

Roční plán rok 2022/2023

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 prostorech  
              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