

# OBSAH

Užívané piktogramy . . . . .	5
Úvod . . . . .	6
Zařazení tématu do Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání . . . . .	7
1. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Vztahy ve dvojici</b> . . . . .	10
<i>Natálie Janková, Vanda Lízalová</i>	
2. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Vztahy a pravidla soužití v prostředí komunity</b> . . . . .	21
<i>Markéta Mertová</i>	
3. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Dětství, puberta, dospívání</b> . . . . .	30
<i>Lada Veverová</i>	
4. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Sexuální dospívání a reprodukční zdraví</b> . . . . .	46
<i>Daniela Trčková (TV)</i>	
5. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Výživa a zdraví</b> . . . . .	61
<i>Michaela Poláková, Petra Urbánková</i>	
6. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Vlivy vnějšího a vnitřního prostředí na zdraví</b> . . . . .	80
<i>Petra Urbánková</i>	
7. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Tělesná a duševní hygiena, denní režim</b> . . . . .	90
<i>Vanda Lízalová</i>	
8. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Ochrana před přenosnými chorobami</b> . . . . .	101
<i>Nikola Hofferíková</i>	
9. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Ochrana před chronickými nepřenositelnými chorobami a před úrazy</b> . . . . .	116
<i>Michaela Poláková</i>	

10. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Stres a jeho vztah ke zdraví</b> . . . . .	133
<i>Eliška Terlová</i>	
11. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Autodestruktivní závislosti</b> . . . . .	147
<i>Markéta Požárová</i>	
12. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Skryté formy a stupně individuálního násilí a zneužívání, sexuální kriminalita</b> . . .	160
<i>Markéta Požárová, Tereza Šimčíková, Lada Veverová</i>	
13. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Bezpečné chování a komunikace</b> . . . . .	178
<i>Nikola Hofferíková, Eliška Terlová, Daniela Trčková (TV)</i>	
14. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Manipulativní reklama a informace</b> . . . . .	199
<i>Marie Škrobáková, Daniela Trčková (M), Lenka Zemánková</i>	
15. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Ochrana člověka za mimořádných událostí</b> . . . . .	210
<i>Markéta Mertová</i>	
16. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Celostní pojetí člověka ve zdraví a nemoci</b> . . . . .	222
<i>Tereza Šimčíková</i>	
17. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Podpora zdraví a její formy</b> . . . . .	236
<i>Eva Lapešová, Petra Srbová, Barbora Zástěrová</i>	
18. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Sebepoznání a sebepojetí</b> . . . . .	249
<i>Michaela Schnirchová, Lenka Štenclová</i>	
19. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Seberegulace a sebeorganizace v činnostech a chování</b> . . . . .	257
<i>Markéta Burdová, Jana Petrová (Sapíková)</i>	
20. VYUČOVACÍ HODINA	
<b>Psychohygienu</b> . . . . .	270
<i>Natálie Janková</i>	
<b>Seznam použité literatury</b> . . . . .	282