5.4.2 Přírodověda

Charakteristika vyučovacího předmětu

V předmětu Přírodověda je realizován obsah vzdělávací oblasti Člověk a jeho svět v tematických okruzích: Rozmanitost přírody, Člověk a jeho zdraví. V okruhu Rozmanitost přírody žáci poznávají Zemi jako planetu naší sluneční soustavy, rozmanitost a proměnlivost živé a neživé přírody. Sledují vliv lidské činnosti na přírodu, hledají možnosti ochrany přírody a snaží se zlepšit životní prostředí. V okruhu Člověk a jeho zdraví poznávají žáci sebe sama, své biologické a fyziologické funkce a potřeby. Seznámí se s vývojem člověka od narození po stáří, získávají poznatky o nemocech, zdravotní prevenci a první pomoci. Uvědomují si také spoluodpovědnost člověka za své zdraví.

Obsahové, časové a organizační vymezení vyučovacího předmětu

Přírodověda je dotována na prvním stupni ve čtvrtém jednou hodinou a pátém ročníku dvěma hodinami týdně. Výuka probíhá převážně v rámci kmenové učebny. Součástí jsou i vycházky do terénu v okolí školy. Probrané učivo může být upevňováno a prohlubováno prostřednictvím krátkodobých i dlouhodobých projektů. Výuku doplňujeme dle možností také exkurzemi.

Do vzdělávacího obsahu předmětu Přírodověda jsou začleněny vybrané okruhy z průřezových témat Osobnostní a sociální výchova, Multikulturní výchova, Environmentální výchova a Mediální výchova.

Týdenní časová dotace v ročnících											
1.	**2.**	**3.**	**4.**	**5.**	**1. stupeň celkem**	**6.**	**7.**	**8.**	**9.**	**2. stupeň celkem**	**Celkem**
0	0	0	1	2	4	0	0	0	0	0	3

Výchovné a vzdělávací strategie

Výchovné a vzdělávací postupy, které v tomto předmětu směřují k utváření klíčových kompetencí:

Kompetence k učení

- vytváříme vhodné prostředí k utváření pracovních návyků,
- vedeme žáky k jednoduché samostatné a týmové činnosti,
- umožňujeme žákům využívat dostupnou literaturu, vhodné učební pomůcky a encyklopedie,

- pomáháme žákům získávat poznatky o přírodě, učíme žáky pozorovat přírodu, zaznamenávat a hodnotit výsledky svého pozorování,
- podněcujeme žáky ke kladení otázek a ocení stejnou měrou otázku i odpovědi.

Kompetence k řešení problémů

- používáme metody výuky vedoucí k samostatnému objevování, řešení a utváření závěrů,
- vedeme žáky k řešení zadaných úkolů, učí je správně se rozhodovat v dané situaci,
- nabádáme žáky vyhledávat informace vedoucí k řešení zadaného úkolu.

Kompetence sociální a personální

- zadáváme úkoly, při kterých žáci pracují společně,
- umožňujeme žákům práci ve skupinách,
- učíme žáky spolupracovat, využívat vlastních i cizích zkušeností, rozhodovat a hledat nejlepší variantu řešení,
- umožňujeme každému žákovi zažít úspěch,
- zajímáme se o náměty, názory a zkušenosti žáků a přidává svoje názory a zkušenosti.

Kompetence komunikativní

- vedeme žáky k používání správné terminologie,
- pomáháme rozšiřovat žákům slovní zásobu,
- vedeme žáky k pojmenování pozorované skutečnosti a snaží se přivést je k vlastnímu pozorování, utváření názorů a výtvorů,
- dáváme prostor k diskuzi, vyjádření vlastních myšlenek, učíme žáky reagovat na odlišné názory druhých lidí a obhajovat názory své,
- vedeme žáky k sebevědomému vystupování a bezkonfliktní komunikaci,
- vedeme žáky k aktivnímu naslouchání.

Kompetence pracovní

- umožňujeme žákům pozorovat, manipulovat a experimentovat,
- vedeme žáky ke správnému používání a efektivnímu využívání pomůcek,
- vedeme žáky k dodržování bezpečnostních pravidel,
- pomáháme žákům utvářet správné pracovní návyky,
- utváříme pozitivní vztah k práci a k plnění povinností a společenských úkolů,
- umožňujeme žákům podílet se na výběru aktivit.

Kompetence občanské

- utváříme u žáků ohleduplný vztah k přírodě,
- učíme žáky hledat možnosti ochrany přírody,
- vyžadujeme dodržování pravidel slušného chování,
- vedeme žáky k tolerantnímu chování,
- učíme žáky rozhodovat a jednat v situaci ohrožení vlastního zdraví a bezpečnosti i v ohrožení zdraví a bezpečnosti druhých lidí,
- umožňujeme žákům podílet se na výběru aktivit.

Kompetence digitální

- zapojujeme žáky do vytváření společných pravidel chování ve třídě včetně pravidel při práci s technologiemi (PC, tabletem, interaktivní tabulí, mobilním telefonem apod.),
- poskytujeme žákům konkrétní příležitosti k využívání digitálních technologií, při nichž si mohou uvědomit a dodržovat pravidla chování v online prostředí (např. sdílení dokumentů, online komunikace),
- vytváříme modelové situace, které žákům umožňují si uvědomit, že není vhodné zveřejňovat své osobní údaje a že každá činnost v online prostředí zanechává digitální stopu, kterou lze jen obtížně odstranit,
- vedeme žáky k respektování autorských práv, např. při využívání obrázků, fotografií, videí a informací při řešení zadaných úkolů a při práci na individuálních i společných projektech,
- nabízíme žákům příležitosti, aby vhodně využívali digitální technologie při provádění a zaznamenávání průběhu (např. pořizováním vlastních fotografií, časosběrných videí) a výsledků jednoduchých pokusů,
- využíváme digitální technologie a online aplikace při pozorování přírody,
- při využívání digitálních technologií pravidelně zařazujeme relaxační činnosti a vedeme žáky k tomu, aby si uvědomovali zdravotní rizika dlouhodobého používání digitálních technologií; prakticky žáky učíme, jak jim mohou předcházet.

Vzdělávací obsah vyučovacího předmětu

Vzdělávací oblast: Člověk a jeho svět Vyučovací předmět: Přírodověda				
Očekávané výstupy z RVP ZV	**Školní výstupy**	**Učivo**	**Průřezová témata,** ***mezipředmětové vztahy***	**Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření**
4. ročník				
Rozmanitost přírody				
ČJS-5-4-01 objevuje a zjišťuje propojenost prvků živé a neživé přírody, princip rovnováhy přírody a nachází souvislosti mezi konečným vzhledem přírody a činností člověka	**žák:** - pojmenuje části živé a neživé přírody - objevuje propojenost prvků živé a neživé přírody a princip rovnováhy přírody - seznámí se s nejznámějšími minerály a horninami (křemen, žula, vápenec, pískovec) - jednoduchým způsobem dokáže objasnit vznik půdy - dokáže uvést jednoduchý příklad vztahu člověka a přírody	**Živá a neživá příroda, vzájemné vztahy** **Nerosty a horniny, půda** (některé hospodářsky významné horniny a nerosty, zvětrávání, vznik půdy a její význam pro člověka) **Vliv člověka na přírodu**	**OSV1** - cvičení dovednosti zapamatování, dovednosti pro učení a studium **OSV2** - moje učení **EV1** - ekosystémy (ovlivnění podmínkami k životu, význam, změny lidskou činností, druhová rozmanitost) **EV2** - přírodní zdroje (surovinové a energetické, jejich vyčerpatelnost, hospodaření s nimi); půda (propojenost složek prostředí, zdroj obživy, ohrožení půdy; zemědělské využití; rekultivace) **EV3** - vliv lidských aktivit na životní prostředí, ochrana životního prostředí ***Čj*** *- čtení příběhů o přírodě*	**ČJS-5-4-01p** na jednotlivých příkladech poznává propojenost živé a neživé přírody

			Vv *- tematické práce – rostliny, živočichové* ***Pč*** *- využití přírodnin* ***Tv*** *- sportování v přírodě (ohleduplnosti k přírodě)* ***Vl*** *- naleziště některých nerostných surovin v ČR*	
ČJS-5-4-03 zkoumá základní společenstva ve vybraných lokalitách regionů, zdůvodní podstatné vzájemné vztahy mezi organismy	**žák:** - jednoduchým způsobem vysvětlí pojem ekosystém - seznámí se s některými ekosystémy (les, pole, louka, rybník) - zdůvodní podstatné vzájemné vztahy mezi organismy a nachází shody a rozdíly v přizpůsobení organismů prostředí - pozoruje základní projevy života organismů při terénní výuce s využitím digitálních technologií	**Rovnováha v přírodě** – význam, vzájemné vztahy mezi organismy, základní společenstva Přírodní společenstva. Ekosystémy. Přizpůsobivost organismů. Životní podmínky rostlin a živočichů – pozorování s využitím digitálních technologií	**EV1** - ekosystémy (význam, změny lidskou činností, druhová rozmanitost) ***Vv*** *- tematické práce – rostliny, živočichové* ***Pč*** *- pěstování rostlin*	**ČJS-5-4-03p** zkoumá základní společenstva vyskytující se v nejbližším okolí pozoruje přizpůsobení organismů prostředí
ČJS-5-4-04 porovnává na základě pozorování základní projevy života na konkrétních organismech, prakticky třídí organismy do známých skupin, využívá k tomu i jednoduché klíče a atlasy	**žák:** - třídí rostliny - podle délky života, podle stavby stonku, podle místa růstu a užitku - třídí živočichy - podle vnitřní stavby těla, podle potravních vazeb - vyhledá a zaznamená základní informace	**Rostliny, houby, živočichové** (znaky života, životní potřeby a projevy, průběh a způsob života, výživa, stavba těla u některých nejznámějších druhů, význam v přírodě pro člověka) *Třídění rostlin na byliny a*	**EV1** - ekosystémy (význam, změny lidskou činností, druhová rozmanitost) ***Vv*** *- tematické práce – rostliny, živočichové* ***Pč*** *- pěstování rostlin*	

		dřeviny. *Třídění rostlin podle délky života.* *Třídění živočichů na býložravce, všežravce, masožravce.* **Třídění živočichů podle vnitřní stavby těla** **Práce s atlasem rostlin a živočichů, vyhledávání na internetu**	**MV1** - rozlišování zábavních prvků ve sdělení od informativních, chápání podstaty sdělení ***Čj*** *- hledání v rejstříku podle abecedy*	
ČJS-5-4-05 zhodnotí některé konkrétní činnosti člověka v přírodě a rozlišuje aktivity, které mohou prostředí i zdraví člověka podporovat nebo poškozovat	**žák:** - zhodnotí a rozlišuje aktivity člověka v přírodě (podpůrné nebo poškozující činnosti) - chová se s ohledem k životnímu prostředí - zná a prakticky používá pravidla pro třídění odpadu	**Ohleduplné chování k přírodě a ochrana přírody** – odpovědnost lidí, ochrana a tvorba životního prostředí, ochrana rostlin a živočichů, likvidace odpadů, živelné pohromy a ekologické katastrofy.	**OSV3** - regulace vlastního jednání, bezpečné a ohleduplné chování **OSV10** - dovednosti pro řešení různých problémů **EV3** - ochrana přírody; odpady a hospodaření s odpady, druhotné suroviny **EV4** - naše obec (řešení odpadového hospodářství, zajištění ochrany životního prostředí v obci - instituce, nevládní organizace, lidé); náš životní styl (spotřeba věcí, energie, odpady); ekologické problémy (příčiny, možnosti řešení)	**ČJS-5-4-05p** zvládá péči o pokojové rostliny **ČJS-5-4-05p** chová se podle zásad ochrany přírody a životního prostředí **ČJS-5-4-05p** popisuje vliv činnosti lidí na přírodu a jmenuje některé činnosti, které přírodnímu prostředí pomáhají a které ho poškozují

ČJS-5-4-06 založí jednoduchý pokus, naplánuje a zdůvodní postup, vyhodnotí a vysvětlí výsledky pokusu	**žák:** - zvládne jednoduchý pokus s vodou nebo vzduchem - naplánuje, provede, vyhodnotí - zaznamená výsledky pokusu s využitím digitálních technologií	**Jednoduchý pokus s vodou nebo vzduchem** (naplánování, provedení, vyhodnocení) **Měření veličin** (jednotky hmotnosti, objemu, času a teploty, i s využitím digitálních technologií)	**OSV3** - seberegulace a sebeorganizace (dodržování pravidel pro přesnou práci) ***M*** *- jednotky času, hmotnosti* ***Tv*** *- měření sportovních výkonů (délka, rychlost)*	**ČJS-5-4-06p** provádí jednoduché pokusy se známými látkami
Člověk a jeho zdraví				
ČJS-5-5-03 účelně plánuje svůj čas pro učení, práci, zábavu a odpočinek podle vlastních potřeb s ohledem na oprávněné nároky jiných osob	**žák:** - učí se plánovat svůj čas, rozdělit si čas na učení, práci, zábavu a odpočinek - volí si vhodnou činnost pro volný čas - uvědomuje si důležitost odpočinku a spánku	**Péče o zdraví** – denní režim, odpočinek, spánek **Využití volného času**	**OSV3** - organizace volného času; plánování učení a studia; stanovení osobních cílů a kroků k jejich dosažení **OSV4** - psychohygiena, dovednosti zvládání stresových situací	
ČJS-5-5-04 uplatňuje účelné způsoby chování v situacích ohrožujících zdraví a v modelových situacích simulujících mimořádné události; vnímá dopravní situaci, správně ji vyhodnotí a vyvodí odpovídající závěry pro své chování jako chodec a cyklista	**žák:** - na modelových situacích demonstruje bezpečné chování v rizikových situacích, v silničním provozu v roli chodce i cyklisty - seznámí se s postupy v případě ohrožení a respektuje pokyny během mimořádných situací - zná složky IZS - zná důležitá telefonní čísla - seznámí se se zásadami	**Mimořádné události a rizika ohrožení s nimi spojená – postup v případě ohrožení** (varovný signál, evakuace, zkouška sirén); požáry (příčiny a prevence vzniku požárů, ochrana a evakuace při požáru); integrovaný záchranný systém **Předcházení rizikovým situacím v dopravě a v**	**OSV3** - regulace vlastního jednání, bezpečné chování **OSV8** - komunikace v různých situacích **OSV10** - dovednosti pro řešení problémů a rozhodování při různých problémech **OSV11** - pomáhající a prosociální chování	**ČJS-5-5-04p** uplatňuje účelné způsoby chování v situacích ohrožujících zdraví a v modelových situacích simulujících mimořádné události **ČJS-5-5-04p** uplatňuje základní pravidla silničního provozu pro cyklisty; správně vyhodnotí jednoduchou dopravní situaci na hřišti

	telefonování na tísňové linky, aby je v případě potřeby dokázal použít - je si vědom nezbytnosti dodržování pravidel účastníky silničního provozu - charakterizuje bezpečné a ohleduplné jednání v prostředcích hromadné přepravy a při akcích školy je uplatňuje	**dopravních prostředcích** (bezpečnostní prvky)		
ČJS-5-5-05 předvede v modelových situacích osvojené jednoduché způsoby odmítání návykových látek	**žák:** - na modelových situacích předvádí způsoby odmítání návykových látek - vyhýbá se rizikové komunikaci v médiích - snaží se vyhodnot rizikovou situaci - v případě potřeby dokáže vyhledat pomoc u dospělého - seznámí se s různými typy závislostí - uvede na příkladech možná nebezpečí, která jsou spojena se vstupem do online prostředí	**Návykové látky a zdraví** (návykové látky, hrací automaty a počítače, závislost, odmítání návykových látek, nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií) **Péče o zdraví** – pravidla při práci s digitálními technologiemi, osobní bezpečí – bezpečné chování v online prostředí	**OSV2** - můj vztah k sobě samému - odmítání drog **OSV3** - organizace vlastního času **OSV4** - hledání pomoci při potížích **OSV8** - komunikace v různých situacích, dovednosti komunikační obrany proti agresi a manipulaci; asertivní komunikace **MV2** - vnímání rozdílu mezi realitou a stavem prezentovaným v médiích (nereálný vzhled lidí na sociálních sítích) **MV4** - rozpoznání manipulace při komunikaci na internetu ***Pč*** *- stolování a příprava zdravých pokrmů*	**ČJS-5-5-05p** odmítá návykové látky
ČJS-5-5-06 uplatňuje základní dovednosti a návyky související s podporou zdraví a jeho preventivní ochranou	**žák:** - jednoduchým způsobem objasní nezbytnost zdravého denního režimu, pitného režimu, pohybového režimu a zdravé stravy pro zdraví člověka	**Péče o zdraví** (zdravý životní styl, denní režim, správná výživa, výběr a způsoby uchování potravin, vhodná skladba stravy, pitný režim; nemoci přenosné a		

	- uplatňuje správné hygienické návyky - uvědomuje si zdravotní rizika při dlouhotrvajícím využívání digitálních technologií	nepřenosné)	***Tv*** *- pitný režim při sportu*	
ČJS-5-5-07 rozpozná život ohrožující zranění; ošetří drobná poranění a zajistí lékařskou pomoc	**žák:** - zná důležitá telefonní čísla - seznámí se se zásadami telefonování na tísňové linky, aby je v případě potřeby dokázal použít - v případě potřeby ošetří drobná poranění - jednoduchým způsobem popíše, jak je možné předcházet nemocem a úrazům	**Péče o zdraví** – drobné úrazy a poranění, prevence nemocí a úrazů, první pomoc při drobných poraněních. **Přivolání pomoci v případě ohrožení fyzického a duševního zdraví** (služby odborné pomoci, čísla tísňového volání, správný způsob volání na tísňovou linku)	**OSV2** - moje tělo **OSV3** - regulace vlastního jednání, bezpečné chování **OSV8** - komunikace v různých situacích **EV4** - náš životní styl, vliv na zdraví ***Čj*** *- komunikace při tísňovém volání* ***Pč*** *- poskytnutí pomoci*	**ČJS-5-5-07p** ošetří drobná poranění a v případě nutnosti zajistí lékařskou pomoc

5. ročník

Očekávané výstupy z RVP ZV	Školní výstupy	Učivo	Průřezová témata, *mezipředmětové vztahy*	Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření
Rozmanitost přírody				

ČJS-5-4-01 objevuje a zjišťuje propojenost prvků živé a neživé přírody, princip rovnováhy přírody a nachází souvislosti mezi konečným vzhledem přírody a činností člověka	**žák:** - rozlišuje přírodu živou a neživou - zná podmínky pro život na zemi - rozpozná základní nerosty a horniny - pojmenuje rudy, nerudní suroviny a energetické suroviny - rozliší obnovitelné a neobnovitelné přírodní zdroje - ovládá zásady bezpečnosti při práci s drobnými domácími elektrospotřebiči - zná zásady první pomoci při zasažení elektrickým proudem - popíše vznik a složení půdy, zná její význam	**Člověk a příroda** **Živá a neživá příroda, vzájemné vztahy** **Podmínky života na zemi** **Nerosty a horniny** **Nerudní suroviny** (písek, pískovec, žula, vápenec) **Rudy** (železo, magnetit, zlato, stříbro) **Energetické suroviny** (uhlí, ropa, zemní plyn) **Člověk a energie** (obnovitelné a neobnovitelné přírodní zdroje) **Půda** (vznik, složení a význam půdy)	**OSV1** - cvičení dovednosti zapamatování, dovednosti pro učení a studium **OSV2** - moje učení **EV1** - ekosystémy (ovlivnění podmínkami k životu, význam, změny lidskou činností, druhová rozmanitost) **EV2** - přírodní zdroje (surovinové a energetické, jejich vyčerpatelnost, hospodaření s nimi); půda (propojenost složek prostředí, zdroj obživy, ohrožení půdy; zemědělské využití; rekultivace) **EV3** - vliv lidských aktivit na životní prostředí, ochrana životního prostředí ***Pč*** *- pěstování rostlin, podmínky* ***Vl*** *- naleziště některých nerostných surovin v ČR*	**ČJS-5-4-01p** na jednotlivých příkladech poznává propojenost živé a neživé přírody
ČJS-5-4-02 vysvětlí na základě elementárních poznatků o Zemi jako součásti vesmíru souvislost s rozdělením času a střídáním ročních období	**žák:** - vyjmenuje planety sluneční soustavy - zná podmínky pro život na planetě - vysvětlí roční období, střídání dne a noci	**Vesmír a Země** **Sluneční soustava** (Slunce, planety) **Střídání dne a noci, ročních období**	**OSV1** - cvičení dovednosti zapamatování, dovednosti pro učení a studium ***Vv*** *- tematická práce – vesmír, planety* *možná návštěva hvězdárny*	**ČJS-5-4-02p** popíše střídání ročních období

ČJS-5-4-03 zkoumá základní společenstva ve vybraných lokalitách regionů, zdůvodní podstatné vzájemné vztahy mezi organismy	**žák:** - dokáže popsat život v jednotlivých podnebných pásech - rozřadí živou přírodu do podnebných pásů - vyjmenuje živočichy a rostliny v oceánech a mořích - zná životní podmínky v mírném podnebném pásu ČR - chápe význam zoologických a botanických zahrad	**Rozmanitost života na zemi** **Podnebné pásy** (tropický, subtropický, mírný, polární) **Život v oceánech a mořích** **Česká republika** (mírný podnebný pás) **Botanické a zoologické zahrady**	**EV1** - ekosystémy, druhová rozmanitost; les, vodní zdroje, moře (druhová odlišnost, význam pro biosféru, mořské řasy a kyslík); tropický deštný les (druhová rozmanitost, ohrožení, globální význam); kulturní krajina **EV2** - základní podmínky života, význam vody, ovzduší, půdy pro život; ekosystémy, biodiverzita ***Vv*** *- tematické práce* ***ČJ*** *- hledání dle abecedy v rejstříku atlasu; čtení s porozuměním při hledání informací na internetu* ***Vl*** *- přírodní poměry v ČR; práce s mapou; zoologické a botanické zahrady v ČR*	**ČJS-5-4-03p** zkoumá základní společenstva vyskytující se v nejbližším okolí a pozoruje přizpůsobení organismů prostředí
ČJS-5-4-04 porovnává na základě pozorování základní projevy života na konkrétních organismech, prakticky třídí organismy do známých skupin, využívá k tomu i jednoduché klíče a atlasy	**žák:** - třídí živočichy a rostliny na základě stavby těla a základních životních projevů do daných skupin - zaznamená výsledky pozorování s využitím digitálních technologií - využije digitální technologie k vyhledání informací o vybraném organismu	**Třídění živých organismů** **Houby, rostliny, živočichové** **Práce s atlasem rostlin a živočichů, vyhledávání na internetu**		
ČJS-5-4-05 zhodnotí některé konkrétní činnosti člověka v přírodě a rozlišuje aktivity, které mohou prostředí i zdraví člověka podporovat nebo poškozovat	**žák:** - zhodnotí a rozlišuje aktivity člověka v přírodě (podpůrné nebo poškozující činnosti) - chová se s ohledem k životnímu prostředí	**Ohleduplné chování k přírodě a ochrana přírody** (odpovědnost lidí ochrana a tvorba životního prostředí, ochrana rostlin a živočichů, likvidace odpadů)	**EV3** - vliv lidských aktivit na životní prostředí, ochrana životního prostředí **EV3** - ekologické zemědělství; vliv průmyslu a dopravy na životní prostředí; hospodaření s odpady **EV4** - životní styl, spotřeba věcí, energie, odpady; zajišťování	**ČJS-5-4-05p** zvládá péči o pokojové rostliny **ČJS-5-4-05p** chová se podle zásad ochrany přírody a životního prostředí **ČJS-5-4-05p** popisuje vliv činnosti lidí na přírodu a jmenuje některé činnosti, které přírodnímu

			ochrany prostředí (instituce, nevládní organizace, lidé); ***VI** - ochrana životního prostředí, CHKO v ČR*	prostředí pomáhají a které ho poškozují
ČJS-5-4-06 založí jednoduchý pokus, naplánuje a zdůvodní postup, vyhodnotí a vysvětlí výsledky pokusu	**žák:** - zvládne jednoduchý pokus s vodou nebo vzduchem - naplánuje, provede, vyhodnotí jednoduchý pokus	**Látky a jejich vlastnosti** **Voda a vzduch**	**EV2** - základní podmínky života – voda (vliv vlastností vody na život, význam, ochrana její čistoty, pitná voda ve světě a u nás); ovzduší (význam pro život na Zemi, ohrožování ovzduší a klimatické změny, čistota ovzduší)	**ČJS-5-4-06p** provádí jednoduché pokusy se známými látkami
Člověk a jeho zdraví				
ČJS-5-5-01 využívá poznatků o lidském těle k podpoře vlastního zdravého způsobu života	**žák:** - seznámí se se stavbou lidského těla, jeho funkcemi a projevy - určí základní znaky života - rozezná pohlavní rozdíly mezi mužem a ženou	**Stavba lidského těla** **Funkce jednotlivých tělesných soustav** **Základy lidské reprodukce**	**OSV1** - cvičení dovednosti zapamatování, dovednosti pro učení a studium **OSV2** - moje tělo, zdravé a vyrovnané sebepojetí ***Tv** - vnímání svého těla při sportovních aktivitách* ***M** - měření různých částí těla, vážení – jednotky délky a hmotnosti*	**ČJS-5-5-01p** uplatňuje základní znalosti, dovednosti a návyky související s preventivní ochranou zdraví a zdravého životního stylu
ČJS-5-5-02 rozlišuje jednotlivé etapy lidského života a orientuje se ve vývoji dítěte před a po jeho narození	**žák:** - pojmenuje jednotlivé etapy vývoje člověka - vnímá biologické a psychické změny v dospívání	**Fáze vývoje člověka** **Období dospívání**		**ČJS-5-5-02p** rozlišuje jednotlivé etapy lidského života

ČJS-5-5-03 účelně plánuje svůj čas pro učení, práci, zábavu a odpočinek podle vlastních potřeb s ohledem na oprávněné nároky jiných osob	**žák:** - organizuje svůj denní program s ohledem na oprávněné nároky jiných osob - účelně využívá svůj volný čas	**Denní režim** **Využití volného času**	**OSV3** - organizace vlastního času ***Tv*** *- sportování ve volném čase*	
ČJS-5-5-04 uplatňuje účelné způsoby chování v situacích ohrožujících zdraví a v modelových situacích simulujících mimořádné události; vnímá dopravní situaci, správně ji vyhodnotí a vyvodí odpovídající závěry pro své chování jako chodec a cyklista	**žák:** - respektuje pokyny během mimořádných situací - je si vědom nezbytnosti dodržování pravidel účastníka silničního provozu - umí použít důležitá telefonní čísla integrovaného záchranného systému - uvědomuje si bezpečné chování při mimořádných situacích způsobených přírodními vlivy	**Mimořádné události a rizika ohrožení s nimi spojená – postup v případě ohrožení** (varovný signál, evakuace, zkouška sirén); požáry (příčiny a prevence vzniku požárů, ochrana a evakuace při požáru) **Přírodní jevy, živelné pohromy a ekologické katastrofy** **Integrovaný záchranný systém** **Předcházení rizikovým situacím v dopravě a v dopravních prostředcích** (bezpečnostní prvky)	**OSV3** - regulace vlastního jednání, bezpečné chování **OSV8** - komunikace v různých situacích **OSV10** - dovednosti pro řešení problémů a rozhodování při různých problémech **OSV11** - pomáhající a prosociální chování **EV4** - ovlivnění přírody lidskou činností; ekologické problémy (příklady, příčiny, důsledky, souvislosti, možnosti a způsoby řešení) ***Tv*** *- bezpečné chování při sportovních aktivitách v přírodě*	**ČJS-5-5-04p** uplatňuje účelné způsoby chování v situacích ohrožujících zdraví a v modelových situacích simulujících mimořádné události **ČJS-5-5-04p** uplatňuje základní pravidla silničního provozu pro cyklisty; správně vyhodnotí jednoduchou dopravní situaci na hřišti
ČJS-5-5-05 předvede v modelových situacích osvojené jednoduché způsoby odmítání návykových látek	**žák:** - ovládá způsoby odmítání návykových látek - vyhýbá se rizikové komunikaci v médiích - vyhodnotí rizikovou situaci - v případě potřeby dokáže vyhledat pomoc u dospělého - uvede, které údaje o sobě	**Návykové látky a zdraví** (návykové látky, hrací automaty a počítače, závislost, odmítání návykových látek, nebezpečí komunikace prostřednictvím elektronických médií)	**OSV2** - můj vztah k sobě samému - odmítání drog **OSV3** - organizace vlastního času **OSV4** - hledání pomoci při potížích **OSV8** - komunikace v různých situacích, dovednosti	**ČJS-5-5-05p** odmítá návykové látky

	může zveřejnit a své tvrzení zdůvodní - vyhledá svou digitální stopu a porovná ji s jinou digitální stopou (např. známé osobnosti, spolužáka) - uvědomuje si, že zveřejněné informace lze jen obtížně odstranit	**Šikana, kyberšikana, týrání, brutalita a jiné formy násilí v médiích** **Soužití lidí** – komunikace v digitálním světě, digitální identita **Chování lidí** – předcházení konfliktním situacím v online prostředí **Osobní bezpečí** – ochrana osobních údajů, digitální stopa	komunikační obrany proti agresi a manipulaci; asertivní komunikace **MV2** - vnímání rozdílu mezi realitou a stavem prezentovaným v médiích (nereálný vzhled lidí na sociálních sítích) **MV4** - rozpoznání manipulace při komunikaci na internetu	
ČJS-5-5-06 uplatňuje základní dovednosti a návyky související s podporou zdraví a jeho preventivní ochranou	**žák:** - využívá zásady zdravého stravování - dodržuje pitný režim	**Zdravý životní styl, správná výživa**	**MV2** - vnímání rozdílu mezi realitou a stavem prezentovaným v médiích (nereálný vzhled lidí na sociálních sítích) ***Pč*** *- stolování a příprava zdravých pokrmů* ***Tv*** *- pitný režim při sportu*	
ČJS-5-5-07 rozpozná život ohrožující zranění; ošetří drobná poranění a zajistí lékařskou pomoc	**žák:** - dokáže účelně využít důležitá telefonní čísla integrovaného záchranného systému - vyhodnotí míru potřeby přivolání odborné pomoci - poskytne první pomoc	**Péče o zdraví** (drobné úrazy a poranění, prevence nemocí a úrazů, první pomoc při drobných poraněních) **Přivolání pomoci v případě ohrožení fyzického a duševního zdraví** **Infekční nemoci**	**OSV2** - moje tělo **OSV3** - regulace vlastního jednání, bezpečné chování **OSV8** - komunikace v různých situacích, přivolání pomoci **EV4** - náš životní styl, vliv na zdraví	**ČJS-5-5-07p** ošetří drobná poranění a v případě nutnosti zajistí lékařskou pomoc

		Služby odborné pomoci, čísla tísňového volání, správný způsob volání na tísňovou linku	***Čj*** *- komunikace při tísňovém volání* ***Pč, Tv*** *- poskytnutí první pomoci*	