

Vyučovací předmět :	Osobnostně sociální rozvoj – volitelný předmět
Období – ročník :	3. období – 8. ročník
Učební texty :	

Očekávané výstupy předmětu

Na konci 3. období základního vzdělávání žák:

VERBÁLNÍ A NEVERBÁLNÍ KOMUNIKACE

1. vysvětlí pojmy komunikace, komunikační proces
2. popíše základní rozdíly mezi verbální a neverbální komunikací
3. ovládne verbální projev, rozpozná chyby ve verbálním projevu
4. vyjmenuje a popíše složky neverbální komunikace
5. osvojí si zvládnutí trémy

UČENÍ

6. vysvětlí pojem učení
7. vyjmenuje druhy lidského učení
8. osvojí si metody učení
9. naučí se používat jemu nejbližší metodu v praxi

BEZPEČNÁ KOMUNIKACE A PREVENCE RIZIK NA SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH

10. osvojí si základní pojmy (kyberšikana, sexting)
11. rozpozná rizika na sociálních sítích
12. osvojí si bezpečné používání moderních technologií (internet, mobil)
13. osvojí si postupy jak a kde hledat pomoc

SEBEPOZNÁNÍ A ROZVOJ OSOBNOSTI

14. vysvětlí pojem sebepoznání a co je základem sebepoznání
15. seznámí se s pojmem a významem duševní hygieny
16. osvojí si některé relaxační techniky
17. seznámí se s významem pojmu rozvoj osobnosti a s tím co se za ním skrývá

18. seznámí se s některými metodami rozvoje osobnosti

STRES A JEHO ZVLÁDÁNÍ

19. vysvětlí pojmy stres, stressor

20. vyjmenuje fyziologické projevy stresu

21. seznámí se s příznaky stresu a naučí se je identifikovat

22. vyjmenuje druhy stresu

23. osvojí si základní techniky zvládnání stresu

ZVLÁDÁNÍ A ŘEŠENÍ KONFLIKTŮ

24. vysvětlí pojem konflikt

25. vyjmenuje druhy konfliktů

26. seznámí se se způsoby řešení konfliktů

27. osvojí si techniku správného řešení konfliktů

SOCIÁLNÍ ROZVOJ

28. naučí se poznávat a lépe vnímat své spolužáky

29. rozpozná druhy osobnosti – typologii

30. naučí se poznávat nové prostředí

31. osvojí si postup jak chválit a přijímat pochvalu

32. naučí se přijímat konstruktivní kritiku

SPOLUPRÁCE A KOMUNIKACE V TÝMU

33. vysvětlí definici týmu, typy týmů a jejich charakteristiky

34. pochopí proč je důležitá kvalitní týmová spolupráce

35. osvojí si pravidla práce a komunikace v týmu

36. seznámí se se svojí rolí v týmu a pochopí její význam

37. naučí se používat nástroje tvořivé týmové práce

Cílové zaměření předmětu v 8. ročníku ZV

Vzdělávání v předmětu v 8. ročníku směřuje k:

- prohloubení základních znalostí z psychologie
- poznání sebe sama
- orientaci ve společnosti, kolektivu
- pochopení problematiky rozvoje osobnosti
- aplikaci základních psychologických metod v praxi

- vzbuzení zájmu o okolí a svůj rozvoj
- tomu, aby žák přemýšlel a uvažoval v souvislostech

Očekávané výstupy	Dílčí výstupy	Učivo	Průřezová témata	Odkazy
VERBÁLNÍ A NEVERBÁLNÍ KOMUNIKACE				září - říjen
<p>OVO1: vysvětlí pojmy komunikace, komunikační proces</p> <p>OVO2: popíše základní rozdíly mezi verbální a neverbální komunikací</p> <p>OVO3: ovládne verbální projev, rozpozná chyby ve verbálním projevu</p> <p>OVO4: vyjmenuje a popíše složky neverbální komunikace</p> <p>OVO5: osvojí si zvládnání trémy</p>	<p><i>Uvědomuje si potřebu správné komunikace</i></p> <p><i>Ovládne verbální a neverbální komunikační dovednosti</i></p>	Verbální a neverbální komunikace	OSV 8: Komunikace: řeč těla; dovednosti pro sdělování verbální i neverbální; komunikace v různých situacích (informování, odmítání, omluva, pozdrav, prosba, přesvědčování, řešení konfliktů, vyjednávání, vysvětlování, žádost apod.)	Praktické cvičení 1 Video – sekvence z filmu
UČENÍ				listopad
<p>OVO6: vysvětlí pojem učení</p> <p>OVO7: vyjmenuje druhy lidského učení</p> <p>OVO8: osvojí si metody učení</p> <p>OVO9: naučí se používat jemu nejbližší metodu v praxi</p>	<p><i>Zná metody učení a umí je používat</i></p>	Učení	OSV 3: Seberegulace a sebeorganizace: organizace vlastního času, plánování učení a studia; stanovování osobních cílů a kroků k jejich dosažení	Pracovní list 1 Praktické cvičení 2

BEZPEČNÁ KOMUNIKACE A PREVENCE RIZIK NA SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH				prosinec - leden
<p>OVO10: osvojí si základní pojmy (kyberšikana, sexting)</p> <p>OVO11: rozpozná rizika na sociálních sítích</p> <p>OVO12: osvojí si bezpečné používání moderních technologií (internet, mobil)</p> <p>OVO13: osvojí si postupy jak a kde hledat pomoc</p>	<p>Zhodnotí a rozezná pozitivní a především negativní vlivy sociálních sítí</p> <p>Navrhne různá konkrétní řešení bezpečné komunikace na sociálních sítích</p> <p>Orientuje se v online prostoru</p>	Bezpečná komunikace a prevence rizik na sociálních sítích		Praktické cvičení 3 Internet Video
SEBEPOZNÁNÍ A ROZVOJ OSOBNOSTI				únor
<p>OVO14: vysvětlí pojem sebepoznání a co je základem sebepoznání</p> <p>OVO15: seznámí se s pojmem a významem duševní hygieny</p> <p>OVO16: osvojí si některé relaxační techniky</p> <p>OVO17: seznámí se s významem pojmu rozvoj osobnosti a s tím co se za ním skrývá</p> <p>OVO18: seznámí se s některými metodami rozvoje osobnosti</p>	<p>Ví, co znamená pojem osobnost</p> <p>Chápe význam duševní hygieny</p> <p>Umí použít některé relaxační techniky</p> <p>Zná některé metody rozvoje osobnosti</p>	Sebepoznání a rozvoj osobnosti	OSV 2: Sebepoznání a sebepojetí: moje učení; zdravé a vyrovnané sebepojetí	Video – sekvence z filmu Praktické cvičení 4 Pracovní list 2
STRES A JEHO ZVLÁDÁNÍ				březen
OVO19: vysvětlí pojmy	Umí vyjmenovat fyziologické	Stres a jeho zvládání		Praktické cvičení 5

<p><i>stres, stressor</i> OVO20:vyjmenuje fyziologické projevy stresu OVO21:seznámí se s příznaky stresu a naučí se je identifikovat OVO22:vyjmenuje druhy stresu OVO23:osvojí si základní techniky zvládnání stresu</p>	<p><i>projevy stresu</i> Zná a umí použít základní techniky zvládnání stresu</p>			Video
ZVLÁDÁNÍ A ŘEŠENÍ KONFLIKTŮ				duben
<p>OVO24:vysvětlí pojem konflikt OVO25:vyjmenuje druhy konfliktů OVO26:seznámí se se způsoby řešení konfliktů OVO27:osvojí si techniku správného řešení konfliktů</p>	<p>Zná základní pojem konflikt Zná druhy konfliktů <i>Vi, co je NATURA 2000 a co je jejím smyslem</i> Orientuje se ve způsobech řešení konfliktů Umí techniku správného řešení konfliktů</p>	Zvládnání a řešení konfliktů	OSV 8: Komunikace: řeč těla; dovednosti pro sdělování verbální i neverbální; komunikace v různých situacích (informování, odmítání, omluva, pozdrav, prosba, přesvědčování, řešení konfliktů, vyjednávání, vysvětlování, žádost apod.)	Praktické cvičení 6 Video – sekvence z filmu
SOCIÁLNÍ ROZVOJ				květen
<p>OVO28:naučí se poznávat a lépe vnímat své spolužáky OVO29:rozpozná druhy osobnosti – typologii OVO30:naučí se poznávat nové prostředí OVO31:osvojí si postup jak chválit a přijímat pochvalu OVO32:naučí se přijímat konstruktivní kritiku</p>	<p>Zná druhy osobnosti <i>Vi, jak poznávat a lépe vnímat své spolužáky</i> Umí přijímat pochvalu i konstruktivní kritiku</p>	Sociální rozvoj		Praktické cvičení 7 Pracovní list 3

SPOLUPRÁCE A KOMUNIKACE V TÝMU				červen
<p>OVO33:vysvětlí definici týmu, typy týmů a jejich charakteristiky</p> <p>OVO34:pochopí proč je důležitá kvalitní týmová spolupráce</p> <p>OVO35:osvojí si pravidla práce a komunikace v týmu</p> <p>OVO36:seznámí se se svojí rolí v týmu a pochopí její význam</p> <p>OVO37:naučí se používat nástroje tvořivé týmové práce</p>	<p><i>Zná definici týmu</i></p> <p><i>Zná typy týmů</i></p> <p><i>Ví, co je kvalitní týmová spolupráce</i></p> <p><i>Umí používat nástroje tvořivé týmové práce</i></p>	<p>Spolupráce a komunikace v týmu</p>	<p>OSV 3: Seberegulace a sebeorganizace: organizace vlastního času, plánování učení a studia; stanovování osobních cílů a kroků k jejich dosažen</p>	<p>Praktické cvičení 8</p> <p>Pracovní list 4</p> <p>Video</p>