavní styk by neměl být uskutečněn kvůli zvědavosti či tlaku okolí jako jsou vrstevníci nebo média. Aktéři by měli být na pohlavní styk dostatečně emocionálně vyspělí. Měli by si uvědomovat, že pohlavní styk je projevem a součástí hlubokého citového vztahu (Šilerová, 2003). Důvodem odložení pohlavního života do plné dospělosti je také nezralost tkání vnitřních pohlavních orgánů a stejně tak není zcela dovyvinuta imunitní zralost. Vzhledem k dozrávání pohlavních orgánů během dospívání je žádoucí, aby tento jev nebyl narušován škodlivými vlivy (Machová, Hamanová, 2002).		
ROZPIS VÝUKOVÝCH AKTIVIT	ČAS (minuty)	AKTIVITA	
	0-5	ÚVOD -pozdrav, docházka -administrativa -sdělení cílů hodiny	

	5-15	QUICK TEST -žáci odpovídají na otázky učitele písemně na papír -Od jakého věku může mít člověk sex? -Proč mít sex? -Kdy může žena počít dítě? -následně si odpovědi všichni společně projdou a diskutují nad nimi
	15-30	SKUPINOVÁ PRÁCE -žáci ve skupině diskutují nad důvody odložení pohlavního života do plné zralosti – kdy mít první pohlavní styk -následně výsledky své práce představí ostatním
	30-40	ZÁPIS -po diskusi žáci napíší 3 nejdůležitější body, proč odložit pohlavní život do plné zralosti -zápis může být do sešitu nebo na volný papír, který učitel následně zkontroluje
	40-45	ZAKONČENÍ -prostor pro dotazy

Hodina s názvem *Předčasná sexuální zkušenost* má za cíl, aby byli žáci schopni uvést důvody pro odložení pohlavního života do plné dospělosti. Dále by po této hodině měli být schopni se orientovat v základní právní problematice ve spojitosti s pohlavním stykem. Afektivním cílem je, že žáci respektují názory ostatních. Na tento cíl také navazuje schopnost žáků pracovat ve skupině.

Úvodních pět minut hodiny je vyčleněných pro pozdrav, docházku, další administrativu, a hlavně sdělení cílů hodiny.

Hodina s tematikou *předčasná sexuální zkušenost* je zahájena aktivitou nazvanou quick test. Žáci mají za úkol nejlépe písemně na papír nebo zezadu do sešitu odpovědět na otázky, které učitel zadá. Následně si společně všichni projdou své odpovědi a diskutují nad nimi. Aktivita má napomoci žákům při skupinové práci.

Následuje aktivita, při které budou žáci rozděleni do skupin. Úkolem každé skupiny bude diskutovat a sepsat důvody, proč by měl člověk odložit sexuální život do doby plné zralosti. Následně po daném čase jednotlivé skupiny představí výsledky své diskuse. Ostatní mohou na jednotlivé podněty reagovat. Stejně tak může dané výroky rozvíjet i učitel.

Po skupinové práci ukončené diskusí budou mít žáci za úkol napsat si 3 nejdůležitější body z diskuse do sešitu nebo na volný papír jako zápis. Tato aktivita má diagnostikovat, co si žáci z hodiny odnáší. Tuto aktivitu lze tedy využít ke zhodnocení cílů hodiny.

Závěrečných pět minut výuky je věnováno zakončení vyučování. V tomto čase je vymezen prostor pro dotazy.

3.3.3 Početí, těhotenství, porod

Tabulka 12: Model výuky, 8. ročník, 3. hodina

MODEL VÝUKY – SEXUÁLNÍ VÝCHOVA			
ROČNÍK	8.	HODINA	3.
TÉMA HODINY	POČETÍ, TĚHOTENSTVÍ, POROD		
CÍLE HODINY	Kognitivní: Žák vysvětlí podstatu početí, popíše vývoj plodu a průběh porodu. Žák vysvětlí potřeby matky během těhotenství a po porodu a uvede potřeby narozeného dítěte. Afektivní: Žák vnímá podstatu početí. Psychomotorické: Žák pracuje dle zadání učitele.		
PREKONCEPTY	Muž, žena, dospívání, početí, těhotenství, ženské a mužské pohlavní orgány, rozmnožovací soustava		
POMŮCKY	Příloha 7 - Pracovní list 8-3 https://learningapps.org/watch?v=pfbgco3ha22 https://learningapps.org/watch?v=pup76ja5v22		
TEORETICKÁ VÝCHODISKA	VÝVOJ PLODU Období od oplození vajíčka končící porodem nazýváme období prenatalní. Po splynutí buněk dochází k okamžitému rýhování. Během prvních osmi týdnů se utvoří základ pro orgány a tkáně. Do osmého týdne těhotenství nazýváme zárodek embryem, od devátého týdne plodem. V tomto období až do porodu se již vzniklé orgány zvětšují, vyvíjejí a postupně se zapojují do funkce. Plod je chráněn		

	plodovými obaly s plodovou vodou. Běžně je plod uložen v poloze hřbetní stranou obrácen vlevo dopředu, ke konci těhotenství zaujímá polohu hlavou dolů (Machová, 2002). POROD Porod lze rozlišit do čtyř fází. V první fázi dochází k pravidelným kontrakcím a odtoku plodové vody, Ve druhé fázi dochází k samotnému porodu dítěte. Za třetí fázi je označován porod placenty. Za čtvrtou fázi pak stahování dělohy (Vaněčková, 2007). Někteří autoři, jako například Machová (2002), uvádějí fáze porodu pouze tři, kdy není započítáváno jako fáze porodu stahování dělohy. POTŘEBY NOVOROZENCE A MATKY Během těhotenství by se matka měla vyvarovat negativních vlivů, mezi které můžeme řadit kouření, požívání alkoholu a drog. Dále by se měla žena vyvarovat nadměrné fyzické zátěže. Stejně tak by tato pravidla měla platit i po porodu. Dítě se po porodu adaptuje na vnější podmínky. Do funkce se dostávají orgány, jejichž postavení doposud zastávala placenta. Novorozenec potřebuje péči, jelikož se nedokáže sám o sebe postarat (Machová, 2002).	
ROZPIS VÝUKOVÝCH AKTIVIT	ČAS (minuty)	AKTIVITA
	0-5	ÚVOD -pozdrav -docházka -administrativa -sdělení cílů hodiny
	5-15	LEARNING APPS -žáci společně nebo každý zvlášť (lze využít QR kódů) vyplní doplňování popisu pohlavních orgánů muže a ženy https://learningapps.org/watch?v=pfbgco3ha22 https://learningapps.org/watch?v=pup76ja5v22
	15-20	OPRAVA CHYB V TEXTU -pracovní list 8-3 -žáci mají za úkol najít a opravit chyby v textu -následuje společná kontrola
	20-40	POTŘEBY MATKY A DÍTĚTE -žáci si rozdělí stránku v sešitě napůl – na jednu část píšou potřeby matky během a po těhotenství a na druhou píšou potřeby dítěte -následuje diskuse a doplnění
	40-45	ZAKONČENÍ -prostor pro dotazy -zhodnocení dosažení cílů hodiny

PRACOVNÍ LIST 8-3

NAJDI A OPRAV CHYBY V TEXTU – ZADÁNÍ S CHYBAMI

Bílek je ženská pohlavní buňka a žloutek je mužská pohlavní buňka. Vznik a vývoj života začíná oplozením vajíčka spermií. Plod je v děloze 400 týdnů, což je asi 360 dní. Od 12. týdne je plod vyživován a chráněn plachetkou. Těhotenství končí porodem, který má celkem 4 fáze. Nejprve dojde ke stahům a odtoku odpadní vody, poté k porodu dítěte, následně k porodu placenty a v poslední fázi dochází ke stahování vaječníků. Za předčasný porod označujeme porod před 42. týdnem.

Zdroj: VANĚČKOVÁ, Ivana. Přírodopis 8: pro základní školy a víceletá gymnázia. Plzeň: Fraus, 2007. ISBN 8072384287.

NAJDI A OPRAV CHYBY V TEXTU – VYZNAČENÉ CHYBY

~~Bílek~~ **Vajíčko** je ženská pohlavní buňka a ~~žloutek~~ **spermie** je mužská pohlavní buňka. Vznik a vývoj života začíná oplozením vajíčka spermií. Plod je v děloze ~~400~~ týdnů, což je asi ~~360~~ **280** dní. Od 12. týdne je plod vyživován a chráněn ~~plachetkou~~ **placentou**. Těhotenství končí porodem, který má celkem 4 fáze. Nejprve dojde ke stahům a odtoku ~~odpadní~~ **plodové** vody, poté k porodu dítěte, následně k porodu placenty a v poslední fázi dochází ke stahování ~~vaječníků~~ **dělohy**. Za předčasný porod označujeme porod před ~~42.~~ **38.** týdnem.

Zdroj: VANĚČKOVÁ, Ivana. Přírodopis 8: pro základní školy a víceletá gymnázia. Plzeň: Fraus

NAJDI A OPRAV CHYBY V TEXTU – TEXT BEZ CHYB

Vajíčko je ženská pohlavní buňka a spermie je mužská pohlavní buňka. Vznik a vývoj života začíná oplozením vajíčka spermií. Plod je v děloze 40 týdnů, což je asi 280 dní. Od 12. týdne je plod vyživován a chráněn placentou. Těhotenství končí porodem, který má celkem 4 fáze. Nejprve dojde ke stahům a odtoku plodové vody, poté k porodu dítěte, následně k porodu placenty a v poslední fázi dochází ke stahování dělohy. Za předčasný porod označujeme porod před 38. týdnem.

Zdroj: VANĚČKOVÁ, Ivana. Přírodopis 8: pro základní školy a víceletá gymnázia. Plzeň: Fraus, 2007. ISBN 8072384287.

Třetí hodina sexuální výchovy v osmém ročníku je opět navazující na hodiny z nižších ročníků. Má zde být hlouběji rozvedeno učivo o početí, těhotenství a nově i o porodu. Cílem hodiny je, aby žáci uměli vysvětlit podstatu početí, popsat vývoj plodu a průběh porodu. Dále by žáci měli být schopni vysvětlit potřeby matky během těhotenství a po porodu a uvést potřeby narozeného dítěte. Během vyučovací hodiny by žáci měli vnímat podstatu početí a měli by být schopni pracovat dle zadání učitele.

V hodině s názvem *Početí, porod a těhotenství* je prvních pět minut výuky věnováno základním činnostem hodiny, do kterých můžeme zařadit pozdrav, docházku, další administrativní záležitosti a také sdělení cílů hodiny.

První aktivitou, která je zařazena do motivační fáze hodiny, je interaktivní hra v aplikaci learning apps. Aktivita je zaměřena na zopakování částí pohlavních soustav muže a ženy. Žáci mohou pracovat samostatně přes počítač nebo telefon, případně může být doplňování vypracováno žáky společně na tabuli. Aktivita má motivovat žáky k další práci v hodině.

Po úvodní aktivitě následuje práce s textem. Úkolem žáků je v pracovním listě 8-3 opravit chyby v textu. Jako podporu lze využít učebnici přírodopisu pro osmý ročník (Vaněčková, 2007) strany 108 až 110. Po vypracování všemi žáky následuje společná kontrola. Text je následně možné využít jako zápis a vlepít si ho do sešitu.

V dalších přibližně dvaceti minutách budou žáci pracovat samostatně. Úkolem každého z nich je si rozdělit stránku v sešitě vertikálně na dvě poloviny. Na jednu polovinu mají psát potřeby matky během těhotenství a po porodu. Na druhou polovinu mají žáci za úkol napsat potřeby narozeného dítěte. Následně po jednom všichni své poznámky přečtou a případně je okomentují. Komentovat mohou také ostatní, kteří si mohou případné body dopisovat do sešitů.

V závěru hodiny je vymezen v pěti minutách prostor pro případné dotazy a také je zde vymezen čas pro sdělení zhodnocení dosažení cílů hodiny.

3.3.4 Antikoncepční metody

Tabulka 13: Model výuky, 8. ročník, 4. hodina

MODEL VÝUKY – SEXUÁLNÍ VÝCHOVA			
ROČNÍK	8.	HODINA	4.
TÉMA HODINY	ANTI-KONCEPČNÍ METODY		
CÍLE HODINY	Kognitivní: Žák rozliší způsoby ochrany proti nechtěnému početí a vhodnost jejich použití. Žák vysvětlí rizika nechráněného pohlavního styku. Afektivní: Žák vnímá důležitost chráněného pohlavního styku. Psychomotorické: Žák asertivně prosazuje své názory.		
PREKONCEPTY	Muž, žena, dospívání, početí, těhotenství, ženské a mužské pohlavní orgány, pohlavní styk, pohlavně přenosné choroby		
POMŮCKY	Papíry do skupin Mentimeter QR kód/ odkaz - https://www.menti.com/yfrck1u4f8 , případně tabuli, kam žáci zapisují 		
TEORETICKÁ VÝCHODISKA	ANTI-KONCEPČNÍ METODY Viz teoretická východiska modelu výuky pro 7. ročník, 5. hodina.		
ROZPIS VÝUKOVÝCH AKTIVIT	ČAS (minuty)	AKTIVITA	
	0-5	ÚVOD -pozdrav -docházka -administrativa -sdělení cílů hodiny	

	5-10	MENTIMETER -žáci pomocí aplikace mentimeter odpovídají, jaké jsou způsoby ochrany proti nechtěnému početí
	10-40	SKUPINOVÁ PRÁCE -žáci se rozdělí do menších skupin, skupiny lze rozdělit dle počtu metod zabráňujících nechtěnému početí -každá skupina následně dostane přiřazenu jednu z metod -úkolem skupiny je vytvořit kampaň za prosazení jejich metody -následně všechny své skupiny prezentují svou práci -ostatní mohou na projekty reagovat, snaží se asertivně prosazovat své metody a ostatní atakovat
	40-45	ZAKONČENÍ -prostor pro dotazy -zhodnocení dosažení cílů hodiny

Hodina v osmém ročníku se zaměřením na antikoncepční metody má za cíl, aby byli žáci schopni rozlišit způsoby ochrany proti nechtěnému početí a aby byli schopni posoudit vhodnost použití jednotlivých antikoncepčních metod. Dále by žáci po dané vyučovací hodině měli být schopni vysvětlit rizika nechráněného pohlavního styku a vnímat důležitost chráněného pohlavního styku. Cílem hodiny také je, aby žáci asertivně prosazovali své názory.

V úvodní části hodiny je vymezen čas pro pozdrav, kontrolu docházky, administrativní záležitosti. Nedílnou součástí je taktéž sdělení cílů hodiny.

V motivační části hodiny je zařazena aktivita, kterou lze zadat přes aplikaci mentimeter, v případě nedostatečného vybavení je možné zapisovat výsledky na tabuli. Úkolem žáků je napsat metody, jak zabránit nechtěnému početí. Po vyjádření všech je dobré výsledky prodiskutovat a případně doplnit.

Poté následuje skupinová práce. Žáci jsou rozděleni do tolika skupin, kolik je uvedeno metod na zabránění nechtěnému početí. Úkolem každé skupiny je vymyslet program, kterým by ostatní přemluvili v tom, že jejich metoda je nejlepší. Při následné prezentaci je samozřejmostí komentování ostatních, přičemž se ostatní snaží narážet na nedostatky případných metod. Tato aktivita cílí na asertivní prosazování názorů, proto je nutné se zaměřit i na tento aspekt diskuse. Diskuse by měly být klidné, věcné, asertivně vedené, bez urážek.

Zakončení hodiny je věnované prostoru pro dotazy a také zhodnocení dosažení cílů hodiny.

Závěr

Tato diplomová práce byla věnována tématu plánování učiva ve výchově ke zdraví. Práce je členěna na část teoretickou, praktickou a didaktický výstup.

Teoretická část diplomové práce se věnuje vymezení samotného vzdělávacího oboru výchova ke zdraví, konkrétně je zaměřena na učivo vybraného vzdělávacího oboru a na cíle vybraného vzdělávacího oboru. Dále je teoretická část zaměřena na metody a motivaci ve výuce a na hodnocení ve výchově ke zdraví. Nedílnou součástí práce jsou informace týkající se implementace učiva do školní reality a také informace o didaktických zásadách.

Praktická část práce zahrnuje analýzu školního vzdělávacího programu vybrané školy nacházející se ve Středočeském kraji. Bližší identifikační informace školy jsou ovšem anonymizovány. Analýza je zaměřena na aktuálnost daného dokumentu, konkrétně na začlenění učiva výchovy ke zdraví do volitelných předmětů a na aktuálnost učiva výchovy ke zdraví. Výsledky analýzy ukazují, že škola neposkytuje žákům žádný volitelný předmět zaměřený konkrétně na výchovu ke zdraví. Ve dvou volitelných předmětech ovšem můžeme nalézt alespoň malé propojení se vzdělávacím oborem výchova ke zdraví. Konkrétními volitelnými předměty, jejichž obsah se alespoň částečně prolíná s výchovou ke zdraví, jsou dramatická výchova a mediální výchova. Během analýzy bylo také zjištěno, že školní vzdělávací program analyzované školy je neaktuální a obsahuje mnoho chyb. Dále analýza prokázala, že ve sledovaném školním vzdělávacím programu můžeme shledat absenci učiva výchovy ke zdraví, konkrétně učiva týkajícího se učiva o vztazích a pravidlech soužití ve škole, vrstevnických skupinách, obcích a spolcích. Dále zde není zařazeno učivo týkající se sexuality jako součásti formování osobnosti, učivo o poruchách pohlavní identity, učivo o působení sekt a o programech na podporu zdraví.

Do praktické části je také zahrnuto pozorování a rozhovory, jejichž cílem bylo objasnit, zdali jsou učitelé výchovy ke zdraví seznámeni s její koncepcí a jaký je aktuální stav výuky výchovy ke zdraví. Výzkumné šetření prokázalo, že učitelé spíše nejsou seznámeni s koncepcí výchovy ke zdraví. Dále bylo prokázáno, že během výuky výchovy ke zdraví nejsou dodržovány fáze hodiny a taktéž neprobíhá práce s výchovně-vzdělávacími cíli.

Didaktický výstup je tvořen dvanácti modely vyučovacích hodin na tematický celek sexuální výchovy. Modely zohledňují věk žáků, dodržují základní didaktické požadavky, fáze hodiny a práci s cíli. Jsou vytvořeny ze zdrojů, kterými škola disponuje, a dále z volně dostupných zdrojů. Modely jsou uvedeny se zapracovanými úpravami, které proběhly po jejich vyzkoušení v praxi, tudíž jsou prakticky využitelné do běžné praxe.

Cílem diplomové práce bylo na základě analýzy školního vzdělávacího programu, rozhovorů s učiteli výchovy ke zdraví a pozorování vybraných hodin výchovy ke zdraví navrhnout modelové zpracování vybraného tematického celku výchovy ke zdraví pro druhý stupeň sledované školy. Modelové zpracování vyučovacích hodin je vhodné k praktickému využití v praxi a mělo by učitelům na vybrané základní škole usnadnit práci s předmětem výchova ke zdraví. Cíl diplomové práce byl tedy splněn.

Seznam použitých informačních zdrojů

ANTIKONCEPCE, 2020. Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovu, [online]. Společnost pro plánování rodiny a sexuální výchovu, z. s. – Czech Family Planning Association, [cit. 2022-03-23]. Dostupné z: <https://www.planovanirodiny.cz/antikoncepce>

BARTÁK, Alexandr, 2006. Antikoncepce: druhy antikoncepce, hormony, když všechno selže. Praha: Grada. ISBN 80-247-1351-9.

Co je to HIV/AIDS? 24. 9. 2020. HIV prevence [online]. Česká společnost AIDS pomoc, © 2014, [cit. 2022-03-23]. Dostupné z: <https://www.hiv-prevence.cz/co-je-hiv-aids.html>

CHARALAMBIDIS, Alexandros, 2005. Manuál pro tvorbu školních vzdělávacích programů v základním vzdělávání. V Praze: VÚP. ISBN 80-87000-03-x.

CHRÁSKA, Miroslav, 2016. Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5326-3.

Doporučení MŠMT k realizaci sexuální výchovy v základních školách, 2. 4. 2010. [online]. Praha, MŠMT, [cit. 2022-02-11].

FIALOVÁ, Ludmila, 2014. Vzdělávací oblast Člověk a zdraví v současné škole. Praha: Karolinum. ISBN 9788024628851.

HAVLÍNOVÁ, Miluše, 2006. Program podpory zdraví ve škole: rukověť projektu Zdravá škola. 2., rozš. vyd. Praha: Portál. ISBN 8073670593.

HOŠTIČKA, Jan, 2006. Jak zjistit stav, ve kterém se škola nachází. *Metodický portál: Články* [online]. 21. 06. 2006, [cit. 2021-12-05]. Dostupný z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/618/JAK-ZJISTIT-STAV,-VE-KTEREM-SE-SKOLA-NACHAZI.html>. ISSN 1802-4785.

JANDOUREK, Jan, 2012. Slovník sociologických pojmů: 610 hesel. Praha: Grada. ISBN 9788024736792.

JANOŠKOVÁ, Dagmar, 2004. Občanská výchova 7: Rodinná výchova 7 učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia. Plzeň: Fraus. ISBN 8072383256.

JANOŠKOVÁ, Dagmar, Monika ONDRÁČKOVÁ a Anna ČEČILOVÁ, 2009. Občanská výchova 6: s blokem Rodinná výchova pro základní školy a víceletá gymnázia. 2., upr. vyd. Plzeň: Fraus. ISBN 978-80-7238-886-8.

JANOŠKOVÁ, Dagmar, 2011-. Občanská výchova 8: Rodinná výchova 8 pro základní školy a víceletá gymnázia. 2., aktualiz. vyd. Plzeň: Fraus. ISBN 978-80-7238-317-7.

JANOŠKOVÁ, Dagmar, 2013. Občanská výchova 9: Rodinná výchova 9 učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia. 2., aktualiz. vyd. Plzeň: Fraus. ISBN 978-80-7238-999-5.

JELÍNEK, Jan a Vladimír ZICHÁČEK, 2007. Biologie pro gymnázia: (teoretická a praktická část). 9. vyd. Olomouc: Nakladatelství Olomouc. ISBN 9788071822134.

KELLER, Jan, 2017 [online]. Sociologická encyklopedie, sociologický ústav AV ČR, V.V.I., [cit. 2022-03-21]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/P%C5%99%C3%A1telstv%C3%AD>

KOLÁŘ, Zdeněk a Renata ŠIKULOVÁ, 2009. Hodnocení žáků. 2., dopl. vyd. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 9788024728346.

KOLÁŘ, Zdeněk a Alena VALIŠOVÁ, 2009. Analýza vyučování. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 9788024728575.

KOLIBA, Peter a Petr WEISS a kol., 2019. Sexuální výchova pro studenty porodní asistence a ošetrovatelství. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-271-2039-0.

KOVAŘÍKOVÁ, Miroslava a Eva MARÁDOVÁ, 2020. Didaktika výchovy ke zdraví a bezpečí v kontextu kurikulární reformy a učitelského vzdělávání. Praha: Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. ISBN 9788076031425.

KYRIACOU, Chris, 2012. Klíčové dovednosti učitele: cesty k lepšímu vyučování. Vyd. 4. Přeložil Dominik DVOŘÁK, přeložil Milan KOLDINSKÝ. Praha: Portál. ISBN 9788026200529.

MACHOVÁ, Jitka, 2002. Biologie člověka pro učitele. V Praze: Karolinum. ISBN 8071848670.

MACHOVÁ, Jitka a Jana HAMANOVÁ, 2002. Reprodukční zdraví v dospívání. Praha: H & H. ISBN 8086022943.

MACHOVÁ, Jitka a Dagmar KUBÁTOVÁ, 2015. Výchova ke zdraví. 2., aktualizované vydání. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5351-5.

MARÁDOVÁ, Eva, 2006. Výchova ke zdraví: školní vzdělávací program: metodická příručka pro 6.-9. ročník základní školy. Praha: Fortuna. ISBN 80-7168-973-4.

MOŽNÝ, Ivo, 2018 [online]. Sociologická encyklopedie, sociologický ústav AV ČR, V.V.I., [cit. 2022-03-21]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/L%C3%A1ska>

NÁRODNÍ ÚSTAV PRO VZDĚLÁVÁNÍ, 2013 [online]. Standardy pro základní vzdělávání – výchova ke zdraví, [cit. 2022-02-04]. Dostupné z: <https://digifolio.rvp.cz/artefact/file/download.php?file=67503&view=9832>

OBST, Otto, 2017. Obecná didaktika. 2. vydání. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci. ISBN 9788024451411.

OTEVŘENÁ VĚDA, 2021. O viru HIV a nemoci AIDS – NEZkreslená věda I, YouTube video. [Cit. 2022-02-11]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=IGVvMIEEipo&t=522s>

PRŮCHA, Jan, Eliška WALTEROVÁ a Jiří MAREŠ, 1995. Pedagogický slovník. Praha: Portál. ISBN 8071780294.

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání (verze platná od 1. 9. 2021) [online]. Praha: MŠMT, [cit. 2021-11-26]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcove-vzdelavacici-program-pro-zakladni-vzdelavani-rvp-zv/>

Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání (verze platná od 1. 9. 2017) [online]. Praha: MŠMT, [cit. 2021-11-26]. Dostupné z: <https://www.edu.cz/rvp-ramcove-vzdelavaci-programy/ramcove-vzdelavacici-program-pro-zakladni-vzdelavani-rvp-zv/>

SKALKOVÁ, Jarmila, 1999. Obecná didaktika. Praha: ISV. Pedagogika (ISV). ISBN 8085866331.

SKUTIL, Martin, 2011. Základy pedagogicko-psychologického výzkumu pro studenty učitelství. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-778-7.

STARÝ, Karel a Veronika LAUFKOVÁ, 2016. Formativní hodnocení ve výuce. Praha: Portál. ISBN 9788026210016.

STOCKLEY, Corinne, 2000. Biologie. Havlíčkův Brod: Fragment. Ilustrovaná encyklopedie (Fragment). ISBN 8072004271.

ŠAFRÁNKOVÁ, Dagmar, 2019. Pedagogika. 2., aktualizované a rozšířené vydání. Praha: Grada Publishing. Pedagogika (Grada). ISBN 9788024755113.

ŠILEROVÁ, Lenka, 2003. Sexuální výchova: jak a proč mluvit s dětmi o sexualitě. Praha: Grada. Pro rodiče. ISBN 8024702916.

Školní vzdělávací program pro základní vzdělávání (platné od 2. 9. 2013) [online]. Základní škola Bakov nad Jizerou, okres Mladá Boleslav, [cit. 2021-12-5]. Dostupné z: <http://www.zsbakovnj.cz/static/soubory/stranka-48/skolni-vzdelavaci-program-pro-zakladni-vzdelani-58.pdf>

Školní vzdělávací program pro základní vzdělávání – volitelné předměty, nedatováno [online]. Základní škola Bakov nad Jizerou, okres Mladá Boleslav, [cit. 2021-12-6]. Dostupné z: <http://www.zsbakovnj.cz/static/soubory/stranka-48/skolni-vzdelavaci-program-volitelne-predmety-59.pdf>

VALIŠOVÁ, Alena, Hana KASÍKOVÁ a Miroslav BUREŠ, 2011. Pedagogika pro učitele. 2., rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 9788024733579.

VALIŠOVÁ, Alena a Miroslava KOVAŘÍKOVÁ, 2021. Obecná didaktika a její širší pedagogické souvislosti v úkolech a cvičeních. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 9788027132492.

Vyhláška č. 70/2012 Sb., Vyhláška o preventivních prohlídkách. Platnost od 7. 3. 2012, Účinnost od 1. 4. 2012.

VANĚČKOVÁ, Ivana, 2007. Přírodopis 8: pro základní školy a víceletá gymnázia. Plzeň: Fraus. ISBN 8072384287.

WEISS, Petr, 2010. Sexuologie. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2492-8.

ZÁLIŠ, Zdeněk, 2006. Pravidla bezpečného internetu. Metodický portál: Články [online]. [cit. 2022-03-21]. Dostupné z: <https://clanky.rvp.cz/clanek/517/PRAVIDLA-BEZPECNEHO-INTERNETU.html> . ISSN 1802-4785

ZORMANOVÁ, Lucie, 2014. Obecná didaktika: pro studium a praxi. Praha: Grada. Pedagogika (Grada). ISBN 9788024745909.

Seznam použitých zkratk

AIDS – acquired immune deficiency syndrome

HIV – human immunodeficiency virus

MŠMT – Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

NÚV – Národní ústav pro vzdělávání

RVP ZV – Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání

ŠVP ZV – školní vzdělávací program pro základní vzdělávání

ŠVP ZV VP – školní vzdělávací program pro základní vzdělávání – volitelné předměty

Seznam příloh

Příloha 1 – Záznamový arch
Příloha 2 – Pracovní list 6-2
Příloha 3 – Pracovní list 7-1
Příloha 4 – Pracovní list 7-2
Příloha 5 – Pracovní list 7-3
Příloha 6 – Pracovní list 7-5
Příloha 7 – Pracovní list 8-3

Seznam tabulek

<i>Tabulka 1: Seznam modelů hodin</i>	45
<i>Tabulka 2: Model výuky - 6. ročník, 1. hodina</i>	47
<i>Tabulka 3: Model výuky, 6. ročník, 2. hodina</i>	50
<i>Tabulka 4: Model výuky, 7. ročník, 1. hodina</i>	55
<i>Tabulka 5: Model výuky, 7. ročník, 2. hodina</i>	59
<i>Tabulka 7: Model výuky, 7. ročník, 3. hodina</i>	63
<i>Tabulka 8: Model výuky, 7. ročník, 4. hodina</i>	68
<i>Tabulka 9: Model výuky, 7. ročník, 5. hodina</i>	71
<i>Tabulka 10: Model výuky, 7. ročník, 6. hodina</i>	77
<i>Tabulka 11: Model výuky, 8. ročník, 1. hodina</i>	80
<i>Tabulka 12: Model výuky, 8. ročník, 2. hodina</i>	82
<i>Tabulka 13: Model výuky, 8. ročník, 3. hodina</i>	84
<i>Tabulka 14: Model výuky, 8. ročník, 4. hodina</i>	88

Seznam obrázků

<i>Obrázek 1: Ilustrativní úloha – můj partner (Národní ústav pro vzdělávání, 2013, str. 7)</i>	61
<i>Obrázek 2: Vnitřní pohlavní orgány ženy</i>	65
<i>Obrázek 3: Vnitřní pohlavní orgány muže</i>	66

PŘÍLOHA 1 – ZÁZNAMOVÝ ARCH

POZOROVÁNÍ – HODINA Č.

ROČNÍK:	POČET ŽÁKŮ:
TÉMA HODINY:	
SPECIFIKA UČEBNY:	
CÍLE HODINY:	

DOSAŽENÍ CÍLŮ – HODNOCENÍ POZOROVATELE

Dosaženo	1	2	3	4	5	Nedosaženo
----------	---	---	---	---	---	------------

SDĚLENÍ CÍLŮ

Proběhlo	1	2	3	4	5	Neproběhlo
----------	---	---	---	---	---	------------

Poznámky:.....
.....

MOTIVAČNÍ FÁZE

Proběhlo	1	2	3	4	5	Neproběhlo
----------	---	---	---	---	---	------------

Poznámky:.....
.....

EXPOZIČNÍ A FIXAČNÍ FÁZE

Proběhlo	1	2	3	4	5	Neproběhlo
----------	---	---	---	---	---	------------

Poznámky:.....
.....

DIAGNOSTICKÁ FÁZE

Proběhlo	1	2	3	4	5	Neproběhlo
----------	---	---	---	---	---	------------

Poznámky:.....
.....

ROZHOVOR

DOSAŽENÍ CÍLŮ – HODNOCENÍ VYUČUJÍCÍHO

Dosaženo	1	2	3	4	5	Nedosaženo
----------	---	---	---	---	---	------------

S čím pracujete při plánování učiva výchovy ke zdraví?

.....

PRÁCE S ŠVP

ANO	1	2	3	4	5	NE
-----	---	---	---	---	---	----

Poznámky:.....
.....

ANALÝZA

KORESPONDENCE S ŠVP:

NÁVAZNOST NA UČIVO Z NIŽŠÍHO ROČNÍKU:

PREKONCEPT PRO UČIVO VE VYŠŠÍM ROČNÍKU:

PŘÍLOHA 2 – PRACOVNÍ LIST 6-2

KAMARÁDSTVÍ, PŘÁTELSTVÍ A LÁSKA

1. Přečtěte si následující text a dle něho odpovězte na níže uvedené otázky:

TEXT 1: Míla vyprávěla o přestávce Aniče, jaký je vývoj jejího milostného vztahu se spolužákem Petrem. Řekla jí, že ji pozval po škole na zmrzlinu a pak se půjdou projít do parku. Anička zase Míle vyprávěla o nedělní oslavě narozenin jejich babičky. Během oslavy si Aniččina babička zlomila ruku. Ačkoliv nebyla zlomenina vážná, měla Aniččina maminka o babičku velký strach.

Míla si vzpomněla, že nemá na hodinu matematiky pravítko. Aničku napadlo, že Fanda nosí vždy jedno pravítko navíc. Míla se tedy šla zeptat Fandy, jestli by jí pravítko na hodinu půjčil, a on souhlasil.

Jaký mají mezi sebou vybrané osoby vztah:

- a. Míla a Anička -
- b. Míla a Petr -
- c. Aniččina maminka a Aniččina babička -
- d. Míla a Fanda –

2. Přečtěte si následující text a následně se zamyslete nad níže uvedenými otázkami:

TEXT 2: Jitka vyprávěla o přestávce Daně, jaký je vývoj jejího vztahu s Martinem, se kterým si už týden dopisuje po internetu. Řekla jí, že ji pozval po škole na něco dobrého a pak se půjdou projít. Dana zase Míle vyprávěla o Honzovi, se kterým si také píše po internetu. Honza chtěl po Daně poslat nějaké její fotografie v pyžamu. Dana se s Honzou také nikdy neviděla.

- f. Shledáváte v textu nějaká hrozící nebezpečí? Jaká?
- g. Co byste doporučili Daně a Jitce?
- h. Co byste dělali, kdyby se toto stalo Vám?
- i. Na koho byste se obrátili, pokud byste byli na místě Dany?
- j. Jak se bezpečně seznámit?

PŘÍLOHA 3 - PRACOVNÍ LIST 7-1

KOMUNIKACE NA INTERNETU

Zakroužkuj pravidla, která nejsou v souladu s bezpečným chováním na internetu a sociálních sítích:

- a) nevhodný nebo nebezpečný příspěvek, který na internetu objevím, nahlásím odborníkům, například na adresu: <http://aplikace.policie.cz/hotline/>
- b) na chatu sdělím svoji skutečnou adresu jen člověku, který mi pošle svoji
- c) facebook budu používat nejdříve v den svých třináctých narozenin
- d) zásadně neodpovídám na neslušné, hrubé nebo vulgární e-maily a vzkazy
- e) neotevírám přílohu zprávy, která přišla z neznámé adresy
- f) svou fotografii, a hlavně je-li intimní, pošlu pouze nejlepším přátelům
- g) při připojení na facebook mám na mysli, že veškeré mé fotografie a informace tam zůstanou i poté, co si svůj účet zruším

Zdroj: NÁRODNÍ ÚSTAV PRO VZDĚLÁVÁNÍ, 2013 [online]. Standardy pro základní vzdělávání – výchova ke zdraví, str. 16 [cit. 2022-02-04]. Dostupné z: <https://digifolio.rvp.cz/artefact/file/download.php?file=67503&view=9832>

PŘÍLOHA 4 - PRACOVNÍ LIST 7-2

MŮJ BUDOUCÍ PARTNER

Ilustrativní úloha																								
Z následujících faktorů ovlivňujících volbu budoucího životního partnera vyber pět, které považuješ za nejdůležitější, a svoji volbu zdůvodni.																								
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="padding: 2px 5px;">nabídka faktorů ovlivňujících výběr budoucího partnera</th> </tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">odpovědnost</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">finanční zajištění</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">zdravotní stav</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">etnikum</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">fyzická atraktivita</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">smysl pro humor</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">víra a příslušnost k náboženské skupině</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">spolehlivost</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">sex</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">vzdělání</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">věrnost</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">povolání a společenské postavení</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">důvěra</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">hmotné zajištění (dům/byt, auto...)</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">vztah ke zvířatům</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px;">kamarádi a přátelé, se kterými se stýká</td></tr> </table>	nabídka faktorů ovlivňujících výběr budoucího partnera	odpovědnost	finanční zajištění	zdravotní stav	etnikum	fyzická atraktivita	smysl pro humor	víra a příslušnost k náboženské skupině	spolehlivost	sex	vzdělání	věrnost	povolání a společenské postavení	důvěra	hmotné zajištění (dům/byt, auto...)	vztah ke zvířatům	kamarádi a přátelé, se kterými se stýká	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="padding: 2px 5px;">výběr faktorů a jejich zdůvodnění</th> </tr> <tr><td style="padding: 2px 5px; height: 40px;">1.</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px; height: 40px;">2.</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px; height: 40px;">3.</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px; height: 40px;">4.</td></tr> <tr><td style="padding: 2px 5px; height: 40px;">5.</td></tr> </table>	výběr faktorů a jejich zdůvodnění	1.	2.	3.	4.	5.
nabídka faktorů ovlivňujících výběr budoucího partnera																								
odpovědnost																								
finanční zajištění																								
zdravotní stav																								
etnikum																								
fyzická atraktivita																								
smysl pro humor																								
víra a příslušnost k náboženské skupině																								
spolehlivost																								
sex																								
vzdělání																								
věrnost																								
povolání a společenské postavení																								
důvěra																								
hmotné zajištění (dům/byt, auto...)																								
vztah ke zvířatům																								
kamarádi a přátelé, se kterými se stýká																								
výběr faktorů a jejich zdůvodnění																								
1.																								
2.																								
3.																								
4.																								
5.																								

Zdroj: NÁRODNÍ ÚSTAV PRO VZDĚLÁVÁNÍ, 2013 [online]. Standardy pro základní vzdělávání – výchova ke zdraví, str. 7 [cit. 2022-02-04]. Dostupné z: <https://digifolio.rvp.cz/artefact/file/download.php?file=67503&view=9832>

PŘÍLOHA 5 - PRACOVNÍ LIST 7-3

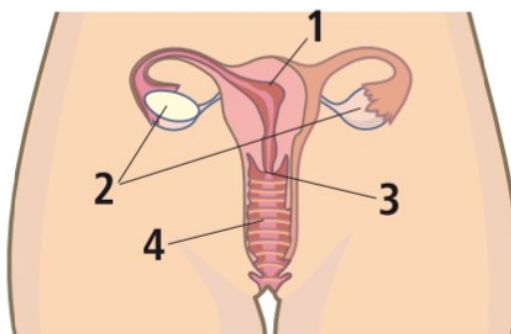
PRACOVNÍ LIST – OPLODNĚNÍ

1. Následující pojmy rozřaď do tabulky na mužské s ženské:
-varle, děloha, vaječníky, nadvarle, semenný váček, čípek, vejcovody, topořivá tělesa,
pochva, prostata, chámovod, močová trubice

MUŽSKÉ POHLAVNÍ ORGÁNY	ŽENSKÉ POHLAVNÍ ORGÁNY

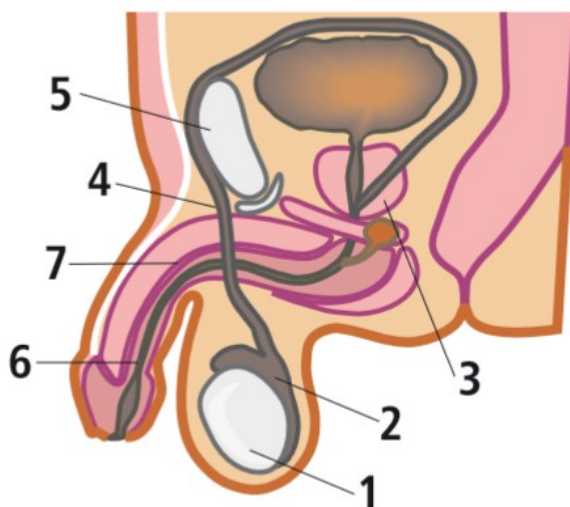
2. K číslům doplň názvy částí pohlavních soustav

Vnitřní pohlavní orgány ženy



ZDROJ: JANOŠKOVÁ, Dagmar 2004. Občanská výchova 7: Rodinná výchova 7 :
učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia. Strana 117

Vnitřní pohlavní orgány muže



ZDROJ: JANOŠKOVÁ, Dagmar, 2004. Občanská výchova 7: Rodinná výchova 7 : učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia. Strana 117

3. Pomocí učebnice doplň text – Fraus pro 7. ročník (Janošková, 2004), str. 119
OPLODNĚNÍ

Mužské pohlavní buňky se nazývají a ženské pohlavní buňky se nazývají Ta dozrávají během cyklu. je doba menstruačního cyklu, kdy může dojít k oplození samčí pohlavní buňky samičí pohlavní buňkou Aby mohlo k oplození dojít, musí dojít k
.....

4. SKUPINOVÁ PRÁCE – Ve skupině diskutujte nad níže uvedenými otázkami
Jak dlouho trvá těhotenství u člověka (měsíce, dny)?
Na jaké úseky lze dělit těhotenství?
Jak úspěšně končí těhotenství?
Co je to interrupce?

PŘÍLOHA 6 - PRACOVNÍ LIST 7-5

Onemocnění, které vede ke ztrátě imunity	
Virus způsobující nemoc AIDS	
Projevuje se AIDS vždy okamžitě?	
Čím se může přenášet?	
Jak se může přenášet?	
Jak se můžeme chránit?	
Dá se HIV/AIDS vyléčit?	

Onemocnění, které vede ke ztrátě imunity	-AIDS
Virus způsobující nemoc AIDS	-HIV
Projevuje se AIDS vždy okamžitě?	-ne
Čím se může přenášet?	-tělními tekutinami: krev, sperma, vaginální sekret, mateřské mléko
Jak se může přenášet?	-kontaktem tělních tekutin se sliznicí: nechráněným pohlavním stykem, z matky na dítě, sdílením nesterilních jehel
Jak se můžeme chránit?	-užití prezervativu při náhodném sexu -sexuální věrnost -užívání sterilních lékařských materiálů -při podezření se nechat testovat
Dá se HIV/AIDS vyléčit?	-nedá

PŘÍLOHA 7 - PRACOVNÍ LIST 8-3

NAJDI A OPRAV CHYBY V TEXTU – ZADÁNÍ S CHYBAMI

Bílek je ženská pohlavní buňka a žloutek je mužská pohlavní buňka. Vznik a vývoj života začíná oplozením vajíčka spermií. Plod je v děloze 400 týdnů, což je asi 360 dní. Od 12. týdne je plod vyživován a chráněn plachetkou. Těhotenství končí porodem, který má celkem 4 fáze. Nejprve dojde ke stahům a odtoku odpadní vody, poté k porodu dítěte, následně k porodu placenty a v poslední fázi dochází ke stahování vaječníků. Za předčasný porod označujeme porod před 42. týdnem.

Zdroj: VANĚČKOVÁ, Ivana. Přírodopis 8: pro základní školy a víceletá gymnázia. Plzeň: Fraus, 2007. ISBN 8072384287.

NAJDI A OPRAV CHYBY V TEXTU – VYZNAČENÉ CHYBY

~~Bílek~~ **Vajíčko** je ženská pohlavní buňka a ~~žloutek~~ **spermie** je mužská pohlavní buňka. Vznik a vývoj života začíná oplozením vajíčka spermií. Plod je v děloze 400 týdnů, což je asi ~~360~~ **280** dní. Od 12. týdne je plod vyživován a chráněn ~~plachetkou~~ **placentou**. Těhotenství končí porodem, který má celkem 4 fáze. Nejprve dojde ke stahům a odtoku ~~odpadní~~ **plodové** vody, poté k porodu dítěte, následně k porodu placenty a v poslední fázi dochází ke stahování ~~vaječníků~~ **dělohy**. Za předčasný porod označujeme porod před ~~42.~~ **38.** týdnem.

Zdroj: VANĚČKOVÁ, Ivana. Přírodopis 8: pro základní školy a víceletá gymnázia. Plzeň: Fraus

NAJDI A OPRAV CHYBY V TEXTU – TEXT BEZ CHYB

Vajíčko je ženská pohlavní buňka a spermie je mužská pohlavní buňka. Vznik a vývoj života začíná oplozením vajíčka spermií. Plod je v děloze 40 týdnů, což je asi 280 dní. Od 12. týdne je plod vyživován a chráněn placentou. Těhotenství končí porodem, který má celkem 4 fáze. Nejprve dojde ke stahům a odtoku plodové vody, poté k porodu dítěte, následně k porodu placenty a v poslední fázi dochází ke stahování dělohy. Za předčasný porod označujeme porod před 38. týdnem.

Zdroj: VANĚČKOVÁ, Ivana. Přírodopis 8: pro základní školy a víceletá gymnázia. Plzeň: Fraus, 2007. ISBN 8072384287.