

Roční plán rok 2023/2024

Předmět: Výchova ke zdraví

Ročník: 9.

Vyučující: Pavlína Lomičová

Září

zásady zdravého životního stylu

vhodný způsob stravování

podpora lokálních surovin

Říjen

dopad našeho stravování na životní prostředí

tvorba zdravého jídelníčku

tvorba adresáře místních zemědělců

podzimní jarmark

Listopad

já a moji blízcí

důležitost rodinných vztahů

mezigenerační setkávání

výlety do historie, vyprávění starších

Prosinec

vztahy v našem blízkém okolí

vánoční setkávání

Leden

sebepojetí a sebehodnocení

hodnoty důležité pro život

Únor

pravidla společenského chování

chování ve škole

chování ve veřejných prostorách

chování vůči starším lidem

Březen

zvládání stresových situací

relaxační cvičení

techniky mindfulness

Duben

zodpovědná sexualita

pohlavně přenosné choroby

antikoncepce

Květen

druhy závislostí

alkohol a tabák

typy drog

Červen

chráníme své bezpečí

možné způsoby obrany v případě ohrožení

zásady první pomoci