



PROJEKT
ZDRAVÁ ŠKOLA

Ratolesti podpory zdraví ve školách ČR

Informační příloha

listopad 2005



PROJEKT ZDRAVÁ
MATEŘSKÁ ŠKOLA

PRŮVODCE VÝCHOVOU KE ZDRAVÍ

Seriál - část 3.

Seriál vychází v příloze Ratolesti v každém čísle Učitelských listů 2005-06

Vzdělávací obor Výchova ke zdraví v základním vzdělávání

Teoretická a metodologická východiska

Výchova ke zdraví se v základním vzdělávání stává velmi důležitou součástí vzdělávání žáků. Zprostředkovává jim základní informace o zdraví, rozvíjí a prohlubuje dříve osvojené poznatky a praktické dovednosti, formuje postoje a rozhodovací schopnosti v rovině podpory a ochrany zdraví.

Současná koncepce vzdělávacího oboru Výchova ke zdraví (VkZ) umožňuje učitelům překročit tradiční didaktický model, který je převážně založený na předávání hotových poznatků a na osvojování dovedností prostřednictvím izolovaných témat „Hygiena, Výživa, Sexuální výchova, Návykové látky“, a zprostředkovat žákům vzdělávací obsah oboru VkZ z více pohledů a hlubších souvislostí. Na základě toho je i lépe naučit odpovědně se rozhodovat v zájmu ochrany svého zdraví i zdraví druhých.

To lze názorně dokumentovat na příkladu:

Základní faktory, které ovlivňují tělesné, duševní a sociální zdraví

zdravý způsob života

ochrana před běžnými, přenosnými, civilizačními chorobami a úrazy, zdravá strava, zdravé sebepojetí, psychohygiena, mezilidské vztahy, pohybová aktivita, bezpečné chování v souvislosti s dospíváním a sociálně patologickými jevy

kvalita životního prostředí

základní podmínky života, ekosystémy, aktuální stav životního prostředí, zdravé bydlení, podmínky a prostředí pro práci

V této souvislosti je třeba žáky postupně vést k aktivnímu vyhledávání a uvědomování si vnitřních souvislostí mezi životním stylem člověka a globálním rozměrem zdraví a následné vyvozování závěrů pro praktický život.

Současná koncepce vzdělávacího oboru Výchova ke zdraví

navazuje na:

- **Standard základního vzdělávání** – Oblast zdravého životního stylu a na jeho rozpracování ve vyučovacím předmětu Rodinná výchova v dosud platných vzdělávacích programech (nová strukturace učiva);
- **pozitivní zkušenosti** zahraničních kurikulárních projektů a doporučení WHO (na zdraví je pohlíženo v širších a hlubších souvislostech);
- **obsah a rozsah problematiky zdraví v RVP PV** (přímá návaznost);
- **potřeby týkající se podpory a ochrany zdraví** u dětí a dospívajících (zvyšující se procento nezletilých zneužívajících legální i nelegální návykové látky, vzrůstající agresivita u dětí aj.).

směřuje k:

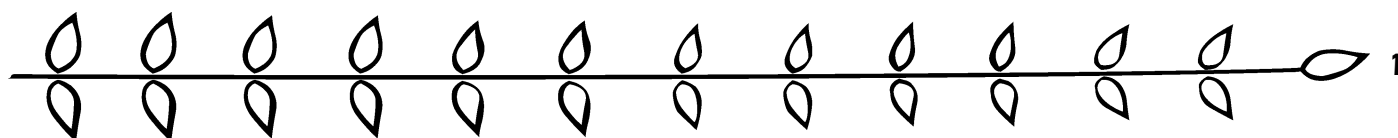
- **posílení formativní funkce vyučovacích předmětů**, který z daného oboru vznikne na úrovni ŠVP (ve výchově žáků směřuje k formování postojů a rozhodovacích schopností souvisejících se zdravím a mezilidskými vztahy, k postupnému přebírání odpovědnosti za zdraví, bezpečnost a kvalitní životní prostředí).

Charakteristika vzdělávacího oboru

V RVP ZV navazuje vzdělávací obor *Výchova ke zdraví* (2. stupeň) na vzdělávací oblast *Člověk a jeho svět* a tematický okruh (TO) *Člověk a jeho zdraví* s přesahy do TO *Lidé kolem nás* a *Rozmanitost přírody* (1. stupeň).

Konkrétně navazuje na vzdělávací obsah zaměřený na:

- základní znalosti o lidském těle a funkci orgánových soustav;
- základní poučení o hygienických, režimových a zdravotně preventivních návycích;



- základy sexuální výchovy, narození a vývoj dítěte;
- poučení o zdraví a nemocech, poskytnutí základů PP;
- zásady zdravého stravování;
- bezpečné chování v rizikovém prostředí, v kontaktu s návykovými látkami, hracími automaty;
- mezilidské vztahy v rodině, mezi vrstevníky aj.

Ve vzdělávacím oboru VkJ se problematika zdraví v závislosti na věku a potřebách žáků dále rozvíjí a prohlubuje. V této souvislosti již nestačí předávat žákům informace o tom, co je a co není zdravé/bezpečné. Žáky je třeba vést tak, aby se u nich na základě osvojených poznatků a specifických sociálních dovedností (dovednosti pro kooperaci a řešení problémů, asertivní formy komunikace v obtížných/rizikových situacích, pomáhající a prosociální chování aj.) formovaly trvalé postoje k celoživotní podpoře a ochraně zdraví.

Popsaný přístup je možné názorně dokumentovat na dalším příkladu:

„Co vše si žák potřebuje aktivně osvojit, aby se uměl chránit před riziky sociálně patologického chování?“

- znát, uvědomovat a připouštět si závažná rizika způsobená zneužíváním návykových látek,
- pochopit přímé vztahy mezi zneužíváním návykových látek a životní perspektivou mladého člověka a vyvodit z nich pro sebe odpovědná rozhodnutí,
- osvojit si a v reálném životě uplatňovat efektivní sociální dovednosti (dovednosti komunikační obrany v rizikovém prostředí, např. prosazovat své názory, vyjednávat aj.), které snižují jeho případné selhání na minimum.

Vzdělávací obor VkJ úzce souvisí s některými tematickými okruhy jiných vzdělávacích oborů (např. Přírodopis, Výchova k občanství, Tělesná výchova aj.), a tím umožňuje efektivní propojování vzdělávacích obsahů na úrovni mezipředmětových vztahů nebo integrovaného vyučovacího předmětu.

Praktický a aplikační charakter VkJ dává učiteli možnost volit převážně metody činnostního charakteru, prostřednictvím kterých posiluje rozumové a citové vazby žáků k dané problematice, rozvíjí a upevňuje praktické dovednosti, které mohou významným způsobem ovlivnit kvalitu života v dospělosti.

Činnost učitele směřuje k tomu, aby žáci o hodnotě a významu zdraví:

- přemýšleli v širších souvislostech;
- osvojovali si potřebné poznatky a praktické dovednosti, které mohou využívat a aplikovat ve svém životě;
- postupně si formovali odpovědné postoje k celoživotní ochraně vlastního zdraví i zdraví jiných.

Specifické cíle vzdělávacího oboru

Při rozpracování vzdělávacího oboru VkJ na úroveň vyučovacího předmětu (samostatného, integrovaného) je třeba vycházet ze specifických cílů oboru, kterými jsou:

- **formování pozitivního vztahu k vlastnímu zdraví** a k celoživotní odpovědnosti za podporu a ochranu svého zdraví i zdraví druhých,
- **utváření pozitivních mezilidských vztahů** v rodině a v širším společenství založených na úctě, toleranci a empatii,
- **utváření odpovědného** (neohrožujícího a nepoškozujícího) **chování** vůči sobě a ostatním, přírodě a životnímu prostředí, předvídání a analyzování důsledků vlastního chování a jednání v různých situacích (sexuální chování,

sexuální kriminalita, zneužívání návykových látek, projev násilí aj.),

- **osvojení sociálních dovedností** a modelů chování, utváření kvalitních mezilidských vztahů, empatie, interakčních a vztahových dovedností pro život s druhými lidmi, snižování rizik v souvislosti se sociálně patologickými jevy, včetně napravování (korigování) chybných rozhodnutí aj.

Vzdělávací obsah oboru Výchova ke zdraví

V RVP ZV je vzdělávací obsah oboru VkJ vymezen:

- **Očekávanými výstupy (OV)** – vyjadřují úroveň vědomostí, dovedností postojů a hodnot, které mají všichni žáci prostřednictvím učiva dosáhnout na konci 9. ročníku. Pro práci učitele i žáků jsou OV závazné (učitel k nim musí směřovat, žák je naplňuje na individuální úrovni). OV jsou formulovány jako činnostní výstupy, proto jsou uvozeny aktivními slovesy (vysvětluje, posoudí, dává do souvislostí, uplatňuje aj.). V oboru VkJ jsou OV na rozdíl od většiny ostatních vzdělávacích oborů záměrně předřazeny před TO, protože se tím zdůrazňuje jejich „univerzálnost“, návaznost na učivo více TO (např. očekávaný výstup „*dává do souvislostí složení stravy a způsob stravování s rozvojem civilizačních nemocí a v rámci svých možností uplatňuje zdravé stravovací návyky*“ je funkčně propojen s TO „Zdravý způsob života a péče o zdraví“, „Hodnota a podpora zdraví“, Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence“, Změny v životě člověka a jejich reflexe“).
- **Učivem**, které je prostředkem k dosažení očekávaných výstupů a utváření klíčových kompetencí a je doporučeno. Teprve rozpracované ve školním vzdělávacím programu se stává závazné. Učivo je vymezeno rámcově, aby umožňovalo rozpracování podle potřeb a zájmu žáků, podmínek školy, zaměření učitelů atd.

Učivo VkJ je v RVP ZV rozpracováno do šesti TO:

- **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**

Provázanost vzdělávacího oboru

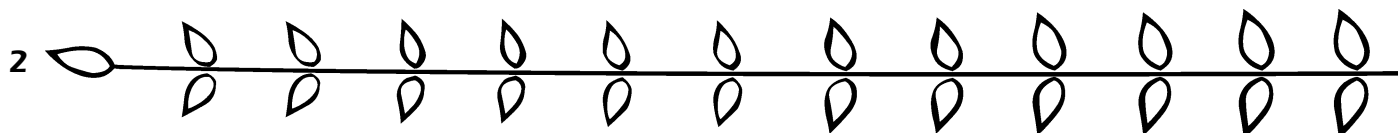
Výchova ke zdraví s cíli ZV, klíčovými kompetencemi a jinými kategoriemi RVP ZV (ŠVP)

Jestliže jsme v minulé části seriálu označili cíle ZV za směr vzdělávání a klíčové kompetence žáků za výsledek základního vzdělávání (soubor předpokládaných vědomostí, dovedností, postojů a hodnot důležitých pro osobní rozvoj žáka a jeho aktivní zapojení do společnosti), ke kterým mají přispívat všechny vzdělávací obory, pak s nimi musí korespondovat i obor VkJ. Jak tedy učitel realizující obor VkJ uvažuje, aby k cílům ZV směřoval a u žáků utvářel klíčové kompetence?

Cíle ZV a klíčové kompetencí (KK)

Učitel zvažuje:

Které cíle ZV naplňuji a které KK především utvářím vzdělávacím obsahem oboru VkJ? Co vlastně ve své obecnosti pro můj obor znamenají? Je třeba je konkretizovat? Se kterými



cíli oboru VkJ a se kterými OV korespondují? Které OV k nim směřují? (*Je důležité pro celkovou koncepci předmětu, pro formulaci výchovně vzdělávacích strategií na úrovni předmětu a pro rozpracování OV do ročníků.*)

Výchovně vzdělávací strategie školy (v ŠVP)

Učitel zvažuje:

Které výchovné strategie školy mohou v oboru VkJ uplatňovat přímo? Které mohou podpořit specifickými strategiemi oboru? Jak budou formulovány? Utváření které (kterých) KK budou podporovat? (*Důležité pro vymezení výchovně vzdělávacích strategií na úrovni předmětu, pro volbu metod, příležitostí pro žáky atd.*)

Očekávané výstupy (OV)

Učitel zvažuje:

Jaká je podoba OV, jsou dlouhodobé či krátkodobé, obecné či konkrétní? Jak je třeba je konkretizovat a rozčlenit do ročníků, aby tvořily logickou cestu vedoucí k dosažení OV? Jaké činnosti budu volit k jejich realizaci? Jaké metody podpoří činnostní charakter OV? Jaké učivo může vést k jejich osvojení? Jak poznám, že jich bylo dosaženo? Jaká zvolím kritéria hodnocení? (*Důležité pro rozpracování a distribuci OV a učiva do učebních osnov.*)

Učivo (U), průřezová témata (PT)

Učitel zvažuje:

Které učivo podpoří daný OV? Jak je třeba učivo konkretizovat? Co je pro žáky při dosahování OV podstatné? S čím U koresponduje v PT, v jiných oborech? (*Důležité pro rozpracování a distribuci U a PT do učebních osnov.*)

Příklady rozpracování klíčových kompetencí a výchovně vzdělávacích strategií ve vzdělávacím oboru VkJ:

- **Kompetence k učení** – vyhledává a hodnotí informační zdroje související s podporou a ochranou zdraví a na základě jejich pochopení a ztotožnění s nimi je využívá v praktickém životě.

Výchovně a vzdělávací strategie učitele: seznámat žáky s problematikou zdraví ve vzájemných souvislostech; předkládat žákům dostatek spolehlivých informačních zdrojů souvisejících s podporou a ochranou zdraví a vést je k jejich využívání v běžném životě; nabízet žákům efektivní aktivizující metody, které jim přiblíží problematiku zdraví a povedou k ochotě se o ni zajímat.

- **Kompetence k řešení problémů** – hledá řešení k problémům souvisejícím se zdravím člověka a vyvozuje z nich závěry pro svoje chování, rozhodování a jednání.

Výchovně a vzdělávací strategie učitele: aktivizovat žáky k hledání různých způsobů řešení problémů, k porovnávání názorů, mediálních tvrzení a vlastních zkušeností se zdravím, k vyhodnocování a vyvozování závěrů v rovině chování, rozhodování a jednání v různých etapách života.

Charakteristika tematických okruhů vzdělávacího oboru VkJ

Vzdělávací obsah TO je záměrně formulován rámcově, aby učitel poskytoval dostatečný prostor k podrobnějšímu a hlubšímu rozpracování učiva podle potřeb žáků a podmínek dané školy (věk žáků a s ním související rozumová a psychická zralost, výukové metody učitele, projekty, materiální podmínky

školy aj.). Tematické okruhy vedle sebe nestojí izolovaně. Jejich vzdělávací obsahy se ve výuce logicky a funkčně propojují. Specifické postavení má tematický okruh Osobnostní a sociální rozvoj, který prochází napříč všemi tematickými okruhy.

Tematický okruh (TO)

„Vztahy mezi lidmi a formy soužití“

Základními pilíři TO jsou: *vztahy mezi vrstevníky* (kamarádství, přátelství, zamilovanost, láska, partnerské vztahy), *vztahy a soužití v rodině* (manželství, rodičovství, postavení jedince v rodině, základní funkce rodiny, současná role matky a otce v rodině aj.), *vztahy a pravidla soužití v prostředí komunity* (ve škole, při zájmových aktivitách, v obci).

Tematický okruh přispívá k utváření a rozvíjení těchto klíčových kompetencí:

- **kompetence komunikativní** (např. rozvíjením komunikativních dovedností k vytváření vztahů potřebných k bezproblémovému soužití a spolupráci s ostatními lidmi v prostředí rodiny, školy a komunity – empatie, vyjednávání, kompromis,
- **kompetence občanské** (např. rozvíjením interakčních a vztahových dovedností pro život ve společnosti),
- **kompetence sociální a personální** (např. upevnováním dobrých mezilidských vztahů na základě ohleduplnosti a úcty k člověku a spolupráce ve skupině).

Uplatnění nacházejí průřezová témata *Osobnostní a sociální výchova* (tematické okruhy Osobnostní, sociální a morální rozvoj); *Výchova demokratického občana* (tematický okruh Občanská společnost a škola); *Multikulturní výchova* (téma Lidské vztahy).

V souvislosti s uplatňováním funkčních mezipředmětových vazeb je možné tematický okruh „Vztahy mezi lidmi a formy soužití“ propojit s Výchovou k občanství, TO „Člověk ve společnosti“ (vztahy mezi lidmi, zásady lidského soužití) a „Člověk jako jedinec“ (osobnostní rozvoj).

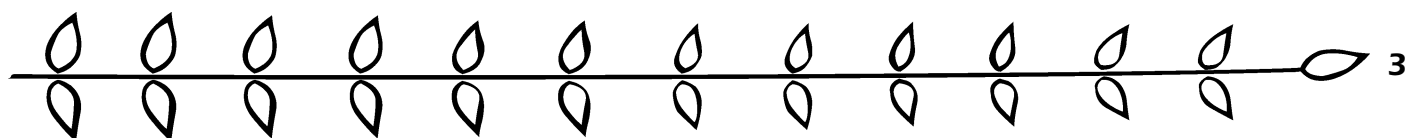
Tematický okruh

„Změny v životě člověka a jejich reflexe“

Daný TO vede k *pochopení tělesných a psychosociálních změn spojených s obdobím dospívání* (rozdíly v pohlaví, menstruace, poluce, měnící se pocity, citová rozhodnutí); *k formování a upevnování odpovědného chování a rozhodování v otázkách partnerství a rodičovství a k uplatňování odpovědného sexuálního chování v souvislosti s ochranou zdraví, etikou, morálkou* (bezpečné sexuální chování, předčasná sexuální zkušenost a její rizika, soužití jedinců stejného pohlaví, etická stránka sexuality, předčasné ukončení těhotenství, pohlavně přenosné choroby, HIV/AIDS), *základy lidské reprodukce* (plánované rodičovství, antikoncepce, životospráva těhotné ženy, péče o dítě).

TO přispívá k utváření a rozvíjení těchto klíčových kompetencí:

- **kompetence k učení** (např. předkládáním dostateku informačních zdrojů souvisejících ochranou sexuálního a reprodukčního zdraví a vedením žáků k jejich uplatňování v intimním životě),
- **kompetence komunikativní** (např. rozvíjením komunikativních dovedností podporujících kultivované chování k opačnému pohlaví, rozvíjením dovednosti formulovat



vlastní myšlenky a obhajovat vlastní názory v oblasti sexuálního zdraví),

- *kompetence k řešení problémů* (např. vyvozováním a uplatňováním uvážlivých rozhodnutí v souvislosti se zahájením plného intimního života).

V této souvislosti se doporučuje těsné propojení s TO „Osobnostní a sociální rozvoj“ (např. mezilidské vztahy a komunikace, sebeovládání, hledání pomoci v problémech aj.)

Rovněž promyšlené využívání mezioborových vazeb dává žákům příležitost nahlížet na danou problematiku v širších souvislostech, uvědomovat si vnitřní vazby mezi příbuznými vzdělávacími obory nebo jejich tématy (v tomto případě VkJ a Přírodopis). Proto se v této souvislosti doporučuje úzké propojení TO „Změny v životě člověka a jejich reflexe“ a „Biologie člověka“.

Tematický okruh

„Zdravý způsob života a péče o zdraví“

TO vede žáky k porozumění hodnotě zdraví jako základního předpokladu pro aktivní a spokojený život a k přijetí odpovědnosti za ochranu zdraví vlastního a ostatních.

Předchozí znalosti a dovednosti žáků prohlubuje a rozšiřuje o další problematiku preventivní medicíny – zdraví a nemoc, preventivní lékařská péče, ochrana zdraví jako součást způsobu života (tělesná, duševní a sociální pohoda, zdravá výživa, aktivní pohyb pro zdraví), vliv životních a pracovních podmínek a životního stylu na zdraví aj.).

TO přispívá k utváření a rozvíjení těchto klíčových kompetencí:

- *kompetence k učení* (např. vyhledáváním, zpracováváním a vyhodnocováním informačních zdrojů z oblasti preventivní medicíny aj.),
- *kompetence komunikativní* (např. vedením žáků k uplatňování osvojených modelů specifických komunikativních dovedností při kontaktu se službami odborné pomoci aj.),
- *kompetence občanské* (např. vedením žáků k odpovědnému rozhodování a pohotovému jednání v situacích úrazu, náhlého ohrožení zdraví aj.).

Doporučuje se propojit s TO *Osobnostní a sociální rozvoj*, průřezovými tématy *Environmentální výchova* (Vztah člověka k prostředí, životní prostředí a zdraví) a *Mediální výchova* (interpretace vztahů mediálních sdělení a reality).

Tematický okruh

„Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence“

Na TO se váže široké spektrum rizik, které jedince ohrožují v rovině zdraví fyzického, psychického a sociálního – civilizační choroby, početná skupina auto-destruktivních závislostí, individuálního násilí a sexuální kriminality, manipulativní reklama a působení sekt, ochrana člověka za mimořádných událostí.

Ze zvolené struktury TO však rozhodně nevyplývá, že s ním učitel bude pracovat izolovaně, jako s kompaktním, nedělitelným celkem. Dílčí rizika je třeba logicky propojovat s ostatními

tematickými okruhy vzdělávacího oboru Výchova ke zdraví (např. auto-destruktivní závislosti s TO Vztahy mezi lidmi a formy soužití, Osobnostní a sociální rozvoj, Zdravý způsob života a péče o zdraví).

TO přispívá k utváření a rozvíjení těchto klíčových kompetencí:

- *Kompetence k učení* (např. předkládáním spolehlivých informačních zdrojů souvisejících s širokým spektrem sociálně patologických jevů),
- *Kompetence k řešení problémů* (např. předkládáním specifických námětů a vytvářením modelových situací vhodných k řešení problémů zneužívání návykových látek a jiných patologických jevů),
- *Kompetence komunikativní* (např. rozvíjením specifických dovedností komunikační obrany proti manipulaci a agresi),
- *Kompetence občanské* (např. nabízením různých příležitostí a modelových situací k uplatňování odpovědného chování v krizových a rizikových situacích).

Doporučuje se propojit s TO *Osobnostní a sociální rozvoj* a průřezovými tématy *Osobnostní a sociální výchova*, *Výchova demokratického občana* a *Mediální výchova*.

Tematický okruh „Osobnostní a sociální rozvoj“

TO *Osobnostní a sociální rozvoj* v přizpůsobené podobě začleňuje do svého obsahu část vzdělávacího obsahu průřezového tématu *Osobnostní a sociální výchova*. Propojení TO *Osobnostní a sociální rozvoj* se vzdělávacím obsahem výchovy ke zdraví významně posiluje filosofii *celostně pojatého zdraví* jako souladu složky fyzické, psychické a sociální.

Vztah TO k výchově ke zdraví je založen na *formativním působení v rovině osobnostního, sociálního a mravního rozvoje*. Žákovi významným způsobem pomáhá rozvíjet dovednosti potřebné pro život v tématech: *psychohygienu* (např. regulace zátěží, stresů, zvládání krizových situací), *mezilidské vztahy* (např. empatie, respektování druhých, prosociální chování), *řešení problémů a rozhodovacích dovedností* (např. problémy v osobních a mezilidských vztazích, v rizikových situacích), *komunikace* (např. naslouchání, vyjednávání, řešení konfliktů, specifické komunikační dovednosti a strategie v běžných i krizových situacích, komunikační ochrana proti manipulaci) a *prevence sociálně patologických jevů a negativních způsobů chování*.

TO *Osobnostní a sociální rozvoj* postupuje ostatními tematickými okruhy vzdělávacího oboru VkJ (Vztahy mezi lidmi, Změny v životě člověka a jejich reflexe, Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence a další) a jeho realizace přepokládá organizaci výuky v delších časových úsecích, než je standardní vyučovací hodina (např. výuku v blocích, krátkodobé projekty, kurzy).

V dalším dílu seriálu „Průvodce výchovou ke zdraví“ se budeme zabývat rozpracováním vzdělávacího oboru Výchova ke zdraví ve školních vzdělávacích programech.

Zpracovala: Hana Pernicová, VÚP v Praze

- * **Seriál PRŮVODCE VÝCHOVOU KE ZDRAVÍ si klade za cíl komunikovat se školami o problematice zdraví.**
- * **S jednotlivými díly se budete setkávat v příloze Ratolest po celý školní rok 2005-06.**
- * **Na přípravě seriálu spolupracují odborníci z oblasti školství i zdravotnictví a pedagogové ze škol.**
- * **Přejete-li si, aby se v seriálu objevily některé problémy související s problematikou zdraví v ŠVP, napište nám o nich: tupy@vuppraha.cz, mhavlin@szu.cz. Děkujeme.**

