

# I Inovace výuky na příkladu dv

pro základní školy

DZ



## OBSAH:

|                                                |    |
|------------------------------------------------|----|
| □ Úvod do dopravní výchovy.....                | 4  |
| □ Schopnosti, dovednosti, znalosti .....       | 8  |
| □ Dopravní výchova v kompetencích rvp .....    | 15 |
| □ Využití Gestalt přístupu ve vzdělávání ..... | 18 |



**DZ**

### **Inovace výuky na příkladu dopravní výchovy pro základní školy**

**Autoři:**

Heinrichová Alena  
Mgr. Heinrichová Jitka  
Mgr. Müllerová Dana  
Mgr. Reková Lenka  
Mgr. Tělupil Milan  
Mgr. Winklerová Monika  
Mgr. Zemínová Hana

Jazyková korektura: Anna Bečvářová

**Odborná korektura:**

Ing. Heinrich Jaroslav  
Mgr. Neklapilová Vladimíra

Jazyková korektura: Anna Bečvářová

Ilustrace: Petra Šlechtová

Grafická úprava a sazba: Jan Mocňák

Tisk: Geoprint s.r.o.

**Vydal:**

Venkovský prostor o.p.s., U Nisy 745/6a, 460 01 Liberec 3,  
web: [www.venkovskyprostor.cz](http://www.venkovskyprostor.cz), e-mail: [info@venkovskyprostor.cz](mailto:info@venkovskyprostor.cz)  
Tel.: +420 485 113 444, Fax: +420 485 113 443

**Partner projektu:**

HBH Projekt spol. s r.o., Kabátníkova 5, 602 00 Brno,  
web: [www.hbh.cz](http://www.hbh.cz), e-mail: [hbh@hbh.cz](mailto:hbh@hbh.cz)

1. vydání, Liberec 2012

Náklad 400 kusů

© Venkovský prostor o.p.s.

Tato publikace byla vydána jako součást metodicko-didaktického materiálu „Inovace výuky na příkladu DV“ v rámci projektu „Zvyšování kvalifikace pedagogů pro projektovou výuku, využití informačních a dalších moderních technologií v aplikaci na oblast dopravní výchovy“ financovaného z Operačního programu Vzdělávání pro konkurenceschopnost.





DZ

Vážená paní učitelko, vážený pane učiteli,

publikace **Inovace výuky na příkladu DV**, kterou jste právě otevřeli, je součástí metodicko-didaktického materiálu **Inovace výuky na příkladu dopravní výchovy** vydávaného naší společností v rámci projektu „**Zvyšování kvalifikace pedagogů pro projektovou výuku, využití informačních a dalších moderních technologií v aplikaci na oblast dopravní výchovy**“. Jejím cílem je nabídnout vám nové přístupy a metody výuky a možnosti využívání Rámcového vzdělávacího programu. Aby byly způsoby práce s tímto strategickým dokumentem jednodušší na pochopení, dovolili jsme si je uvést do praxe na příkladu tématu dopravní výchovy.

Další materiály vytvořené v rámci projektu jsou dostupné ve vědomostní knihovně na internetových stránkách projektu [www.inovativni-vyuka.cz](http://www.inovativni-vyuka.cz).



# 1. ÚVOD DO DOPRAVNÍ VÝCHOVY

Nehodovost a úmrtnost na našich silnicích sice povolna každým rokem klesá, přesto je i tak našim úkolem zavést všechna dostupná opatření, která mohou ovlivnit chování našich dětí při pohybu v dopravním prostředí, a tím i chování budoucích řidičů, aby se nehodovost i nadále snižovala a vážných i lehkých následků nehod bylo co nejméně. Každý úraz a úmrtí je nutné brát jako selhání lidského činitele, na kterém se podílelo více faktorů. Jedním z nejdůležitějších faktorů, který lze ovlivnit, je kvalitní, systematická a důsledná dopravní výchova. Je velmi důležité začít s primární prevencí včas a rozvíjet u žáků schopnost chovat se zodpovědně, předcházet nehodám, naučit je předvídat různá rizika a v případě vzniku náhlé a nečekané konfliktní situace vhodně a rychle reagovat.

Cílem části projektu „Dopravní výchova“ je poskytnout podklady pro výuku dopravní výchovy (DV) do vzdělávacích oblastí tak, abyste vy, učitelé, měli pro implementaci DV dostatečnou didaktickou oporu, a mohli tak využít téma „Prevence dopravních nehod“ při projektových dnech, v blokové výuce a při dalších výchovně-vzdělávacích aktivitách. Implementace prvků dopravní výchovy je uskutečnitelná napříč všemi vzdělávacími oblastmi. Častou připomínkou pedagogů je, že neexistují pro kvalitní výuku dopravní výchovy dostatečné podklady ani prostor. S tímto tvrzením však lze polemizovat, protože **nejkvalitnější výukový materiál a nejefektivnější dopravní výchova je zkušenost a zážitek v reálném dopravním prostředí**. Takových podkladů je každodenně k dispozici minimálně tolik, kolik má učitel ve třídě žáků. Pokud jsou jejich **konkrétní zážitky a zkušenosti z reálné situace**:

- ☐ přeneseny do výuky,
- ☐ doplněny zážitkovou výukou,
- ☐ citlivě implementovány do vzdělávacích oblastí,

a žákům je současně umožněno vyhodnocení situace a reflexe, získávají tak informace:

- ☐ o příčinách nehod
- ☐ o možných následcích svého chování na vývoj situace v dopravním prostoru,
- ☐ o možných následcích na zdraví a životech všech účastníků v těchto nebo obdobných situacích.

Žáci se naučí vnímat děj v souvislostech a **pochopí princip fyzikálních, přírodních, lidských i společenských zákonů**, které se ve stejný okamžik v dopravním prostředí setkávají.

Na druhé straně musíme s pedagogy i souhlasit, protože pro výchovu je důležité propojení teorie s praxí a pro teoretickou výuku DV je didaktických opor velmi málo. Náš materiál, který jsme pro vás připravili, vám nabízí možnosti jak prvky dopravní výchovy implementovat do vzdělávacích oblastí tak, aby nebyla narušena koncepce vašeho ročního plánu. Vhodným začleněním prvků dopravní výchovy do vzdělávacích oblastí získáte prostor, který v hodinové dotaci chybí. Žáci se naučí vnímat děj v dopravním prostředí v souvislostech a závislostech. Na dopravní výchovu pro život a pro přežití v dopravním prostředí je nutné se dívat z celistvého nahlédnutí – co vše v daný okamžik (ale i před daným okamžikem) má na situaci vliv, kdo a co všechno v situaci působí, kdo a co všechno tuto situaci ovlivňuje, jak ji ovlivňuje a jak ji může ovlivnit. Všechny potřebné kompetence může žák získat jen propojením dopravní výchovy se všemi vzdělávacími oblastmi, protože každá oblast zahrnuje informace, které jsou pro potřebné znalosti, dovednosti a schopnosti důležité.

## 1.1 Obsah dopravní výchovy

Oblast „Dopravní výchova“ zahrnuje odpovědi na otázky:

- ☐ **Jaké znalosti žáci potřebují?**
- ☐ **Jaké dovednosti žáci ochrání?**
- ☐ **Jakou formou a jakým způsobem žákům informace předat?**

Prevence dopravních nehod a jejich následků na zdraví a životě je příliš důležité téma a nelze ho odbýt jen krátkou, i když monotematickou výukou dvakrát ročně, jak je obvyklou praxí. Dopravní výchova musí u žáků **podporovat morální, duševní, sociální a fyzický rozvoj**. Zároveň je důležité **rozvíjet pozitivní postoj k sobě, k druhým i k prostředí, kde žijí, a připravit žáky k zodpovědnosti**. Na druhé straně je zřejmé, že veškeré tyto dovednosti a znalosti mají mnohem širší dopad než jen na oblast dopravní výchovy.

Aby dopravní výchova opravdu měla výsledky, je nutné vytvořit v rámci stávajícího kurikula jasnou strukturu s **naplánovaným, dlouhodobým a logicky navazujícím programem výuky**. Mají-li žáci pochopit komplikovanost bezpečnosti silničního provozu, musí školy zahrnout dopravní výchovu do učebních osnov všech základních předmětů i ŠVP a **logicky ji včlenit do probírané látky**. Prvky dopravní výchovy mohou poskytnout celou škálu příkladů z každodenního života žáků, a pomocí těchto příkladů dosáhnout výchovných a vzdělávacích cílů kurikula.

Prvky dopravní výchovy lze vyučovat ve všech vzdělávacích oblastech. Učivo jednotlivých předmětů se prolíná s učivem dopravní výchovy. **V rámci každé vzdělávací oblasti získá žák kompetence důležité pro bezpečné chování a zodpovědný pohyb v dopravním prostředí.**

## 1.2 Cíle dopravní výchovy

Cíle dopravní výchovy obsahují základní témata z oblasti rozvoje kompetencí, která pomáhají žákům udržet sebe a okolí v dopravním prostředí v bezpečí.

1. První oblast, oblast smyslů, rozvíjí schopnosti **vnímat okolí všemi smysly** a bezpečně **předvídat a vyhodnocovat situaci**.
2. Druhá oblast, oblast sociálních dovedností, je zaměřena na:
  - a. **rozvoj porozumění mezilidských vztahů**,
  - b. porozumění sobě, druhým,
  - c. porozumění svým pocitům a reakcím,
  - d. porozumění pocitům a reakcím druhých,
  - e. rozvoj sebepojetí,
  - f. rozvoj komunikačních dovedností.
3. Třetí oblast podporuje **fyzickou obratnost a psychickou zdatnost**.
4. Čtvrtá oblast, oblast pravidel, rozvíjí u žáků znalosti a především **pochopení všech zákonů a zákonitostí**, se kterými se v dopravním prostředí setkávají.  
Všechny oblasti jsou rovnocenné a nelze rozsah jedné omezovat na úkor oblasti jiné.

Mezi některé výchovně-vzdělávací cíle dopravní výchovy patří: <sup>1</sup>

- ☐ pomoc žákům rozvíjet **dovednosti** potřebné **pro bezpečný pohyb** v dopravním prostředí,
- ☐ vedení žáků k pochopení chování a postojů, které mají vliv na bezpečnost v dopravním prostředí,
- ☐ rozvíjení **rozhodovacích schopností** a schopnosti **přebírat zodpovědnost** za bezpečnost svoji i bezpečnost ostatních spoluúčastníků silničního provozu,
- ☐ rozvíjení **empatie** a starosti o druhé,
- ☐ rozvíjení znalostí pravidel, **pochopení pravidel** a pochopení **významu dodržování** pravidel,
- ☐ prohloubení znalosti **pochopení příčin vzniku a následků nehody**.

Cílem dopravní výchovy je předat žákům informace, prostřednictvím kterých ovládají tzv. self-management (sebeřízení), a rozvíjet **znalost vlastních schopností a neschopností a sebepodporu v rozhodovacím procesu**.

Žáci si v dopravní výchově **musí osvojit** minimálně tyto základy: <sup>2</sup>

- ☐ znát své jméno, adresu, telefonní číslo,
- ☐ orientovat se v místě bydliště, školy a znát všechna rizika spojená s pohybem v těchto prostorách,
- ☐ znát docházkový čas a počítat s možností nečekaných komplikací na cestě,
- ☐ rozlišovat místa, která jsou a která nejsou vhodná pro bezpečnou hru,
- ☐ znát důvody, proč jsou některá místa nebezpečná a jaké riziko je spojené s pobytem v těchto místech,
- ☐ přesně znát své schopnosti,
- ☐ orientovat se a bezpečně určit s kým jsou v bezpečí, komu mohou pomoci a koho mohou o pomoc požádat,
- ☐ zvolit při žádosti o pomoc správnou formu dle konkrétní situace.

## 1.3 Základní informace – jak začít

Při plánování aktivit pro výuku žáků k bezpečnému chování v dopravním prostředí se řiďte základním pravidlem: **informace, které žáci výukou získávají, jim mají chránit život** = musíme dětem poskytovat informace, které vedou k poznání, **jak si život chránit**.

- ⊗ Citování jakéhokoliv zákona dítě neochrání (přitom citování zákonů je součástí řady aktivit některých organizací, webových portálů, testů apod.),  
☺ ale **pochopení a následné vysvětlení zákona** dítěti pomůže při orientaci v rizicích při nedodržování zákonů a k pochopení důvodů některých zákonných opatření.
- ⊗ Rýsování kružnic ve tvaru značky dítě neochrání (rýsování a kreslení dopravních značek je velmi často pedagogy považováno za dostatečnou dopravní výchovu),  
☺ ale **poznání zákazu, pochopení důvodu zákazu a pochopení následků porušení zákazu** žákům pomůže v předvídání rizika.
- ⊗ Atd.  
☺ atd.

1. Žáci se **nejprve** seznamují s tím, co jim je **nejbližší, co prožívají**:

- ☐ Cesta do školy – všechny překážky, rizika dopravního prostředí
- ☐ Cesta za volnočasovými aktivitami, za kamarádem, k prarodičům, do obchodu, do kina apod.
- ☐ Zážitky z cest, z dovolené, z MHD – co se žákům ne/líbilo, co se mohlo stát
- ☐ Pravidla ve škole – pravidla, která musí dodržovat a respektovat; pravidla, která by ve škole žáci chtěli zavést – vlastní názor, hodnocení

<sup>1</sup> In: [www.dft.gov.uk](http://www.dft.gov.uk)

<sup>2</sup> In: [www.streetsense2.com](http://www.streetsense2.com)





**2. To, co je možné, si musí žáci „ohmatat“:**

- ☐ Viděné a prožité je výchovně mnohem účinnější než jen odposlouchané
- ☐ Doplnovat výuku pokusy, nechat je samostatně nebo pod vedením vyvodit závěry a význam pro ochranu zdraví a života – zhodnotit situaci kladně i záporně
- ☐ Nechte žáky tvořivě odhalovat, bádát, „vědecky“ pracovat

**3. Názory žáků přijmout jako vhodné názory do diskuze:**

- ☐ S každým názorem se dá pracovat, rozvíjet ho, nechat žáky negovat nebo potvrdit
- ☐ Žádný názor, postřeh a nápad není pro diskuzi nevhodný

**4. Dopravní výchovu je třeba zařazovat do výuky často a prolínat ji do všech vzdělávacích oblastí:**

- ☐ Raději vyučovat dopravní výchovu v krátkých lekcích, ale častěji, např. jako části vyučovacích hodin
- ☐ Zařazovat tzv. příběhy ze života
- ☐ Implementovat prvky DV do předmětů, které s danou oblastí DV souvisí, třeba jen vzdáleně

**5. Dopravní výchova není jen o správném přecházení silnice, ale zahrnuje:**

- ☐ Výuku **předvídání** rizika, předvídání děje a jevů, předvídání chování jiných osob
- ☐ Znalost a **uvědomění** si vlastního „já“, vážít si sám sebe, pochopit a znát své pocity reakce
- ☐ Rozvoj **fyzické a psychické zdatnosti**
- ☐ Rozvoj **prosociálního chování**
- ☐ Znalost a **pochopení přírodních a fyzikálních zákonů** a jejich využití
- ☐ **První pomoc**

**6. Je třeba kombinovat** všechny nabízené možnosti výuky dopravní výchovy:

- ☐ Využívat každé společné cesty dětí a každého zážitku a zkušenosti dětí k výuce
- ☐ Implementovat DV do všech předmětů
- ☐ Vnímat DV jako prvek zařazený do výchovného celku. Nevnímat DV jako vytrženou a osamocenou vzdělávací oblast. DV je úzce propojena s každou činností žáka a s každou výchovnou a vzdělávací oblastí
- ☐ Zadávat žákům úkoly, které je zajímají (využívat jejich nadání a zájmu o nějaký obor, jejich preference, tzv. dominantní inteligence – pokud žák zpracovává zadané téma formou, která je mu blízká, rychleji, snadněji a se zájmem si osvojí potřebné znalosti a dovednosti)
- ☐ Nesoustředit se jen na návštěvu dětského dopravního hřiště (DDH)
- ☐ Na výuku na DDH se připravit a komunikovat s lektorem i před návštěvou DDH
- ☐ Výuku na DDH doplnit výjezdy do reálného prostředí (s dohledem a pomocí policie)
- ☐ Procvičovat dovednosti na školním hřišti – kolo, in-line bruslení, skateboard atd.

## **Základní okruhy k implementaci dopravní výchovy do vzdělávacích programů**

### **Jazyky**

#### **KOMUNIKACE**

verbální a neverbální komunikace, odezírání, vysvětlování pravidel, symbolů, přesný popis situace, vystihnoutí a vyjádření důležité informace, rozlišení důraznosti výrazů

### **Matematika**

#### **DATA**

sběr, třídění, vyhodnocování, porovnávání dat z oblasti prevence, následků a životního prostředí

#### **POROVNÁVÁNÍ**

velký, malý, rychlý, pomalý, blízký, daleký apod. – propojení s riziky

#### **TVARY**

třídění, rozdíly – zákazové, příkazové, ... značky (propojení s riziky a následky), výpočty plochy, tvary v dopravním prostředí (zábor plochy vozidlem v klidu i v pohybu, riziko v zatáčce, rozhledové trojúhelníky, vlečná křivka, mrtvý úhel apod.)

#### **PRAVDĚPODOBNOST**

kolize chodec/vozidlo, chodec/cyklista, chodec/bruslař... v návaznosti na různé klimatické a jiné podmínky

#### **ČAS**

vztahy, jízdní řády, plánování cesty, časová rozvaha

**Prvouka a přírodní vědy****POHYB**

druhy pohybu, způsob pohybu, zákonitosti spojené s pohybem, zastavení a tření, činitelé ovlivňující zastavení, pohyb z kopce a do kopce

**MATERIÁLY A JEJICH VLASTNOSTI**

použití materiálů, činitelé mající vliv na životnost materiálů, viditelnost materiálů, tření na různém povrchu a využití v praxi

**SVĚTLO**

světelné podmínky v dopravním provozu, vliv na viditelnost, vliv ročního období, vliv denní doby, vliv počasí, oslnění a varianty oslnění, bariéry viditelnosti, mobiliář, zeleň, vozidla, mrtvý úhel chodce, cyklisty

**ZVUK**

šíření zvuku, bariéry pro šíření zvuku, vliv počasí, oblečení

**DOPRAVNÍ PROSTŘEDKY**

„chování“ různých dopravních prostředků v rozdílném prostředí, vlečná křivka, brzdná dráha, rychlost, právo přednosti v jízdě, mrtvý úhel řidiče

**MAPOVÁNÍ**

okolí školy, domova, mapování rizik a rizikových míst, vyhledávání variant bezpečného uspořádání dopravního prostředí doma i v zahraničí, mapování změn ovlivněných člověkem, působením času a používáním

**ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ**

doma a v zahraničí, opatření pro zmírnění vlivu dopravy na životní prostředí, dopad automobilové dopravy, vliv a opatření pro budoucnost

**Společnost**

Vliv příčiny na následek, historický vývoj dopravy a jeho vliv na životní styl, na vznik rizika, na legislativu, historický vývoj ochranných prvků

Rizika v minulosti, rizika současnosti, rizika pro budoucnost

Komunitní život – potřeby, pomoc, změny, legislativa

**Zdravověda**

Fyzický a duševní rozvoj „já“, vývojové změny, vliv denního režimu a životosprávy, zodpovědnost za sebe, zodpovědnost za druhé, zodpovědnost a pomoc druhých, první pomoc, asertivita, rozvoj dovedností, vědomostí a návyků pro bezpečný pohyb v dopravním prostředí

**Pracovní vyučování a svět práce**

Pokusy, výroba pomůcek pro pokusy, výroba bezpečných modelů, výroba plánů a 3D map, práce s ochrannými pomůckami, pravidla bezpečnosti při práci

Profese – činnost pracovníků z preventivní oblasti (odborná příprava, náplň činnosti, jak můžeme pomoci); práce projektantů a stavbařů; práce bezpečnostního auditora; logistika, náklady spojené s dopravou, náklady spojené s provedením změn, vyhodnocení efektivity – hospodářství/zdraví/bezpečnost; práce řidičů různých dopravních prostředků, zátěž, náročnost a zodpovědnost řidiče, bezpečná doba řízení apod.; práce učitele a rizika při pohybu s žáky v dopravním prostředí (zodpovědnost učitele i žáků)



## 2. SCHOPNOSTI, DOVEDNOSTI A ZNALOSTI

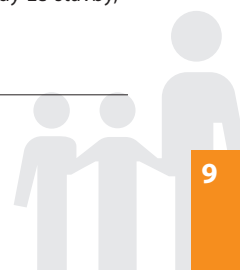
### DLE MÍSTA POHYBU

Podklady pro výuku by měly být brány z každodenního života, z blízkého okolí, z cestování do školy a za volnočasovými aktivitami

| Okruhy            | Schopnosti, znalosti a dovednosti                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Vnímání           | <b>VNÍMÁNÍ ZRAKEM</b><br><input type="checkbox"/> Skloubit zrakové vjemy se sluchovými<br><input type="checkbox"/> Znat problémy nevidomých v dopravním prostředí a rizika spojená s jejich hendikepem (ovládat zásady vhodné pomoci)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <input type="checkbox"/> Vizualizace <sup>1</sup> situace, prostředí – kresba, popis, foto, koláž, 3D modelování, grafické zpracování pomocí softwaru, videosekvence<br><input type="checkbox"/> Zaznamenání prvků překážejících nevidomým při pohybu v dopravním prostředí<br><input type="checkbox"/> Pomůcky pro snadnější orientaci pro nevidomé, kompenzační pomůcky <sup>2</sup>                                                                                                                                                                                                                                             |
|                   | <b>Rozvíjet vizuální schopnosti</b><br><input type="checkbox"/> Prvky na chodníku, na silnici, na krajnici (obrubníky, hrany, mobiliář <sup>3</sup> , přírodní prvky)<br><input type="checkbox"/> Barva, intenzita barvy, tvar, kontrast<br><input type="checkbox"/> Odhad vzdálenosti a rychlosti přibližování<br><input type="checkbox"/> Odhadnout riziko<br><input type="checkbox"/> Odhadnout schopnosti účastníků silničního provozu, předvídat možná rizika v závislosti na okolí, počasí apod.                                                                                                                                                                                 | <input type="checkbox"/> Hry v reálném prostředí za různých podmínek (klimatických, světelných, různá prostředí)<br><input type="checkbox"/> Kimovy hry <sup>4</sup> – (např. „Vyhledej největší počet rizikových prvků a zapiš je.“ (zraková orientace limitovaná časem)<br><input type="checkbox"/> Vyhledávání a zapisování prvků s riziky v dopravním prostředí dle barvy, funkčnosti, rizika<br><input type="checkbox"/> Pokusy se zrakovým odhadem vzdálenosti a rychlosti přibližujících se vozidel <sup>5</sup>                                                                                                            |
|                   | <b>VNÍMÁNÍ SLUCHEM</b><br><input type="checkbox"/> Skloubit sluchové vjemy se zrakovými<br><input type="checkbox"/> Znat problémy neslyšících v dopravním prostředí a rizika spojená s jejich hendikepem (ovládat základní slova znakového jazyka <sup>6</sup> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/> Zvukový záznam z dopravního prostředí – identifikace zdroje zvuků z nahrávky<br><input type="checkbox"/> Určování zvuků rychle se přibližujících vozidel<br><input type="checkbox"/> Poznávání rizik pro neslyšící<br><input type="checkbox"/> Rozlišování IZS <sup>7</sup> (Integrovaný záchranný systém), jejich naléhavost – rozdílné zvukové signály<br><input type="checkbox"/> Hry se znakovým jazykem (seznamování se základními slovy znakového jazyka a s komunikací s neslyšícími – oční kontakt, nekřičet, přesně artikulovat pro odezírání, tvořit jednoduché věty)                           |
| Orientace         | <input type="checkbox"/> Analyzovat zvuky z provozu, z ulice<br><input type="checkbox"/> Identifikovat rizikové faktory<br><input type="checkbox"/> Rozpoznat vzdálenost přicházejícího zvuku, zda se přibližuje, vzdaluje                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <input type="checkbox"/> Hry v reálném prostředí – analýza zvuků bez použití zraku<br><input type="checkbox"/> Založení a doplňování zvukové knihovny<br><input type="checkbox"/> Pokusy s napodobováním zvuků – s pomocí předmětů, hudebních nástrojů                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                   | <b>Identifikovat místo</b><br><input type="checkbox"/> Určit název ulice, významné budovy, orientační body, typ komunikace, třída komunikace, charakteristické uživatele pro dané prostředí (vozidla, chodci, cyklisté, ...) typický mobiliář, předpokládaná rizika<br><input type="checkbox"/> Číst orientační tabule – části města, ulice, úřady, znát symboly, legendy v mapách, měřítko mapy<br><input type="checkbox"/> Znat nebezpečná a riziková místa<br><input type="checkbox"/> Znat, jaký druh nebezpečí v daném místě hrozí<br><input type="checkbox"/> Učit se předvídat nebezpečí v neznámém prostředí<br><input type="checkbox"/> Umět si naplánovat cestu – trasu, čas | <b>Hry na identifikaci místa</b><br><input type="checkbox"/> Hádat místo – poznat místo dle popisu jiného žáka<br><input type="checkbox"/> Určovat místa při pohybu v reálném prostředí – co je za rohem, ve vedlejší ulici, kterým směrem je škola, lékař, policie, domov, hřiště, ...<br><input type="checkbox"/> Určovat místa dle fotografie, dle zvukové nahrávky, dle videosekvence<br><input type="checkbox"/> Popsat cestu – jak se dostaneš...; co cestou uvidíš; koho můžeš potkat; jaká riziková místa na trase znáš<br><input type="checkbox"/> Popsat riziková místa – o jaké nebezpečí jde; z kterého směru přichází |
| Chůze po chodníku | <input type="checkbox"/> Pohybovat se plynule a čitelně pro další uživatele silničního provozu (partnery <sup>8</sup> ) na chodníku s ohledem na zdravotně znevýhodněné<br><input type="checkbox"/> Jít rovně, plynule, na pravé straně chodníku<br><input type="checkbox"/> Při odbočování se ohlédnout, jestli někomu nevstoupím do cesty<br><input type="checkbox"/> Vnímat vycházející chodce z obchodů, obytných budov<br><input type="checkbox"/> Vnímat vyjíždějící vozidla z garáží, předzahrádek, výjezdů                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> Stanovit si pravidla pro bezpečný, plynulý a rychlý pohyb<br><input type="checkbox"/> Dodržování pravidel (dohody), chůze v pravé části vozovky<br><input type="checkbox"/> Návrh dopravních značek pro regulaci pohybu na chodníku (jaká pravidla při pohybu na chodníku znáš; jaká by sis přál)<br><input type="checkbox"/> Chůze v reálném prostředí s danými pravidly<br><input type="checkbox"/> Využívat pohybové hry v hodinách TV a při pobytu na hřišti<br><input type="checkbox"/> Organizovaný a neorganizovaný pohyb (v kterém případě dosáhneme cíle rychleji a bezpečněji)                  |



|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Chůze po chodníku                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Při chůzi ve skupině uvolnit místo protijdoucím chodcům</li> <li><input type="checkbox"/> Nevcházet a nevybočovat zbytečně do jízdní dráhy cyklistů na stezce pro chodce a cyklisty</li> <li><input type="checkbox"/> Vnímat jízdu bruslařů a rizika s tím spojená</li> <li><input type="checkbox"/> Při vyhýbání překážkám vnímat ostatní chodce a neměnit náhle (nepředvídatelně) směr</li> <li><input type="checkbox"/> Vědět, kudy jít po chodníku, aby nedošlo k úrazu</li> <li><input type="checkbox"/> Vědět, co je být ohleduplný k postiženým, méně pohyblivým, maminkám s kočárkem, k malým dětem, k seniorům apod.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Pohybové hry ve skupině mezi překážkami s nácvičkou rozhlédnutí se při obcházení překážky (podmínkou uznání dosažení cíle je nedotknutí se žádného spolužáka)</li> <li><input type="checkbox"/> Vizualizace<sup>1</sup> rizik – kresba, komiks, fotografie, videozáznam</li> <li><input type="checkbox"/> Vytvoření databanky rizikových faktorů (sníh na střeše, uvolněné poklapy do sklepů, pes v předzahrádce, rozbitý chodník, uvolněné dlaždice, náledí, překážky, stojící reklamy, restaurační zahrádky)</li> <li><input type="checkbox"/> Společná cesta na akci mimo areál školy – dodržování pravidel</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Ostatní účastníci silničního provozu = partneři v dopravě | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Kdo vše je chodec (in-line bruslař, skateboardista, osoba na invalidním vozíku, s kočárkem, na koloběžce, na tříkolce)</li> <li><input type="checkbox"/> Znat způsob pohybu všech účastníků silničního provozu</li> <li><input type="checkbox"/> Znat způsob pohybu nevidomých, ale i jinak postižených osob (tělesně postižení apod.), umět poskytnout pomoc</li> <li><input type="checkbox"/> Znat rizika spojená s pohybem jiných účastníků silničního provozu</li> <li><input type="checkbox"/> Vědět, jak se stát partnerem na chodníku a ne soupeřem</li> <li><input type="checkbox"/> Umět předvídat pohyb vozidel po chodníku (v které situaci může auto na chodník, a kde ho mohou chodci očekávat)</li> <li><input type="checkbox"/> Znat pravidla při výjezdu z garáže, z předzahrádky, z výjezdu IZS, z průjezdu</li> </ul>                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Třídění do skupin – chodec/jezdec, pohyb pomalý/rychlý, manévrovací schopnosti, šířka subjektu, ochranné prvky – každé zařazení odůvodnit a spojit s možným rizikem úrazu</li> <li><input type="checkbox"/> Hledat vhodnější místa pro některé „chodce“ – chodník vhodný jen pro přesun, pro hru jsou vhodnější jiné prostory</li> <li><input type="checkbox"/> Stanovit pravidla pro pohyb konkrétní skupiny – jak neohrozit sebe ani ostatní</li> <li><input type="checkbox"/> Navrhnout vhodné dopravní značky</li> <li><input type="checkbox"/> Hledat na cestě do školy místa výjezdů vozidel</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Chůze v prostoru bez chodníkové úpravy a mimo obec        | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Chůze v protisměru z pohledu jedoucích vozidel</li> <li><input type="checkbox"/> Opačnou stranu vozovky zvolím jen v případě, že jsem řidičem lépe vidět – např. v zatáčce, v místě překážky, je-li silnice jednosměrná; v takovém případě musím neustále vnímat sluchem pohyb zezadu a v případě nejistoty nebo identifikace rizika se zastavit a podívat se za sebe...</li> <li><input type="checkbox"/> Při chůzi ve dvojici jít za sebou</li> <li><input type="checkbox"/> V případě zúžené komunikace se snažit jít mimo vozovku (pokud to není možné, tak postupovat velmi obezřetně a pro řidiče čitelně – řidič musí vždy vědět, kterým směrem se budu pohybovat)</li> <li><input type="checkbox"/> Identifikovat charakteristická vozidla a s nimi spojená rizika</li> <li><input type="checkbox"/> Znat význam výrazného oblečení a retroreflexních prvků</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Zdůvodnit pravidlo chůze v protisměru – řidič mě lépe vidí a včas zaregistruje; lépe vidím blížící se vozidla a případné nebezpečí</li> <li><input type="checkbox"/> Modelovat rizikové situace</li> <li><input type="checkbox"/> Psaní skutečných i vymyšlených příběhů</li> <li><input type="checkbox"/> Návrhy osvětových vizuálů<sup>9</sup> pro bezpečný pohyb</li> <li><input type="checkbox"/> Návrhy dopravních značek pro bezpečný pohyb</li> <li><input type="checkbox"/> Návrhy vhodného oblečení pro bezpečný pohyb</li> <li><input type="checkbox"/> Pohybové hry s překonáváním zúženého prostoru a chůzí či během v protisměru – bezkontaktní pohyb</li> <li><input type="checkbox"/> Vyhledávat riziková místa</li> <li><input type="checkbox"/> Analýza případné nehodové lokality: <ul style="list-style-type: none"> <li>- příčiny častých nehod</li> <li>- návrhy odstranění rizik</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> Pokusy na únosnost krajnice<sup>10</sup></li> <li><input type="checkbox"/> Pokusy s vlečnou křivkou<sup>11</sup></li> <li><input type="checkbox"/> Pokusy s retroreflexním a fluorescenčním materiálem a viditelností různých barev v odlišných světelných podmínkách<sup>12</sup></li> </ul> |
| Přecházení silnice                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Identifikovat rizika místa pro přecházení a postupovat bezpečně</li> <li><input type="checkbox"/> Vybrat nejbezpečnější místo k přecházení</li> <li><input type="checkbox"/> NEpřecházet před/za zatáčkou, před/za horizontem, mezi vozidly, za překážkou (mobiiliář, rostliny, stojící skupina osob, autobus, ...)</li> <li><input type="checkbox"/> Určit místa k přecházení: <ul style="list-style-type: none"> <li>- přechod, přechod s dělicím ostrůvkem, místo k přecházení bez práva přednosti pro chodce,</li> <li>- světelně řízený přechod, přechod řízený policistou, přechod s kolejovou dopravou, vlakový přejezd.</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> Identifikovat charakteristická vozidla pro dané místo, určit případnou funkci místa</li> </ul>                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Pravidlo „Zeleného kříže“<sup>13</sup> – „Green Cross Code“ = pravidlo pro bezpečné přecházení (Stop! Look! Listen! Live!)</li> <li><input type="checkbox"/> Popsat všechny možnosti přecházení – vhodné i nevhodné</li> <li><input type="checkbox"/> Určit bezpečná místa k přecházení – fotodokumentace, vyhledávání v ilustraci, zaznamenání na cestě do školy a za volnočasovými aktivitami</li> <li><input type="checkbox"/> Určit a popsat rizika všech typů míst k přecházení – např. jaké riziko je na řízené křižovatce (odbočující vozidla, IZS)</li> <li><input type="checkbox"/> Určit funkci míst v okolí školy (výjezdy ze stavby, z nemocnice, ...)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |



|                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Odhadnout vzdálenost a rychlost blížícího se vozidla</li> <li><input type="checkbox"/> Odhadnout další pohyb vozidla</li> <li><input type="checkbox"/> Používat oční kontakt a určit, zda mě řidič vnímá; ujistit se, že mě řidič vidí a respektuje</li> <li><input type="checkbox"/> Poznat, jestli není řidič něčím oslněn; zda vidí přes špinavé, zarosené, namrzlé sklo, přes hustý déšť nebo sněh</li> <li><input type="checkbox"/> Znat postup při přecházení přechodu ve světelné křižovatce – odbočování vozidel, vozidla s předností v jízdě</li> <li><input type="checkbox"/> Znat pravidlo přecházení přes přechod dělený středovým ostrůvkem a kombinovaný dvěma semaforey (uprostřed vozovky a na chodníku)</li> <li><input type="checkbox"/> Identifikovat, zda je přechod zřetelný a viditelný i pro řidiče (opotřebovaný přechod, nekvalitně značený, špatně vybroušený před novou úpravou)</li> <li><input type="checkbox"/> Na místě určeném pro přecházení správně signalizovat úmysl přecházet (zdvížením a mávnutím ruky tak, aby byl úmysl pro řidiče čitelný)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Pravidlo Zeleného kříže: nakreslit, popsat, správně seřadit obrázky a text: <ul style="list-style-type: none"> <li>- vyberu bezpečné a nejvhodnější místo k přecházení,</li> <li>- dobře vidím a jsem dobře viděn řidiči,</li> <li>- zastavím se a rozhlédnu se (vlevo, vpravo, vlevo; v některých případech nejprve vpravo – jednosměrné ulice),</li> <li>- dobře poslouchám, jestli mi nehrozí „neviditelné“ nebezpečí,</li> <li>- znovu se rozhlédnu (vždy nejprve do směru příjezdících vozidel – obvykle vlevo),</li> <li>- vstoupím do vozovky a plynule přecházím,</li> <li>- stále vnímám situaci zrakem i sluchem,</li> <li>- před dosažením opačného pruhu silnice sleduji vývoj situace a nevstoupím do cesty vozidlům.</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> Pohybové hry – reakce na zvukový signál</li> <li><input type="checkbox"/> Pokusy s určováním vzdálenosti a rychlosti blížícího se vozidla</li> <li><input type="checkbox"/> Hry na procvičování empatie pro oční kontakt<sup>14</sup> s řidičem a odhadem jeho reakcí (odezírání pocitů, úmyslů, nálad, ...)</li> <li><input type="checkbox"/> Pokusy s brzdou dráhou<sup>15</sup></li> <li><input type="checkbox"/> Odhadnout brzdou dráhu vozidel</li> <li><input type="checkbox"/> Hledat cestou do školy špatně označené přechody, matoucí značení</li> <li><input type="checkbox"/> Učit se správně signalizovat úmysl přecházení vozovky (oční kontakt, signál rukou, pohyb hlavou)</li> </ul> |
| Herní prostor                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Vybrat vhodné a bezpečné místo pro hru</li> <li><input type="checkbox"/> Srovnat podmínky pro hru v různých světelných a klimatických podmínkách</li> <li><input type="checkbox"/> Zvolit vhodné vybavení a ochranné prvky (správné ke zvolenému sportu – např. street přílba pro street sporty; cyklistická přílba je nevhodná pro hru na prolézače, protože hrozí riziko zaklínění a uškrcení apod.)</li> <li><input type="checkbox"/> Znat bezpečnou cestu k místům určeným pro hru</li> <li><input type="checkbox"/> Bezpečně se orientovat v každé situaci – cesta domů při zhoršení světelných a klimatických podmínek</li> <li><input type="checkbox"/> Znat pravidla pro dané herní místo</li> <li><input type="checkbox"/> Znat rizika nedodržení pravidel herních prostor</li> <li><input type="checkbox"/> Znat pravidla při úrazech – zajištění pomoci, telefonní čísla apod. (základy první pomoci)</li> </ul>                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Zakreslit do mapy všechna místa, kde si žáci mohou hrát – vybrat místa pro určitý typ hry</li> <li><input type="checkbox"/> Hádanky – typu: „Které místo popisují“ – do popisu vložit i rizika spojená s konkrétním místem</li> <li><input type="checkbox"/> Modelovat prostředí určeného ke hře – herní prvky, mobiliář, dopravní prostor v okolí hřiště, rostlinné prvky</li> <li><input type="checkbox"/> Vytvořit pravidla pro hru na hřišti, U-rampě, ve skateparku, v lanovém centru apod.</li> <li><input type="checkbox"/> Seznámit se s řádem daného místa a dodržovat ho</li> <li><input type="checkbox"/> Navrhnout, jak by mělo vypadat bezpečné hřiště a jeho související dopravní okolí</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Vedlejší cesty, připojení z lesní a polní cesty, připojení z cyklostezky | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Znat pravidla vjezdu z vedlejší silnice</li> <li><input type="checkbox"/> Znat pravidla vjezdu z cyklostezky</li> <li><input type="checkbox"/> Vnímát rozhledové překážky<sup>16</sup></li> <li><input type="checkbox"/> Rozlišovat kvalitu a rozdíl povrchu a znát rizika spojená s rozdílným povrchem</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Procvičovat orientaci v křižovatce s vedlejší komunikací</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičovat vjezd v místě připojení a výjezdu z cyklostezky</li> <li><input type="checkbox"/> Vyhledat v okolí školy, na výletě, na škole v přírodě rozhledové překážky (keře, stromy, ...)</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičovat jízdu na různém povrchu</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| U nehody                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Znat postup jednání v případě, že jsem svědkem nehody</li> <li><input type="checkbox"/> Zjistit, co se stalo; kdo potřebuje pomoc; zda nehrozí další nebezpečí; určit místo nehody; zjistit pravděpodobný úraz; zavolat na IZS – informovat dispečink a odpovídat na dotazy; zahájit zabezpečení místa a pomoc dle rady dispečinku</li> <li><input type="checkbox"/> Informovat ostatní účastníky, jak se mají zachovat</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Situační hry</li> <li><input type="checkbox"/> Diskuze a analýza situace</li> <li><input type="checkbox"/> Simulace telefonního hovoru s IZS (v českém i cizím jazyce)</li> <li><input type="checkbox"/> Seznámit se s funkcí jednotlivých složek IZS a vědět, komu v případě nouze zavolat (rozlišení dle události – policie 158, hasiči 150, lékaři 155, univerzálnost čísla 112) – film, exkurze, beseda, obrázkový příběh a přiřazování obrázků</li> <li><input type="checkbox"/> Reportáž z nehody – hraní rolí, nevhodné i správné příklady</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

**PRVKY DOPRAVNÍ VÝCHOVY DLE ZPŮSOBU POHYBU**

| Okruhy                   | Schopnosti, znalosti a dovednosti                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Auto                     | <b>POUTÁNÍ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Vědět, proč se používá zádržný systém a znát rizika následků při nepřipoutání</li> <li><input type="checkbox"/> Používat správný typ autosedačky</li> <li><input type="checkbox"/> Znat svoji váhu a výšku</li> <li><input type="checkbox"/> Znat rozdíly v autosedačkách a vědět, jaký typ je vhodný pro konkrétního uživatele</li> <li><input type="checkbox"/> Umět se správně připoutat – znát správné vedení pásu; vědět, jak bezpečně připoutat nastávající maminku</li> <li><input type="checkbox"/> Znat rizika špatného nebo žádného připoutání</li> <li><input type="checkbox"/> Zajistit bezpečný převoz svého zvířecího mazlíčka</li> <li><input type="checkbox"/> Zajistit všechna zavazadla a předměty v prostoru auta</li> <li><input type="checkbox"/> Bezpečně nastoupit do vozidla a při vystupování neohrozit sebe ani ostatní účastníky provozu</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Přiřazení správné sedačky k velikosti dítěte</li> <li><input type="checkbox"/> Pokusy s bezpečně připoutaným vajíčkem<sup>17</sup></li> <li><input type="checkbox"/> Pokusy na setrvačnou sílu<sup>18</sup></li> <li><input type="checkbox"/> Navrhnout osvětový leták</li> <li><input type="checkbox"/> Vypočítat přetížení osoby při nárazu – hledat váhové ekvivalenty např. v říší zvířat</li> <li><input type="checkbox"/> Srovnávat rychlost vozidla, moment nárazu s výškou pádu</li> <li><input type="checkbox"/> Pohybové hry – pozorovat setrvačnost těla při prudkém zastavení</li> <li><input type="checkbox"/> Pokus se setrvačností předmětů při pohybu v zatáčce<sup>19</sup></li> </ul> |
|                          | <b>PODMÍNKY V AUTĚ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Nerušit hrou řidiče, nerozptylovat ho</li> <li><input type="checkbox"/> Předvídat možné následky rozptylování řidiče</li> <li><input type="checkbox"/> Nepoužívat při jízdě ostré předměty</li> <li><input type="checkbox"/> Zvolit vhodnou hudbu pro řidiče (hudba může ovlivnit způsob jízdy řidiče – hlučná hudba může vést k agresivnímu stylu jízdy, pomalá hudba může řidiče unavit)</li> <li><input type="checkbox"/> Nepřetápět prostor vozidla</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Vysvětlit, proč řidič potřebuje vhodné prostředí pro řízení</li> <li><input type="checkbox"/> Pracovat a pokusit se soustředit při hlučných, dynamických nahrávkách – zdůvodnit, co mě rozptylovalo</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                          | <b>Chování na zastávce</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Stát klidně na zastávce a chovat se tak, aby nevzniklo riziko pádu do vozovky</li> <li><input type="checkbox"/> Neohrožovat ostatní</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Vysvětlit, co by se mohlo stát při pádu do vozovky</li> <li><input type="checkbox"/> Vysvětlit, proč musí být ohleduplný k ostatním čekajícím</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                          | <b>Nastupování</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Být ohleduplný ke starším lidem, maminkám s malými dětmi, k hendikepovaným</li> <li><input type="checkbox"/> Znat princip pomoci nevidomým</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Počkat až všichni vystoupí</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičit v tělesné výchově zdolávání vysokých schodů a překážek; přenos břemene přes překážky</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičit si pomoc „nevidomým“ – (šátek na očích)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Vozidla hromadné dopravy | <b>Za jízdy</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Držet se pevně za jízdy madla</li> <li><input type="checkbox"/> Uvědomovat se rizika při prudkém zabrzdění vozidla</li> <li><input type="checkbox"/> Nerušit řidiče</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Procvičování stability</li> <li><input type="checkbox"/> Provádět pokusy na prokázání setrvačné síly<sup>20</sup>; zdůvodnit, proč se při náhlém zastavení pohybují předměty i osoby stále ve směru jízdy; vysvětlit rizika</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                          | <b>Převážení zavazadel</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Vědět jak se ve vozidle pohybovat se zavazadlem na zádech</li> <li><input type="checkbox"/> Vědět jak převážet ostré předměty (zimní brusle aj.), aby nebyl nikdo z cestujících zraněn; používat obaly a chrániče na ostré předměty</li> <li><input type="checkbox"/> Pochopit a zdůvodnit jaké hrozí riziko při převážení ostrých předmětů při běžné jízdě a při náhlém zabrzdění</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Znat způsob jak umístit zavazadla, aby nepřekážela ostatním cestujícím; aby o zavazadlo nikdo nezakopl</li> <li><input type="checkbox"/> Pohybové hry se zavazadly mezi překážkami – dodržovat pravidlo nikoho a ničeho se nedotknout (tzn. „mít oči i vzadu“)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                          | <b>Vystupování</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Vystupovat ohleduplně k ostatním cestujícím i lidem stojícím na zastávce</li> <li><input type="checkbox"/> Dávat pozor při vystupování na ostrůvku, aby nikdo z vstupujících ani čekajících na ostrůvku nespadl do vozovky</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Procvičovat chůzi ze schodů, z kopce a náhlé zastavení</li> <li><input type="checkbox"/> Vysvětlit rizika úrazu při neopatrném vystupování z vozidla (možnost ohrožení ostatních účastníků silničního provozu)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Kolo                     | <b>Bezpečná jízda</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Znalost významu dopravních značek</li> <li><input type="checkbox"/> Znalost pravidel při pohybu na silnici a v křižovatce (řazení, přednost)</li> <li><input type="checkbox"/> Bezpečně znát místa, kam cyklista nesmí vjet, a kde se nesmí pohybovat na kole</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Výcvik ovládání kola – tělesná výchova, škola v přírodě, dopravní hřiště</li> <li><input type="checkbox"/> Naučit se a procvičit si zrychlení, zpomalení, otáčení</li> <li><input type="checkbox"/> Naučit se pohybovat v kopci – stoupání, klesání, brzdění</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |



- ☐ Jet čitelně pro řidiče a další cyklisty, včas naznačit změnu směru, rychlosti, zastavení
- ☐ Ovládat bezpečný manévr předjíždění a objíždění překážky, zbytečně nevjíždět autům do cesty
- ☐ Jet rovnoměrnou rychlostí a udržovat rovnováhu
- ☐ Vnímat okolní jevy (nečekáný výjezd zaparkovaných aut u silnice; otevření dveří auta; hrající si děti na chodníku a pobíhající zvířata)
- ☐ Znat rozdíl mezi pohybem na chodníku, pěší zóně, cyklostezce, pásu pro cyklisty, silnici, hřišti a dopravním hřišti
- ☐ Ovládat jízdu ve skupině s bezpečnými rozestupy
- ☐ Znat rizika spojená s:
  - vlečnou křivkou nákladních vozidel a vozidel hromadné dopravy,
  - brzdou dráhou,
  - mrtvým úhlem (řidiči kamionů, autobusů, ...).
- ☐ Procvičit si jízdu přes drobné překážky
- ☐ Naučit se přesně zastavit a ovládat brzdou dráhu kola na různém povrchu
- ☐ Naučit se postup při objíždění, předjíždění
- ☐ Procvičit si jízdu přes koleje, včasné zastavení u přejezdu
- ☐ Procvičit si sesednutí a uchopení kola pro přenášení přes nadchod, vedení kola
- ☐ Naplánovat trasu před jízdou – rizika na trase, řešení komplikovaných křižovatek, potřebný čas na cestu, vybavení na cestu (pitný režim, léky, nářadí pro opravu, mapa, pláštěnka, napsané základní informace o sobě pro případ nehody, informace o centrech pomoci na trase – policie, lékař, funkční mobil, ...)
- ☐ Zvyšovat pravidelně kondici
- ☐ Procvičovat rychlé reakce a rychlé vyhodnocování (v klidu i ve stresu)
- ☐ Provést a vysvětlit pokusy s vlečnou křivkou<sup>21</sup>, brzdou dráhou<sup>22</sup> (využití modelu i praktického nácviku na kole), mrtvým úhlem<sup>23</sup>
- ☐ Vyhodnotit rizika, dynamény<sup>24</sup>

## Kolo

### Ochranné prvky

- ☐ Znat zdravotní rizika při nepoužívání ochranných prostředků
- ☐ Chránit si hlavu – vhodná velikost přilby, kvalita, správné nasazení
- ☐ Být viděn (výrazné, světlé, pestré oblečení, retroreflexní materiál)
- ☐ Oblečení přizpůsobené počasí, zajištěné před zachycením do kola, vhodná obuv
- ☐ Pokus s vajíčkem v polystyrénové přilbě<sup>25</sup>
- ☐ Nácvik nasazení přilby a odůvodnění důležitosti správného provedení tohoto úkonu (náskres)
- ☐ Pokusy s retroreflexním materiálem<sup>26</sup>
- ☐ Určit nejviditelnější místa (pro řidiče) pro umístění reflexu
- ☐ Určit vhodný oděv a obuv – pokusy s podrážkami bot (vhodné a nevhodné na kolo)
- ☐ Pokus se zachycením látky, provázku do roztočeného kola<sup>27</sup>

### Vybavení kola

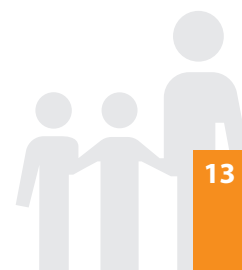
- ☐ Znat povinné vybavení kola<sup>28</sup>
- ☐ Určit vhodné vybavení kola<sup>29</sup> nad rámec povinného vybavení (v závislosti na délce výletu)
- ☐ Správná velikost kola
- ☐ Používat vhodný typ pro zvolenou aktivitu
- ☐ Znat rizika spojená s používáním nevhodného kola
- ☐ Správně postupovat při údržbě kola a kontrole před jízdou (pracovní výchova)
- ☐ Zkontrolovat kvalitu, tlak a ojetí pneumatik, funkčnost brzd, funkčnost světel a čistotu odrazek, funkčnost zvonku
- ☐ Zkontrolovat správně napnutý a namazaný řetěz, napnuté dráty, upevněné sedadlo, namazaná ložiska
- ☐ Vybrat si a seřadit správně kolo pro svoji výšku – stát oběma nohama na zemi
- ☐ Nastavit řídítka a zkontrolovat ovládání kola
- ☐ Vybrat z nabídky vybavení povinné, doporučené a nevhodné

## In-line brusle

### Bezpečná jízda

- ☐ Znat pravidla pro jízdu na chodníku
- ☐ Znat pravidla pro jízdu na stezce pro cyklisty, na stezce pro chodce a cyklisty
- ☐ Znat rizika jízdy, odhadnout je a předvídat
- ☐ Ovládat manévrování
- ☐ Znat nezranitelnější části těla při pádu
- ☐ Jezdit čitelně pro ostatní chodce a bruslaře
- ☐ Zvolit bezpečný povrch
- ☐ Poznat rizika vzniklá chováním jiných účastníků provozu a pozorně sledovat okolí
- ☐ Předvídat nebezpečné prvky na cestě a pozorně sledovat cestu před sebou
- ☐ Znat nebezpečné a rušivé zvuky
- ☐ Nepoužívat brusle v budově, v MHD, na schodech
- ☐ Nácvik manévrování na školním hřišti – zrychlení, zpomalení, otáčení, stoupání, klesání, jízda mezi překážkami, překonávání drobných nerovností, zastavení při různých rychlostech, jízda ve skupině, jízda mezi chodci
- ☐ Procvičovat jízdu na školním hřišti, v okolí školy, na školním výletě, na škole v přírodě, vybraných místech
- ☐ Vyhýbat se písku, olejovým skvrnám, suti, kamínkům, štěrků
- ☐ Procvičovat jízdu na pravé straně stezky, předjíždění
- ☐ Procvičovat rychlou reakci na změnu situace
- ☐ Vyhledávat nebezpečné prvky na cestě – výtluky, překážky, zvířata apod.
- ☐ Procvičovat vnímání sluchem
- ☐ Provést pokus s použitím přehrávačů a sluchátek, handsfree, kapuce – co je slyšet a jaký zvuk z ulice jsem neslyšel
- ☐ Hledat rušivé zvuky v reálném prostředí

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| In-line brusle               | <b>Ochranné prvky</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Používat vhodnou přilbu</li> <li><input type="checkbox"/> Chránit ruce, nohy</li> <li><input type="checkbox"/> Být vždy viděn</li> <li><input type="checkbox"/> Pro akrobatickou jízdu používat ochranu zad</li> </ul>                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Učit se správně používat a nasazovat přilbu</li> <li><input type="checkbox"/> Pochopit důvod správného nasazení přilby a znát rizika špatného upevnění a nasazení – provést pokus s přilbou a melounem<sup>31</sup></li> <li><input type="checkbox"/> Učit se správně upevnit chrániče nohou a rukou</li> <li><input type="checkbox"/> Znat správná místa pro umístění reflexních materiálů</li> </ul> |
|                              | <b>Vybavení</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Znat postup přípravy bruslí před cestou</li> <li><input type="checkbox"/> Správná velikost bruslí a obuvi</li> <li><input type="checkbox"/> Správně zvolený oděv</li> </ul>                                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Zkontrolovat upevnění koleček (utáhnout)</li> <li><input type="checkbox"/> Vyčistit ložiska od nečistot (pracovní výchova)</li> <li><input type="checkbox"/> Zkontrolovat boty na brusle, jestli nemají závady a trhliny, které by mohly ovlivnit stabilitu a pevnost</li> <li><input type="checkbox"/> Volit vhodné oblečení</li> </ul>                                                               |
| Skateboard a freeline brusle | <b>Bezpečná jízda</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Znat pravidla bezpečné jízdy</li> <li><input type="checkbox"/> Znat místa vhodná pro jízdu</li> <li><input type="checkbox"/> Být ohleduplný k ostatním chodcům</li> <li><input type="checkbox"/> Jezdit čitelně pro ostatní chodce na chodníku a stezce</li> <li><input type="checkbox"/> Ovládat bezpečně koordinaci pohybů, rovnováhu, manévrování</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Nácvič manévrování a ovládání skateboardu a freeline bruslí</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičovat rozjezd, zastavení, rovnováhu</li> <li><input type="checkbox"/> Jízda mezi překážkami</li> <li><input type="checkbox"/> Jízda v kopci</li> </ul>                                                                                                                                             |
|                              | <b>Ochranné prvky</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Používat vhodnou přilbu</li> <li><input type="checkbox"/> Používat ochranu na ruce a nohy</li> <li><input type="checkbox"/> Pro akrobatickou jízdu zvolit správnou ochranu zad</li> <li><input type="checkbox"/> Být vždy viděn</li> </ul>                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Učit se správně používat a nasazovat přilbu</li> <li><input type="checkbox"/> Pochopit důvod správného nasazení přilby a znát rizika špatného upevnění a nasazení – provést pokus s přilbou a melounem<sup>31</sup></li> <li><input type="checkbox"/> Učit se správně upevnit chrániče nohou a rukou</li> <li><input type="checkbox"/> Znat správná místa pro umístění reflexních materiálů</li> </ul> |
|                              | <b>Vybavení</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Znat principy volby správného výběru skateboardu</li> <li><input type="checkbox"/> Používat vhodnou obuv a znát rizika nevhodného obutí</li> <li><input type="checkbox"/> Používat vhodné oblečení</li> </ul>                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Zkontrolovat všechny šrouby a nýty, zda nejsou uvolněné</li> <li><input type="checkbox"/> Prohlédnout všechny trhliny a vady, případně je nechat opravit</li> <li><input type="checkbox"/> Odstranit všechny nečistoty z koleček</li> </ul>                                                                                                                                                            |
|                              | <b>Bezpečná jízda</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Jezdit na sjezdovce čitelně<sup>32</sup> pro ostatní lyžaře a snowboardisty</li> <li><input type="checkbox"/> Dodržovat bezpečnou rychlost</li> <li><input type="checkbox"/> Předvídat rizika způsobená nečekaným chováním ostatních lyžařů</li> </ul>                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Procvičit manévrování na cvičném svahu</li> <li><input type="checkbox"/> „Číst“ záměr učitele, spolužáka jedoucího vpředu<sup>33</sup></li> <li><input type="checkbox"/> Vyhledat na internetu pravidla užívaná při jízdě na sjezdovce</li> </ul>                                                                                                                                                      |
| Lyže                         | <b>Ochranné prvky</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Přilba</li> <li><input type="checkbox"/> Brýle</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Vyhledat na internetu statistiky úrazů lyžařů – třídit dle používání/nepoužívání přilby a dle následků úrazů</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                              | <b>Vybavení</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Spolehlivé vázání</li> <li><input type="checkbox"/> Rukavice, vhodná obuv</li> <li><input type="checkbox"/> Správné lyže a hůlky</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Učit se správně ošetřit lyže, vázání, obutí (pracovní výchova, lyžařský výcvik)</li> <li><input type="checkbox"/> Provést pokusy s pevným a volným uvázáním<sup>34</sup></li> <li><input type="checkbox"/> Provést pokusy s používáním vosků a skluznic na „dráze“<sup>35</sup></li> </ul>                                                                                                             |



## VYSVĚTLENÍ POJMŮ A DOPORUČENÉ INFORMAČNÍ ZDROJE

<sup>1</sup>**Vizualizace** – zobrazení skutečného dopravního prostředí

<sup>2</sup>**Kompenzační pomůcky** – bílé a červenobílé hole, navigační jednotky, ultrazvukové pomůcky pro orientaci, cvičený pes, taktilní mapy aj.

<sup>3</sup>**Mobilidář** – vybavení městského a jiného dopravního prostředí

<sup>4</sup>**Kimovy hry** – hry na rozvíjení postřehu a paměti. Základem je zapamatovat si předměty, obrázky a posléze určit, který z předmětů byl z nabídky odebrán.

<sup>5</sup>**Pokusy se zrakovým odhadem vzdálenosti** a rychlosti přibližujících se vozidel

<sup>6</sup>**Základní slova znakového jazyka** – <http://ruce.cz>

<sup>7</sup>**IZS** – integrovaný záchranný systém. Základními složkami IZS jsou - Hasičský záchranný sbor ČR, jednotky požární ochrany zařízené do plošného pokrytí okresu jednotkami požární ochrany, Zdravotnická záchranná služba a Policie ČR. Ostatními složkami IZS jsou vyčleněné síly a prostředky ozbrojených sil, ostatní ozbrojené bezpečnostní sbory, ostatní záchranné sbory, orgány ochrany veřejného zdraví, havarijní, pohotovostní, odborné a jiné služby, zařízení civilní ochrany, neziskové organizace a sdružení občanů, která lze využít k záchranným a likvidačním pracím (zdroj: <http://www.firebrno.cz/zs-a-jednotky-pozarni-ochrany>; kontakt na IZS LK: <http://www.hzslk.cz>).

<sup>8</sup>**Partneři v dopravě** – všechny účastníky silničního provozu je potřeba brát jako partnery při pohybu v dopravním prostředí. Partneři nejsou soupeři a nepřátelé. Na partnery bereme ohled a snažíme se předvídat a pochopit jejich jednání.

<sup>9</sup>**Vizuál** – grafický návrh (leták, plakát apod. pro kampaň nebo reklamu)

<sup>10</sup>**Pokus na únosnost krajnice** – Při pobytu venku ověřit pokusem únosnost svahu, krajnice při různém zatížení (lze využít při výletě v přírodě různé povrchy svahu - stěrk, písek, kamení, apod.) a vysvětlit riziko. Sestavení modelu krajnice z různých materiálů navrhnout různé možnosti zpevnění (zhuštění). Cílem pokusu je uvědomění žáků, že v některých situacích je nebezpečné jet vozidlem mimo zpevněnou část silnice.

<sup>11</sup>**Pokus s vlečnou křivkou** – varianta: narýsovat zatáčku nebo křižovatku a „projíždět“ ji různě velkými obdélníky, které představují různá vozidla.

<sup>12</sup>**Pokus s retroreflexním a fluorescenčním materiálem** a viditelností různých barev v odlišných světelných podmínkách – varianta: využít retroreflexní a fluorescenční materiál ve výtvarné výchově. Zhotovené výrobky vystavit na zdi proti oknu. Materiál odráží denní světlo a je výraznější než okolí. Pokus je vhodné provést v podzimním období, kdy při zhasnutém umělém osvětlení je materiál osvětlen jen minimálním venkovním světlem.

<sup>13</sup>**Pravidlo „Zeleného kříže“** – <http://www.tameside.gov.uk/roadsafety/greencrosscode>;  
<http://www.dft.gov.uk/think/education/early-years-and-primary/parents/7-to-11s/the-green-cross-code/>

<sup>14</sup>**Oční kontakt** – zde je myšlen střet pohledů mezi řidičem vozidla a chodcem, který se chystá vstoupit do vozovky. Při očním kontaktu je důležité naučit se odhadnout, jestli řidič vnímá situaci, a jaký je jeho záměr.

<sup>15</sup>**Pokus s brzdou dráhou** – varianta: přeměňování vzdálenosti skluza a zastavení při různě rychlém rozběhu, odrazu, na různém povrchu a s různými podrážkami (tělesná výchova)

<sup>16</sup>**Rozhledové překážky** – Předměty, které brání bezpečnému rozhledu chodcům a řidičům (stromy, keře, dopravní značení, reklamy, kontejnery apod.)

<sup>17</sup>**Pokusy s bezpečně připoutaným vajíčkem** – varianta: připoutané vajíčko v autíčku nebo krabičce při nárazu zůstává nerozbité. Nepřipoutané vajíčko se rozbije.

<sup>18</sup>**Pokus na setrvačnou sílu** – varianta: umístit na sebe dva předměty. Do dráhy předmětům upevnit překážku (např. tyč, kterou drží dva žáci). Předměty rychle posunujeme směrem k překážce. Při nárazu spodního předmětu horní předmět pokračuje dál směrem „jízdy“. Upozornění: horní předmět musí mít zajištěná „záda“, jinak při trnutí předmětů směrem k překážce spadne dozadu.

<sup>19</sup>**Pokus na setrvačnost předmětů při pohybu v zatáčce** – varianta: umístit na sebe dva předměty. Na spodní předmět upevníme provázek. Oba předměty roztocíme. Zatímco spodní předmět se otáčí kolem naší osy, horní předmět je odmrštěn. Důležité: upozornit žáky na rizika spojená s průjezdem motocyklisty zatáčkou při velké rychlosti.

<sup>20</sup>**Pokus na prokázání setrvačné síly** – viz odkaz č. 19

<sup>21</sup>**Pokus s vlečnou křivkou** – viz odkaz č. 11

<sup>22</sup>**Pokus s brzdou dráhou** – viz odkaz č. 16

<sup>23</sup>**Pokus s mrtvým úhlem** – varianta: pozorovat v malém kosmetickém zrcátku (zpětné zrcátko řidiče), co a koho v zrcátku vidí.

<sup>24</sup>**Dynamén** – složenina slov dynamit a fenomén. Rizikové faktory, které mohou být příčinou vzniku nehody.

<sup>25</sup>**Pokus s vajíčkem v polystyrénové přílbě** – varianta: zalamovacím nožem na papíry vykrojit z polystyrénu polokouli. Velkou lžící nahrátou nad ohněm vytlačit na rovné straně polokoule důlek pro vajíčko. Vložit vajíčko a přilepit lepicí páskou. Při pádu na polystyrénovou přílbu se vajíčko nerozbije. Pokud vajíčko přesahuje část nad povrch polystyrénové přílby, tak se při pádu celá přílba odrazí a dopadne na zem stranou s přesahujícím vajíčkem. Vajíčko se rozbije (nechráněná hlava je zranitelná).

<sup>26</sup>**Pokus s retroreflexním materiálem** – viz odkaz č. 12

<sup>27</sup>**Pokus se zachycením látky, provázku do roztočeného kola** – varianta: připevnit provázek k židlí a roztočit kolo (rotopedu, kola). Nechat provázek u kola tak, aby kolo strhlo provázek i se židlí.

<sup>28</sup>**Povinné vybavení kola** – Povinná výbava kola se u nás řídí vyhláškou č. 341/2002 SB., příloha č. 13. Více informací k tomuto tématu naleznete v části publikace Legislativa pro učitelskou praxi.

<sup>29</sup>**Vhodné vybavení kola** – např. jasně znějící zvonek, účinné blatníky, účinný kryt řetězu; na delší cestu si připravit pláštěnku, sluneční cyklistické brýle, dostatek pití a energetického jídla

<sup>30</sup>**Výtluky** – výmoly na silnici způsobené opotřebováním její konstrukce a povětrnostními vlivy

<sup>31</sup>**Pokus s přílbou a melounem** – vložit meloun do cyklistické přílby. Přílbu i s melounem upustit na zem. Meloun se v přílbě nerozbije. Je možné, že cyklistická přílba praskne.

<sup>32</sup>**Jezdit na sjezdovce čitelně** – dát vždy signál, pokud se lyžař chystá změnit směr jízdy. Všichni lyžaři, kteří jedou vzadu, musí dopředu vidět záměr lyžaře.

<sup>33</sup>**„Číst“ záměr učitele**, spolužáka jedoucího vpředu – hrát neverbální pohybové hry (v tělesné výchově, v družině, na škole v přírodě), při kterých se žáci musí orientovat podle učitele nebo vedoucího žáka vpředu.

<sup>34</sup>**Pokusy s pevným a volným uvázáním** – ukázat, na pevně a příliš volně uvázané lyžařské botě, jakou funkci má vázání a jaké riziko hrozí při nekalitně seřízeném vázání. Bota se při bočním nárazu neuvolní.

<sup>35</sup>**Pokusy s používáním vosků a skluza skluznic na „dráze“** – změřit brzdou dráhu různé navoskovaných lyží. Použít různé typy vosků na různé lyže.





## 3. KLÍČOVÉ KOMPETENCE DLE RVP ZV A JEJICH VAZBA NA KOMPETENCE DV

### 3.1 Kompetence k učení

Žák:

– „vybírá a využívá pro efektivní učení vhodné způsoby, metody a strategie, plánuje, organizuje a řídí vlastní učení“

DV – plánuje self-management<sup>1</sup> a time-management<sup>2</sup>, osobní portfolio<sup>3</sup>, strategii sebevýchovy<sup>4</sup>, plán výuky druhých<sup>5</sup>,

– „vyhledává a třídí informace a na základě jejich pochopení, propojení a systematizace je efektivně využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě“

DV – vyhledává informace důležité pro ochranu zdraví a života, navrhuje preventivní opatření a hodnotí jejich výsledek,

– „operuje s obecně užívanými termíny, znaky a symboly, uvádí věci do souvislostí, propojuje do širších celků poznatky z různých vzdělávacích oblastí a na základě toho si vytváří komplexnější pohled na přírodní, společenské a sociokulturní jevy“

DV – hledá smysl a význam neznámých termínů, znaků a symbolů; v návaznosti na získané znalosti tvoří vlastní logické symboly pro bezpečný pohyb v dopravním prostředí a pro prevenci úrazů,

– „vnímá a chápe souvislosti, získává nové znalosti a propojuje je s již osvojenými poznatky, nové informace propojuje do širších celků s poznatky z různých vzdělávacích oblastí“

DV – vnímá dopravu a problémy spojené s dopravou jako globální téma technické, historické, přírodní, sociální a zdravotní; získává poznatky o bezpečnosti a prevenci úrazů, chápe rizika vzniku nehody v souvislostech; ze získaných poznatků vyvozuje závěry,

– „samostatně pozoruje a experimentuje, získané výsledky porovnává, kriticky posuzuje a vyvozuje z nich závěry pro využití v budoucnosti“

DV – navrhuje a realizuje pokusy týkající se fyzikálních zákonů v dopravním prostředí, vyvozuje závěry pro ochranu zdraví a života svého i ostatních,

– „poznává smysl a cíl učení, má pozitivní vztah k učení, posoudí vlastní pokrok a určí překážky či problémy bránící učení, naplánuje si, jakým způsobem by mohl své učení zdokonalit, kriticky zhodnotí výsledky svého učení a diskutuje o nich“

DV – chápe smysl učení bezpečnému pohybu v dopravním prostředí, ochrany zdraví a života, plánuje svůj systém zkvalitňování a zlepšování se, plánuje a organizuje svůj přepravní plán – plán cesty, časový rozvrh trasy.

### 3.2 Kompetence k řešení problémů

Žák:

– „vnímá nejrůznější problémové situace ve škole i mimo ni, rozpozná a pochopí problém, přemýšlí o nesrovnalostech a jejich příčinách, promyslí a naplánuje způsob řešení problémů a využívá k tomu vlastního úsudku a zkušeností“

DV – rozpozná a pochopí problém, rizika a nebezpečí, přemýšlí, jak lze rizikům předejít a jaké jsou jejich reálné následky,

– „vyhledá informace vhodné k řešení problémů, nachází jejich shodné, podobné a odlišné znaky, využívá získané vědomosti a dovednosti k objevování různých variant řešení problémů, nenechá se odradit případným nezdarem a vytrvale hledá konečné řešení problému“

DV – navrhuje nová bezpečnější řešení, hledá obdobná řešení a varianty, kombinuje teoretické informace s praktickou aplikací na konkrétních bezpečnostních opatřeních,

– „samostatně řeší problémy, volí vhodné způsoby řešení, užívá při řešení problémů logické, matematické a empirické postupy“

DV – aktivně pozoruje rizikové chování a rizikové faktory, stanoví cíle pozorování, umí je zaznamenat, vyvodí závěry pro bezpečné chování a pro ochranu zdraví a života,

– „ověřuje prakticky správnost řešení problémů a osvědčené postupy aplikuje při řešení obdobných nebo nových problémových situací, sleduje vlastní pokrok při zdolávání problémů, přezkoumá řešení a osvědčené postupy aplikuje při řešení obdobných nebo nových problémových situací“

DV – analyzuje rizikovou lokalitu, hledá obdobné situace a aplikuje je při řešení problémů, hledá východiska; aplikuje osvědčené postupy při řešení dopravních situací,

<sup>1</sup>Self-management – vlastní organizace (plánování, stanovení cílů, stanovení postupných kroků, sestavení výkonnostní tabulky, sestavení portfolia apod.), získávání schopností, znalostí, dovedností, které zajistí žákovi bezpečnější pohyb v dopravním prostředí.

<sup>2</sup>Time-management – plánování času

<sup>3</sup>Osobní portfolio – sestavení „životopisu“ (co jsem dokázal, co jsem se naučil, ...) doplnění výkonovými výsledky, fotografiemi, kresbami, grafy apod.

<sup>4</sup>Strategie sebevýchovy – analýza vlastních schopností a návrh na jejich zdokonalování.

<sup>5</sup>Plán výuky druhých – analýza rizikového chování ostatních účastníků silničního provozu, návrhy na výchovná opatření (co můžeme ovlivnit, jakou formou, jak budeme postupovat).





– „kriticky myslí, činí uvážlivá rozhodnutí, je schopen je obhájit, uvědomuje si zodpovědnost za svá rozhodnutí a výsledky svých činů z rozhodnutí“

DV – rozumí vztahu mezi svým rozhodnutím a vlivem rozhodnutí na okolí, odvozuje možné následky svých rozhodnutí.

### 3.3 Kompetence komunikativní

Žák:

– „formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory v logickém sledu, vyjadřuje se výstižně, souvisle a kultivovaně v písemném i ústním projevu“

DV – vyjadřuje se jasně, zřetelně, přesně a fakticky, předá přesnou informaci (např. IZS), komunikuje problém,

– „naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje, účinně se zapojuje do diskuse, obhájí svůj názor a vhodně argumentuje“

DV – i při neshodě názorů (při řešení dopravních a bezpečnostních témat) umí obhájit svůj názor vhodnou argumentací, respektuje práva při komunikaci, jedná ohleduplně,

– „rozumí různým typům textů a záznamů, obrazových materiálů, běžně užívaných gest, zvuků a jiných informačních a komunikačních prostředků, přemýšlí o nich, reaguje na ně a tvořivě je využívá ke svému rozvoji a k aktivnímu zapojení se do společenského dění“

DV – rozumí legislativním textům a komentuje je, vnímá verbální i neverbální projevy druhých a odhaduje pravděpodobné chování, pozná případné riziko,

– „využívá informační a komunikační prostředky a technologie pro kvalitní a účinnou komunikaci s okolním světem“

DV – využívá informační a komunikační prostředky k vhodné a slušné argumentaci a ovlivňování bezpečných postojů druhých,

– „využívá získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů potřebných k plnohodnotnému soužití a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi“

DV – uvědomuje si význam komunikace pro vytváření kvalitních vztahů; spolupracuje s ostatními lidmi v dopravním prostředí a vnímá je jako své partnery v dopravě.

### 3.4 Kompetence sociální a personální

Žák:

– „účinně spolupracuje ve skupině, podílí se společně s pedagogy na vytváření pravidel práce v týmu, na základě poznání nebo přijetí nové role v pracovní činnosti pozitivně ovlivňuje kvalitu společné práce“

DV – vnímá potřeby skupiny a jedince a respektuje je; je tolerantní k hodnotám druhých; respektuje všechny účastníky silničního provozu a respektuje jejich práva,

– „podílí se na utváření příjemné atmosféry v týmu, na základě ohleduplnosti a úcty při jednání s druhými lidmi přispívá k upevňování dobrých mezilidských vztahů, v případě potřeby poskytne pomoc nebo o ni požádá“

DV – všimá si potřeb ostatních účastníků silničního provozu a respektuje je, je empatický ve vztahu k druhým,

– „přispívá k diskusi v malé skupině i k debatě celé třídy, chápe potřebu efektivně spolupracovat s druhými při řešení daného úkolu, oceňuje zkušenosti druhých lidí, respektuje různá hlediska a čerpá poučení z toho, co si druzí lidé myslí, říkají a dělají“

DV – účastní se aktivit zaměřených na pomoc druhým a na prevenci nehod a úrazů,

– „vytváří si pozitivní představu o sobě samém, která podporuje jeho sebedůvěru a samostatný rozvoj; ovládá a řídí svoje jednání a chování tak, aby dosáhl pocitu sebeuspokojení a sebeúcty“

DV – vytváří si pozitivní vztah ke svému životu a ke svým hodnotám; při nátlaku okolí a ataku na jeho hodnoty jedná asertivně.

### 3.5 Kompetence občanské

Žák:

– „respektuje přesvědčení druhých lidí, váží si jejich vnitřních hodnot, je schopen vcítit se do situací ostatních lidí, odmítá útlak a hrubé zacházení, uvědomuje si povinnost postavit se proti fyzickému i psychickému násilí“

DV – vnímá agresivitu za volantem jako společensky nepřijatelnou a nebezpečnou; chápe principy demokracie, řídí se jimi a dle principů demokracie v dopravním prostředí jedná,



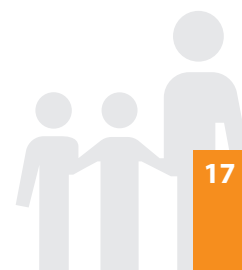


- „*chápe základní principy, na nichž spočívají zákony a společenské normy, je si vědom svých práv a povinností ve škole i mimo školu*“  
DV – chápe důležitost pravidel silničního provozu, pravidla přijímá a vnímá důležitost jejich dodržování, respektuje je,
- „*rozhoduje se zodpovědně podle dané situace, poskytne dle svých možností účinnou pomoc a chová se zodpovědně v krizových situacích i v situacích ohrožujících život a zdraví člověka*“  
DV – v dopravním prostředí se chová zodpovědně; neohrožuje svým chováním ostatní účastníky silničního provozu; dle svých možností poskytne pomoc nebo dle svých znalostí předá správné informace ostatním účastníkům nehody a IZS,
- „*respektuje, chrání a ocení naše tradice a kulturní i historické dědictví, projevuje pozitivní postoj k uměleckým dílům, smysl pro kulturu a tvořivost, aktivně se zapojuje do kulturního dění a sportovních aktivit*“  
DV – pociťuje sounáležitost s místem, kde žije; zná jeho význam a hodnotu; vždy se chová tak, aby nezneškodil dílo druhých (i dopravní značení, telefonní stanice aj.),
- „*chápe základní ekologické souvislosti a environmentální problémy, respektuje požadavky na kvalitní životní prostředí a rozhoduje se v zájmu podpory a ochrany zdraví a trvale udržitelného rozvoje společnosti*“  
DV – chápe význam životního prostředí, vnímá dopravní prostředí jako součást životního prostředí; v dopravním prostředí se k životnímu prostředí chová ohleduplně a s respektem.

### 3.6 Kompetence pracovní

Žák:

- „*používá bezpečně a účinně materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla, plní povinnosti a závazky, adaptuje se na změněné nebo nové pracovní podmínky*“  
DV – zodpovědně přistupuje k péči o své dopravní prostředky (kolo, koloběžka, in-line brusle, skateboard aj.), používá materiály určené pro daný dopravní prostředek, uvědomuje si následky používání nevhodných materiálů, při péči o dopravní prostředky pracuje bezpečně, pečlivě a zodpovědně,
- „*přistupuje k výsledkům pracovní činnosti nejen z hlediska kvality, funkčnosti, hospodárnosti a společenského významu, ale i z hlediska ochrany svého zdraví i zdraví druhých, ochrany životního prostředí i ochrany kulturních a společenských hodnot*“  
DV – uvědomuje si následky špatné, nekvalitní, zanedbávající péče o dopravní prostředky, přistupuje k péči zodpovědně a je si vědom rizika zanedbání péče – rizika vzniku nehody, úrazu, vlivu na ostatní účastníky silničního provozu,
- „*využívá znalosti a zkušenosti získané v jednotlivých vzdělávacích oblastech v zájmu vlastního rozvoje i své přípravy na budoucnost, činí podložená rozhodnutí o dalším vzdělávání a profesním zaměření*“  
DV – znalosti získané zkušeností ve vzdělávacích oblastech uplatňuje v přípravě na řízení motorových vozidel,
- „*orientuje se v základních aktivitách potřebných k uskutečnění podnikatelského záměru a k jeho realizaci, chápe podstatu, cíl a riziko podnikání, rozvíjí své podnikatelské myšlení*“  
DV – orientuje se ve struktuře místních úřadů a organizací zodpovědných za bezpečné uspořádání dopravního prostředí; ví, kam se obrátit při řešení rizikové situace v dopravním prostředí; aktivně se zapojuje do řešení dopravního prostoru, analyzuje situaci a navrhuje nápravu; zná kompetence příslušných úřadů a organizací.





## 4. VYUŽITÍ GESTALT PŘÍSTUPU VE VZDĚLÁVÁNÍ

### 4.1 Úvod

Cíle metodické části „Využití gestalt přístupu ve vzdělávání“ jsou následující:

- ☐ předat učitelům nástroj k reflexi vlastní práce s žáky,
- ☐ nabídnout učitelům pomůcku, která podpoří výchovnou složku působení školy a její pozitivní vliv na rozvoj osobnosti žáků, zejména pak na rozvoj:
  - jejich individuality, sebedopory<sup>1</sup>, ale nikoliv sobectví, tzn. musí jít o sebedoporu spojenou se zodpovědností a schopností vnímat potřeby okolí,
  - jejich schopnosti komunikovat,
  - jejich schopnosti vyjadřovat adekvátním způsobem své názory a své emoce,
  - jejich schopnosti více si sami sebe uvědomovat, a tím si více uvědomovat své potřeby, kterými je řízeno jejich chování,
  - jejich schopnosti řídit své chování, tzn. schopnosti samostatné volby,
- ☐ pomoci učitelům podporovat zvědavost žáků, samostatnost, schopnost uchopovat, propojovat a integrovat informace (tzn. schopnost učit se),
- ☐ podpořit učitele v jejich kompetenci vytvářet prostor pro otevřenou komunikaci,
- ☐ podpořit učitele v přijímání role „průvodce“ dětí, který je odborníkem na komunikaci, ne však „majitelem pravdy“, který by direktivně nabízel „jediná správná“ nebo „jediná možná“ řešení jednotlivých problémů a situací,
- ☐ přispět k takové atmosféře ve školách, kde by bylo zdůrazňováno a preferováno učení prožitkem před prostým memorováním pouček a údajů.

Cílem této metodiky je inspirovat učitele některými nosnými myšlenkami Gestalt psychoterapie, nabídnout jim vodítko k aplikaci gestaltterapeutické teorie i praxe do vzdělávacího a výchovného procesu.

Gestalt psychoterapie se řadí k dynamickým psychoterapeutickým školám a byla založena ve čtyřicátých letech minulého století. Populární se stala v šedesátých letech minulého století a v současnosti patří mezi nejrozšířenější psychoterapeutické směry.

Ve školách ale nejde primárně o psychoterapii žáků a učitelé nejsou psychoterapeuty. Proto, pokud budou v textu rozebírány možnosti aplikace Gestalt psychoterapie ve škole, bude se hovořit o Gestalt přístupu, nikoliv o Gestalt psychoterapii.

Výše uvedené cíle i dále popsaná teoretická východiska a praktické metody jsou v souladu s cíli, zásadami a metodami Osobnostní a sociální výchovy uvedenými v rámcových vzdělávacích programech.

Je třeba zdůraznit, že autor se zde pokouší aplikovat některá teoretická východiska a metody Gestalt psychoterapie na realitu školní výuky, což je čin poměrně novátorský. Popis Gestalt psychoterapie je vzhledem k rozsahu textu nutně stručný a zjednodušující. Ambicí není představit ucelenou pedagogickou metodu, ale předložit nápady a myšlenky, které učitelé mohou (ale nemusí) integrovat do své praxe. Pro vážné zájemce bude uveden seznam odborné literatury, kde si mohou o Gestalt psychoterapii udělat ucelenější představu.

### 4.2 Podstatné myšlenky textu:

- ☐ **Základními cíli výchovy dle Gestalt přístupu** jsou: uplatnění žáka ve světě – schopnost najít v něm kreativně své místo (uspokojovat tvořivě a zodpovědně své potřeby), převzít zodpovědnost za svá rozhodnutí i za prostředí (sociální a přírodní), ve kterém žije.
- ☐ Nástroje, které podporují dosažení výše uvedených cílů výchovy a které je možné v rámci školní výuky a výchovy používat, jsou **rozvoj uvědomování<sup>2</sup>** a **dialog**.
- ☐ **Větší efekt ve výchově má zážitková výuka prostřednictvím zkušeností, nikoliv frontální výuka, která je založena na předávání vědomostí.** Nejde o to, aby se žáci učili další a **další fakta, šablony, návody, ale** aby se učili **vnímat** svět prostřednictvím svých smyslů, emočně jej **prožívali** a s využitím určitého množství faktů byli schopni **tvořit vlastní závěry** a na jejich základě pak **jednat**. K tomu potřebují být **sebedoporeni<sup>3</sup>** v tom, že jejich vnímání, emoce, následné závěry a jednání mají hodnotu.
- ☐ **Sebedoporu** u žáků je možno rozvíjet tím, že učitel **vytváří prostor k samostatnému přemýšlení, prožívání a komunikaci** o tom, co je právě předmětem výuky. **Podporuje** žáky, aby při tom vycházeli **z aktuální zkušenosti, ztotožňovali** se beze studu nebo sebedevalvace<sup>4</sup> **se svými názory a emocemi**. Ubezpečuje je, že **příspěvek každého je hodnotný**.
- ☐ Je důležité, aby učitel **přistupoval k žákům s respektem, se zvědavostí** k tomu, co jsou schopni vytvořit, a **s jistotou, že jsou sami o sobě dobří**.

<sup>1</sup> Tento pojem bude podrobněji vysvětlen v kapitole 4.3.4. „Sebedopora je vše, čím dokážeme podepřít sami sebe – patří sem všechny aspekty já, které jsou nám v podstatě dány a nemusíme o tom přemýšlet... jako zdraví, tělo, mimovědomé tělesné funkce, dýchání, tělesný postoj... mezi důležité navyklé metody sebedopory patří také způsoby, jimiž o sobě lidé smýšlejí a vedou vnitřní dialog; způsoby, kterými se prosazují a brání; způsoby, jimiž o sebe tělesně a duševně pečují...“ (In: MACKEWYN, J. Gestalt psychoterapie. 1. vydání. Praha: Portál, 2004. 187 s.).

<sup>2</sup> „Uvědomování je doprovázeno pocitem vlastnění, tj. procesem poznávání vlastní kontroly nad svým chováním a pocity, volby vlastního chování a pocitů a zodpovědnosti za ně“ (In: YONTEF, G. M. Gestalt terapie. Uvědomování, dialog a proces. 1. vydání. Praha: TRITON, 2009. 167 s.).

<sup>3</sup> Viz kap. 4.3.4 a poznámka pod čarou č. 1.

<sup>4</sup> Devalvace = snížení hodnoty (In: KLIMEŠ, L. Slovník cizích slov. 7. vydání. Praha: SPN – pedagogické nakladatelství, 2005. 115 s.).

### 4.3 Jak funguje psychika? (stručné základy vývojové psychologie a psychologie osobnosti z pohledu Gestalt přístupu)

- Člověk, aby obstál v životě, se po celou jeho dobu konfrontuje se svým okolím (prostředím). Vstupuje do něj, přetváří jej tak, aby uspokojovalo jeho potřeby. Okolí naopak svými vlastnostmi a událostmi v něm ovlivňuje člověka.
- Základ psychického fungování se vytváří v raných stádiích vývoje.
- Každý člověk má zcela individuální způsob vnímání a prožívání světa, stejně tak každý zcela osobitým způsobem přiřazuje jednotlivým událostem ve světě významy.
- Každý člověk je svým okolím ovlivňován. Chování člověka můžeme porozumět jen tehdy, pokud známe prostředí, které jej ovlivňuje.

#### 4.3.1 Interakce<sup>5</sup> člověk – okolí (prostředí)

- Člověk přichází na svět, ale není soběstačný. K tomu, aby přežil, potřebuje výživu, kterou mu poskytuje jeho prostředí. „Výživou“ je nejen strava, ale také myšlenky, informace nebo lidské vztahy.
- „Prostředí“ je zde definováno široce – je tím myšleno vše, co člověka obklopuje a s čím člověk přichází do kontaktu – tzn. příroda, lidé, technika atd.
- **Gestalt psychoterapie se zabývá studiem vztahů člověka a prostředí, přičemž dominantním procesem, který je sledován, je naplňování potřeb člověka v kontaktu s prostředím.**
- V zásadě může člověk řídit svou interakci s prostředím dvojím způsobem:
  - 1) vychází z toho, co je – ze svých reálných potřeb a z možností prostředí (ví, co chce, a dokáže odhadnout, jak je prostředí bohaté na výživu),
  - 2) vychází z představ o sobě a prostředí – z představ o tom, jaký by měl být, jak by měl fungovat, z fantazií o tom, co prostředí vyžaduje – tyto představy zahrnují nejruznější společenské normy a pravidla, které jsme si osvojili v průběhu výchovy.

*Př. V práci je pan XY nespokojený, potřebuje něco změnit v pracovních postupech – pokud bude řídit svůj kontakt s okolím prvním způsobem, bude schopen si uvědomit svou nespokojenost, např. hněv, bude schopen si uvědomit potřebu něco změnit. A protože také dokáže odhadnout možnosti prostředí, nevyrukuje na svého nadřízeného s vulgární kritikou, ale nadřízenému sdělí „vadí mi to a to, napadá mě, že by se to dalo změnit tímto způsobem, myslím, že by pak i mé fungování v práci bylo efektivnější...“. Pokud se bude tentýž problém řešit druhým způsobem, tak si možná pan XY ani neuvědomí svou nespokojenost a potřebu změny (např. proto, že se bude řídit představou „nemůžu být nespokojený, právo na nespokojenost mají jiní lidé...“) nebo ji nebude schopen vyjádřit (protože „autoritě se přece neodporuje...“ nebo „stejně nemá cenu si stěžovat...“) nebo díky představám o okolí („všichni jsou tu pro mě...“, „všichni jsou neschopní...“) vyjádří své potřeby natolik konfrontačně, že mu nadřízený nevyhoví. Který způsob dává panu XY větší šanci na uspokojení jeho potřeb?*

- První způsob je z hlediska spokojenosti a „nasycenosti“ v kontaktu s prostředím efektivnější, jeho předpokladem je, že si člověk uvědomuje své potřeby i limity okolí.
- Pravidla a normy samy o sobě často nejsou špatné, pomáhají člověku fungovat ve světě, bez jejich existence by byl život velmi chaotický. Větším problémem bývá jejich příliš stereotypní používání, které pak už neodpovídá ani situaci, ani potřebám člověka.
- **Je důležité, aby se lidé naučili důvěřovat vlastním potřebám a emocím a vlastnímu úsudku.** Naučit se v konkrétní situaci jednat tvořivě, řídit své chování podle toho, co konkrétní situace vyžaduje, je mnohem sebezodpovědnější než v každé situaci „slepě“ aplikovat naučená pravidla a normy.

*Př. Dle společenského pravidla je dáno, že svítí-li na semaforu červená, je třeba zastavit. Toto většina lidí dodržuje. Naplnovat stoprocentně toto pravidlo v situaci, kdy je vážně zraněný člověk převážen do nemocnice, by však bylo poněkud rigidní a neadekvátní situací.*

#### Význam výše uvedeného pro pedagogickou praxi:

Učitel by si měl uvědomovat, že i škola přispívá k formování způsobu, jak se žáci vztahují ke světu. Mohou se ve svém jednání řídit tím, co je (svými skutečnými emocemi, potřebami a možnostmi prostředí), anebo tím, co by mělo být (představami o tom, jak by měli reagovat, jak by se měli cítit a jaké jsou nároky prostředí). Učitel by měl mimo jiné učit žáky důvěřovat vlastním potřebám, emocím a vlastnímu úsudku.

#### Jak může pedagog v praxi postupovat: (podrobněji rozpracováno v kap. 4.5)

- rozvíjením uvědomování u žáků (pomoci jim plně prožívat sebe samé i okolní prostředí),
- rozvíjením jejich kontaktních funkcí<sup>6</sup> (pestrostí metod, kdy je žákům umožněno vyjadřovat se různými kontaktními funkcemi a je při tom respektována jejich individualita),
- akceptací žáků – jejich myšlenek, názorů i emocí,
- autentickým reagováním<sup>7</sup> na ně.

<sup>5</sup> Interakce = vzájemné aktivní působení, ovlivňování jedinců, skupin a prostředí (In: HARTL, P., HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník. 1. vydání. Praha: Portál, 2000. 236 s.).

<sup>6</sup> Kontaktní funkce – proces, prostřednictvím kterého dochází ke kontaktu mezi jedincem a prostředím. To je pět smyslů – zrak, hmat, sluch, čich a chuť, a k tomu pohyb a řeč (In: POLSTER, E., POLSTER, M. Integrovaná Gestalt terapie. 1. vydání. Boskovice: Albert, 2000. 98 s.).

<sup>7</sup> Tzn. otevřená, upřímná reakce na žáky, kdy se učitel neskrývá za masku profesionality, reaguje dle svého aktuálního prožívání, ne přehráváním role



#### 4.3.2 Jak lidé naplňují své potřeby?

- V interakci člověk – prostředí se formují potřeby, které nás nutí, abychom se svým chováním dobrali jejich uspokojení.
- Zformovaná potřeba je vlastně důsledek porušení rovnováhy mezi člověkem a jeho prostředím, vytváří tlak na obnovení rovnováhy.<sup>8</sup>

*Př. Změna společenských podmínek po roce 1989 přinesla mnohem větší potřebu učit se anglický jazyk, člověk pak svou aktivitou rovnováhu mezi sebou a prostředím obnovuje (např. tím, že si doplní znalosti AJ).*

- Tento proces nikdy nekončí, rovnováha je vratká, neustále se objevují nové a nové potřeby.
- V rámci Gestalt terapie se hovoří o **cyklu utváření a zániku potřeby**, který člení proces naplňování potřeby na několik fází:
- 1. fáze: klid (nediferencovaný stav)
- 2. fáze: formování, pocítování potřeby
- 3. fáze: vyostření potřeby
- 4. fáze: zkoumání zdrojů prostředí
- 5. fáze: akce
- 6. fáze: přijetí/odmítnutí
- 7. fáze: uspokojení
- 8. fáze: opuštění potřeby.
- Jedna fáze plyne z druhé, úspěšné prožití předchozí fáze je podmínkou pro zvládnutí fáze následující.

Př. Představte si situaci, kdy si připravujete výuku na následující den.

- 1. Klid (nediferencovaný stav):** Soustředíte se plně na tuto činnost, všechny Vaše ostatní potřeby jsou naplněny. Najedli jste se, nikam nemusíte, děti po Vás nic nechtějí, jste zkoncentrovaní, práce Vám jde dobře, „od ruky“. Kromě potřeby „připravit se na výuku“ jste v klidu, Váš organismus je v rovnováze.
- 2. Pocítování potřeby:** Rovnováha nikdy dlouho nevydrží a Vy začínáte cítit lehký pocit nepohody. Nevíte ještě, o co jde, ale v těle cítíte mírné napětí, zatím jde jen o náznak, který však zaujímá Vaši pozornost.
- 3. Vyostření potřeby:** Začínáte více sledovat pocity těla, ujasňovat si je, uvědomujete si, že máte sucho v ústech, že máte žízeň – potřeba se vyostřila, došlo k plnému uvědomění potřeby napít se.
- 4. Zkoumání zdrojů prostředí:** To je spojeno s mobilizací Vaší energie směrem k budoucímu naplnění potřeby. Zjišťujete, co můžete pro uspokojení žízně udělat – Jít si natočit vodu do kuchyně? Vzít si z ledničky minerálku? Jít do restaurace na pivo? Počkáte? Nebo půjdete hned? Zkoumáte, jak naplnit svou potřebu co nejlépe, uvědomujete si možnosti, některé rozvíjíte, jiné zamítnete.
- 5. Akce:** Dochází ke kontaktu s Vaší potřebou, pijete, dochází ke kontaktu mezi Vámi a prostředím (berete si z prostředí to, co potřebujete), aktivně jednáte.
- 6. Přijetí/odmítnutí:** Dochází k přijetí vody do Vašeho těla, původní část okolí se stává součástí Vašeho vnitřního prostředí (voda se stává pro Vás „výživou“; stejně jako v jiných případech může být informace z odborného článku „výživou“ pro Váš intelekt). Pokud však pijete něco, co Vám nevyhovuje – např. zkažené mléko – vyplivnete ho, odmítnete a hledáte uspokojení dále.
- 7. Uspokojení:** Došlo-li k přijetí, a ne k odmítnutí, cítíte uspokojení z naplnění potřeby. Pak můžete začít potřebu opouštět.
- 8. Opuštění potřeby:** Jste na konci cyklu, kdy můžete svou energii stáhnout, vrátíte se zpět do klidu.

**1. Klid (nediferencovaný stav):** V našem případě znamená, že Vás dále nic neruší a můžete se věnovat opět přípravě na výuku.

- V ideálním případě vše probíhá hladce, jedna fáze procesu uspokojování potřeby navazuje na druhou, potřeba je uspokojena a objevuje se další, rytmus objevení se potřeby a jejího odeznění je plynulý a pravidelný.
- Reálný život má však k ideálu daleko, a tak je spíše pravidlem, že se člověk v rámci uspokojování potřeb v některé z výše popsaných fází „zasekne“ a uspokojení svých potřeb nedosáhne.
- Někdy se stane, že kvůli okolnostem člověk uspokojení své potřeby vědomě odloží.

*Př. Jste v divadle a zjistíte, že Vám někdo poslal textovou zprávu. Chcete a potřebujete na ní odpovědět, ale pokud nejde o něco výrazně naléhavého, vyřídíte telefonát až po konci představení.*

- Větším problémem v životě bývá spousta **nevědomých (=neuvědomovaných)**<sup>9</sup> přerušení cyklů uspokojení potřeby, které člověk dělá na základě neuvědomovaných vnitřních „jakoby-příkazů“<sup>10</sup>, které si osvojil v průběhu svého života. Jedná pak ze zvyku bez toho, aniž by si jasně uvědomoval vlastní motivy pro určité chování.

*Př. Někdo může přerušit cyklus uspokojení potřeby už v úvodní fázi pocítování (např. proto, že někde v průběhu života se naučil z reakcí okolí, že jeho potřeby nemají žádnou cenu, nikoho nezajímají, a tak si rozvinul schopnost své potřeby necítit). Jiný člověk první fázi projde bez problémů, ale ve fázi vyostření zůstane pouze u nejasného pocitu, že něco není v pořádku, ale nedojde až k tomu, aby si vyjasnil, co potřebuje, tzn. nemůže pak konkrétně ve vztahu k jasné potřebě prozkoumávat možnosti prostředí (důvody bývají obdobné jako v případě „zaseknutí“ v předchozí fázi). Jiný člověk projde úspěšně předchozími fázemi až k akci,*

<sup>8</sup> „Potřeba je stav lidského organismu, který znamená porušení vnitřní rovnováhy.“ (In: HARTL, P., HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník. 1. vydání. Praha : Portál, 2000. 444 s.).

<sup>9</sup> „Nevědomí jsou myšlenky, strachy a touhy, které si člověk neuvědomuje, jež ale působí na jeho chování; obsah myslí, který ovlivňuje naše chování, aniž o něm víme.“ (In: HARTL, P., HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník. 1. vydání. Praha : Portál, 2000. 356 s.).

<sup>10</sup> V následujícím příkladu jsou ukázky těchto vnitřních „jakoby-příkazů“ uvedeny v uvozovkách – např. „cokoliv děláš, může být špatně“ nebo „nesmíš udělat chybu“ atd. V odborné literatuře se tyto vnitřní „jakoby-příkazy“ označují slovem **introjekt**.

*ale tam se zastaví z toho důvodu, že se někde naučil, že „cokoliv děláš, může být špatně“ nebo „nevyčítej, začni něco dělat, až ti ostatní k tomu dají svolení“ nebo „nesmíš udělat chybu“, což jsou všechno poselství, která nejsou akcí příliš podporující (pozn. rozumějte tomu tak, že jde o vnitřní „jakoby-příkazy“, které si standardně člověk neuvědomuje, „učí“ se je nejčastěji z postojů a reakcí svého výchovného prostředí v průběhu dětství, nejde o to, že by je jedenkrát slyšel, ale byl opakovaně, znovu a znovu vystaven takovému chování, reakcím, oceňování nebo trestání, které k vytvoření těchto vnitřních „jakoby-příkazů“ vedly). Bylo by možné uvést příklad „zaseknutí“ pro každou z fází cyklu uspokojování potřeby. Výsledek je ale vždy tentýž, cyklus není dokončen, potřeba není uspokojena a člověku zůstává frustrace<sup>11</sup> (chybění něčeho) a touha cyklus dokončit a potřebu uspokojit.*

- Ve skutečném životě je to také tak, že v jeden okamžik na nás útočí více potřeb a my musíme volit na základě vlastních preferencí nebo na základě tlaku okolí, kterou z nich se budeme snažit uspokojit nejdříve. Jedna z nich vystupuje do popředí našeho zájmu, ostatní zůstávají v pozadí, dočasně odložené, ale čekající na své uspokojení. Každá potřeba, protože je důsledkem nerovnováhy, vytváří tlak na své dokončení, uzavření.
- Z příkladů je zřejmé, že existují potřeby různého charakteru. Jsou potřeby krátkodobé – např. potřeba napít se, potřeby v čase déle trvající – např. potřeba připravit se na vyučování a také vyložené dlouhodobé – např. potřeba vybudovat kariéru.
- **Proces interakce člověka a prostředí, s důrazem na proces naplňování potřeb člověka v kontaktu s prostředím, je zde rozebrán poměrně podrobně, protože je klíčový. Schopnost člověka vnímat své potřeby a možnosti okolí a plynule tyto potřeby uspokojovat v interakci s prostředím, rozhoduje o jeho životní úspěšnosti a spokojenosti.**

#### Význam výše uvedeného pro pedagogickou praxi:

Pedagog je díky prezentované teorii vybaven nástrojem, který mu umožňuje přemýšlet o prožívání žáků i prožívání svém. V ideálním případě školní prostředí nevytváří další bloky v prožívání žáků, naopak vede žáky k uvědomování si těchto bloků a event. také k jejich překonávání.

#### Jak může pedagog v praxi postupovat: (podrobněji rozpracováno v kap. 4.5)

- rozvíjením uvědomování u žáků (pomoci jim plně prožívat sebe samé i okolní prostředí),
- rozvíjením jejich kontaktních funkcí (pestrostí metod, kdy je žákům umožněno vyjadřovat se různými kontaktními funkcemi),
- respektem a podporou individuality žáků,
- akceptující a otevřenou komunikací (viz kap. 4.4, pojem „dialog jako setkání“),
- vytvářením bezpečného komunikačního prostoru<sup>12</sup>.

### 4.3.3 Vývoj psychického fungování

- Základ psychického fungování vzniká v předškolním věku, ale ještě ve školním věku a dospívání je osobnost člověka stále ve vývoji, je plastická, ovlivnitelná novými zkušenostmi. V dospělosti je již změna osobnostního fungování obtížnější.
- V raném dětství vznikají **typické vzorce a způsoby fungování člověka**<sup>13</sup> ve vztahu k jeho okolí, vzniká charakteristický způsob, jak bude uspokojovat své potřeby, tzn. jak bude procházet jednotlivými fázemi cyklu utváření a zániku potřeb (viz výše), resp. jak se bude v jednotlivých fázích zastavovat a blokovat plynulost tohoto procesu.
- Opakovaná zkušenost dítěte s tím, jak na něj okolí reaguje, jak je citlivé nebo necitlivé vůči jeho potřebám, vede k tomu, že se dítě učí používat ty neefektivnější způsoby, jak vstupovat do kontaktu s okolím, a ty jsou postupně upevňovány a následně nejčastěji používány.

*Pozn. pro jedno dítě může být neefektivnější způsob vstupování do kontaktu s okolím upozorňování na sebe, sdělování, že něco potřebuje – protože rodiče vždy reagovali na jeho smích (např. když potřebovalo sociální kontakt) nebo pláč (např. když mělo hlad), naopak pro druhé dítě může být neefektivnější způsob vstupování do kontaktu neprojevení se – protože rodiče nikdy nereagovali ani na smích, ani na pláč, nebo je za ně trestali, a je tedy zbytečné či dokonce nebezpečné vynakládat energii na signalizování nějakých potřeb.*

- Žádné výchovné prostředí není dokonalé, tzn. takové, aby uspokojovalo všechny dětské potřeby. Pro zdravý psychický vývoj nakonec stačí, aby výchovné prostředí bylo „dostatečně dobré“. Pokud jsou některé potřeby dlouhodobě neuspokojovány, dítě si pak odnáší tuto frustraci potřeb až do dospělosti, tato nenaplněnost pak ovlivňuje jeho další fungování.

*Př. Holčička neměla ve svém dětství naplněnou potřebu blízkosti – třeba z toho důvodu, že rodiče neměli čas, byli příliš zaměstnaní, měli problémy sami se sebou – jednou z možných reakcí na tuto frustraci v dospělosti může být snaha vyhledávat blízkost naprosto nekriticky – bude ji chtít od kohokoliv. Strach ze ztráty blízkosti může pak vést k tomu, že se nedokáže rozejít s někým, kdo jí např. ubližuje, podvádí, nezajímá atd. nebo může potřebovat ve vztahu takovou blízkost, že to vztah bude dusit (žárliвість, neschopnost pochopit a unést, že partner ve vztahu potřebuje také čas pro sebe...).*

- Míra neuspokojení potřeb, kterou si dítě v průběhu života zažívá, závisí na tom, nakolik je jeho výchovné prostředí bezpečné a podpůrné. Kvalita výchovného prostředí určuje také rozvoj sebepodpory dítěte.

<sup>11</sup> Frustrace – stav zklamání, zmarnění; vzniká, je-li člověku, ale i zvířeti zabráněno dosáhnout cíle jeho snaže-ní (In: HARTL, P., HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník. 1. vydání. Praha: Portál, 2000. 172 s.).

<sup>12</sup> Je tím myšlena taková atmosféra ve skupině (např. ve třídě), kdy jsou různé názory na stejnou věc přijímány, kdy se o různých pohledech diskutuje, členové skupiny jsou podporováni v tom, aby své názory vyjádřili, a jsou si jisti, že názory žádného z nich nebudou zesměšňovány.

<sup>13</sup> Vzorec chování – přebírání modelových schémat chování; částečně jsou dány geneticky, částečně interakcí s okolím, nápodobou, identifikací, působením odměn a trestů (In: HARTL, P., HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník. 1. vydání. Praha: Portál, 2000. 689 s.).

**Význam výše uvedeného pro pedagogickou praxi:**

Osobnost dítěte ve školním věku je ještě plastická, vyvíjí se. Pedagog může její rozvoj ovlivňovat zvláště tehdy, pokud je vůči žákům podporný a umí s nimi komunikovat (viz kap. 4.4).

**Jak může pedagog v praxi postupovat:** (podrobněji rozpracováno v kap. 4.5)

- přijímá a respektuje jedinečnost každého žáka,
- je osobně zaangażovaný (zajímá se, je zvědavý, ale je také otevřený, připravený reagovat na zájem a zvědavost žáků),
- v komunikaci s žáky vymezuje hranice, umí se vyhranit vůči jednání a názorům žáků, ale je také ochoten diskutovat, ustoupit, přiznat chybu.

**4.3.4 Sebeopora**

- Zahnuje sebepoznání a sebezpřijetí.
- Nejde primárně o sebevědomí ve smyslu asertivity<sup>14</sup> nebo sebeprosazení, jde více o sebezpřijetí.
- Sebeopora je v zásadě přijetí toho, že „**jsem takový, jaký jsem**“, rozumím tomu, proč to tak je (rozumím i tomu, jaké události a okolnosti v životě mne ovlivňovaly a tvarovaly), je to pozitivní vztah k sobě.
- Zahnuje postoj, který se dá vyjádřit slovy „jsem takový, jaký jsem a je to tak v pořádku, mohu se i změnit, pokud budu chtít a vynaložím na to energii“. Opačný postoj by mohl být zformulován takto: „nejsem spokojený sám se sebou, měl bych být jiný, nejsem dost dobrý“.
- V dětství člověk získává podporu zvenčí – od rodičů, dalších důležitých dospělých, od učitelů, spolužáků atd. Děti jsou závislé na vedení, pochvale, ocenění zvenčí.
- V dospělosti je důležité, aby člověk uměl podpořit sám sebe, aby měl více podpory vnitřní – tzn. sebeoporu.
- Pokud člověk sám sebe přijímá (má sebeoporu), jednodušeji se mu vstupuje do vztahů, snáze realizuje své potřeby, bere si z prostředí to, co potřebuje. Sebeopodpořený člověk není příliš zatížený studem, přijímá sám sebe s dobrými i špatnými vlastnostmi. Nemá tedy takovou obavu z neúspěchu, z dělání chyb, ze ztrapnění se. To mu umožňuje být ve vztazích i jednotlivých diskuzích otevřenější, formulovat své postoje, pocity i názory.

*Př. Ze života – určitě někteří z vás znají situaci, kdy mají nějaký nápad, něco chtějí sdělit, ale neudělají to, protože „...si nejsou úplně jistí tím, jestli to náhodou není hloupost...“ nebo protože „...ještě nepřišla úplně ta nejvhodnější chvíle...“ nebo protože „...co by na to ostatní řekli, co kdyby byli kritičtí...“ V těchto případech sebeopora chybí. Je to bezpečnější přístup, člověk si mlčením zajistí, že neudělá chybu. Nicméně pokud riskuje, má odvalu a promluví, mohou zaznít takové reakce (i když třeba kritické), které by jej samotného nenapadly a které mu rozšíří jeho myšlenkové nebo emoční obzory.*

**Význam výše uvedeného pro pedagogickou praxi:**

Sebeopora je základem uplatnění a adekvátního prosazení ve světě. Škola v ideálním případě přispívá k rozvoji sebeoporu u dětí. To znamená především k rozvoji sebepoznání a sebezpřijetí.

**Jak může pedagog v praxi postupovat:** (podrobněji rozpracováno v kap. 4.5)

- rozvíjením sebeuvědomování u žáků (pomoci jim plně prožívat sebe samé i okolní prostředí),
- rozvíjením jejich kontaktních funkcí (pestrostí metod, kdy je žákům umožněno vyjadřovat se různými kontaktními funkcemi),
- preferováním učení zážitkem před prostým předáváním informací,
- respektem a podporou jedinečnosti každého žáka,
- podporou žáků, aby vyjadřovali své názory,
- učením žáků diskutovat.

**4.3.5 Každý vytváří svět jinak**

- Každý člověk má zcela individuální způsob vnímání a prožívání světa, stejně tak každý zcela osobitým způsobem přiřazuje jednotlivým událostem ve světě významy.
- Nejsme schopni svět přímo poznat, vždy jej pouze interpretujeme<sup>15</sup>.
- **Naše vnímání světa je ovlivněno předchozí zkušeností, skrze kterou svět vnímáme, resp. interpretujeme.**

*Př. Pro malé dítě, dejme tomu kojeneckého věku, může být návštěva lékaře relativně bezproblémová. Toto se ale změní, pokud dítě zažije při návštěvě lékaře výrazně nepříjemnou situaci (např. bolest při nějakém lékařském zákroku). Následně návštěvy u lékařů už dítě prožívá úzkostně, se strachem. Jinak řečeno lékařské prostředí začne interpretovat jako nebezpečné a ohrožující, což má vliv na jeho další chování, přestože následující návštěvy mu novou bolest nezpůsobují.*

- Do světa promítáme (projikujeme<sup>16</sup>) nejen předchozí zkušenosti, ale také své nenaplněné touhy, přání a potřeby.

*Př. Relativně často lze zaznamenat případy, kdy někteří rodiče žijí životy svých dětí – nevnímají např. to, že dítě nemá příliš velké vlahy pro nějaký sport, protože v dítěti chtějí realizovat a konečně naplnit to, že oni sami takto sportovat nemohli.*

<sup>14</sup> Asertivita – umění něco jasně tvrdit a stát na svém slovu (In: HARTL, P., HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník. 1. vydání. Praha : Portál, 2000. 56 s.).

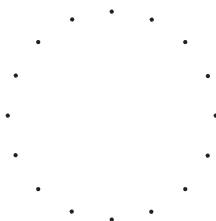
<sup>15</sup> Interpretace – vysvětlování, výklad, způsob podání (In: KOLEKTIV AUTORŮ. Encyklopedický slovník. 1. vydání. Praha : Odeon, 1993. 444 s.).

<sup>16</sup> Projekce – neuvědomované přenesení subjektivních, popř. podvědomých přání, motivů a pocitů na jiné osoby či situace (In: HARTL, P., HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník. 1. vydání. Praha : Portál, 2000. 456 s.).



- Věci a události kolem sebe nevnímáme přesně, nejde o obtisky reality, které nám vyvstávají ve vědomí. Vnímáme a přijímáme informace z okolí vždy tak, že vnímanému **automaticky přikládáme význam**. Podněty dokončujeme, dáváme do vyšších celků, kategorizujeme. To vše se děje automaticky a bez přítomnosti vědomí.

Když se člověk podívá na obrázek (obr. 1), nevidí samostatných 15 teček, které nemají smysl, ale uvidí kruh nebo kruh z teček. Zcela automaticky do vnímaného vkládá význam.



- Obdobný princip platí nejen na rovině vizuálního vnímání, ale i obecněji. Na psychické úrovni organizujeme stejným způsobem náš svět – **uspořádáváme naši zkušenost do smysluplných celků a máme silnou a vrozenou potřebu přikládat smysl našemu emocionálnímu životu.**

*Př. Vkládání významů do sociální situace. Představme si, že jdeme po ulici, na druhé straně vidíme dvojici lidí, která na sebe vzrušeně gestikuluje, používá zvýšený hlas, přibližuje se k sobě a zase od sebe odchází. Nebudeme vnímat takové chování jako nepochopitelné a beze smyslu, zcela automaticky přiřadíme takovému chování význam – jde o hádku.*

- Všechny tyto zákonitosti vnímání a prožívání na jedné straně usnadňují život (jen si představte, že bychom svět vnímali bez nějakých přednastavení, každá situace by byla nová, musela by se analyzovat atd., život by pak byl neskutečně namáhavý), na druhé straně vedou k nepřesnostem ve vnímání a k obtížím v komunikaci.

#### Význam výše uvedeného pro pedagogickou praxi:

Skutečnost, že svět přímo nepoznáváme, ale interpretujeme, a že v tomto je každý člověk jedinečný, má dalekosáhlé důsledky pro komunikaci. Většina nedorozumění a konfliktů je dána spíše odlišným vnímáním a interpretováním situace než zlou vůlí. Znalost tohoto pravidla prohlubuje porozumění mezi lidmi. To platí i ve vztahu učitel – žák.

#### Jak může pedagog v praxi postupovat: (podrobněji rozpracováno v kap. 4.5)

- komunikuje otevřeně své názory, svůj úhel pohledu a aktivně se zajímá o názor a úhel pohledu partnera v komunikaci (žáka),
- respektuje odlišnost názorů, jedinečnost každého člověka,
- v interakci se žáky nepovažuje svůj názor a svou zkušenost za automaticky hodnotnější,
- učí stejným stylem komunikovat žáky mezi sebou.

### 4.3.6 Vzájemné ovlivňování člověka a jeho prostředí

- V každém okamžiku je člověk ovlivňován spoustou okolností, které k němu přicházejí z okolí a které mají vliv na jeho chování a prožívání (může jít o základní věci jako dostatek nebo nedostatek jídla, kritiku od nejbližších, katastrofální počasí, politickou situaci atd., jde o nekonečné množství faktorů). Naopak člověk svým jednáním ovlivňuje své bezprostřední i vzdálenější okolí (to vzdálenější např. vědec svým objevem, majitel firmy rozhodnutím propustit zaměstnance).
- Další zákonitosti fungování psychiky tedy je, že není možné oddělit psychické fungování člověka od prostředí, ve kterém se nachází, od okolností, které jej ovlivňují.
- Chování člověka můžeme porozumět jen tehdy, pokud známe prostředí, které jej ovlivňuje.

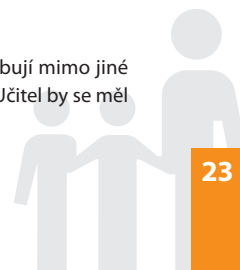
*Př. Je možno ilustrovat na banálním příkladu: Přicházíte do třídy a v lavici vidíte uplakaného chlapce. Je pláč způsoben konfliktem mezi dětmi nebo fyzickou potyčkou? Je chlapec nemocný? Je pláč výrazem strachu kluka, který si zapomněl domácí úkol? Interpretací by mohla být celá řada. Situaci těžko můžete vyhodnotit a reagovat na ni bez toho, aniž byste poznali a zohlednili vlivy okolí.*

- Pro učitele může být inspirativní to, že tento přístup se staví proti černobílému vidění, proti rychlým závěrům typu (viz příklad) – „pláč znamená to, že byla rvačka mezi chlapci“.
- Platí, že ne všechny vlivy jsou přímo rozpoznatelné, některé můžete odhadnout, ale některé Vás vůbec nenapadnou, na některé je třeba se zeptat.
- Navíc každý je ovlivňován okolím zcela individuálním způsobem, každý je ovlivňován něčím jiným a na každého působí stejná věc jinak.

*Př. Špatná známka povede u jednoho dítěte k rezignaci, u druhého k motivaci učit se více.*

#### Význam výše uvedeného pro pedagogickou praxi:

Smyslem výchovy je vychovat sebepodpořené osobnosti, které se uplatní ve světě. Sebepodporu oslabují mimo jiné povrchní odsudky chování člověka, které nezohledňují okolnosti a kontext, ve kterých se člověk nachází. Učitel by se měl těchto odsudků vyvarovat.







**Jak může pedagog v praxi postupovat:** (podrobněji rozpracováno v kap. 4.5)

- v komunikaci je akceptující a respektující,
- vidí hodnotu v odlišnostech, v odlišných názorech i životních zkušenostech,
- je aktivní, zvědavý, zajímá se,
- v hodnocení druhého člověka zohledňuje kontext, ve kterém se člověk nachází, doptává se na kontext a okolnosti chování,
- v tomto smyslu je příkladem svým žákům.

#### 4.4 Jak funguje komunikace? (stručné základy psychologie komunikace z pohledu Gestalt přístupu)

- Psychologie komunikace dle Gestalt přístupu vychází z určitého chápání toho, jak lidé vnímají a prožívají svět: **každý vnímá a prožívá stejné podněty (stejný svět) individuálně a odlišně od druhého člověka a komunikace je nástrojem, jak dosáhnout porozumění mezi lidmi.** Gestalt přístup je velmi radikální, protože tvrdí, že dosáhnout absolutního porozumění mezi lidmi, tzn. skutečnosti, že dva různí lidé budou svět prožívat stejně, není možné. Vždy jde o soulad dílčí.
- Rozhovor – **dialog je to, co se děje mezi lidmi, když se setkají ve své individualitě (jinakosti).**
- Odlišuje se věcný dialog a dialog jako setkání.
- **Věcný dialog** – znamená objektivní způsob vztahování se. Spočívá v argumentaci, předávání informací, v praktické dohodě nebo nařízení něčeho. Zahrnuje takové funkce jako např. analýza, posuzování, rozhodování, vůle atd. Je o organizování života v místě a čase.

*Př. Úryvky věcného dialogu: „Já zajdu do obchodu, ty se mezitím nachystej do školy, až přijdu, uděláme večeři...“ Ve škole – jde o výklad látky přednáškovým, frontálním způsobem, kdy je aktivita na straně učitele, který přednáší učivo a žáci si víceméně pasivně zapisují do sešitu, nebo jde o instrukce typu „...otevřete si sešit, učebnici...“*

– **Dialog jako setkání:**

- Jde o sdělení a sdílení názorů na nějakou věc, sdělení a sdílení emocí, postojů, zkušeností atd. Kombinuje se v něm sdělování („...já si myslím, že toto je dobrý nápad...“), výzva ke sdělování („...řekni mi, co si o tom myslíš ty...?“) i skutečné následné pozorné naslouchání a vnímání partnera v komunikaci.
- Jde o **setkání dvou lidí jako lidských bytostí** – zahrnuje v sobě úctu a respekt k sobě („mám právo a mohu sdělit to, co sdělit chci“) i ke komunikačnímu partnerovi (i ten má stejná práva).
- Jde o **setkání mocensky nehierarchické, kdy jeden druhého nehodnotí.** Vychází z předpokladu, že lidé jsou si rovni v právu vyjádřit svůj názor a každý názor je hodnotný.
- Jde o **setkání v „tady a teď“<sup>17</sup>**, nikoliv o setkání s představami o minulém nebo budoucím jednání toho druhého.

*Př. Úryvky z dialogu jako setkání - On: „Jak jsi to myslela, že se o tebe nezajímám?“ Ona: „Jsi pořád v práci.“ On: „To si myslíš, že jsem v práci jen kvůli sobě?“ Ona: „Já si myslím, že pro tebe jsou peníze někdy důležitější než náš vztah. Chtěla bych být s tebou více.“ atd.*

*Ve škole – výuka, která více vybízí žáky k aktivitě, k diskuzi, k vytváření vlastních nápadů. Např. v dějepise se probírá počátek druhé světové války a učitel vyzývá žáky k přemýšlení a diskuzi nad tím, zda jsou nějaké důvody, proč válka začala zrovna tehdy a zrovna takovým způsobem. Učitel pak jen nepřednáší, ale vyzývá k diskuzi, moderuje ji, usměrňuje a eventuální nápadům dává nějaký rámec. Informace a poznatky pak vznikají z interakce, nikoliv po ose aktivní učitel – pasivní žák.*

- Ve škole často převažuje věcný dialog nad dialogem jako setkání. Přitom hlavně druhá forma dialogu je tou, která žáky rozvíjí jako osobnosti. Věcný dialog je hlavně o předávání informací.
- Dialog jako setkání se někdy v komunikaci žák – učitel objevuje jen mimochodem – např. v rámci nějakého rozhovoru o přestávce, v rámci debat o vztazích během třídnické hodiny, v různých interakcích v průběhu školního výletu... Jsou to okamžiky, kdy dospělý vystoupí ze své role učitele a kdy dochází k setkání člověka s člověkem a nikoliv učitele s žákem. Takové zážitky jsou pro děti velmi důležité a cenné, právě ony utvářejí vztah. Můžete si být naprosto jisti, že děti jsou velmi citlivé na to, jak s nimi komunikujete, jak je berete vážně, jak plníte dané slovo, jak vyžadujete splnění daného slova po nich, jak jste spravedliví atd.

#### Význam výše uvedeného pro pedagogickou praxi:

Dobrá komunikace je základem vztahu mezi lidmi. Je důležité, aby si učitelé uvědomovali, že existuje rozdíl mezi věcným dialogem a dialogem jako setkání. Každý způsob dialogu má své opodstatnění a užití. Důvěrný vztah vyžaduje schopnost komunikovat oběma způsoby. Bez důvěry k učiteli od něj budou žáci přijímat mnohem méně, než by jim byl schopen předat. Bez důvěry k žákům bude kontakt s nimi přinášet učiteli mnohem méně radosti a naplnění, než by bylo možné.

**Jak může pedagog v praxi postupovat:** (podrobněji rozpracováno v kap. 4.5)

- používá oba způsoby komunikace – věcný dialog i dialog jako setkání,
- používá je adekvátně situaci,
- pro „dialog jako setkání“ je vybaven dovednostmi uvedenými v následující kapitole (kap. 4.4.1).

<sup>17</sup> Je tím myšleno setkání v přítomném okamžiku. V „tady a teď“ si aktéři setkání uvědomují vzájemné sympatie, radost ze setkání nebo také hněv a zklamání. V „tady a teď“ si mohou uvědomovat, jak druhý vypadá, jaký má výraz obličeje nebo držení těla. V přítomném okamžiku není např. ten člověk, který posuzuje druhého podle jeho příslušnosti k nějaké skupině nebo který si v rámci setkání s jedním člověkem vybíjí zlost, kterou má na někoho jiného apod. (In: YONTEF, G. M. Gestaltterapie. Uvědomování, dialog a proces. 1. vydání. Praha: TRITON, 2009. 177 s.).

#### 4.4.1 Dovednosti potřebné pro vedení dialogu

Pozn. Je tím myšleno vedení dialogu jako setkání, nikoliv věcného dialogu. Věcný dialog vyžaduje především schopnost formulovat informace, organizovat, rozhodovat apod.

Berte níže uvedené body jako inspiraci k tomu, co můžete v komunikaci s dětmi změnit. Tyto dovednosti se těžko „vyučují“, ale zkušenost je taková, že pokud s nimi někdo (např. učitel) začne, „nakazí“ tím okolí, děti se je pak učí spíše nápodobou.

Jinak řečeno dialog jako setkání se dá těžko zařídit, spíše je důležité si osvojit některé dovednosti k němu, aby člověk svým postojem takovýto způsob komunikace umožňoval.

Dialog jako setkání může pedagog podporovat, pokud dokáže:

- **ukázat a sdílet sebe** (nehrát roli),
- **obrátit se svojí bytostí k bytosti druhého člověka** (obrátit se k ní se skutečným respektem, zájmem a zvědavostí),
- **akceptovat a uznat druhého člověka takového, jaký je teď,**
- **oceňovat jedinečnost druhého a jeho oddělenost od sebe, zatímco zažíváme naši vzájemnost,**
- **riskovat vstup do živého vztahu** (být osobně zasažený a reagovat na druhého).

#### 4.5 Jak učí člověk inspirovaný Gestalt přístupem?

- Název kapitoly vnímejte jako velkou nadsázku, zde prezentovaný Gestalt přístup je nabízen jako inspirace, jde o hledání možných přesahů terapeutického přístupu do procesu výuky, nejde o představení nové, ucelené výukové a výchovné metody.
- Budou uvedeny různé nápady a návrhy, jak obohatit výukový styl. Přistupujte k tomuto seznamu tak, že jde o výčet inspirací, které napadly autora metodiky, jednotlivé myšlenky můžete dále rozpracovávat v rámci své praxe. Nemyslím si, že byste měli používat všechny návrhy, spíše začněte s těmi, které Vás nějak zaujmou.
- Je velmi pravděpodobné, že spoustu předkládaných zásad a metod již používáte. Gestalt přístup ani nemá příliš svých originálních metod a technik, originální je spíše koncepce Gestalt přístupu a použití a aplikace technik.
- Je třeba samozřejmě také vnímat realitu školství, resp. realitu konkrétních škol a tříd. Učiteli se budou zavádět a zkoušet nové myšlenky a postupy snadněji, pokud k tomu bude mít dobré podmínky. Těmi mohou být podpora vedení školy, relativně menší počet žáků ve třídě (nejlépe žáků motivovaných, které baví zkoušet nové věci) atd.
- Ještě jednou zdůrazňuji, že Gestalt přístup nestojí na jednotlivých technikách a metodách, ale je o přístupu, o určité filozofii a způsobu působení na žáky, o určitém vnitřním nastavení učitele.
- Jde o dlouhodobější proces. I dětem samotným bude pravděpodobně trvat nějakou dobu, než přijmou tento styl a způsob výuky, než se naučí sami sebe si více uvědomovat, uvědomovat si vlastní prožitky a myšlenky, formulovat je do slov a diskutovat o nich.

*Př.: Z praxe: Když jsem se podílel na vedení skupin dětí, vždy trvalo několik setkání, než děti přijaly styl komunikace typu: „Zkus mi říct, jak ses u toho cítil? Co tě k tomu napadlo? A co ostatní, cítili jste to taky tak? Napadlo vás k tomu ještě něco jiného?“ – děti nejsou až tak moc zvyklé přemýšlet (o sobě), dělit se o své názory nahlas a diskutovat. Nejsou příliš zvyklé ani na to, že je komunikace vedena bez hodnocení, bez hledání správného a nejlepšího názoru, ale se zdůrazněním, že „každý má svou pravdu“.*

- Stručně řečeno, člověk, který se nechal inspirovat Gestalt přístupem, se zaměřuje hlavně na rozvoj uvědomování a schopnosti být v dialogu. Používá následující techniky:

##### 1) Rozvíjí uvědomování

I když to není nikde výslovně zmiňováno, rozvoj uvědomování je jedním z hlavních úkolů výchovného působení dospělých na děti. Je to úkol především rodiny, ale i školy. A je to také oblast, kde dospělí ve výchově dětí často selhávají.

Schopnost **uvědomovat si to, co je** – co se aktuálně děje v člověku samotném i jeho okolí je **základním předpokladem pro růst a rozvoj člověka**.

Schopnost uvědomit si kvality okolí, vlastní emoce, myšlenkové pochody a potřeby je základní pro lidské bytí ve světě. Umožňuje nám řídit a tvořit naši existenci.

Uvědomování je základem takových procesů jako je uspokojování potřeb (potřeby nejsou uspokojovány automaticky, člověk musí vědět – tzn. uvědomovat si – co potřebuje a jak toho může dosáhnout, jinak je na úrovni zvířecích reflexů), sebehodnocení<sup>18</sup>, komunikace atd.

Většina lidí v období dětství ztratila důsledkem výchovy kontakt s velkými oblastmi uvědomování. Místo toho, aby se chovali spontánně a přirozeně, fungují spíše podle představ, jak by měli reagovat, cítit, jednat a kdy by měli reagovat, kdy se stáhnout atd.

*Př. Malé dítě se často vzteká, když něco chce. A za tento svůj projev je také často trestáno – plácnutím, odejmutím blízkosti („přijď, až se vyztekáš“), odepřením pozornosti („ani se na tebe nepodívám, když se tak vztekáš“), jiným trestem. Pokud reakce dospělých překročí určitou míru, přebere si ji dítě tak, že projevoval jakýkoliv hněv, agresi je špatné, je třeba se za to stydět. Protože nechce být zahanbováno, mít pocity viny, přestane si uvědomovat celou oblast možných reakcí v různých situacích, kdy by se mohlo chovat nějakým způsobem agresivně. Vytvoří si představu, že je správné se vždy chovat zdvořile, poslušně, ustupovat, pomáhat ostatním.*

Učitel tím, že podporuje rozvoj uvědomování u žáků, podporuje rovněž rozvoj jejich spontaneity, přirozenosti, schopnosti řídit a ovlivňovat svůj život, a působí tak proti vytváření dalších představ žáků o tom, jak by se měli nebo neměli chovat, myslet a cítit.

<sup>18</sup> Sebehodnocení – vědomé prožívání vlastní pozice v systému sociálních vztahů; většinou je poplatné vztahům v primární rodině (In: HARTL, P., HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník. 1. vydání. Praha: Portál, 2000. 523 s.).





Větší míra uvědomování si sebe sama má pozitivní vliv také na sebeúctu<sup>19</sup> a sebepojetí<sup>20</sup>.

Učitel rozvíjí uvědomování žáků tím, jak s nimi komunikuje, jak se o ně zajímá, jak je vede k tomu, aby si uvědomovali sami sebe – své pocity, názory, chování, jak jim nabízí možnost vyjádřit sebe samé – ať už verbální komunikací nebo nějakým výtvozem, pohybem nebo jiným neverbálním způsobem.

Vede žáky k tomu, aby si uvědomovali, co dělají a jak to dělají, místo toho, aby jim říkal, co nebo jací by měli být.

Většina níže uvedených bodů na téma, jak by učil člověk dotčený Gestalt přístupem, vede mimo jiné také k rozvoji uvědomění u žáků.

## 2) Učí spíše zprostředkováním zážitku než předáváním informací

*Př. Nedávno jsem vedl s dětmi debatu o návykových látkách, chtěl jsem vědět, co o tomto tématu vědí. Odpověď byla: „Drogy jsou nebezpečné – člověk může umřít a být závislý.“ „A co to znamená závislý?“, ptal jsem se. A děti nedokázaly odpovědět, tento pojem byl pro ně příliš abstraktní, bez konkrétního obsahu. Domnívám se, že toto je jeden z příkladů, kdy děti dostanou spoustu dobrých informací, ale chybí prožitek, něco co by jim „otřásl“ a zůstalo jako trvalé, něco co by bylo propojené s jejich životy a mohlo tak ovlivňovat reálné jejich chování. Podle mého názoru dostaly děti v rámci drogové prevence naservírováno spoustu informací, ale nedostávaly otázky a výzvy typu: „Jak se u toho cítíš, když slyšíš tyhle informace? Umiš si představit, že by se to stalo i tobě nebo tvému kamarádovi? Co bys mu pak řekl? Zkuste namalovat, co pro vás drogy znamenají, z obrázků si pak ve třídě uděláme „výstavku“ a budeme se o tom bavit.“*

V pojetí Gestalt přístupu není primární předat sumu informací nebo návod ve stylu „dělej to tak a tak, tohle je správně“. Je spíše důraz na to, aby si žák skrze zážitek, jehož vznik učitel provokuje nabízeným výkladem, cvičeními, diskuzí atd., dospěl k nějakému vlastnímu závěru, který je platný a významný pro jeho život. Je tak větší pravděpodobnost, že jej bude schopen použít.

Učitel tak věří tomu, že zážitek dá žákovi do života více než rada nebo návod.

## 3) Rozvíjí kontaktní funkce žáků

Kontaktní funkce jsou ty, kterými se člověk dostává do kontaktu se svým prostředím, kterými člověk přijímá okolí a vyjadřuje se. Je to **pět smyslů** – zrak, chuť, čich, hmat a sluch, a dále **pohyb a řeč**.

Učitel tedy používá kontaktní metody, které výše uvedené funkce rozvíjí. Přitom je důležité, aby nebyla jednostranně rozvíjena pouze jedna z funkcí<sup>22</sup>.

Například v našich školách je ale stále významné procento pedagogů, kteří kladou důraz především na řeč (verbální funkce) jako nástroj kontaktu, a další způsoby kontaktu jejich výuka rozvíjí méně.

Je dobré být vybaven metodicky i materiálně tak, aby bylo možné oslovovat široké spektrum kontaktních funkcí u žáků a nabízet různé způsoby zpracovávání témat.

## 4) Respektuje a podporuje individualitu žáků

Vychází z toho, že **každý je** díky své předchozí zkušenosti, genetické výbavě, specifickým nadáním a dovednostem **jedinečnou bytostí**. Každý jinak vnímá a prožívá svět, přisuzuje význam jednotlivým událostem. Podporou individuality vlastně sdělujeme žákům, že je spousta možností, jak se uplatnit ve světě a že i jejich způsob má hodnotu a je možný.

Prakticky souvisí i s předchozím bodem. Individualitu učitel respektuje a podporuje i tím, že **nabízí** určitou **pestrost metod**, a tak podporuje různé kontaktní funkce u žáků. Zohledňuje při tom individuální potřeby a možnosti jednotlivých žáků. Každý z žáků má jiné silné a slabé stránky. Např. určitě znáte spousty žáků, kteří se nejraději vyjadřují verbálně a nejvíce se naučí z mluveného slova, mají třeba dobrou slovní zásobu, dobré logické myšlení (řeč). Jiní žáci budou raději malovat, např. protože jsou dobrými pozorovateli nebo si naopak zapamatují věci, pokud je mají před sebou v nějaké grafické podobě (zrak). Další si potřebují věci ohmatat, rozložit a zase poskládat, aby si je zapamatovali, a své znalosti také nejlépe prokážou vytvořením něčeho hmatatelného, nějakého výrobku (hmat) atd.

## 5) V dialogu si je roven se svými žáky

Myšleno v dialogu jako setkání (viz kap. 4.4). Učitel nevystupuje jako majitel pravdy, ale jako partner v komunikaci. Hodnota jeho názoru je stejná jako hodnota názoru jeho žáků, a učitel žákům tento postoj předává svým jednáním. Jinak by se dalo také říct, že **bere žáky vážně**. Je třeba nezaměňovat hodnotu se správností názoru, je pravděpodobné, že děti se, díky menším zkušenostem, budou častěji plést. To ale neznamená, že tím jejich názor ztrácí na hodnotě a měl by být nějak shazován nebo přehlížen. Učitel je zaměřený spíše na komunikaci a vztah s žáky než na poslušnost žáků.

Dětem nabízí otevřenou komunikaci, respekt k jejich osobě, to samé ovšem vyžaduje také od nich.

## 6) Podporuje žáky v tom, aby vyjadřovali svůj názor, aby se projevíli

Je aktivní, zvědavý, ptá se, podněcuje nejrůznější aktivity. Oceňuje vyjádření názoru nebo provedení nějakého úkolu, i když nejsou zcela správné (může pak ocenit odvalu nebo snahu s jakou byl názor vyjádřen nebo úkol vypracován). Každý postoj a názor, i když nesprávný je vhodným podnětem pro diskuzi. Žáci se učí prezentovat své názory, vhodně je formulovat a diskutovat o nich.

<sup>19</sup> Sebeúcta – hodnotící dimenze sebepojetí, která zahrnuje hodnocení vlastní ceny a sebejistoty (In: HARTL, P., HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník. 1. vydání. Praha: Portál, 2000. 525 s.).

<sup>20</sup> představa o sobě, to, jak jedinec vidí sám sebe; zdůrazněná poznávací složka na rozdíl od sebeúcty; má hodnotící a popisnou dimenzi (In: HARTL, P., HARTLOVÁ, H. Psychologický slovník. 1. vydání. Praha: Portál, 2000. 525 s.).

<sup>21</sup> Kontaktní funkce – proces, prostřednictvím kterého dochází ke kontaktu mezi jedincem a prostředím (In: POLSTER, E., POLSTER, M. Integrovaná Gestalt terapie. 1. vydání. Boskovice: Albert, 2000. 98 s.).



Respektuje názory žáků, komunikuje o nich, k event. kritice, nesouhlasu s jejich názorem používá vlastní zkušenost, nikoliv roli učitele (v rolích učitel – žák je mocenská nerovnováha). Doplnuje tak úvahy žáků o další možnosti a souvislosti, které si neuvědomovali, nechává jim prostor, aby své názory následně zrevidovali a případně změnili. Pokládá spíše otevřené než uzavřené otázky.

*Př. „Proč, podle tebe, má smysl učit se dopravní výchovu?“ vs. „Myslíš si, stejně jako já, že má smysl se učit dopravní výchovu?“; otevřená otázka je ta první, na uzavřenou je možno odpovědět ano nebo ne; ta z příkladu je navíc sugestivní.*

Aktivně žákům naslouchá, pokud něčemu nerozumí nebo je sdělení žáka příliš obecné nebo chce žáka podnítit k dalším úvahám, doptává se.

*Př. Žák trochu zmateně vypráví, jak vyřešit dopravní obtíže na frekventovaném místě, učitel se doptává: „... takže říkáš, že hlavní řešení by bylo ve vybudování semaforu...?“ nebo „... jestli tomu dobře rozumím, tak podle tebe by bylo hlavní řešení ve vybudování semaforu...“.*

## 7) Učí žáky komunikovat navzájem

Moderuje dialogy, interakce žáků tak, že je zjevný jeho postoj, že každý člověk má svou hodnotu a důstojnost. A stejně tak názory a zkušenosti každého člověka mají svou platnost a hodnotu. Respektuje různé postoje a učí tomuto respektu i žáky. Zdůrazňuje, že každý může mít svůj názor a že názory se mohou také lišit. Důležité je umět se o rozdílných názorech bavit, není tak důležité soupeřit o to, či pravda je nejplatnější.

Pomáhá žákům držet se v komunikaci toho, aby se vyjadřovali za sebe, v tzv. já-formě<sup>23</sup>, aby nebyli ve sděleních příliš obecní nebo vágní. Toto umožňuje i lépe zvládat konflikty.

*Př. Sdělení v já-formě začínají obvykle: „... myslím si...“, „... podle mého názoru...“, „... domnívám se...“ vs. Sdělení obecná nebo vágní: „... všichni si myslí...“, „... je přece pravda, že...“, „... všechny děti potřebují...“ atd.*

Učí žáky vyjadřovat se v konfliktech dle zásady „za sebe buď osobní (subjektivní, hodnotící), pokud mluvíš o druhém, popisuj, ale nehodnot“.

*Př. Varianta, která respektuje uvedenou zásadu: „Vadí mi (subjektivní), jak jsi se mnou mluvil“ (popis). „Naštvalo mě, že jsi nepřišel.“ Varianta, která nerespektuje uvedenou zásadu: „Vadí mi (subjektivní), že na mě úplně kašleš“ (už hodnocení, připsování úmyslu). „Chováš se jako blbec“ (hodnocení), „a to mě štve.“*

Stylem, jak komunikuje s žáky, jak vstupuje do jejich vzájemné komunikace, vlastně učí žáky komunikovat.

## 8) Učí žáky vidět hodnotu v odlišnostech

Pomáhá žákům poznat, že většina problémů má více řešení, a často je to i tak, že je velmi obtížné posoudit, které řešení je lepší a které horší. Učí žáky, že různí lidé mají různý přístup ke stejné situaci, mohou se chovat odlišně. Tato odlišnost ale má svou hodnotu, protože nám umožňuje vidět věci, situace nebo problémy z jiných úhlů pohledu, které by nás samotné ani nenapadly. Nejlépe se toto žáci učí, pokud dostanou praktický úkol založený např. na spolupráci.

## 9) Dodává žákům nové perspektivy, úhly pohledu

V debatách o nejrozumnějších tématech dodává učitel další pohledy na probíranou problematiku, které žáky samotné nenapadly. Někdy může jako moderátor shrnout různé pohledy na věc, vytvořit určitý sumář, aby se v něm žáci dobře orientovali. Cílem není pro jednotlivé problémy nabídnout žákům jedno řešení, ale spíše jim ukázat různé pohledy a přístupy k problémům tak, aby našli nějaké „své“ řešení, které použijí, až budou daný problém fakticky řešit.

*Pozn. Samozřejmě existují problémy (např. psaní i-y), které mají v zásadě jeden postup a jedno správné řešení, u nich není zapotřebí praktikovat tento přístup.*

## 10) Je sám za sebe, říká své názory

„Neschovává“ se za svou roli učitele, ale je osobní. Svá sdělení říká jako názory, stojí si za nimi, ale ví, že nemusí mít pravdu. Umí říct „nevím“, umí připustit chybu, omluvit se, umí si sám ze sebe udělat legraci.

## 11) Je přítomný

Popisuje, co se děje teď, co vidí, slyší, event. zažívá, místo toho, aby hodnotil a interpretoval. Používá já-formu<sup>24</sup>.

*Př. Popisné sdělení: „Za sebe ti můžu říct, že to, co říkáš, mi úplně nesedí, protože...“ (a je možno doplnit nějakou svou zkušenost). Hodnotící (interpretativní) sdělení: „Toto si myslí většina třináctiletých, ale není to pravda.“ (fakt, že jde o hodnocení, může učitel podtrhnout tím, že už nic dále nevysvětluje).*

<sup>22</sup> Tato zásada je již zakotvena v nových vzdělávacích programech.

<sup>23</sup> Odvozeno od ich-forma – literárně; vyprávění příběhu v první osobě jednotného čísla (In: KLIMEŠ, L. Slovník cizích slov. 7. vydání. Praha : SPN - pedagogické nakladatelství, 2005. 291 s.).

<sup>24</sup> Viz poznámka pod čarou č.20.





**Přijímá a oceňuje děti takové, jaké jsou teď.** Ne až za budoucí výkon a výsledek, ale už za současnou motivaci, snahu nebo odvahu.

### 12) Posiluje zastoupení dialogu jako setkání v rámci výuky

V našem školství převažuje v komunikaci učitel – žák věcný dialog nad dialogem jako setkání (rozlišení obou typů dialogu viz kap. 4.4). Stále převažuje výuka, kdy na jedné straně je aktivní, přednášející učitel, na druhé straně přijímající, relativně pasivní nebo cvičící žák.

Učitel využívající Gestalt přístup se snaží i do „frontální“ výuky vtáhnout dialog s žáky, diskuzi, jejich aktivitu.

*Př. Učitel může výuku dopravní výchovy pojmout tak, že si připraví pro žáky přednášku ze statistik na téma hlavní rizika v dopravě, nečastější typy úrazů, věk dětí při úrazech, příčiny nehod atd. Žáci by pak seděli a poslouchali.*

*Nebo může toto téma pojmout jinak. Vyzve žáky, aby si do příští hodiny připravili z novin, internetu, z rozhovorů s rodiči a dalších zdrojů informace o nehodách v dopravním provozu. Může téma rozdělit na menší podtémata – některá skupina se zaměří na řidiče, jiná na chodce, jiná na účastníky provozu na jiných dopravních prostředcích atd. V další hodině pak žáci mají prezentovat zjištěné.*

*Může také žáky instruovat, aby se rozdělili na „chodce“, „řidiče“, „další účastníky“ a v rámci hodiny pantomimicky nebo hereckými etudami přehrávali, jak mohou jednotlivé kategorie aktérů přispívat k nehodám.*

*Sumu informací, kterou učitel mohl odpřednášet, může nyní využít k zarámování tématu, k ocenění toho, co žáci sami objevili, a doplnění toho, co jim uniklo.*

### 13) Aktivně pomáhá tomu, aby si každý žák našel místo ve skupině

Pomáhá hledat aktivně místo pro každého žáka ve třídě. Je si vědom toho, že každý člověk, každé dítě má své silné i slabé stránky. Je primárně orientovaný na zdroje (silné stránky) žáků a minimálně svým přístupem učí této orientaci i je.

Pomáhá objevit silné stránky každého žáka, které by žák mohl uplatňovat ve skupině tak, aby sám měl zážitek úspěchu a zároveň, aby to bylo ostatními přijímáno jako důležitý příspěvek pro fungování třídy.

### 14) Podněcuje motivaci žáků a snaží se je zapojit do výuky

Učitel se snaží zapojit žáky do výuky, a tím zvyšovat jejich motivaci. Může k tomu využívat to, že výuka v jeho podání je založena více na dialogu, společné práci učitele a žáků a méně na přednáškové formě. Dále k tomu využívá zážitkovou výuku, která žáky většinou více baví. Používá experimenty.

Snaží se propojovat výuku se životem dětí, aby se pro ně obsah výuky stal nějak významný nebo osobní (např. při probírání fyzikálních jevů je možné je ilustrovat na praktických ukázkách ze života, kde se tyto jevy projevují).

Sám vnáší nevyřešené a někdy verbálně nebo neverbálně naznačené otázky, které se ptají po smyslu výuky, a pomáhá na ně odpovědět (např. Proč se vlastně učit vyjmenovaná slova? K čemu je dobrá optika?).

*Př. V psychoterapii individuální i skupinové je relativně časté, že klienti dostávají otázky: O čem bylo dnešní setkání pro Vás? Co si z něj odnášíte? Co bylo to nejdůležitější? Smyslem pokládání těchto otázek je shrnout to podstatné, ověřit si, jak bylo rozuměno tomu, co bylo řečeno, zda tomu klient i terapeut rozuměli stejně... Často se odpovědi neshodují s očekáváním terapeuta a prohlubují komunikaci mezi terapeutem a klienty.*

*Myslím, že i pro učitele by toto mohlo být inspirativní.*

Někdy je pro žáky představa cíle, smyslu jejich aktivity příliš vzdálená a nedosažitelná. Je dobré podpořit žáky v tom, aby se vzdálenosti cíle nenechali znechutit, aby raději udělali první krok na cestě k cíli a zažili tak třeba první dílčí úspěch na dlouhé cestě, který je podpoří k dalším krokům.

### 15) Podporuje samostatnost a iniciativu

Nechává žáky tak, jak je to možné a bezpečné, objevovat svá vlastní řešení, shromažďovat vlastní nápady, dělat vlastní volby a nést za tyto volby důsledky.

Když se z pohledu učitele zdá, že se žáci vydávají špatným směrem, nepřerušují jejich tvořivost a úvahy předčasným zhodnocením jejich práce nebo vlastní názorovou převahou, ale spíše je posune jiným směrem, vnese další pohled.

*Př. Žáci směřují v rámci diskuze k unáhleným závěrům – např. v dopravní výchově oznamují: „Nemá cenu se rozhlížet, protože stejně máme na silnici přednost.“ Učitel může komunikaci usměrnit komentářem, vnesením jiného pohledu, vyostřením sdělení: „Takže každý z vás si myslí, že nemá cenu se nikdy rozhlížet?“... „A jak to myslíte, že máte na silnici přednost? To ji máte všude nebo jen někde?“... „Spousta lidí říká, že je dobré se rozhlížet – proč to teda říkáš, co myslíte?“*

Rozvíjí samostatnost a iniciativu žáků i tím, že svou pomoc a podporu dává. Pomáhá jen do té míry, jak je to nutné, a tak málo, jak je to možné. Cílem pro učitele je vychovat samostatné osobnosti, které dokážou využít vlastní potenciál a zvládnout výzvy, které před ně život postaví. Není cílem vychovávat nejisté, závislé bytosti, které ve většině životních situací budou potřebovat radu a pomoc, aniž by se před tím pokusily zvládnout věc vlastními silami.



Pokud se žáci naučí být samostatní a iniciativní, pokud je jejich iniciativa a samostatnost spojena také s úspěchem, pak si zažijí silný pocit „jsem schopný, umím“. Rozvíjí se tím jejich sebedopodpora.

#### 16) Podporuje tvořivost žáků

Rozvoj tvořivosti se hodně prolíná s rozvojem samostatnosti a iniciativy. Učitel dává dostatek prostoru pro spontaneitu. Nechává prostor žákům, aby sami hledali, jakým způsobem chtějí uchopovat svět (např. probírané téma – zda si to podstatně chtějí nakreslit, přehrát nebo zapsat), jakým způsobem se chtějí k tématu vyjádřit (obdobně).

Učitel inspirovaný Gestalt přístupem předává žákům názor, že nic (s výjimkou nezachování bezpečnosti a důstojnosti pro sebe a ostatní) není dopředu špatné. A pomáhá jim překonávat vnitřní „příkazy“, které často mají spojené se spontánním projevem („že to bude trapné“, „že se to nesmí“, „že se ostatní budou smát“ atd.).

Ideální je, pokud je materiální a prostorové vybavení učeben a tříd na takové úrovni, že výtvary a aktivity žáků umožňují zapojení všech kontaktních funkcí (viz výše), a používané metody jsou hodně pestré.

#### 17) Ve výuce využívá experimenty

**Experiment** je zde míněn v širokém slova smyslu jako jakákoliv pokusná situace, která napodobuje skutečnou situaci nebo nějaké její aspekty a ve které si žák může uvědomit něco nového o sobě nebo něco nového o situaci. Smyslem experimentování je prohloubit uvědomování a (nebo) připravit se na akci (v reálném životě).

*Př. V hodinách společenských věd je probíráno téma komunikace a v rámci něj příčiny vzniku konfliktů a způsoby, jak je řešit. Učitel navrhuje experiment, aby se žáci rozdělili do trojic, dva budou účastníci konfliktu, jeden pozorovatel, mají přehrát dva konflikty, v jednom používat různé komunikační fauly, „rány pod pás“, v druhém efektivní způsoby zvládnutí konfliktu, pak se pobavit o zkušenosti, kterou udělali.*

*Až experiment přidá k mluvení o tématu komunikace zážitek. Teorie se tak mění díky experimentu v praxi. Děti si mohou některé problémové pasáže komunikace aktivně projít, uvědomit si své silné nebo slabé stránky. Přestože jde o umělou situaci, děti si z ní zpravidla odnesou více poznatků než z probírání teorie.*

V experimentu je možné použít jakékoliv techniky – přehrávání rolí, výtvarné techniky, pantomimu – záleží jen na kreativitě, možnostech a odvaze žáků i učitele.

#### 18) Rozvíjí odpovědnost žáků za své chování

Celý Gestalt přístup směřuje k tomu, aby si žáci uvědomovali, že vlastní svět, své chování a prožívání nejvíce ovlivňují oni sami, a aby díky tomuto uvědomění byli schopni přijmout odpovědnost za své emoce, rozhodování i výsledné jednání.

#### 19) Vede žáky k environmentálnímu<sup>25</sup> vnímání a jednání

Učitel podporuje žáky v jejich samostatnosti a iniciativě, vede je k tomu, aby byli schopni si uvědomovat své potřeby, zformulovali je a snažili se je prosadit. Nejde však o výchovu k egocentrismu, je zdůrazňováno také to, že svoboda a iniciativa každého končí tam, kde začíná svoboda druhého člověka. Jde také o rozvoj empatie a výchovu k zodpovědnosti – za sebe, bezprostřední i vzdálenější okolí, sociální i životní prostředí.

Gestalt přístup tak přispívá k chápání souvislostí a principů udržitelného rozvoje.

#### 20) Určuje hranice

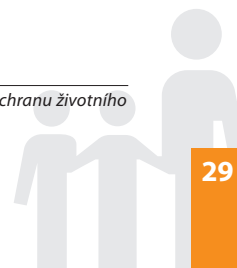
Jak už bylo několikrát řečeno, výchova a výuka inspirovaná Gestalt přístupem je založena na respektu vůči osobnosti žáků, na partnerském přístupu v dialogu s nimi. Zároveň učitel vyžaduje to samé od svých žáků.

Partnerský a otevřený přístup platí zvláště pro tu složku komunikace, která je dialogem jako setkání. Komunikace mezi žákem a učitelem je ovšem ve škole často vedena také jako věcný dialog (vysvětlení odlišností „dialog jako setkání“ vs. „věcný dialog“ viz kap. 4.4) – dění ve škole je třeba strukturovat, organizovat, kontrolovat, vést atd. A v tomto je role učitele zcela jistě dominantní. Zvláště tam učitel určuje hranice chování, ve kterých se žáci mohou pohybovat.

## 4.6 Seznam literatury

- HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. 1. vydání. Praha : Portál, 2000.  
KLIMEŠ, L. *Slovník cizích slov*. 7. vydání. Praha : SPN - pedagogické nakladatelství, 2005.  
KOLEKTIV AUTORŮ. *Encyklopedický slovník*. 1. vydání. Praha : Odeon, 1993.  
MACKEWN, J. *Gestalt psychoterapie*. 1. vydání. Praha : Portál, 2004.  
OAKLANDER, V. *Trinácté komnaty dětské duše*. 1. vydání. Dobříš : Drvoštěp, 2003.  
POLSTER, E., POLSTER, M. *Integrovaná Gestalt terapie*. 1. vydání. Boskovice : Albert, 2000.  
YONTEF, G. M. *Gestalt terapie. Uvědomování, dialog a proces*. 1. vydání. Praha : TRITON, 2009.  
ZINKER, J. *Tvůrčí proces v Gestalt terapii*. 1. vydání. Brno : ERA, 2004.

<sup>25</sup> Environmentální je zde myšleno jako ohleduplné a zodpovědné vůči svému okolí (přírodnímu i sociálnímu), nezahrnuje pouze ochranu životního prostředí.





# I Vzdělávací oblasti

pro druhý stupeň základních škol

DZII



## OBSAH:

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| <input type="checkbox"/> Jazyk a jazyková komunikace .....          | 2  |
| <input type="checkbox"/> Informační a komunikační technologie ..... | 9  |
| <input type="checkbox"/> Výchova k občanství .....                  | 11 |
| <input type="checkbox"/> Člověk a příroda .....                     | 18 |
| <input type="checkbox"/> Člověk a zdraví .....                      | 24 |
| <input type="checkbox"/> Dramatická výchova .....                   | 37 |
| <input type="checkbox"/> Didaktická část .....                      | 41 |







## 9. JAZYK A JAZYKOVÁ KOMUNIKACE

### 9.1 Cílové zaměření DV ve vzdělávací oblasti

Vzdělávání v oblasti vede žáka k:

- ☐ porozumění jazyka legislativy (pravidel provozu na pozemních komunikacích),
- ☐ osvojení si základních pojmů z oblasti silničního provozu a jejich správné užívání,
- ☐ přesnému a výstižnému popsání rizikové situace a situace u nehody,
- ☐ pochopení významu komunikačních prostředků při vyjádření pomoci, nesouhlasu s rizikovým chováním, vhodné odmítnutí atd.
- ☐ pochopení, že může vhodně apelovat na ostatní účastníky silničního provozu,
- ☐ správnému používání jazyka jako prostředku k výchovnému působení na kamarády, rodiče a jiné cílové skupiny,
- ☐ vhodnému používání všech komunikačních prostředků,
- ☐ správnému vyhodnocení informací,
- ☐ správnému odezírání všech komunikačních projevů účastníků silničního provozu.

### 9.2 Komunikační a slohová výchova

#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

– „odlišuje ve čteném nebo slyšeném textu fakta od názorů a hodnocení, ověřuje fakta pomocí otázek nebo porovnáváním s dostupnými informačními zdroji“

DV – v textech srozumitelně popisující rizikové dopravní situace rozpoznává rozdíl mezi fakty, názory a subjektivními dojmy; správně formuluje otázky potřebné k zjištění stavu rizikové situace, z dostupných informací si ověří situaci,

– „rozlišuje subjektivní a objektivní sdělení a komunikační záměr partnera v hovoru“

DV – rozpoznává subjektivní a objektivní sdělení o dopravní situaci, riziku a bezpečí; vyhodnotí záměr partnera v hovoru a naléhavost situace,

– „rozpoznává manipulativní komunikaci v masmédiích a zaujímá k ní kritický postoj“

DV – vyhodnocuje informace v masmédiích o rizikovém chování účastníků silničního provozu; rozlišuje informace o rizicích silničního provozu od manipulativních vlivů médií,

– „dorozumívá se kultivovaně, výstižně, jazykovými prostředky vhodnými pro danou komunikační situaci“

DV – volí vhodné komunikační prostředky pro předání informace o rizikové situaci, o nehodě – při komunikaci s dospělými osobami, vrstevníky, pedagogy, IZS; používá správné pojmy a formulace,

– „odlišuje spisovný a nespisovný projev a vhodně užívá spisovné jazykové prostředky vzhledem ke svému komunikačnímu záměru“

DV – vnímá význam spisovného jazyka pro předání důležitých informací a zpráv; k popisu rizikové situace používá ustálené pojmy z oblasti bezpečnosti silničního provozu;

– „v mluveném projevu připraveném i improvizovaném vhodně užívá verbálních, nonverbálních i paralingválních prostředků řeči“

DV – při komunikaci popisující riziko volí vhodné komunikační prostředky s ohledem na prostředí, situaci i partnera v hovoru,

– „zapojuje se do diskuze, řídí ji a využívá zásad komunikace a pravidel dialogu“

DV – ovládá pravidla a zásady komunikace s pracovníkem IZS; ovládá pravidla komunikace při pohybu v dopravním prostředí – dotaz na směr, pomoc druhým, situace obecného ohrožení,

– „využívá základy studijního čtení – vyhledá klíčová slova, formuluje hlavní myšlenky textu, vytvoří otázky a stručné poznámky, výpisky nebo výtah z přečteného textu; samostatně připraví a s oporou o text přednese referát“

DV – při práci s texty s dopravně-bezpečnostní tematikou využívá metody studijního čtení; samostatně připraví text s dopravně-bezpečnostní tematikou a referát přednese; vystihne hlavní a důležité myšlenky, které mohou vést k pozitivnímu ovlivnění chování rodinných příslušníků, blízkých osob, spolužáků v dopravním prostředí,

– „uspořádá informace v textu s ohledem na jeho účel, vytvoří koherentní text s dodržováním pravidel mezivětného navazování“

DV – při vytváření osvětových textů s dopravně-bezpečnostní tematikou dodržuje pravidla tak, aby byl text souvislý, smysluplný a měl pozitivní vzdělávací a výchovný dopad na cílovou skupinu,

– „využívá poznatků o jazyce a stylu ke gramaticky i věcně správnému písemnému projevu a k tvořivé práci s textem nebo i k vlastnímu tvořivému psaní na základě svých dispozic a osobních zájmů“

DV – využívá poznatků o jazyce a svých dispozic k tvorbě osvětových materiálů s dopravně-bezpečnostní tematikou pro cílovou skupinu; cílovou skupinu a téma pro osvětové materiály volí dle svých preferencí.

| Komunikační a slohová výchova                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| ČTENÍ – praktické (pozorné, přiměřeně rychlé, znalost orientačních prvků v textu), věcné (studijní, čtení jako zdroj informací, vyhledávací), kritické (analytické, hodnotící), prožitkové                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> Vyhledávání článků, tiskových zpráv v novinách a časopisech souvisejících s bezpečností silničního provozu<br><input type="checkbox"/> Vyhledávání informací a údajů z oblasti silničního provozu v textech<br><input type="checkbox"/> Vyhledávání podstatných informací<br><input type="checkbox"/> Hodnocení obsahu – z hlediska zdroje informací, z hlediska výchovného apelu, z hlediska prožitku                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| NASLOUCHÁNÍ – praktické (výchova k empatii, podnět k jednání), věcné (soustředěné, aktivní), kritické (objektivní a subjektivní sdělení, komunikační záměr mluvčího, manipulativní působení projevu, zvukové prostředky souvislého projevu a prostředky mimojazykové), zážitkové                                                                  | <input type="checkbox"/> Práce s příběhy z Tematických listů: <ul style="list-style-type: none"> <li>– hra s textem – změna barvy hlasu (naléhavost situace, nezáměr, obavy), při poslechu zachytí a správně identifikuje změny v zabarvení hlasu a umí je odůvodnit,</li> <li>– úprava textu – změna situace, zpracování textu dle komunikačního záměru. Při poslechu textu v různých modifikacích projevu dle komunikačního záměru identifikuje manipulační charakter sdělení.</li> </ul> <input type="checkbox"/> Identifikace manipulativního komunikačního projevu a formulace<br><input type="checkbox"/> Při poslechu – rozeznání a užití manipulativních a paralingválních prostředků                                                                                                        |
| MLUVENÝ PROJEV – zásady dorozumívání (komunikační normy, základní mluvené žánry podle komunikační situace), zásady kultivovaného projevu (technika mluveného projevu, prostředky nonverbální a paralingvální); komunikační žánry: připravený i nepřípravený projev na základě poznámek nebo bez poznámek, referát, diskuze                        | <input type="checkbox"/> Řešení konfliktních situací v dopravním prostředí – popis situace, diskuzní metody, vyprávění, rozbor<br><input type="checkbox"/> Zhodnocení situací z Tematických listů – střídání připravené obhajoby s nepřipravenou analýzou situace<br><input type="checkbox"/> Obhájit svůj názor<br><input type="checkbox"/> Komunikovat s ostatními názor na rizikové chování spolužáků a rodinných příslušníků (jízda na kole, in-line bruslích, skateboardu,...)<br><input type="checkbox"/> Obhájit a zdůvodnit svůj názor, argumentovat znalostmi z oblasti zdravotvědy i legislativy<br><input type="checkbox"/> Přednést referát na témata – bezpečnost v dopravě, rizikové chování, jak ovlivnit chování rizikových skupin, doprava a ekologie, jak spolu komunikujeme apod. |
| PÍSEMNÝ PROJEV – na základě poznatků o jazyce a stylu, o základních slohových postupech a žánrech; vyjádření postoje ke sdělovanému obsahu, vlastní tvořivé psaní (komunikační žánry: výpisek, žádost, soukromý a úřední dopis, objednávka, teze, strukturovaný životopis, pozvánka, charakteristika, subjektivně zabarvený popis, výklad, úvaha) | <input type="checkbox"/> Zpracování tematiky dle probíraného stylu – esej, povídka, fejeton apod.<br><input type="checkbox"/> Navrhování osvětových materiálů<br><input type="checkbox"/> Převádění legislativního textu (pravidla silničního provozu) na text v probíraném stylu<br><input type="checkbox"/> Na základě získaných informací sepsat žádost o úpravu dopravního prostředí, žádost správně strukturovat – porovnat úřední jazyk s jazykem běžné komunikace<br><input type="checkbox"/> Upravování legislativních textů, převádění textů do hovorového jazyka<br><input type="checkbox"/> Vymýšlení případů z praxe a příběhů vycházejících z legislativních textů                                                                                                                      |

### 9.3 Jazyková výchova

#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

– „spisovně vyslovuje česká a běžně užívaná cizí slova“

DV – uvědomuje si význam spisovného jazyka při předávání důležitých informací v případě nehody nebo jiné vážné události,

– „rozlišuje a příklady v textu dokládá nejdůležitější způsoby obohacování slovní zásoby a zásady tvoření českých slov, rozpoznává přenesená pojmenování, zvláště ve frazéměch“



DV – v základních pojmech a formulacích z oblasti dopravy a bezpečnosti rozliší původní česká slova a slova převzatá z jiných jazyků; rozpozná přenesené pojmy a frazémy a umí jejich význam aplikovat i na chování v dopravním prostředí,

– „samostatně pracuje s *Pravidly českého pravopisu, se Slovníkem spisovné češtiny a s dalšími slovníky a příručkami*“

DV – při práci s odborným textem a legislativním textem z oblasti bezpečnosti silničního provozu, při vytváření osvětových textů, žádostí vhodně využívá slovníky a příručky,

– „*správně třídí slovní druhy, tvoří spisovné tvary slov a vědomě jich používá ve vhodné komunikační situaci*“

DV – uvědomuje si význam používání spisovného jazyka i ve stresových situacích; uvědomuje si riziko způsobené nevhodným vyjadřováním v dopravním prostředí,

– „*využívá znalostí o jazykové normě při tvorbě vhodných jazykových projevů podle komunikační situace*“

DV – v rizikové nebo stresové situaci volí vhodné jazykové projevy dle potřeby, naléhavosti osoby, se kterou komunikuje využívá správných jazykových prostředků pro zklidnění situace,

– „*rozlišuje významové vztahy gramatických jednotek ve větě a v souvětí*“

DV – užívá správně gramatické jednotky tak, aby nezměnil význam sdělované zprávy; uvědomuje si riziko chybného sdělení při nevhodném užití gramatické jednotky,

– „*v písemném projevu zvládá pravopis lexikální, slovtvorný, morfologický i syntaktický ve větě jednoduché i souvětí*“

DV – ovládá pravopis v místních názvech, jménech ulic a významných objektů k přesnému určení místa, kde se nachází,

– „*rozlišuje spisovný jazyk, nářečí a obecnou češtinu a zdůvodní jejich užití*“

DV – využívá znalosti spisovného jazyka k předávání důležitých informací, které mohou mít vliv na eliminaci rizika v dopravě, na záchranu života, na ochranu zdraví.

#### Jazyková výchova

| Učivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ZVUKOVÁ STRÁNKA JAZYKA – zásady spisovné výslovnosti, modulace souvislé řeči (přízvuk slovní a větný), intonace, členění souvislé řeči (pauzy, frázování)                                                                                                                                                                                              | <input type="checkbox"/> Hry s melodií věty, s přízvukem, artikulací – užití vět z Tematických listů (upozornění na nebezpečí, manipulace k rizikovému chování, odmítnutí, zřetelná artikulace při telefonátu apod.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| SLOVNÍ ZÁSoba A Tvoření slov – slovní zásoba a její jednotky, slohové rozvrstvení slovní zásoby, význam slova, homonyma, synonyma, obohacování slovní zásoby, způsoby tvoření slov                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> Seznamování s novými výrazy a objevování jejich významu – vlečná křivka, brzdná dráha, reakční doba apod.<br><input type="checkbox"/> Sestavování slovních řetězců – k základnímu vybranému pojmu z dopravního prostředí z oblasti rizika, předvídání a zodpovědného chování (homonyma, synonyma, přívlastky apod.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| TVAROSLOVÍ – slovní druhy, mluvnické významy a tvary slov                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <input type="checkbox"/> Sestavování slovních řetězců – k základnímu vybranému pojmu z dopravního prostředí z oblasti rizika, předvídání a zodpovědného chování (různé slovní druhy a tvary slov)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| SKLADBA – výpověď a věta, stavba věty, pořádek slov ve větě, rozvíjející větné členy, souvětí, přímá a nepřímá řeč, stavba textu                                                                                                                                                                                                                       | <input type="checkbox"/> Používání vět z novinových článků pro slovní rozbor<br><input type="checkbox"/> Vyhledávání přímé řeči v Tematických listech, převádění do nepřímé řeči                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| PRAVOPIS – lexikální, morfologický, syntaktický                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <input type="checkbox"/> Využití textů s dopravně-bezpečnostní tematikou                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| OBEcnÉ POUČENÍ O JAZYCE – čeština (jazyk národní, jazyk mateřský), skupiny jazyků (slovanské – především slovenština – a jiné, jazyky menšinové), rozvrstvení národního jazyka (spisovné a nespisovné útvary a prostředky), jazyk a komunikace (jazyková norma a kodifikace, kultura jazyka a řeči, původ a základy vývoje češtiny, jazykové příručky) | <input type="checkbox"/> Porovnávání textů v různém jazykovém zpracování (osvětová tematika, informace o rizicích, o nevhodném nebo příkladném chování)<br><input type="checkbox"/> Porovnávání jazyků – převedení do spisovného úředního jazyka<br><input type="checkbox"/> Vyhledávání nespisovných útvarů v textech z Tematických listů<br><input type="checkbox"/> Navrhování třídní příručky pro bezpečný a zodpovědný pohyb v dopravě, úprava příručky pro jinou věkovou skupinu, národnostní menšinu, azylanty, hendikepované apod.<br><input type="checkbox"/> Vysvětlí některé frazémy ve vazbě na rizikové chování v dopravě – např. pozdě bycha honit, mít nakoupíno, oxidovat<br><input type="checkbox"/> Vyhledávání frazémů a jejich aplikace do dopravních příběhů |

## 9.4 Literární výchova

### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „uceleně reprodukuje přečtený text, jednoduše popisuje strukturu a jazyk literárního díla a vlastními slovy interpretuje smysl díla“  
DV – vlastními slovy převypráví článek nebo text s dopravně-bezpečnostní tematikou, vystihne podstatné prvky děje,
- „rozpoznává základní rysy výrazného individuálního stylu autora“  
DV – příběh z dopravního prostředí převede do individuálního stylu autora; vnímá individualitu každého jedince a respektuje jeho projev; vyhledává a porovnává individuální projevy lidí v dopravním prostředí a ve svém okolí – respektuje jejich právo na vlastní projev,
- „formuluje ústně i písemně dojmy ze své četby, návštěvy divadelního nebo filmového představení a názory na umělecké dílo“  
DV – hledá literární díla a filmy, ve kterých se objevila dopravní problematika a vyhodnotí objektivitu a reálnost jejich popisu či zobrazení (ukázky dopravních nehod v akčních filmech, honičky aut...)
- „tvorí vlastní literární text podle svých schopností a na základě osvojených znalostí základů literární teorie“  
DV – vytvoří vlastní literární text s dopravní a bezpečnostní tematikou,
- „rozdělí literaturu hodnotnou a konzumní, svůj názor doloží argumenty“  
DV – rozlišuje literaturu a texty podle její hodnoty, vyhledává hodnotné informace z oblasti výchovy k zodpovědnému chování,
- „rozdělí základní literární druhy a žánry, porovná je i jejich funkci, uvede jejich výrazné představitele“  
DV – vyhledá literární díla, která se zabývají dopravní tematikou, popíše funkci a význam odborné literatury s dopravní tematikou, popíše rozdíl mezi odbornou literaturou a ostatními literárními druhy,
- „uvádí základní literární směry a jejich významné představitele v české a světové literatuře“  
DV – uvědomuje si a vyhledává významné vlivy v české a světové literatuře (ve vazbě na dějepis), které ovlivnily chování a postoje společnosti, změny ve vnímání hodnot,
- „porovnává různá ztvárnění téhož námětu v literárním, dramatickém i filmovém zpracování“  
DV – vyhledá a srovná různá ztvárnění dopravně-bezpečnostní tematiky,
- „vyhledává informace v různých typech katalogů, v knihovně i v dalších informačních zdrojích“  
DV – vyhledává potřebné informace o dopravě a prevenci nehod v různých typech zdrojů, v knihovně vyhledá odbornou literaturu ke konkrétnímu tématu z dopravní oblasti.

| Literární výchova                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| TVOŘIVÉ ČINNOSTI S LITERÁRNÍM TEXTEM – přednes vhodných literárních textů, volná reprodukce přečteného nebo slyšeného textu, záznam a reprodukce hlavních myšlenek, interpretace literárního textu, dramatizace, vytváření vlastních textů, vlastní výtvarný doprovod k literárním textům | <input type="checkbox"/> Volné reprodukování poznatků z odborných časopisů a literárních textů<br><input type="checkbox"/> Diskutování o vlivu rozmachu dopravy na světové dění ve 20. století – vyhledávání v literatuře, rozvoj automobilizmu<br><input type="checkbox"/> Popisování dopravní problematiky v literatuře<br><input type="checkbox"/> Dramatizace literárních textů z oblasti rizikového chování (porovnání s chováním v dopravním prostředí)<br><input type="checkbox"/> Vyhledávání textů s popisem přepravy v jiných kulturách, s řešením konfliktů v dopravě v různých zemích a v různých historických obdobích |
| ZPŮSOBY INTERPRETACE LITERÁRNÍCH A JINÝCH DĚL                                                                                                                                                                                                                                             | <input type="checkbox"/> Hraní rolí – dramatizace příběhů, rizikových situací a dopravních nehod, hra na soudní přelíčení apod.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |



## ZÁKLADY LITERÁRNÍ TEORIE A HISTORIE

– struktura literárního díla (námet a téma díla, literární hrdina, kompozice literárního příběhu), jazyk literárního díla (obrazná pojmenování; zvukové prostředky poezie: rým, rytmus; volný verš), literatura umělecká a věcná (populárně-naučná, literatura faktu, publicistické žánry)

LITERÁRNÍ DRUHY A ŽÁNRY – poezie, próza, drama, žánry lyrické, epické, dramatické v proměnách času – hlavní vývojová období národní a světové literatury, typické žánry a jejich představitelé

- ☐ Zpracování příběhu z dopravního prostředí dle struktury literárního díla
- ☐ Porovnávání hrdiny díla s hrdinou současnosti – např. jaké charakterové vlastnosti musí mít hasič atd.
- ☐ Využívání obrazného pojmenování pro vyjádření pocitů a emocí z rizikového chování v dopravě
- ☐ Navrhování rýmovaných sloganů s osvětovou tematikou
- ☐ Navrhování populárně-naučných textů vysvětlujících výrazy „brzdná dráha, vlečná křivka, reakční doba, zádržný systém aj.“
- ☐ Vypracování textů z dopravního prostředí v návaznosti na probíraný styl, na styl probíraného spisovatele, básníka nebo písničkáře – jak by informaci o dopravní nehodě, úrazu, rizikovém chování zpracoval Mácha, Čapek, Kryl apod.

## 9.5 Cizí jazyk

### Vzdělávací obsah vzdělávacího oboru

#### RECEPTIVNÍ ŘEČOVÉ DOVEDNOSTI

#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „čte nahlas plynule a foneticky správně texty přiměřeného rozsahu“  
DV – čte nahlas, plynule a správně texty z orientačních, informačních tabulí, místopisné názvy, dopravně-bezpečnostní texty,
- „rozumí obsahu jednoduchých textů v učebnicích a obsahu autentických materiálů s využitím vizuální opory, v textech vyhledá známé výrazy, fráze a odpoví na otázky“  
DV – rozumí obsahu jednoduchých textů s dopravně-bezpečnostní tematikou, rozumí textům z informačních tabulí a dopravního značení,
- „rozumí jednoduché a zřetelně vyslovované promluvě a konverzaci“  
DV – rozumí základním pokynům, nápisům a komunikaci v dopravním prostředí, komunikaci s IZS,
- „odvodí pravděpodobný význam nových slov z kontextu textu“  
DV – slova, kterým v bezpečnostních pokynech nerozumí, si umí odvodit z kontextu celého textu,
- „používá dvojjazyčný slovník, vyhledá informaci nebo význam slova ve vhodném výkladovém slovníku“  
DV – orientuje se v dvojjazyčném slovníku rychle i ve stresové situaci.

#### PRODUKTIVNÍ ŘEČOVÉ DOVEDNOSTI

#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „sestaví jednoduché (ústní i písemné) sdělení týkající se situací souvisejících s životem v rodině, škole a probíranými tematickými okruhy“  
DV – sestaví text týkající se dopravy a bezpečnosti, pohybu členů rodiny v dopravním prostředí,
- „písemně, gramaticky správně tvoří a obměňuje jednoduché věty a krátké texty“  
DV – písemně, gramaticky správně tvoří a obměňuje jednoduché věty a krátké texty týkající se dopravy a bezpečnosti; používá slova a výrazy, které může potřebovat v rizikové nebo nečekané situaci v zahraničí,
- „stručně reprodukuje obsah přiměřeně obtížného textu, promluvy i konverzace“  
DV – stručně převypráví obsah textu s dopravně-bezpečnostní tematikou; popíše vzniklou situaci tak, aby byla srozumitelná i pro pracovníky IZS,
- „vyžádá jednoduchou informaci“  
DV – zeptá se na cestu nebo směr; ve stresové situaci umí používat základní otázky pro získání potřebné informace.

## INTERAKTIVNÍ ŘEČOVÉ DOVEDNOSTI

### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „jednoduchým způsobem se domluví v běžných každodenních situacích“

DV – domluví se v běžných denních situacích při pohybu v dopravním prostředí.

| Cizí jazyk                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| JEDNODUCHÁ SDĚLENÍ – oslovení, reakce na oslovení, pozdrav, přivítání, rozloučení, představování, omluva, reakce na omluvu, poděkování a reakce na poděkování, prosba, žádost, přání, blahopřání, žádost o pomoc, službu, informaci, souhlas/nesouhlas, setkání, společenský program                  | <input type="checkbox"/> Čtení textů zaměřených na výchovu a na vhodné „poučení“ – seznámení s riziky, s ochrannými prvky, se správným chováním apod.<br><input type="checkbox"/> Vedení rozhovoru se zraněným, dotaz na IZS – hraní rolí<br><input type="checkbox"/> Situační hry – navození situace vyžadující rychlé řešení                                                                                                                   |
| ZÁKLADNÍ VZTAHY – existenciální (Kdo?...), prostorové (Kde? Kam?...), časové (Kdy?...), kvalitativní (Jaký? Který? Jak?...), kvantitativní (Kolik?...)                                                                                                                                                | <input type="checkbox"/> Využití nahrávek na internetu – příběhy dětí v dopravním prostředí (dítě jako chodec, cyklista, jízda na in-line bruslích, na skateboardu,...)<br><input type="checkbox"/> Práce se souvislým textem popisujícím situaci, která vznikla na základě nevhodného a nebezpečného chování<br><input type="checkbox"/> Vytvoření vlastního textu z dopravního prostředí (základní vztahy – kdo, kde, kam, kdy, jaký, ...)     |
| TEMATICKÉ OKRUHY – domov, rodina, bydlení, škola, volný čas a zájmová činnost, osobní dopis, formulář, dotazník, sport, péče o zdraví, stravování, město, oblékání, nákupy, příroda, počasí, člověk a společnost, cestování, sociokulturní prostředí příslušných jazykových oblastí a České republiky | <input type="checkbox"/> Využívání témat k rozhovoru – cestování s rodinou, chování rodičů a příbuzných v dopravním prostředí, vliv klimatických podmínek na riziko dopravní nehody, vliv stravy na zdravotní stav, vliv návykových látek na riziko vzniku nehody apod.                                                                                                                                                                          |
| SLOVNÍ ZÁSoba A TVOŘENÍ SLOV                                                                                                                                                                                                                                                                          | <input type="checkbox"/> Využívání newsletteru z internetu k rozšíření slovní zásoby<br><input type="checkbox"/> Vyhledávání výrazů v daném jazyce k základním pojmům z dopravní problematiky – brzdná dráha, retroreflexní materiál a viditelnost, vlečná křivka, reakční doba aj.<br><input type="checkbox"/> Vyhledávání významů slov spojených s nebezpečím v dopravním prostředí<br><input type="checkbox"/> Používání výkladového slovníku |
| GRAMATICKÉ STRUKTURY A TYPY VĚT, LEXIKÁLNÍ PRINCIP PRAVOPISU SLOV                                                                                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> Upravování nedokončeného příběhu a doplnění o pravděpodobný konec                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

## 9.6 Další cizí jazyky

### Vzdělávací obsah vzdělávacího oboru

#### RECEPTIVNÍ ŘEČOVÉ DOVEDNOSTI

### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „vyslovuje a čte nahlas plynule a foneticky správně jednoduché texty složené ze známé slovní zásoby“

DV – vyslovuje a čte nahlas plynule a foneticky správně jednoduché texty složené ze známé slovní zásoby na téma dopravy a bezpečnosti; umí přesně přečíst místopisné a orientační názvy pro udání místa, kde se nachází,

- „rozumí známým každodenním výrazům, zcela základním frázím a jednoduchým větám“

DV – rozumí základním frázím a výrazům, které se používají při běžných situacích při cestování,

- „rozumí jednoduchým pokynům a adekvátně na ně reaguje“

DV – rozumí pokynům policie a IZS a adekvátně na ně reaguje,

- „rozumí obsahu a smyslu jednoduchého textu, v textu vyhledá potřebnou informaci a odpoví na otázku“



DV – rozumí obsahu a smyslu jednoduchého textu s dopravně-bezpečnostní tematikou; orientuje se v informačním textu a vyhledá důležité informace,

- „používá abecední slovník učebnice a dvojazyčný slovník“
- DV – orientuje se ve slovníku i ve stresových situacích.

## PRODUKTIVNÍ ŘEČOVÉ DOVEDNOSTI

### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „sdělí ústně i písemně základní údaje o své osobě, své rodině a běžných každodenních situacích, vyplní základní údaje do formulářů“  
DV – sdělí základní informace o sobě IZS,
- „reprodukuje ústně i písemně obsah přiměřeně obtížného textu, promluvy a jednoduché konverzace“  
DV – ovládá jednoduchou konverzaci s pracovníky IZS,
- „napíše jednoduchá sdělení a odpověď na sdělení za správného použití základních gramatických struktur a vět“  
DV – napíše základní informace o místě, kde se nachází a v jaké se nachází situaci.

## INTERAKTIVNÍ ŘEČOVÉ DOVEDNOSTI

### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „zapojí se do jednoduché, pečlivě vyslovované konverzace dalších osob prostřednictvím běžných výrazů, poskytne požadované informace“  
DV – komunikuje s rodilým mluvčím při žádosti o pomoc, při dopravní nebo jiné nehodě.

| Učivo                                                                                                                                                       | Náměty                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ZÁKLADNÍ PRAVIDLA KOMUNIKACE V BĚŽNÝCH KAŽDODENNÍCH SITUACÍCH – pozdrav, poděkování, představování                                                          | <input type="checkbox"/> Diskuzní hry – navozování základních situací z dopravního prostředí (cestování, běžné denní činnosti atd.)                                                                                               |
| JEDNODUCHÁ SDĚLENÍ – adresa, blahopřání, pozdrav a dopis z prázdnin, omluva, žádost                                                                         | <input type="checkbox"/> Vyprávění o zážitcích z cestování                                                                                                                                                                        |
| TEMATICKÉ OKRUHY – domov, rodina, škola, volný čas a zájmová činnost, oblékání, nákupy, příroda a počasí, tradice a zvyky, svátky, důležité zeměpisné údaje | <input type="checkbox"/> Navrhování komiksů s tématy – doprava, cestování, letiště, autobus, vlak, bezpečnost – řidič, cestující, chodec, cyklista, jezdec na in-line bruslích, na skateboardu, ... (správné a nesprávné chování) |
| SLOVNÍ ZÁSoba A TVOŘENÍ SLOV – synonyma, antonyma, význam slov v kontextu                                                                                   | <input type="checkbox"/> Vyhledávání slov v textech z dopravního prostředí a z internetových stránek zaměřených na dopravní informace                                                                                             |
| ZÁKLADNÍ GRAMATICKÉ STRUKTURY A TYPY VĚT, ZÁKLADY LEXIKÁLNÍHO PRINCIPU PRAVOPISU                                                                            | <input type="checkbox"/> Porovnávání slov – změna významu slova při pravopisné chybě, nesprávné výslovnosti                                                                                                                       |
| SLOV – VĚTA JEDNODUCHÁ, TVORBA OTÁZKY A ZÁPORU, POŘÁDEK SLOV VE VĚTĚ                                                                                        | <input type="checkbox"/> Hra s větou – rozvíjení věty jednoduché do příběhu z dopravního prostředí                                                                                                                                |



## 10. INFORMAČNÍ A KOMUNIKAČNÍ TECHNOLOGIE

### 10.1 Cílové zaměření DV ve vzdělávací oblasti

Vzdělávání v oblasti vede žáka k:

- ☐ poznávání možností využití výpočetní techniky v dopravě,
- ☐ osvojení si znalostí a dovedností práce s počítačem a jejich využití v praxi,
- ☐ efektivnímu vyhledávání informací z oblasti dopravy, cestování, přepravy, prevence nehod, zdravého životního stylu,
- ☐ získávání informací, k vzdělávání se, k poznání, že zkušenosti jiných mohou být přínosné,
- ☐ rozvíjení kompetencí pro práci s databázemi a informačními portály,
- ☐ dovednosti aplikovat získané informace do praxe,
  
- ☐ využití znalostí z programování k rozfázování si činností,
- ☐ plánování si jednotlivých kroků a postupů,
- ☐ využití zkušeností z programování k uvědomění si rizika a komplikací při špatném postupu,
  
- ☐ uvědomění si potřeby preventivních opatření v rámci ochrany dat, své práce, SW, HW, ale i vlastního zdraví a bezpečí,
- ☐ uvědomování si nutnosti pravidelné prevence,
- ☐ orientaci v krizové situaci, hledání řešení z krizové situace, k aplikaci postupů v krizové situaci, získání přehledu, kde získat v krizové situaci informace na internetu,
- ☐ vypracování krizových plánů,
- ☐ rozvíjení schopnosti formulovat problém, hledat řešení, aplikovat zkušenosti a získané informace, řešit problémy,
- ☐ schopnosti zobecňovat výsledek analýzy zkušeností a postupů a vyvozovat z nich řešení pro nové problémy,
- ☐ odpovědnému jednání a odhadování důsledků lehkovážného a nezodpovědného jednání,
  
- ☐ samostatnému rozhodování,
- ☐ ověřování si věrohodnosti informací; získávání zkušenosti, že některé informace a rady je potřeba ověřit,
- ☐ orientaci v poradenských internetových službách.

### 10.2 Vyhledávání informací a komunikace

#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

– „ověřuje věrohodnost informací a informačních zdrojů, posuzuje jejich závažnost a vzájemnou návaznost“

DV – ověřuje, zda jsou mediální informace o dopravě věrohodné;

vyhledává informace ke srovnávání dle zadaných atributů;

ověřuje a porovnává informace o nehodách s informacemi o zdravotních následcích, o dopadu na ekonomiku.

| Vyhledávání informací a komunikace                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                   | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| VÝVOJOVÉ TRENDY INFORMAČNÍCH TECHNOLOGIÍ                                                | <input type="checkbox"/> Nové technologie v automobilovém průmyslu – GPS, bezpečnostní a asistenční systémy, prvky pasivní a aktivní ochrany – vliv nových technologií na bezpečnost                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| HODNOTA A RELEVANCE INFORMACÍ A INFORMAČNÍCH ZDROJŮ, METODY A NÁSTROJE JEJICH OVĚŘOVÁNÍ | <input type="checkbox"/> Vyhledávání informací k tématům – nehodovost, přeprava, náklady na dopravu, efektivnost dopravy, ekonomické následky nehod např. <a href="http://www.mvcr.cz">www.mvcr.cz</a> , <a href="http://www.ibesip.cz">www.ibesip.cz</a> , <a href="http://www.idos.cz">www.idos.cz</a> , <a href="http://www.cdv.cz">www.cdv.cz</a> , <a href="http://www.policie.cz">www.policie.cz</a><br><input type="checkbox"/> Rozlišování důležitých a nedůležitých informací z dopravní oblasti pro prevenci nehodovosti<br><input type="checkbox"/> Věrohodnost informací z dopravní oblasti na různých serverech (kde hledat věrohodné informace)<br><input type="checkbox"/> Navrhování grafů, srovnávacích tabulek |
| INTERNET                                                                                | <input type="checkbox"/> Vyhledávání informací podle hesla – např. nebezpečná místa pro chodce, nebezpečná místa pro cyklisty, bezpečná cesta do školy, safe road to school, vlečná křivka, reakční doba, alkohol za volantem, brzdná dráha, zádržný systém, apod.<br><input type="checkbox"/> Vyhledávání informací vztahujících se k dopravě a jejich propojení do výuky jiných vzdělávacích oborů, např. cizího jazyka, českého jazyka, zeměpisu, fyziky apod.                                                                                                                                                                                                                                                                |

## 10.3 Zpracování a využití informací

### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

– „ovládá práci s textovými a grafickými editory i tabulkovými editory a využívá vhodných aplikací“

DV – práci s grafickými, tabulkovými a textovými programy používá k tvorbě dopravně-bezpečnostních materiálů, ke zpracování dat z dopravních průzkumů, k analýze získaných informací; prostřednictvím aplikace vhodných programů pro zpracování zadání a úkolů používá vhodné postupy a prostředky při plánování svých aktivit,

– „uplatňuje základní estetická a typografická pravidla pro práci s textem a obrazem“

DV – při tvorbě dopravně-bezpečnostních materiálů respektuje předem daná pravidla; využívá estetická a typografická pravidla k vhodnému a efektivnímu působení na cílovou skupinu,

– „pracuje s informacemi v souladu se zákony o duševním vlastnictví“

DV – při tvorbě materiálů přistupuje zodpovědně ke zdrojům informací a informace „nezcizuje“ a udává použitý zdroj; má základní právní vědomí z oblasti duševního vlastnictví,

– „používá informace z různých informačních zdrojů a vyhodnocuje jednoduché vztahy mezi údaji“

DV – porovnává data z různých informačních zdrojů; vyhodnocuje závislosti mezi typem rizikového chování, pravděpodobností nehody a následky na zdraví či životě,

– „zpracuje a prezentuje na uživatelské úrovni informace v textové, grafické a multimediální formě“

DV – dle svých znalostí zpracuje zadané dopravně-bezpečnostní téma v požadovaných textových, grafických a multimediálních formách.

| Zpracování a využití informací                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                      | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| POČÍTAČOVÁ GRAFIKA, RASTROVÉ A VEKTOROVÉ PROGRAMY                          | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Navrhování nových možností grafického zpracování dopravních značek a dopravního značení</li> <li><input type="checkbox"/> Grafické zpracování návrhů úprav dopravního řešení okolí školy, domova pro seniory, nemocnice, skateparku apod.</li> <li><input type="checkbox"/> Návrhy grafického zpracování preventivních materiálů, letáků, informačních tabulí</li> <li><input type="checkbox"/> Návrh grafické jednoduché animace brzdné dráhy vozidla (využití koeficientu tření – propojení s fyzikou), vlečné křivky, setrvačné a odstředivé síly (prudké zastavení, pohyb v zatáčce)</li> <li><input type="checkbox"/> Grafická úprava fotografie – vyznačení rizika, návrh řešení</li> </ul> |
| TABULKOVÝ EDITOR, VYTVÁŘENÍ TABULEK, POROVNÁVÁNÍ DAT, JEDNODUCHÉ VZORCE    | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Statistické vyhodnocování, např. dělby přepravní práce do školy (anketa o způsobu dopravy a její vyhodnocení, kolik % žáků chodí pěšky, jezdí autem, MHD, na kole atd.)</li> <li><input type="checkbox"/> Výpočet brzdné dráhy v závislosti na rychlosti vozidla – práce v Excelu</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| PREZENTACE INFORMACÍ<br>(webové stránky, prezentační programy, multimédia) | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Navrhování školní webové stránky s dopravní tematikou, která bude přístupná všem žákům</li> <li><input type="checkbox"/> Založení a vedení internetové diskuze zaměřené na problematiku: <ul style="list-style-type: none"> <li>– rizika v dopravním prostředí,</li> <li>– riziková a nehodová místa v okolí školy,</li> <li>– pomoc účastníkům silničního provozu v případě nehody,</li> <li>– rizikové chování atd.</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> Navrhování tematických PowerPoint prezentací (rizikové chování dětí a mládeže, riziková místa v okolí školy, ...)</li> </ul>                                                                                                  |
| OCHRANA PRÁV K DUŠEVNÍMU VLASTNICTVÍ, COPYRIGHT, INFORMAČNÍ ETIKA          | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Informační etika: co by mohly způsobit mylné nebo záměrně zkreslené informace v médiích o dopravě</li> <li><input type="checkbox"/> Používání citací a uvedení informačního zdroje</li> <li><input type="checkbox"/> Následky nedodržování práv k duševnímu vlastnictví</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

# 11. VÝCHOVA K OBČANSTVÍ

## 11.1 Cílové zaměření DV ve vzdělávacím oboru

Vzdělávání v oblasti vede žáka k:

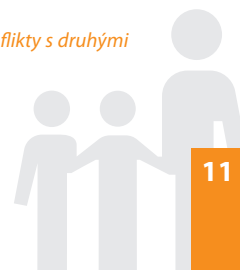
- ☐ uvědomění si svého vlivu na dopravní prostředí,
- ☐ potřebě zapojit se do aktivit pro úpravu prostředí,
- ☐ uvědomění si potřeb komunity,
- ☐ uvědomění si významu solidarity v dopravním prostředí,
- ☐ pozitivnímu postoji k ostatním účastníkům silničního provozu,
- ☐ pochopení významu demokracie a naplňování principů demokracie při pohybu v dopravě,
- ☐ šetrnému zacházení s mobiliářem a k poznávání významu ochrany mobiliáře v dopravním prostředí, údržby komunikací a nákladů na opravu,
- ☐ respektování potřeb hendikepovaných a zranitelných účastníků silničního provozu,
- ☐ pochopení významu zákonů a jejich dodržování,
- ☐ vnímání nebezpečí hraničních postojů účastníků v dopravě – agresivní chování, rasistické projevy, neonacizmus, terorismus, hooligans,
- ☐ uvědomování si významu prosociálního chování v rizikových situacích a rozvíjení žádoucích postojů v rizikových situacích,
- ☐ zodpovědnosti k životu a zdraví vlastnímu i ostatních,
- ☐ uplatňování vhodných prostředků komunikace k vyjadřování vlastních postojů a názorů při obraně proti manipulativnímu jednání, prosazování pravidel bezpečného chování
- ☐ pochopení významu lidských práv.

## 11.2 Člověk ve společnosti

### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „*objasní účel důležitých symbolů našeho státu a způsoby jejich používání*“  
DV – objasní význam užití symbolů na dokumentech (řidičský průkaz aj.), ví, na jakých dokumentech se užívají státní symboly;
- „*rozlišuje projevy vlastenectví od projevů nacionalismu*“  
DV – chápe význam vlastenectví a při pohybu v zahraničí se chová zodpovědně; chápe nebezpečí fanatického chování při pohybu v dopravním prostředí,
- „*zdůvodní nepřijatelnost vandalského chování a aktivně proti němu vystupuje*“  
DV – chápe, proč je nepřijatelné vandalství v prostředcích veřejné i soukromé dopravy, vliv vandalství na kvalitu cestování a cenu za cestování; vandalizmus odsuzuje a aktivně se vyjadřuje proti; vandalizmus nahlásí kompetentním osobám; analyzuje rizika následků vandalizmu v dopravě,
- „*zhodnotí nabídku kulturních institucí a cíleně z ní vybírá akce, které ho zajímají*“  
DV – zhodnotí dostupnost kulturní akce hromadnou dopravou a bezpečný návrat z akce; využije nabídku vzdělávacích a kulturních institucí a akcí, které jsou zaměřené na prevenci rizikového chování,
- „*kriticky přistupuje k mediálními informacím, vyjádří svůj postoj k působení propagandy a reklamy na veřejné mínění a chování lidí*“  
DV – kriticky hodnotí a posoudí vliv médií a reklamy na dopravní prostředí, na chování v dopravním prostředí, na rizika spojená s nevhodnou reklamou, odliší relevantní informace od zkreslených, rozpozná manipulativní vlivy médií,
- „*zhodnotí a na příkladech doloží význam vzájemné solidarity mezi lidmi, vyjádří své možnosti, jak může v případě potřeby pomáhat lidem v nouzi a v situacích ohrožení*“  
DV – chápe, proč v prostředcích hromadné dopravy je potřeba uvolnit sedadlo starším nebo fyzicky znevýhodněným spolucestujícím; chápe nutnost poskytování první pomoci; ví, jak může pomoci lidem, kteří potřebují pomoc při řešení problému v dopravním prostředí; ví, jak pomoci lidem při dopravní nehodě,
- „*uplatňuje vhodné způsoby chování a komunikace v různých životních situacích, případně neshody či konflikty s druhými lidmi řeší nenásilným způsobem*“



DV – chová se tak, aby předešel konfliktům a konfliktním situacím; vzniklý konflikt řeší optimálním, nenásilným způsobem; chápe následky nevhodného chování a nevhodné komunikace mezi lidmi v dopravním prostředí; uvědomuje si riziko nevhodného jednání a vliv na jednání ostatních (možnost vzniku dopravní nehody v důsledku ovlivnění psychiky a nálady ostatních – rozrušení, nesoustředění, nepředvídatelnost změn chování obětí dopravní nehody bezprostředně po nehodě),

- „objasní potřebu tolerance ve společnosti, respektuje kulturní zvláštnosti i odlišné názory, zájmy, způsoby chování a myšlení lidí; zaujímá tolerantní postoje k menšinám“

DV – respektuje různé chování lidí v různých situacích, pokud neohrožuje zdraví nebo životy ostatních účastníků silničního provozu,

- „rozpoznává netolerantní, rasistické, xenofobní a extremistické projevy v chování lidí a zaujímá aktivní postoj proti všem projevům lidské nesnášenlivosti“

DV – rozpoznává škodlivé chování a aktivně je odmítá; posoudí nebezpečí takového chování v souvislosti se vznikem rizika v dopravním prostředí; vysvětlí nebezpečnost chování rizikových osob a skupin při pohybu v dopravním prostředí (agresivita, narcizmus, neonacizmus, terorizmus, rasizmus, hooligans, fanatismus atd.),

- „posoudí a na příkladech doloží přínos spolupráce lidí při řešení konkrétních úkolů a dosahování některých cílů v rodině, ve škole, v obci“

DV – vysvětlí nutnost spolupráce při řešení problémů, které mohou vzniknout v dopravním prostředí.

| Člověk ve společnosti                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                                                                                                           | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| NAŠE ŠKOLA – život ve škole, práva a povinnosti žáků, význam a činnost žákovské samosprávy, společná pravidla a normy; vklad vzdělání pro život                                 | <input type="checkbox"/> Pravidla pro pohyb ve škole a v jejím okolí – dopravní omezení, místa pro parkování, rozmístění přechodů a míst k přecházení v okolí, výskyt nebezpečných míst                                                                                                                                                                  |
| NAŠE OBEC, REGION, KRAJ – důležité instituce, zajímavá a památná místa, významní rodáci, místní tradice; ochrana kulturních památek, přírodních objektů a majetku               | <input type="checkbox"/> Turistické cíle v okolí a jejich dostupnost, výskyt nebezpečných míst, dopravně důležitá místa (nádraží, zastávky, dopravní uzly, silnice, dálnice, ...)                                                                                                                                                                        |
| NAŠE VLAST – pojem vlasti a vlastenectví; zajímavá a památná místa, co nás proslavilo, významné osobnosti; státní symboly, státní svátky, významné dny                          | <input type="checkbox"/> Vynálezy a česká řešení (Škoda, Tatra, Praga), české automobily, motocykly, dopravní prostředky a jejich ohlas ve světě<br><input type="checkbox"/> Bezpečnostní prvky českých dopravních prostředků                                                                                                                            |
| KULTURNÍ ŽIVOT – rozmanitost kulturních projevů, kulturní hodnoty, kulturní tradice; kulturní instituce; masová kultura, prostředky masové komunikace, masmédia                 | <input type="checkbox"/> Muzea, výukové programy zabývající se DV v okolí bydliště<br><input type="checkbox"/> Obraz dopravy v médiích (zprávy, reklama v TV, spoty s bezpečnostní tematikou, dopravní zpravodajství, ...)                                                                                                                               |
| LIDSKÁ SETKÁNÍ – přirozené a sociální rozdíly mezi lidmi, rovnost a nerovnost, rovné postavení mužů a žen; lidská solidarita, pomoc lidem v nouzi, potřební lidé ve společnosti | <input type="checkbox"/> Rozdíly mezi účastníky provozu: žena/muž, dospělý/dítě/senior, řidič/cyklista/chodec/handicapovaná osoba<br><input type="checkbox"/> Poskytování první pomoci, pomoc při obtížných situacích – nehoda, porucha, živelná katastrofa, význam bezbariérového prostředí                                                             |
| VZTAHY MEZI LIDMI – osobní a neosobní vztahy, mezilidská komunikace; konflikty v mezilidských vztazích, problémy lidské nesnášenlivosti                                         | <input type="checkbox"/> Vzájemná tolerance všech účastníků silničního provozu<br><input type="checkbox"/> Konflikty v dopravě (kolize, agrese, arogantní chování), obraz situace v dopravě v médiích<br><input type="checkbox"/> „Škatulkování“ vedoucí k nesnášenlivosti určitých skupin účastníků silničního provozu (žena za volantem, senior apod.) |
| ZÁSADY LIDSKÉHO SOUŽITÍ – morálka a mravnost, svoboda a vzájemná závislost, pravidla chování; dělba práce a činností, výhody spolupráce lidí                                    | <input type="checkbox"/> Nutnost pravidel i pro běžný život, pravidla pro chování a jejich kontrola, činnost a funkce složek policie (Policie ČR, městské a obecní policie, vojenské, celní a cizinecké policie)<br><input type="checkbox"/> Význam spolupráce při řešení krizové situace v dopravě                                                      |

### 11.3 Člověk jako jedinec

#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „objasní, jak může realističtější poznání a hodnocení vlastní osobnosti a potenciálu pozitivně ovlivnit jeho rozhodování, vztahy s druhými lidmi i kvalitu života“

DV – objasní, jak jeho rozhodování ovlivňuje dobrý odhad svých schopností a dovedností, pozná své hranice a možnosti



- „posoudí vliv osobních vlastností na dosahování individuálních i společných cílů, objasní význam vůle při dosahování cílů a překonávání překážek“  
DV – posoudí vliv okolí a své vůle na dosažení konkrétního cíle,
- „rozpoznává projevy záporných charakterových vlastností u sebe i u druhých lidí, kriticky hodnotí a vhodně koriguje své chování a jednání“  
DV – rozpozná agresivní a rizikové jednání a zhodnotí jeho možné příčiny a následky pro sebe a ostatní účastníky silničního provozu,
- „popíše, jak lze usměrňovat a kultivovat charakterové a volní vlastnosti, rozvíjet osobní přednosti, překonávat osobní nedostatky a pěstovat zdravou sebedůvěru“  
DV – popíše, jak je nutné usměrňovat sám sebe při pohybu v dopravním prostředí.

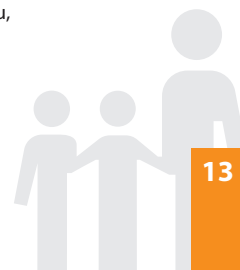
| Člověk jako jedinec                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                                                                                                              | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| PODOBNOST A ODLIŠNOST LIDÍ – projevy chování, rozdíly v prožívání, myšlení a jednání; osobní vlastnosti, dovednosti a schopnosti, charakter; vrozené předpoklady, osobní potenciál | <input type="checkbox"/> Charakteristika účastníků provozu – řidič, chodec, cyklista atd., teenager, senior, dítě<br><input type="checkbox"/> Chování lidí dle rozlišení temperamentu (cholerik, flegmatik, sangvinik, melancholik)<br><input type="checkbox"/> Vliv temperamentu na chování jedince v dopravě<br><input type="checkbox"/> Rozdíly mezi jedinci – rozdílný názor na různé situace, na řešení konfliktu, na nebezpečí atd.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| VNITŘNÍ SVĚT ČLOVĚKA – vnímání, prožívání, poznávání a posuzování skutečnosti, sebe i druhých lidí, systém osobních hodnot, sebehodnocení; stereotypy v posuzování druhých lidí    | <input type="checkbox"/> Rozdílnost vnímání a emocí různých osob – rozdílné reakce v krizových situacích (reakce druhých mohou být zcela odlišné od svých)<br><input type="checkbox"/> Porovnávání rozdílných emocí při řešení dilemat z Tematických listů<br><input type="checkbox"/> Sebehodnocení svého jednání a jednání ostatních ve stresové situaci<br><input type="checkbox"/> Riziko a nebezpečí stereotypu při pohybu v dopravním prostředí<br><input type="checkbox"/> Porovnávání svého postoje při řešení konfliktu s postoji spolužáků                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| OSOBNÍ ROZVOJ – životní cíle a plány, životní perspektiva, adaptace na životní změny, sebezvědomí; význam motivace, aktivity, vůle a osobní kázně při seberozvoji                  | <input type="checkbox"/> Vliv dopravní nehody s následkem na zdraví na životní plány a seberealizaci<br><input type="checkbox"/> Sociální důsledky dopravních nehod (vliv na osobní život, na životy blízkých, ekonomické důsledky v rodině...)<br><input type="checkbox"/> Cvičení na ovládání emocí a posílení volních vlastností<br><input type="checkbox"/> Využití reálných situací k sebepoznání, k uvědomování si vlastních pocitů a emocí (Gestalt přístup)<br><input type="checkbox"/> Sestavení osobní pyramidy hodnot – porovnání s Maslowovou pyramidou potřeb<br><input type="checkbox"/> Hraní rolí, inscenační hry – analýza „postavy“ a identifikace vlastních postojů a emocí<br><input type="checkbox"/> Sestavení osobního portfolia – dosažitelné cíle v osobnostním rozvoji (fyzické, psychické, intelektuální – zaměřené i na bezpečný pohyb v dopravě), návrh postupných kroků, záznam o naplňování cílů, zhodnocení úspěchů, návrh opatření pro odstranění překážek apod. |

## 11.4 Stát a hospodářství

### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „rozlišuje a porovnává různé formy vlastnictví, uvede jejich příklady“  
DV – rozlišuje různé druhy vlastnictví dopravních prostředků,
- „objasní potřebu dodržování zásad ochrany duševního vlastnictví a jejich znalost uplatňuje ve svém jednání“  
DV – objasní rizika používání levných, nelegálních kopií v dopravě,
- „dodržuje zásady hospodárnosti, popíše a objasní vlastní způsoby zacházení s penězi a se svým i svěřeným majetkem, vyhýbá se rizikům v hospodaření s penězi“  
DV – chápe význam hospodárného zacházení s pohonnými hmotami; zná a chápe význam car-sharingu,
- „vysvětlí, jakou funkci plní banky a jaké služby občanům nabízejí“  
DV – uvede funkce bank ve vztahu k dopravě, funkce a význam pojišťoven





- „rozdlišuje, ze kterých zdrojů pocházejí příjmy státu a do kterých oblastí stát směřuje své výdaje, uvede příklady dávek a příspěvků, které ze státního rozpočtu získávají občané“  
DV – dokáže zhodnotit vliv daní a poplatků na cenu přepravy; uvede příklady poskytování příspěvků na dopravu,
- „rozdlišuje a porovnává úlohu výroby, obchodu a služeb, uvede příklady jejich součinnosti“  
DV – uvede příklady vztahů mezi výrobou, obchodem a službami a jejich souvislostí s dopravou,
- „na příkladu chování kupujících a prodávajících vyloží podstatu fungování trhu“  
DV – uvede příklady vlivu dopravy na ceny a způsoby obchodování.

| Stát a hospodářství                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                                                                                | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| MAJETEK, VLASTNICTVÍ – formy vlastnictví; hmotné a duševní vlastnictví, jejich ochrana; hospodaření s penězi, majetkem a různými formami vlastnictví | <input type="checkbox"/> Možnosti a varianty vlastnictví v dopravě – dopravní prostředky, komunikace, služby<br><input type="checkbox"/> Zodpovědnost majitele (vozidla, komunikace, služby) ve vztahu k bezpečnosti dopravy<br><input type="checkbox"/> Duševní vlastnictví – rizika nekvalitních kopií jízdních kol, autosedaček, cyklistických přileb apod.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| PENÍZE – funkce a podoby peněz, formy placení; rozpočet rodiny, státu; význam daní                                                                   | <input type="checkbox"/> Ceny za různé typy dopravy – srovnání<br><input type="checkbox"/> Rozpočet rodiny – zahrnutí ceny za dopravu<br><input type="checkbox"/> Daně – silniční, spotřební, DPH<br><input type="checkbox"/> Poplatky – mýto, dálniční známky, pokuty, povinné ručení, pojištění vozidla<br><input type="checkbox"/> Návrhy na úpravu rozdělení výnosů z poplatků a daní<br><input type="checkbox"/> Formy pořízení auta (leasing, půjčovny, ...) – výhody a rizika<br><input type="checkbox"/> Využitelnost auta – pravidelné nebo občasné (víkendové) používání auta v rodině, ekonomické srovnání s jinými druhy dopravy (hromadná doprava, taxi služba, car-sharing)<br><input type="checkbox"/> Souvislost spotřeby pohonných hmot s rychlostí vozidla na rychlostních komunikacích a s jízdou ve městě (vyšší spotřeba pohonných hmot)<br><input type="checkbox"/> Jednotlivé výpočty spojit s výukou ve vzdělávacích oborech Matematika a její aplikace, Informační a komunikační technologie |
| VÝROBA, OBCHOD, SLUŽBY – jejich funkce a návaznost                                                                                                   | <input type="checkbox"/> Automobilový průmysl - vyhledávání výrobních podniků, organizací, obchodů a služeb zabývajících se ochrannými prvky, dopravou a potřeb pro dopravu<br><input type="checkbox"/> Funkce jednotlivých organizací, užitečnost, struktura, návaznost na programy a projekty zaměřené na snížení nehodovosti v dopravě, odpovědnost za kvalitu prodávaného zboží, odpovědnost za kvalitu poskytování služeb a rizika nekvalitních služeb – servis vozidel, STK, ...<br><input type="checkbox"/> Typy osobní a hromadné dopravy<br><input type="checkbox"/> Typy přepravy zboží a jejich výhody a nevýhody                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| PRINCIPY TRŽNÍHO HOSPODÁŘSTVÍ – nabídka, poptávka, trh; podstata fungování trhu; nejčastější právní formy podnikání                                  | <input type="checkbox"/> Vztah dopravy a obchodu, fungování logistických firem<br><input type="checkbox"/> Rizika přepravy různých druhů zboží – následky nehody při přepravě zboží (ekologické katastrofy, ohrožení zdraví a života, finanční postih, hospodářská ztráta)<br><input type="checkbox"/> Prevence nehod při přepravě zboží – přestávky řidičů, bezpečné upevnění nákladu, nepřetěžování vozidla nákladem<br><input type="checkbox"/> Zahrnutí nákladů za dopravu a pojištění zboží a rizik do ceny zboží – pojištění lidského života a zdraví, zboží, dopravního prostředku, ekologické havárie pro případ nehody                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

## 11.5 Stát a právo

### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

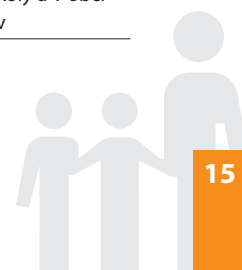
Žák:

- „rozdlišuje nejčastější typy a formy států a na příkladech porovná jejich znaky“  
DV – podle registrační značky (RZ nebo SPZ) žáci rozliší státy, ze kterých vozidla mohou pocházet,



- „rolišuje a porovnává úkoly jednotlivých složek státní moci ČR i jejich orgánů a institucí, uvede příklady institucí a orgánů, které se podílejí na správě obcí, krajů a státu“  
DV – rozlišuje základní instituce (různých stupňů), které souvisejí s dopravou; rozlišuje jejich funkci a ví, kam se obrátit při řešení problému v dopravním prostředí,
- „objasní výhody demokratického způsobu řízení státu pro každodenní život občanů“  
DV – objasní význam slova demokracie; principy demokracie respektuje a uplatňuje při pohybu v dopravním prostředí,
- „vyloží smysl voleb do zastupitelstev v demokratických státech a uvede příklady, jak mohou výsledky voleb ovlivňovat každodenní život občanů“  
DV – zná pravomoc zastupitelstva při úpravě dopravního prostředí; aktivně se zapojuje do aktivit zaměřených na prevenci dopravních nehod; hodnotí přístup zastupitelstva k bezpečnosti a ochraně zdraví a životů v dopravním prostředí,
- „přiměřeně uplatňuje svá práva a respektuje práva a oprávněné zájmy druhých lidí, posoudí význam ochrany lidských práv a svobod“  
DV – svá práva uplatňuje v mezích „neohrozit ani neomezit“ a je si vědom, že jeho práva a svobody nesmí omezovat a ohrožovat práva ostatních,
- „objasní význam právní úpravy důležitých vztahů – vlastnictví, pracovní poměr, manželství“  
DV – objasní význam a nutnost právních norem, které upravují pohyb na pozemních komunikacích,
- „provádí jednoduché právní úkony a chápe jejich důsledky, uvede příklady některých smluv upravujících občanskoprávní vztahy – osobní přeprava; koupě, oprava či pronájem věci“  
DV – provádí úkony typu: nákup jízdenky, součástky, zajištění servisu nebo kontroly (např. jízdního kola),
- „dodržuje právní ustanovení, která se na něj vztahují a uvědomuje si rizika jejich porušování“  
DV – uvědomuje si rizika porušení pravidel v dopravním prostředí; objasní význam pravidel silničního provozu a zákonů občanského zákoníku; dle pravidla neznalost neomlouvá, se dále vzdělává, aby předešel nebezpečí a riziku z jejich porušení,
- „rolišuje a porovnává úkoly orgánů právní ochrany občanů, uvede příklady jejich činnosti a spolupráce při postihování trestných činů“  
DV – zná kompetence všech složek policie v ČR (Policie ČR, městské a obecní policie, vojenské, celní, cizinecké a zahraniční policie – Interpol),
- „rozpozná protiprávní jednání, rozliší přestupek a trestný čin, uvede jejich příklady“  
DV – rozliší dopravní přestupek a trestný čin, uvede jejich příklady a navrhne případný trest.

| Stát a právo                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                                                                                                         | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| PRÁVNÍ ZÁKLADY STÁTU – znaky státu, typy a formy státu; státní občanství ČR; Ústava ČR; složky státní moci, jejich orgány a instituce                                         | <input type="checkbox"/> RZ a MPZ států EU (průzkum, kteří řidiči nejčastěji jezdí v okolí školy, z jakých států jsou, propojení se znalostí odlišných pravidel silničního provozu v těchto zahraničních státech a analýza rizika od těchto zahraničních řidičů, které hrozí v důsledku návyku na legislativu své země)<br><input type="checkbox"/> Základní právní vědomí                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| STÁTNÍ SPRÁVA A SAMOSPRÁVA – orgány a instituce státní správy a samosprávy, jejich úkoly                                                                                      | <input type="checkbox"/> Instituce, které se zabývají dopravní agendou – sídlo, struktura, práva (přestupky, řidičská oprávnění, evidence vozidel atd.)<br><input type="checkbox"/> Úloha jednotlivých institucí, úkoly státní správy a samosprávy<br><input type="checkbox"/> Nestátní organizace a občanská sdružení                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| PRINCIPY DEMOKRACIE – znaky demokratického způsobu rozhodování a řízení státu; politický pluralismus, sociální dialog a jejich význam; význam a formy voleb do zastupitelstev | <input type="checkbox"/> Odpovědnost jednotlivce i společnosti za nehodovost v dopravě a za dopravní prostředí<br><input type="checkbox"/> Sociální dialog – formy dialogu, typy partnerů pro dialog (dialog na úrovni partnerů, kteří se zabývají problematikou snižování počtu úmrtí na silnicích; různé úrovně – školní, obecní, krajská, celostátní, na úrovni ministerstev, Bezpečnostní rada státu)<br><input type="checkbox"/> Mezilidské vztahy v rodině, ve společnosti, v dopravním prostředí (ve spojení s rodinnou výchovou)<br><input type="checkbox"/> Aktivita zastupitelstva v oblasti bezpečnosti v okolí školy a v obci – zodpovědný přístup voličů k volbám do zastupitelstev |





|                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LIDSKÁ PRÁVA – základní lidská práva, práva dítěte, jejich ochrana; úprava lidských práv a práv dětí v dokumentech; poškozování lidských práv, šikana, diskriminace   | <input type="checkbox"/> Agresivní chování řidičů, šikana<br><input type="checkbox"/> Bezohledné chování<br><input type="checkbox"/> Rizikové projevy chování různých skupin účastníků silničního provozu a jejich nebezpečí pro okolí – rasistické projevy, neonacizmus, narcistické rysy, terorizmus, hooligans, adrenalinové aktivity<br><input type="checkbox"/> Právo na život – vlastní návrh charty práv pro chodce, děti, seniory, hendikepované občany<br><input type="checkbox"/> Veřejnoprávní sdělovací prostředky – možnosti působení na účastníky provozu, účinnost tohoto působení<br><input type="checkbox"/> Šikana a diskriminace konkrétních skupin účastníků silničního provozu |
| PRÁVNÍ ŘÁD ČESKÉ REPUBLIKY – význam a funkce právního řádu, orgány právní ochrany občanů, soustava soudů; právní norma, předpis, publikování právních předpisů        | <input type="checkbox"/> Zákon a vyhlášky, které upravují pohyb a chování osob v dopravním prostředí – pochopení a vysvětlení významu zákonů a předpisů<br><input type="checkbox"/> Důsledky nedodržování zákonů a předpisů<br><input type="checkbox"/> Trestní odpovědnost, postižitelnost<br><input type="checkbox"/> Systém řešení porušování předpisů<br><input type="checkbox"/> Návrhy vlastních zákonů<br><input type="checkbox"/> Právní aspekty pohybu jednotlivých účastníků provozu                                                                                                                                                                                                      |
| PROTIPRÁVNÍ JEDNÁNÍ – druhy a postihy protiprávního jednání, trestní postižitelnost; porušování předpisů v silničním provozu, porušování práv k duševnímu vlastnictví | <input type="checkbox"/> Důsledky porušování předpisů – typy trestů a postihů<br><input type="checkbox"/> Způsob zjišťování protiprávního jednání<br><input type="checkbox"/> Způsob dokazování viníka nehody<br><input type="checkbox"/> Náhledy žáků na protiprávní jednání<br><input type="checkbox"/> Návrhy na efektivní způsob odhalování a eliminování protiprávního jednání                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| PRÁVO V KAŽDODENNÍM ŽIVOTĚ – význam právních vztahů; důležité právní vztahy a závazky z nich vyplývající; styk s úřady                                                | <input type="checkbox"/> Monitorování chování – správné, rizikové, život ohrožující, nebezpečné pro okolí<br><input type="checkbox"/> Chování jednotlivých skupin v provozu, konflikty mezi motorizovanými a nemotorizovanými účastníky                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

## 11.6 Mezinárodní vztahy, globální svět

### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

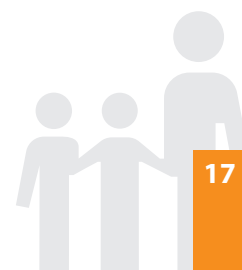
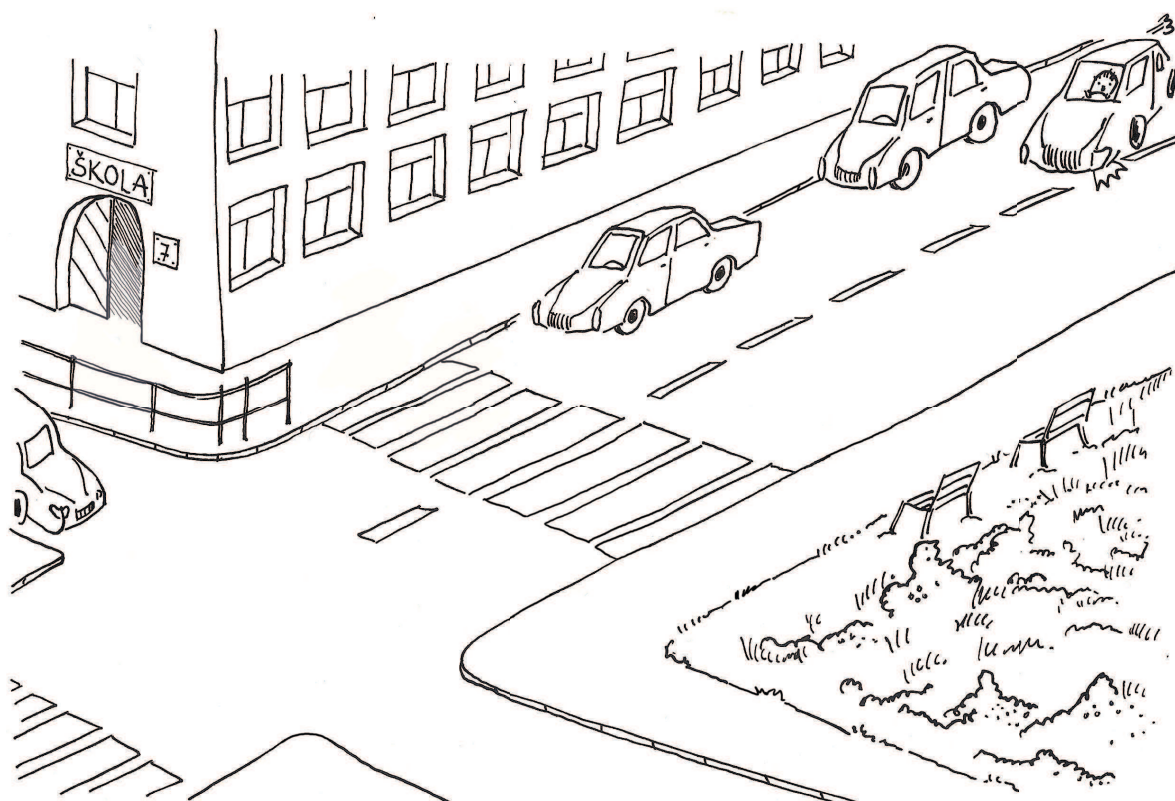
Žák:

- „popíše vliv začlenění ČR do EU na každodenní život občanů, uvede příklady práv občanů ČR v rámci EU i možných způsobů jejich uplatňování“  
DV – popíše vliv EU na dopravní předpisy v ČR, uvede rozdíly v dopravních předpisech v ČR a některých dalších státech EU (alkohol, rychlost, denní svícení, úprava rychlosti vozidla při průjezdu křižovatkou atd.),
- „uvede některé významné mezinárodní organizace a společenství, k nimž má vztah ČR, posoudí jejich význam ve světovém dění a popíše výhody spolupráce mezi státy“  
DV – uvede významné organizace zabývající se prevencí úrazů, dopravních nehod a obětí dopravních nehod; zná významné dokumenty a projekty, které jsou zaměřené na snížení počtu vážných následků na zdraví a životě v dopravě,
- „uvede příklady některých projevů globalizace, porovná jejich klady a zápory“  
DV – uvede příklady, jak globalizace ovlivňuje dopravu,
- „uvede některé globální problémy současnosti, vyjádří na ně svůj osobní názor a popíše jejich hlavní příčiny i možné důsledky pro život lidstva“  
DV – uvede, jak doprava osob a zboží v globalizovaném světě ovlivňuje lidský život a životní prostředí,
- „objasní souvislosti globálních a lokálních problémů, uvede příklady možných projevů a způsobů řešení globálních problémů na lokální úrovni - v obci, regionu“  
DV – uvede příklady, jakým způsobem zvýšená dopravní zátěž ovlivňuje jeho život a jeho okolí,
- „uvede příklady mezinárodního terorismu a zaujme vlastní postoj ke způsobům jeho potírání“  
DV – uvede příklady, kdy se terorismus zaměřil na hromadné dopravní prostředky, a jak tato situace může ovlivnit životy zúčastněných, pozůstalých i společnosti.



## Mezinárodní vztahy, globální svět

| Učivo                                                                                                                                                         | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| EVROPSKÁ INTEGRACE – podstata, význam, výhody;<br>Evropská unie a ČR                                                                                          | <input type="checkbox"/> Shengenská dohoda – význam pro dopravu, výhody/nevýhody                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| MEZINÁRODNÍ SPOLUPRÁCE – ekonomická, politická<br>a bezpečnostní spolupráce mezi státy, její výhody; vý-<br>znamné mezinárodní organizace (RE, NATO, OSN aj.) | <input type="checkbox"/> Dopravní přestupky v zahraničí – přeshraniční vymáhání pokut<br><input type="checkbox"/> Respektování legislativy v zahraničí<br><input type="checkbox"/> Respektování státních svátků pro kamionovou dopravu<br><input type="checkbox"/> Mezinárodní vládní a nevládní organizace působící v oblasti<br>bezpečnosti provozu na PK (OSN, WHO, Evropská komise, Evropský<br>parlament)<br><input type="checkbox"/> Významné dokumenty a projekty – Vize nula – Švédsko (Vision<br>Zero), Evropská charta bezpečnosti silničního provozu, Evropský<br>týden mobility, Den bez aut, Dekáda aktivit pro zvýšení bezpečnosti<br>OSN (Decade of Action – UN) |
| GLOBALIZACE – projevy, klady a zápory; významné<br>globální problémy, způsoby jejich řešení                                                                   | <input type="checkbox"/> Globalizace v silniční dopravě a její důsledky<br><input type="checkbox"/> Inspirace v chování řidičů a chodců v zahraničí<br><input type="checkbox"/> Inspirace v zahraniční legislativě<br><input type="checkbox"/> Řešení dopravních přestupků v zahraničí, tresty za přestupky, výše<br>pokut<br><input type="checkbox"/> Porovnávání piktogramů dopravních značek se stejným nebo<br>podobným významem<br><input type="checkbox"/> Problémy: hluk, hustota dopravy, emise, skleníkové plyny,<br>vyčerpitelné zdroje, dopravní katastrofy, vliv globálních změn<br>klimatu na dopravu                                                              |



## 12. ČLOVĚK A PŘÍRODA

### 12.1 Cílové zaměření DV ve vzdělávací oblasti

Vzdělávání v oblasti vede žáka k:

- ☐ získávání znalostí o fyzikálních a přírodních jevech, které mají vliv na vznik ne/bezpečí v dopravním prostředí,
- ☐ soustavnému, objektivnímu a spolehlivému pozorování fyzikálních a přírodních jevů v dopravním prostředí,
- ☐ vytváření a ověřování hypotéz vztahujících se k možnosti vzniku a předcházení rizika nehody,
- ☐ analyzování výsledků, získávání podkladů pro předvídání rizika,
- ☐ vyvozování závěrů pro ne/bezpečný pohyb v dopravním prostředí,
- ☐ probouzení zájmu o vědu, vědecké poznatky a o její aplikaci do běžného života,
- ☐ probuzení potřeby klást si otázky „Proč se to stalo? Co bylo příčinou? Jaké to může mít nebo jaké to mělo následky?“ (nepřijímat nehody jako neměnná fakta, ale zkoumat příčiny a následky),
- ☐ využívání získaných znalostí v praktickém životě,
- ☐ pochopení jevů a jejich vlivu na zdraví a život člověka,
- ☐ myšlení v souvislostech a pochopení vztahu mezi fyzikálními, přírodními a sociálními zákony,
- ☐ experimentování a pochopení významu dodržování pravidel bezpečnosti při experimentu,
- ☐ bezpečnému chování při kontaktu s objekty či jevy, které mohou ohrozit zdraví nebo život.

### 12.2 Fyzika

#### 12.2.1 Látky a tělesa

#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „*změří vhodně zvolenými měřidly některé důležité fyzikální veličiny charakterizující látky a tělesa*“  
DV – změřit fyzikální veličiny u kola, auta, kolečkových bruslí, šířku a délku přechodu, vzdálenost dopravního značení od přechodu,
- „*uveďte konkrétní příklady jevů dokazujících, že se částice látek neustále pohybují a vzájemně na sebe působí*“  
DV – uveďte příklady, kdy se při konání práce některé části dopravních prostředků zahřívají a vyvodí z toho rizika pro bezpečný pohyb v dopravním prostředí; vysvětlí příčinu zahřívání brzdových systémů dopravních prostředků (jízdních kol, motocyklů, automobilů) a z toho plynoucí negativní jevy, vysvětlí příčiny zahřívání pneumatik, přehřívání částí motoru vozidla,
- „*předpoví, jak se změní délka či objem tělesa při dané změně jeho teploty*“  
DV – uveďte vliv teploty na povrch komunikace, železničních a tramvajových kolejí, pneumatik; předpoví, zda se dané těleso v dopravním prostředí změnou teploty zvětší či zmenší a jaký má tento jev vliv na vznik rizika v dopravním prostředí,
- „*využívá s porozuměním vztah mezi hustotou, hmotností a objemem při řešení praktických problémů*“  
DV – vysvětlí principy délky brzdné dráhy vozidel a vliv různých faktorů na délku brzdné dráhy; vysvětlí vlastnosti kapalin (minimální stlačitelnosti) a jejich využití v ovládání brzdových systémů jízdních kol a vozidel;

#### Látky a tělesa

| Učivo                                                                              | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| MĚŘENÉ VELIČINY – délka, objem, hmotnost, teplota a její změna, čas                | <input type="checkbox"/> Měření vzdálenosti a rychlosti přibližujících se vozidel s pomocí stopek, metronomu, hodin<br><input type="checkbox"/> Měření šířky, délky, výšky vozidel a manipulační plochy cyklisty a motocyklisty, odvození bezpečné vzdálenosti k objíždění, zatáčení a k průjezdu mezi objekty a pod objekty<br><input type="checkbox"/> Odhad hmotnosti – vliv hmotnosti na brzdnou dráhu, na nebezpečnou krajnici, vliv hmotnosti na jízdu ze svahu<br><input type="checkbox"/> Odhad časových úseků |
| SKUPENSTVÍ LÁTEK – souvislost skupenství látek s jejich částicovou stavbou; difuze | <input type="checkbox"/> Difuze látek v dopravním prostředí, rizika pro životní prostředí, pro zdraví a život člověka – havárie, znečištění ovzduší, půdy, vodních zdrojů                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |



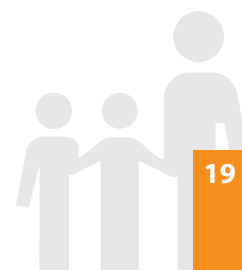
## 12.2.2 Pohyby těles – SÍLY

### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „rozhodne, jaký druh pohybu těleso koná vzhledem k jinému tělesu“  
DV – rozhodne, jaké druhy pohybu může konat auto, kolo, chodec nebo cyklista a jaká přináší rizika,
- „využívá s porozuměním při řešení problémů a úloh vztah mezi rychlostí, dráhou a časem u rovnoměrného pohybu těles“  
DV – při plánování tras bere v úvahu vztah mezi rychlostí, dráhou a časem; využívá znalosti vztahů mezi rychlostí, dráhou a časem pro bezpečný pohyb v dopravním prostředí a pro předvídání jevů představujících riziko,
- „změří velikost působící síly“  
DV – změří velikost působící síly při tlačení vozidla, vozíku, kola a vyhodnotí riziko při tlačení na nakloněné rovině, na kluzném povrchu,
- „určí v konkrétní jednoduché situaci druhy sil působících na těleso, jejich velikosti, směry a výslednici“  
DV – určí, které síly působí na dopravní prostředky, cyklisty a chodce v různých situacích,
- „využívá Newtonovy zákony pro objasňování či předvídání změn pohybu těles při působení stálé výsledné síly v jednoduchých situacích“  
DV – podle Newtonových zákonů předvídá chování dopravních prostředků v různých situacích a vyvozuje rizika pro ne/ bezpečný pohyb v dopravním prostředí,
- „aplikuje poznatky o otáčivých účincích síly při řešení praktických problémů“  
DV – při péči o dopravní prostředky aplikuje poznatky o otáčivých účincích síly.

| Látky a tělesa                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                        | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| POHYBY TĚLES – pohyb rovnoměrný a nerovnoměrný; pohyb přímočarý a křivočarý                  | <input type="checkbox"/> Analýza jízdy auta nebo kola – jaké druhy pohybů koná                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| GRAVITAČNÍ POLE A GRAVITAČNÍ SÍLA – přímá úměrnost mezi gravitační silou a hmotností tělesa  | <input type="checkbox"/> Pády – přirovnání intenzity nárazu do pevné překážky k intenzitě nárazu při pádu<br><input type="checkbox"/> Případy působení gravitační síly při nehodě                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| TLAKOVÁ SÍLA A TLAK – vztah mezi tlakovou silou, tlakem a obsahem plochy, na niž síla působí | <input type="checkbox"/> Tlak v pneumatikách, důležitost správného tlaku, měření<br><input type="checkbox"/> Přetížené nákladáky – zátěž pro povrch silnice a důvod vzniku nerovností, tzv. „kolejí“                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| TŘECÍ SÍLA – smykové tření, ovlivňování velikosti třecí síly v praxi                         | <input type="checkbox"/> Faktory ovlivňující velikost třecí síly<br><input type="checkbox"/> Vliv na brzdnou dráhu vozidla, kola, in-line bruslí<br><input type="checkbox"/> Smykové tření – rovnoměrný přímočarý pohyb v dopravě a rovnoměrný zrychlený pohyb, vznik smykového tření a jeho vliv na pohyb vozidel (normálová síla, třecí síla na nakloněné rovině, působení tíhové síly)<br><input type="checkbox"/> Porovnávání a vysvětlení rozdílů ve významu výrazů „smykové tření“ a „smyk vozidla“ – vznik smyku a předcházení smyku dopravního prostředku (vliv druhu povrchu, směru jízdy, sklonu zatáčky, rychlosti)<br><input type="checkbox"/> Vliv třecí síly na opotřebování pneumatik<br><input type="checkbox"/> Roztlačení auta – nebezpečí při roztlačování auta ve svahu na kluzném (zledovatělém) povrchu |
| VÝSLEDNICE DVOU SIL STEJNÝCH A OPAČNÝCH SMĚRŮ                                                | <input type="checkbox"/> Působení dvou sil stejných a opačných při autonehodě (náraz zezadu, čelní náraz, boční střet vozidla, rozdíly v rychlosti a ve váze vozidel)<br><input type="checkbox"/> Výsledky střetu různých dopravních prostředků – osobní auto / osobní auto, osobní auto / TIR, osobní auto / cyklista, osobní auto / chodec, TIR/chodec, autobus/chodec, tramvaj/cyklista atd.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |



NEWTONOVY ZÁKONY – první, druhý (kvalitativně), třetí

- ☐ 1. NZ
- ☐ Setrvačnost těles v klidu – pohyb osob a těles ve vozidle při uvedení vozidla z klidové polohy do pohybu (cuknutí a pád proti směru jízdy, stranou, riziko pádu osob v autobuse)
- ☐ Setrvačnost těles v pohybu – pohyb osob ve směru jízdy při náhlém brzdění, při náhlé změně směru vozidla, při náhlé změně rychlosti vozidla (důležité je připoutání osob i připevnění předmětů, opora zad a hlavy – děti nesmí sedět ve volném prostoru vozidla, ale musí být opřené o sedadlo, protože při nárazu vozidla zezadu dítě narazí na sedadlo za sebou a při nárazu zepředu dítě pokračuje ve směru jízdy a narazí na sedadlo před sebou – obě varianty mohou mít smrtelné následky)
- ☐ 2. NZ
- ☐ Síly udělující zrychlení – tažení vozidla, roztlačení vozidla, rozdíl ve zrychlení vozidla s odlišným výkonem motoru (riziko při rychlém startu), rozdíl při rozjezdu u různě naloženého a zatíženého vozidla
- ☐ 3. NZ
- ☐ Akce a reakce – deformace pneumatik při působení velké tíhové síly
- ☐ Zavazadla a jiné předměty na střeše vozidla, případně na vozíku za vozidlem (rychlost jízdy, riziko pádu předmětů atp.)

ROVNOVÁHA NA PÁCE A PEVNÉ Kladce

- ☐ Jízda s nákladem – vyvážení vozidla, vleku, kola (nevozit nákup na řídkách apod.)
- ☐ Páka – princip zvedání vozidla prostřednictvím dvojzvrtné páky (bezpečnostní pravidla při zvedání, nerovnováha, převážení)

### 12.2.3 Mechanické vlastnosti tekutin

Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „využívá poznatky o zákonitostech tlaku v klidných tekutinách pro řešení konkrétních praktických problémů“
  - „předpoví z analýzy sil působících na těleso v klidné tekutině chování tělesa v ní“
- DV – předpoví na základě znalostí sil působících na vozidlo ve vodě možnosti opuštění zaplaveného vozidla.

| Mechanické vlastnosti tekutin                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                                                                                                    | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| PASCALŮV ZÁKON – hydraulická zařízení                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/> Hydraulický hever, hydraulické brzdy, otevírání dveří                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| HYDROSTATICKÝ A ATMOSFÉRICKÝ TLAK – souvislost mezi hydrostatickým tlakem, hloubkou a hustotou kapaliny; souvislost atmosférického tlaku s některými procesy v atmosféře | <input type="checkbox"/> Cisterna a přelévání tekutin v zatáčce a při prudkém zrychlení nebo zabrzdění (riziko převrácení, členění vnitřního prostoru na menší oddíly)<br><input type="checkbox"/> Princip spojených nádob při záplavách a povodních<br><input type="checkbox"/> Plavební komory – splavení nebezpečných jezů                                                                                                                                                                                                                                                           |
| ARCHIMÉDŮV ZÁKON – vztahová síla; potápění, vznášení se a plavání těles v klidných tekutinách                                                                            | <input type="checkbox"/> Působení vztahové síly na ponořené vozidlo (nelze otevřít dveře)<br><input type="checkbox"/> Porovnání hustoty kapalin a hustoty těles – v jaké situaci těleso plave, klesá ke dnu, vznáší se (likvidace ekologických havárií po dopravních nehodách)<br><input type="checkbox"/> Vyvážení plavidla – stabilita/labilita plavidla (faktory ovlivňující stabilitu plavidla – vztahová síla, těžiště plavidla, osa plavání)<br><input type="checkbox"/> Nebezpečí při průjezdu tekoucí vodou při povodni (stržení jízdního kola nebo vozidla proudem vody apod.) |



#### 12.2.4 Energie

##### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „určí v jednoduchých případech práci vykonanou silou a z ní určí změnu energie tělesa“  
DV – určí práci vykonanou cyklistou a určí změnu energie; vysvětlí princip a význam osvětlení na kole (přeměna kinetické energie na energii elektrickou),
- „využívá s porozuměním vztah mezi výkonem, vykonanou prací a časem“  
DV – u dopravních prostředků vysvětlí vztah mezi výkonem, vykonanou prací a časem,
- „využívá poznatky o vzájemných přeměnách různých forem energie a jejich přenosu při řešení konkrétních problémů a úloh“  
DV – vysvětlí přeměnu energie při brzdění (kvalita materiálu obložení brzdových destiček u auta, obložení brzd u kola – proč je materiál na brzděném systému tepelně více odolný, proč musíme častěji provádět kontrolu brzděného systému),
- „určí v jednoduchých případech teplo přijaté či odevzdané tělesem“  
DV – zhodnotí význam teploty povrchu silnice a pneumatik,
- „zhodnotí výhody a nevýhody využívání různých energetických zdrojů z hlediska vlivu na životní prostředí“  
DV – porovnává vliv dopravních prostředků na alternativní pohon, spalovací a hybridní motory na životní prostředí.

| Energie                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                                                                                                                                                                      | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| FORMY ENERGIE – pohybová a polohová energie; vnitřní energie; elektrická energie a výkon; výroba a přenos elektrické energie; jaderná energie, štěpná reakce, jaderný reaktor, jaderná elektrárna; ochrana lidí před radioaktivním zářením | <input type="checkbox"/> Kinetická energie – přímo úměrná hmotnosti vozidla a kvadrátu velikosti rychlosti<br><input type="checkbox"/> Tepelná energie – pohyb částic, zahřívání motoru, zahřívání pneumatik<br><input type="checkbox"/> Elektromotory – využití v dopravě, zdroje energie pro elektromotory<br><input type="checkbox"/> Výhodné zdroje energie pro využití v dopravě |
| PŘEMĚNY SKUPENSTVÍ – tání a tuhnutí, skupenské teplo tání; vypařování a kapalnění; hlavní faktory ovlivňující vypařování a teplotu varu kapaliny                                                                                           | <input type="checkbox"/> Vliv přeměny skupenství na bezpečí v dopravě – ledovka, sníh, voda, mlha, měkký asfalt                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| OBNOVITELNÉ A NEOBNOVITELNÉ ZDROJE ENERGIE                                                                                                                                                                                                 | <input type="checkbox"/> Alternativní pohony vozidel – výhody a nevýhody, servisní služby, zdroje energie (plyny, biopaliva)                                                                                                                                                                                                                                                          |

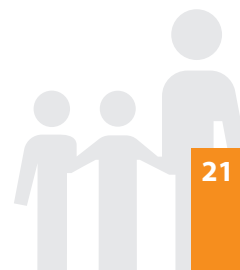
#### 12.2.5 Zvukové děje

##### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „rozpozná ve svém okolí zdroje zvuku a kvalitativně analyzuje příhodnost daného prostředí pro šíření zvuku“  
DV – rozeznává zvuky, které mohou souviset s ohrožením života v dopravním prostředí,
- „posoudí možnosti zmenšování vlivu nadměrného hluku na životní prostředí“  
DV – posoudí, jak hluk z dopravy působí na prostředí, rostliny, živočichy i člověka.

| Zvukové děje                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                                                                                                                        | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| VLASTNOSTI ZVUKU – látkové prostředí jako podmínka vzniku šíření zvuku, rychlost šíření zvuku v různých prostředích; odraz zvuku na překážce, ozvěna; pohlcování zvuku; výška zvukového tónu | <input type="checkbox"/> Odraz a ohyb vlnění – odraz a zeslabení přicházejícího zvuku sanitky, hasičů (vozů s předností v jízdě) v zástavbě; schopnost rozlišit odkud zvuk přichází<br><input type="checkbox"/> Hlasitost hudby ve vozidlech – vliv na vnímání zvuku vně vozidla<br><input type="checkbox"/> Šíření zvuku a zvukové bariéry u rychlostních komunikací |



## 12.2.6 Elektromagnetické a světelné děje

### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „sestaví správně podle schématu elektrický obvod a analyzuje správně schéma reálného obvodu“  
DV – sestaví schéma pro osvětlení kola, koloběžky,
- „rozlíší stejnosměrný proud od střídavého a změří elektrický proud a napětí“  
DV – zná využití střídavého a stejnosměrného proudu v dopravě (dynamo, alternátor, železniční tratě, kontrolky v automobilech, osvětlené přechody, blinkačky apod.),
- „rozlíší vodič, izolant a polovodič na základě analýzy jejich vlastností“  
DV – zná materiály, které ne/vedou elektrický proud a ví, jaké hasicí prostředky používat v případě požáru,
- „využívá Ohmův zákon pro část obvodu při řešení praktických problémů“  
DV – využívá Ohmův zákon pro výrobu dopravně-výchovné pomůcky pro mladší žáky nebo děti v mateřské škole,
- „využívá prakticky poznatky o působení magnetického pole na magnet a cívku s proudem a o vlivu změny magnetického pole v okolí cívky na vznik indukovaného napětí v ní“  
DV – využívá znalost působení magnetického pole a umí se orientovat podle kompasu a buzoly; zná princip a využití dynamu na kole, opětovná přeměna energie při deceleraci vozidel
- „zapojí správně polovodičovou diodu“  
DV – vytvoří schéma pro funkční svítící blinkačku pro pohyb v dopravním prostředí (kolo, in-line brusle apod.), správně zapojí polovodičovou diodu použitelnou do blinkačky,
- „využívá zákona o přímočarém šíření světla ve stejnorodém optickém prostředí a zákona odrazu světla při řešení problémů a úloh“  
DV – zná využití odrazu světla (odrazky, retroreflexní materiály a jejich využití pro bezpečnost); zná princip mrtvého úhlu a uvědomuje si rizika nehody, zná princip zpětného zrcátka
- „rozhodne ze znalosti rychlosti světla ve dvou různých prostředích, zda se světlo bude lámat ke kolmici či od kolmice, a využije této skutečnosti při analýze průchodu světla čočkami“  
DV – zná princip dopravního zrcadla na silnicích (v nepřehledných úsecích, v zatáčce a v křižovatce); využívá znalosti odrazu světla při řešení nepřehledných situací a pomáhá si odrazem obrazů objektů a světla ve skle obchodních výloh, skleněných dveřích, oknech apod.

#### Elektromagnetické a světelné děje

| Učivo                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ELEKTRICKÝ OBVOD – zdroj napětí, spotřebič, spínač                                                                                                                                                                                                                                     | <input type="checkbox"/> Využití v dopravě – elektromotory, osvětlení kola, světelné dopravní značení, ventilátory topení a klimatizace, elektronické prvky aktivní a pasivní bezpečnosti vozidel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| ELEKTRICKÉ A MAGNETICKÉ POLE – elektrická a magnetická síla; elektrický náboj; tepelné účinky elektrického proudu; elektrický odpor; stejnosměrný elektromotor; transformátor; bezpečné chování při práci s elektrickými přístroji a zařízeními                                        | <input type="checkbox"/> Dodržování bezpečnostních zásad při práci s elektřinou – správný postup při kontaktu s elektřinou v dopravním prostředí (odkryté elektrické vedení, např. u pouličního osvětlení apod.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| VLASTNOSTI SVĚTLA – zdroje světla; rychlost světla ve vakuu a v různých prostředích; stín, zatmění Slunce a Měsíce; zobrazení odrazem na rovinném, dutém a vypuklém zrcadle (kvalitativně); zobrazení lomem tenkou spojkou a rozptylkou (kvalitativně); rozklad bílého světla hranolem | <input type="checkbox"/> Vlastnosti a význam světla v dopravě – vliv nečistot na skle na bezpečný výhled z auta (lom světla), reflektoru (kvalita osvětlení)<br><input type="checkbox"/> Lepší viditelnost objektů – celoroční svícení vozidel, osvětlené přechody, svítící dopravní značení<br><input type="checkbox"/> Oslnění<br><input type="checkbox"/> Retroreflexní materiál – principy a funkce, odraz světla<br><input type="checkbox"/> Světelné klamy<br><input type="checkbox"/> Zpětné zrcátko – rozhledové podmínky, mrtvý úhel |



### 12.2.6 Vesmír

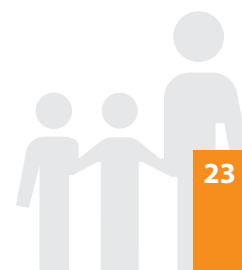
#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „objasní (kvalitativně) pomocí poznatků o gravitačních silách pohyb planet kolem Slunce a měsíců planet kolem planet“
- „odliší hvězdu od planety na základě jejich vlastností“

DV – na příkladech zkoumání vesmíru si uvědomuje význam vědy a výzkumu při objasňování jevů působících na člověka.

| Vesmír                                               |                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                | Náměty                                                                                                                                                       |
| SLUNEČNÍ SOUSTAVA – její hlavní složky; měsíční fáze | <input type="checkbox"/> Orientace v prostoru podle Slunce a hvězdné oblohy<br><input type="checkbox"/> Vliv sluneční aktivity na funkci některých přístrojů |
| HVĚZDY – jejich složení                              | <input type="checkbox"/> Využívání vesmírného prostoru - umělé hvězdy a oběžnice a jejich využití v dopravě (GPS, letecká doprava, mobilní sítě apod.)       |



## 13. ČLOVĚK A ZDRAVÍ

### 13.1 Cílové zaměření DV ve vzdělávací oblasti

Vzdělávání v oblasti vede žáka k:

- ☐ poznání a pochopení významu fyzického a psychického stavu člověka pro bezpečný pohyb v dopravním prostředí (pro bezpečný pohyb v dopravním prostředí je důležitý co nejlepší fyzický i psychický zdravotní stav člověka a vhodné vykompenzování případného hendikepu),
- ☐ pochopení významu správné životosprávy na správný fyzický a psychický stav člověka (propojení s biologii člověka – vliv pohybu na stavbu pohybového aparátu, oběhový systém, metabolismus),
- ☐ pochopení, že zdravou životosprávou a zdravým pohybem lze předcházet riziku vzniku dopravního úrazu,
- ☐ správnému rozvržení denního a pitného režimu,
- ☐ vytvoření zdravých stravovacích návyků,
- ☐ rozvržení pohybového režimu a vytvoření vhodného tréninkového plánu,
- ☐ rozvíjení správných návyků pro kompenzaci různých hendikepů,
- ☐ pochopení negativního vlivu návykových látek na vznik rizika nehody při pohybu v dopravním prostředí,
- ☐ poznání hlavních stresorů<sup>1</sup>, které mohou mít vliv na vznik rizikového chování v dopravním prostředí,
- ☐ správnému postoji k významným stresorům ovlivňujícím chování a neakceschopnost v dopravním prostředí (např.: šikana, týrání, sexuální zneužívání, hluk, neschopnost asertivního jednání, školní a mimoškolní přetížení organismu, osobní mentalita, negativní zážitky – i brutální a násilné scény v médiích, odmítnutí přátel atd.),
- ☐ odmítání násilí v médiích jako zdroje „vzorového“ chování dalších účastníků v dopravním provozu (vazba na etickou, mediální, osobnostní a sociální výchovu),
- ☐ poznání psychických změn v dospívání a možného vlivu na chování v dopravním prostředí,
- ☐ vnímání různých potřeb, psychických i fyzických problémů spojených s věkem a vývojem v různých věkových skupinách a k rozvíjení empatie a prosociálního chování,
- ☐ nácviku správného postupu chování v krizové situaci při pohybu v dopravním prostředí,
- ☐ zodpovědnému chování v situacích ohrožujících zdraví a bezpečí.

### 13.2 Výchova ke zdraví

#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

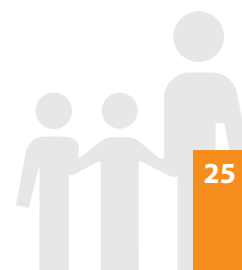
Žák:

- „*respektuje přijatá pravidla soužití mezi vrstevníky a partnery; pozitivní komunikací a kooperací přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů v širším společenství (v rodině, komunitě)*“  
DV – respektuje pravidla prostředí, ve kterém se nachází a ve kterém se pohybuje; vnímá a respektuje potřeby účastníků silničního provozu; rozvíjí pozitivní mezilidské vztahy v dopravním prostředí; s lidmi komunikuje s respektem k jejich individualitě,
- „*vysvětlí role členů komunity (rodiny, třídy, spolku) a uvede příklady pozitivního a negativního vlivu na kvalitu sociálního klimatu (vrstevnická komunita, rodinné prostředí) z hlediska prospěšnosti zdraví*“  
DV – vysvětlí role účastníků dopravního prostředí a jejich vliv na pozitivní a negativní klima; vysvětlí vliv negativního klimatu na vznik rizikové situace; vysvětlí vliv pozitivního postoje při řešení konfliktní situace a vliv postoje na vytvoření pozitivního klimatu z hlediska prevence úrazů,
- „*vysvětlí na příkladech přímé souvislosti mezi tělesným, duševním a sociálním zdravím; vysvětlí vztah mezi uspokojováním základních lidských potřeb a hodnotou zdraví*“  
DV – vysvětlí na příkladech vliv psychiky na plnění běžných denních činností a posoudí vliv na chování v dopravním prostředí; vysvětlí souvislosti mezi tělesným, duševním a sociálním zdravím a rizikem vzniku nehody; vysvětlí principy Maslowovy pyramidy potřeb a kriticky je posoudí a srovná s vlastním, rodinným, komunitním a společenským žebříčkem hodnot,
- „*posoudí různé způsoby chování lidí z hlediska odpovědnosti za vlastní zdraví i zdraví druhých a vyvozuje z nich osobní odpovědnost ve prospěch aktivní podpory zdraví*“  
DV – posoudí vliv různých druhů chování na zdraví vlastní i ostatních; posoudí chování lidí v dopravním prostředí z hlediska odpovědnosti za vlastní zdraví a vliv rizikového chování na zdraví dalších účastníků silničního provozu,

<sup>1</sup>Stresor – jedná se o podnět, který zatěžuje psychiku člověka. Stresory mohou být společenské, fyzikální, chemické, chronické apod. (např. léky, šikana, hluk, nezvládnutí učiva, akutní nebo chronické onemocnění, ...).



- „*usiluje v rámci svých možností a zkušeností o aktivní podporu zdraví*“  
DV – při běžných denních činnostech aktivně podporuje své zdraví a je si vědom, že aktivní podpora zdraví má vliv na bezpečnější pohyb v dopravním prostředí,
- „*vyjádří vlastní názor k problematice zdraví a diskutuje o něm v kruhu vrstevníků, rodiny i v nejbližším okolí*“  
DV – vyjadřuje své názory na vliv pohybu na zdraví, bezpečnost a objasní význam aktivit pro bezpečnost v silničním provozu; vysvětlí vliv pohybových aktivit na ochranu zdraví a života,
- „*dává do souvislosti složení stravy a způsob stravování s rozvojem civilizačních nemocí a v rámci svých možností uplatňuje zdravé stravovací návyky*“  
DV – vysvětlí význam zdravých stravovacích návyků pro bezpečný pohyb v dopravním prostředí; vysvětlí význam složení stravy pro řidiče a vliv stravy na výkon řidiče, cyklisty apod.; vyhodnotí, které tekutiny jsou vhodné a nevhodné pro účastníky provozu a posoudí vliv omamných a návykových látek na bezpečnost v dopravním prostředí, chápe vliv civilizačních chorob na zvýšení rizika nehody
- „*uplatňuje osvojené preventivní způsoby rozhodování, chování a jednání v souvislosti s běžnými, přenosnými, civilizačními a jinými chorobami; svěří se zdravotním problémem a v případě potřeby vyhledá odbornou pomoc*“  
DV – uvědomuje si význam dobrého zdravotního stavu při pohybu v dopravě a vliv chorob na bezpečné chování v dopravním prostředí; při cestování dodržuje bezpečnostní zásady tak, aby neohrozil ostatní cestující, aby předešel případné nákaze; uvědomuje si význam znalosti údajů o linkách první pomoci a před cestováním si zajišťuje informace o zdravotnických pracovištích,
- „*projevuje odpovědný vztah k sobě samému, k vlastnímu dospívání a pravidlům zdravého životního stylu; dobrovolně se podílí na programech podpory zdraví v rámci školy a obce*“  
DV – chová se tak, aby sebe ani ostatní osoby nevystavil nebezpečí; uvědomuje si rizika nezdravého životního stylu a jeho vliv v období dospívání na zdravotní stav v pozdějším věku; vysvětlí vliv návykových látek na vysoké riziko vzniku nehody, ohrožení svého zdraví a života i dalších účastníků silničního provozu,
- „*samostatně využívá osvojené kompenzační a relaxační techniky a sociální dovednosti k regeneraci organismu, překonávání únavy a předcházení stresovým situacím*“  
DV – aktivně předchází únavě a stresu díky získaným a osvojeným technikám a dovednostem; uvědomuje si riziko vzniku nebezpečné situace pod vlivem únavy a vyčerpání,
- „*optimálně reaguje na fyziologické změny v období dospívání a kultivovaně se chová k opačnému pohlaví*“  
DV – vnímá a respektuje specifika opačného pohlaví ve vztahu k chování se v dopravním prostředí,
- „*dává do souvislosti zdravotní a psychosociální rizika spojená se zneužíváním návykových látek a životní perspektivu mladého člověka; uplatňuje osvojené sociální dovednosti a modely chování při kontaktu se sociálně patologickými jevy ve škole i mimo ni; v případě potřeby vyhledá odbornou pomoc sobě nebo druhým*“  
DV – uvědomuje si vliv návykových látek a drog na pohyb v dopravním prostředí; uvědomuje si a vysvětlí rizika při pohybu osob pod vlivem návykových látek v dopravním prostředí; vyhodnotí rizika chování se sociálně patologickým jednáním, vysvětlí nebezpečnost takových jevů v dopravním prostředí,
- „*vyhodnotí na základě svých znalostí a zkušeností možný manipulativní vliv vrstevníků, médií, sekt; uplatňuje osvojené dovednosti komunikační obrany proti manipulaci a agresi*“  
DV – ovládá a uplatňuje asertivní jednání; pozná nátlak skupiny či jednotlivců na rizikové chování v dopravním prostředí, kriticky hodnotí manipulativní vlivy médií
- „*projevuje odpovědné chování v situacích ohrožení zdraví, osobního bezpečí, při mimořádných událostech; v případě potřeby poskytne adekvátní první pomoc*“  
DV – dokáže poskytnout první pomoc a přivolat odbornou pomoc při nebezpečných a mimořádných situacích.



## Vztah mezi lidmi a formy soužití

| Učivo                                                                                             | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| VZTAHY VE DVOJICI – kamarádství, přátelství, láska, partnerské vztahy, manželství a rodičovství   | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení vnímání druhých, pochopení rozdílů ve vnímání druhých – na každého člověka se různí lidé dívají dle různých kritérií (tzv. z různého úhlu pohledu). I když mě vidí rodiče jako temperamentní, neukázněné dítě, řidič mě může vnímat jako klidného a bezproblémového chodce. Stejně to platí i naopak – já vnímám ostatní účastníky provozu odlišně, než jak ho vnímají ostatní nebo jak se vnímají oni sami.</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení prosociálních postojů, pomoc kamaráda a pomoc kamarádovi</li> <li><input type="checkbox"/> Odsuzování šikany a nátlakového jednání – kamarád, přítel nebo partner nenavádí k rizikovému chování</li> <li><input type="checkbox"/> Odpovědnost rodiče – řidiče za bezpečnost dětí (cestování dopravními prostředky, jízda autem – zádržné systémy, stanovení pravidel při cestě autem, vhodné a nevhodné hračky do auta, jídlo v autě, hlasitá hudba, sluchátka na uších řidiče, ...)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| VZTAHY A PRAVIDLA SOUŽITÍ V PROSTŘEDÍ KOMUNITY – rodina, škola, vrstevnická skupina, obec, spolek | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Úplná a neúplná rodina – příčiny, které vedou ke vzniku neúplné rodiny (vliv dopravní nehody a následků nehody na rodinné vztahy; ztráta blízké osoby – co ostatní cítí, jak je ztráta psychicky a fyzicky ovlivňuje; ekonomický dopad)</li> <li><input type="checkbox"/> Vliv rodinného prostředí na rozvoj osobnosti (rizikové chování rodičů – výchova příkladem)</li> <li><input type="checkbox"/> Riziko vzniku nehody při konfliktu řidič/spolujezdec</li> <li><input type="checkbox"/> Kultura mezilidských vztahů v dopravním prostředí – <ul style="list-style-type: none"> <li>– chodec/řidič,</li> <li>– řidič/řidič,</li> <li>– chodec / chodec, spouštějící v MHD,</li> <li>– chodec/cyklista,</li> <li>– chodec/in-line bruslař,</li> <li>– senioři / děti / teenageři / bezdomovci,</li> <li>– střet různých sociálních a národnostních skupin, ...</li> <li>– (návaznost na očekávané výstupy Etické výchovy, Osobnostní a sociální výchovy, Multikulturní výchovy, Výchově k občanství a Výchově demokratického občana)</li> </ul> </li> <li><input type="checkbox"/> Využívání „konfliktních“ nebo „partnerských a spolupracujících“ dvojic pro další zpracování – témata pro výtvarné, literární a dramatické zpracování nebo pro návrhy dilemat pro Tematické listy pro Gestalt přístup</li> </ul> |

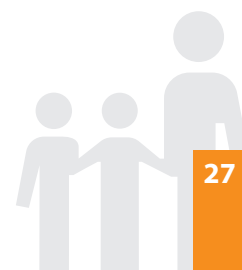
## Změny v životě člověka a jejich reflexe

| Učivo                                                                                                                                    | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DĚTSTVÍ, PUBERTA, DOSPÍVÁNÍ – tělesné, duševní a společenské změny                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Vývojové změny – vnímání rizik, vývoj reakčních schopností, odhad vzdálenosti, ohebnosti a fyzické zdatnosti</li> <li><input type="checkbox"/> Očekávané a nepředvídatelné reakce různých věkových skupin, možné nebezpečí pro řidiče</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení předvídání akce a reakce</li> <li><input type="checkbox"/> Priority různých věkových skupin</li> <li><input type="checkbox"/> Změny dané věkem a zkušenostmi ve vnímání nebezpečí</li> </ul>                                                                                                                                    |
| SEXUÁLNÍ DOSPÍVÁNÍ A REPRODUKČNÍ ZDRAVÍ – předčasná sexuální zkušenost; těhotenství a rodičovství mladistvých; poruchy pohlavní identity | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Zodpovědný přístup k životu – život jako nejvyšší hodnota</li> <li><input type="checkbox"/> Výchova „psychicky zralých“ rodičů vede ke kvalitnější výchově dítěte a k výchově zodpovědnějšího jedince – nezralý jedinec má většinou jiné priority při výchově dětí a nepřipraví dítě do života, dítě nezíská potřebné kompetence pro zodpovědný přístup k životu</li> <li><input type="checkbox"/> Psychicky, fyzicky i ekonomicky zralý rodič může lépe zajistit dítěti bezpečnější život („fyzicky zralý rodič“ není myšlen jako rodič bez zdravotního hendikepu, ale s dokončeným fyzickým vývojem)</li> </ul> |



| Zdravý způsob života a péče o zdraví                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| VÝŽIVA A ZDRAVÍ – zásady zdravého stravování, vliv životních podmínek a způsobu stravování na zdraví; poruchy příjmu potravy                                                                                                                                                                                                 | <input type="checkbox"/> Vliv výživy na zdravotní stav a následně na dobrý zdravotní stav pro řidiče, cyklisty, ...<br><input type="checkbox"/> Důležité dodržování pitného režimu – nedostatek tekutin vede k únavě, bolesti hlavy, nesoustředění a malátnosti<br><input type="checkbox"/> Vliv hladovění na zdravotní stav – únava, slabost, bolesti hlavy, deprese, nedostatek energie, ...<br><input type="checkbox"/> Vliv přejídání na práci řidiče za volantem – ospalost, zpomalené reakce, snížená pohyblivost |
| TĚLESNÁ A DUŠEVNÍ HYGIENA – zásady osobní, intimní a duševní hygieny, otužování, význam pohybu pro zdraví                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/> Režim dne, význam odpočinku před dlouhou jízdou, např. na dovolenou, pravidelné přestávky při dlouhých cestách<br><input type="checkbox"/> Vliv tělesné a duševní hygieny na zdraví, pozornost, vznik nehody nebo naopak snížení rizika vzniku nehody                                                                                                                                                                                                                                          |
| REŽIM DNE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <input type="checkbox"/> Stres a únava – vliv na ostatní účastníky provozu<br><input type="checkbox"/> Vliv denního režimu a životosprávy na pozornost a soustředěnost<br><input type="checkbox"/> Znalost vlastního biorytmu – vedení si záznamu, kdy jsem aktivní, kdy mám útlum a kdy je tedy nevhodné provádět aktivity v dopravním provozu, protože jsem nepozorný, unavený, nesoustředěný apod.                                                                                                                   |
| OCHRANA PŘED PŘENOSNÝMI I NEPŘENOSNÝMI CHOROBYMI, CHRONICKÝM ONEMOCNĚNÍM A ÚRAZY – bezpečné způsoby chování (nemoci přenosné pohlavním stykem, HIV/AIDS, hepatitidy); preventivní a lékařská péče; odpovědné chování v situacích úrazu a život ohrožujících stavů (úrazy v domácnosti, při sportu, na pracovišti, v dopravě) | <input type="checkbox"/> Odpovědné chování v situacích úrazu a život ohrožujících stavů – sestavení postupu, jak bych se zachoval; práce s příběhy z reálného života (např. medializovaných); analýza postupu účastníků, kdy se zachovali správně, kdy zbytečně riskovali, kdy byli lhostejní<br><input type="checkbox"/> První pomoc – jak posupovat; jaké používat ochranné pomůcky; jak pomoci, ale neohrozit sebe ani druhé; co je prioritní; jaké mám priority já – sestavení hierarchie preferencí a potřeb       |

| Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Učivo                                                                                                                                                                                                       | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| STRES A JEHO VZTAH KE ZDRAVÍ – kompenzační, relaxační a regenerační techniky k překonávání únavy, stresových reakcí a k posilování duševní odolnosti                                                        | <input type="checkbox"/> Jak překonat únavu při dlouhé cestě – cvičení, relaxace, autogenní trénink, cvičení na sebeuvědomování vlastních pocitů a emocí, svého kontaktu s okolím, svého vnímání okolí – jak se vztahuji k okolí a jak vnímám vztah okolí ke mně                                                                                                                                                                                                                              |
| CIVILIZAČNÍ CHOROBY – zdravotní rizika, preventivní a lékařská péče                                                                                                                                         | <input type="checkbox"/> Diabetes, infarkt, mozková příhoda také mohou způsobit dopravní nehodu – jak se zachovat v situaci náhlé příhody, při ataku záchvatu, kómatu, ...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| AUTO-DESTRUKTIVNÍ ZÁVISLOSTI – zdravotní a sociální rizika zneužívání návykových látek, patologického hráčství, práce s počítačem; návykové látky (bezpečnost v dopravě, trestná činnost, dopink ve sportu) | <input type="checkbox"/> Návykové látky a bezpečnost v dopravě (prodloužení reakční doby, přeceňování schopností, bezohlednost, agresivita) – alkohol, drogy, cigarety<br><input type="checkbox"/> Riziko vzniku dopravní nehody při provozování tzv. „adrenalinových“ aktivit v dopravním prostředí – nebezpečí ohrožení vlastního zdraví a života, ale i nebezpečí pro ostatní účastníky silničního provozu (přebíhání dálnice, jízda mezi vozy tramvají a metra, jízda v protisměru apod.) |
| SKRYTÉ FORMY A STUPNĚ INDIVIDUÁLNÍHO NÁSILÍ A ZNEUŽÍVÁNÍ, SEXUÁLNÍ KRIMINALITA – šikana a jiné projevy násilí; formy sexuálního zneužívání dětí; komunikace se službami odborné pomoci                      | <input type="checkbox"/> Agresivita na silnicích a prevence<br><input type="checkbox"/> Vliv šikany na psychiku jedince i kolektivu – vliv na chování a soustředění v dopravním prostředí<br><input type="checkbox"/> Projevy rizikových skupin osob s psychopatologickými rysy povahy – narcistický, antisociální, agresivní atd.                                                                                                                                                            |
| BEZPEČNÉ CHOVÁNÍ – komunikace s vrstevníky a neznámými lidmi, pohyb v rizikovém prostředí, přítomnost v konfliktních a krizových situacích                                                                  | <input type="checkbox"/> Předvídání rizika<br><input type="checkbox"/> Analýza různých rizik, předpovídání rizikových míst, návrh na snížení rizika (jak ovlivnit chování druhých, jak předejít vzniku rizikové situace, jak se zachovat v okamžiku vzniku rizikové situace)                                                                                                                                                                                                                  |



|                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DODRŽOVÁNÍ PRAVIDEL BEZPEČNOSTI A OCHRANY ZDRAVÍ – bezpečné prostředí ve škole, ochrana zdraví při různých činnostech, bezpečnost v dopravě, znalost pravidel silničního provozu | <input type="checkbox"/> Dodržování a znalost pravidel bezpečnosti v dopravě – vysvětlení rčení „neznalost neomlouvá“<br><input type="checkbox"/> Vyjmenování hodnot pro zdravý a hodnotný život se zařazením pravidel pro bezpečný pohyb v dopravním prostředí (soustředění, předvídání, zapojení smyslů, dodržování pravidel, ohleduplnost, empatie, ...)<br><input type="checkbox"/> Bezpečné chování při činnostech mimo školu – hry na neoploceném hřišti, před školou apod., cestování kolektivu či skupiny žáků dopravními prostředky (vhodné a nevhodné, bezpečné a nebezpečné chování), pěší přesuny skupiny – jaká hrozí nebezpečí, cyklistické, turistické výlety (pravidla pohybu skupiny) |
| MANIPULATIVNÍ REKLAMA A INFORMACE – reklamní vlivy, působení sekt                                                                                                                | <input type="checkbox"/> Vyvolávání pocitu bezpečných aut (v reklamních spotech a reklamních materiálech); nebezpečí pocitu bezpečí (mám bezpečné vozidlo, nemůže si mi nic stát)<br><input type="checkbox"/> Rozptylující billboardy a reklamy (fotografie odpoutávající pozornost, nevhodné barevné kombinace, zneužívání fluorescenčních barev na reklamu – fluorescenční barva má být používána na zvýraznění rizika v dopravě)<br><input type="checkbox"/> Reklama na alkohol<br><input type="checkbox"/> Rizika spojená s jídlem v autě – fast foody apod.                                                                                                                                       |
| OCHRANA ČLOVĚKA ZA MIMOŘÁDNÝCH UDÁLOSTÍ – živelní pohromy, terorismus                                                                                                            | <input type="checkbox"/> Organizace dopravy v období záplav, chování za mimořádných okolností<br><input type="checkbox"/> Rizika při náhlé změně klimatických podmínek - bouřka, průtrž mračen, náledí<br><input type="checkbox"/> Riziko vzniku nehody při neorganizovaných akcích – meetingy, slavnosti, sportovní zápasy, koncerty, demonstrace krajně orientovaných skupin                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

#### Hodnota a podpora zdraví

| Učivo                                                                                                                                         | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CELOSTNÍ POJETÍ ČLOVĚKA VE ZDRAVÍ A NEMOCI – složky zdraví a jejich interakce, základní lidské potřeby a jejich hierarchie (Maslowova teorie) | <input type="checkbox"/> Srovnání vlastního žebříčku hodnot s Maslowovou pyramidou potřeb                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| PODPORA ZDRAVÍ A JEJÍ FORMY – prevence a intervence, působení na změnu kvality prostředí a chování jedince, odpovědnost jedince za zdraví     | <input type="checkbox"/> Tvorba projektů typu kampaní – využití vhodné argumentace<br><input type="checkbox"/> Prevence úrazu, vliv následků úrazu na osobní život, uplatnění v životě, na zájmové činnosti, na život ostatních členů rodiny (čeho bych se nikdy nevzdal, co má pro mě největší cenu)<br><input type="checkbox"/> Psychika a dopravní nehoda – pomoc psychologů při následcích nehody a pomoc pozůstalým<br><input type="checkbox"/> Vyhledávání odborné pomoci při psychické zátěži pro sebe i kamarády – help linky, psychologické poradny, význam psychoterapie pro vytvoření a stabilizování psychické rovnováhy, význam psychické rovnováhy pro prevenci úrazu |
| PODPORA ZDRAVÍ V KOMUNITĚ – programy podpory zdraví                                                                                           | <input type="checkbox"/> Návrhy preventivních programů na ovlivnění vrstevníků<br><input type="checkbox"/> Projektové dny ve třídě, škole                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

#### Osobnostní a sociální rozvoj

| Učivo                                                                                                                                                                                            | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| SEBEPOZNÁNÍ A SEBEPOJETÍ – vztah k sobě samému, vztah k druhým lidem; zdravé a vyrovnané sebepojetí                                                                                              | <input type="checkbox"/> Respektování sebe sama i druhých<br><input type="checkbox"/> Cvičení na uvědomování si svých pocitů, emocí a potřeb<br><input type="checkbox"/> Respektování pocitů, emocí a potřeb ostatních                                                                                                                                                                                                                                               |
| SEBEREGULACE A SEBEORGANIZACE ČINNOSTÍ A CHOVÁNÍ – cvičení sebereflexe, sebekontroly, sebeovládání a zvládání problémových situací; stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení | <input type="checkbox"/> Sebeovládání a zvládání problémových situací (kontrola negativních emocí, jako možné příčiny vzniku rizikové situace – vztek, agresivita – co mohou v dopravním prostředí způsobit)<br><input type="checkbox"/> Stanovení osobních cílů a postupných kroků k jejich dosažení<br><input type="checkbox"/> Rozvíjení postřehu, pohotovosti, soustředění<br><input type="checkbox"/> Hodnocení vlastního pokroku (co se mi podařilo, co ne...) |

**PSYCHOHYGIENA V SOCIÁLNÍ DOVEDNOSTI PRO PŘEDCHÁZENÍ A ZVLÁDÁNÍ STRESU, HLEDÁNÍ POMOCI PŘI PROBLÉMECH**

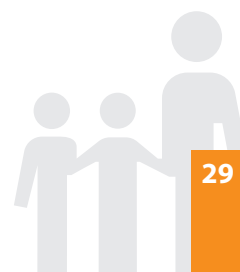
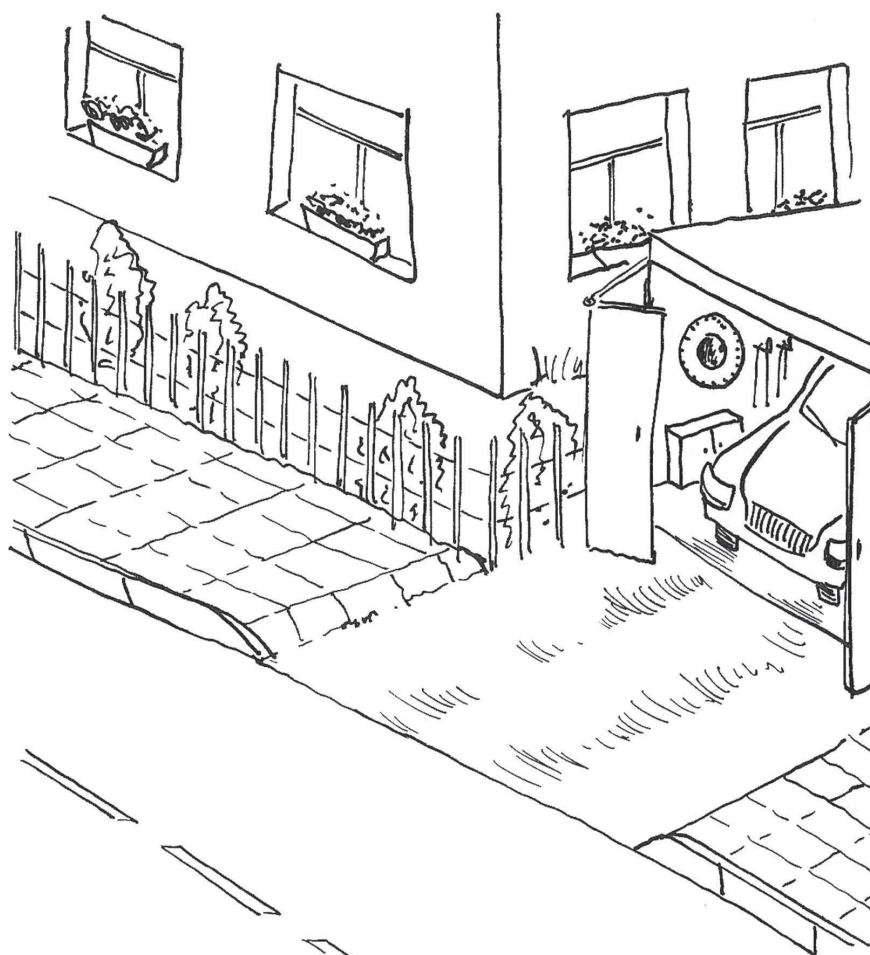
**MEZILIDSKÉ VZTAHY, KOMUNIKACE A KOOPERACE**  
– respektování sebe sama i druhých, přijímání názoru druhého, empatie; chování podporující dobré vztahy, aktivní naslouchání, dialog, efektivní a asertivní komunikace a kooperace v různých situacích

**MORÁLNÍ ROZVOJ** – cvičení zaujímání hodnotových postojů a rozhodovacích dovedností; dovednosti pro řešení problémů v mezilidských vztazích; pomáhající a prosociální chování

☐ Význam duševní hygieny pro zvládání stresu a zátěže – lépe pomůže člověk, který sám ovládá své emoce

- ☐ Dovednosti pro řešení problémů v mezilidských vztazích
- ☐ Znalost významu pomáhajícího a prosociálního chování
- ☐ Vysvětlení pojmu altruismus
- ☐ Skupinové diskuze v kruhu na téma mezilidské vztahy v dopravním prostředí, pomoc hendikepovaným skupinám
- ☐ Význam asertivní komunikace v dopravním prostředí – nepodléhat nátlaku skupiny, zvládání negativních emocí druhých
- ☐ Efektivní komunikace při organizování pomoci při nehodě nebo v situacích obecného ohrožení

☐ Procvičování asertivní komunikace – posílení dovednosti říci „ne“ skupině i sobě (psychologické hry, situační hry a hra v roli, Gestalt přístup, hry na sebeuvědomování, navrhování dilemat pro Tematické listy)





## 13.3 Tělesná výchova

### 13.3.1 Cílové zaměření DV ve vzdělávací oblasti

Vzdělávání v oblasti vede žáka k:

- ☐ uvědomění si významu fyzické aktivity,
- ☐ uvědomění si významu psychického i fyzického zdraví pro bezpečný pohyb v dopravním prostředí,
- ☐ uvědomění si významu dobré fyzické kondice pro bezpečný pohyb,
- ☐ rozvíjení koordinace, vytrvalosti, obratnosti, rovnováhy,
- ☐ rozvíjení koncentrace,
- ☐ rozvíjení smyslů při kolektivních aktivitách (např. sluch v hlučném prostředí, vizuální kontakt se spoluhráči, orientace v prostoru v kolektivu atd.),
- ☐ zvládnutí rychlé změny z klidového stavu do řízeného pohybu a naopak,
- ☐ zvládnutí překážek,
- ☐ nácviku taktiky a správnému rozvržení sil,
- ☐ respektování pravidel,
- ☐ rychlé analýze situace a adekvátní reakci na každou novou situaci,
- ☐ rozvíjení schopnosti rychle a efektivně řešit vzniklý problém v časovém a psychickém stresu,
- ☐ používání ochranných prvků,
- ☐ pochopení významu zásad bezpečného pohybu a chování při tělesných aktivitách, hrách, sportu (cyklistice, lyžování, bruslení, ...) a streetových sportech,
- ☐ dodržování bezpečnostních pravidel při různých aktivitách a k rozvíjení kázně dle daných pravidel,
- ☐ rozvíjení schopnosti jednat v souladu s pravidly fair play, slušného chování a přenášení těchto pravidel do běžného života nejen v dopravním prostředí,
- ☐ pochopení významu prevence,
- ☐ rozvíjení aktivity a aktivnímu přístupu k pohybu,
- ☐ rozvíjení pozitivního vztahu k pěšímu docházení do školy a k cyklistice,
- ☐ rozvíjení prosociálního jednání při pomoci a toleranci k méně obratným nebo fyzicky méně zdatným spolužákům,
- ☐ vnímání, pochopení a tolerování rozdílů mezi lidmi – výkonnost, reakční schopnost, fyzická a psychická zdatnost apod.

### 13.3.2 Činnosti ovlivňující zdraví

#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „aktivně vstupuje do organizace svého pohybového režimu, některé pohybové činnosti zařazuje pravidelně a s konkrétním účelem“  
DV – uvědomuje si význam fyzické zdatnosti a pohybové obratnosti pro bezpečný pohyb v dopravním prostředí,
- „usiluje o zlepšení své tělesné zdatnosti; z nabídky zvolí vhodný rozvojový program“  
DV – zvolí si zdravý způsob cestování do školy, vytvoří si plán mobility a tento plán dodržuje,
- „samostatně se připraví před pohybovou činností a ukončí ji ve shodě s hlavní činností – zatěžovanými svaly“  
DV – při pohybových aktivitách aktivně chrání svoje zdraví, předchází vzniku úrazů a přetížení; samostatně si připraví plán zvyšování kondice před pěším nebo cyklistickým výletem a plán relaxačních cviků,
- „odmítá drogy a jiné škodliviny jako neslučitelné se sportovní etikou a zdravím; upraví pohybovou aktivitu vzhledem k údajům o znečištění ovzduší“  
DV – zná negativní účinky návykových látek na psychickou i fyzickou stránku osobnosti; svou pohybovou aktivitu i způsob dopravy upravuje vzhledem k aktuálnímu zdravotnímu stavu, ke stavu ovzduší a počasí; zná význam používání ochranných prvků v dopravním prostředí a vhodné ochranné prvky přizpůsobuje počasí, roční a denní době,
- „uplatňuje vhodné a bezpečné chování i v méně známém prostředí sportovišť, přírody, silničního provozu; předvídá možná nebezpečí úrazu a přizpůsobí jim svou činnost“  
DV – dodržuje pravidla a bezpečnostní nařízení tak, aby předešel nebezpečí; uplatňuje své znalosti vzniku rizika dopravní nehody.

#### Činnosti ovlivňující zdraví



| Učivo                                                                                                                                                                                                   | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| VÝZNAM POHYBU PRO ZDRAVÍ – rekreační a výkonnostní sport, sport dívek a chlapců                                                                                                                         | <input type="checkbox"/> Bezpečnost při sportu – užívání ochranných prvků, péče o sportovní zařízení, péče o dopravní prostředky, správný odhad svých schopností a možností (in-line brusle, skateboard, přilba, rukavice, ochrana páteře, hůlky pro Nordic Walking, lyže a vázání, kolo, koloběžka apod.)<br><input type="checkbox"/> Motoristický sport (úrazy, nehody, speciální bezpečnostní opatření, tuning) |
| ZDRAVOTNĚ ORIENTOVANÁ ZDATNOST – rozvoj ZOZ, kondiční programy, manipulace se zatížením                                                                                                                 | <input type="checkbox"/> Zdravotní cviky jako prevence vadného držení těla, dysbalance svalů<br><input type="checkbox"/> Kondiční cvičení – posílení vytrvalosti a fyzické zdatnosti pro pohyb v dopravním prostředí; návrh tréninkového kondičního programu<br><input type="checkbox"/> Kompenzační cvičení pro posílení funkčních orgánů                                                                         |
| PREVENCE A KOREKCE JEDNOSTRANNÉHO ZATÍŽENÍ A SVALOVÝCH DYSBALANCÍ – průpravná, kompenzační, vyrovnávací, relaxační a jiná zdravotně zaměřená cvičení                                                    | <input type="checkbox"/> Nebezpečí dlouhého sezení (bolesti zad, hlavy, embolie, špatné vyživování kostního aparátu atd.)<br><input type="checkbox"/> Navrhování a nacvičování kompenzačních, vyrovnávacích a relaxačních cviků pro eliminaci jednostranného zatížení ve škole, v autě, na kole, na in-line bruslích, na koloběžce, v práci atd.                                                                   |
| HYGIENA A BEZPEČNOST PŘI POHYBOVÝCH ČINNOSTECH – v nestandardním prostředí, první pomoc při TV a sportu v různém prostředí a klimatických podmínkách, improvizované ošetření poranění a od-sun raněného | <input type="checkbox"/> Ochranné pomůcky při cyklistice, jízdě na in-line bruslích, skateboardu,...<br><input type="checkbox"/> První pomoc – kdy a jak manipulovat se zraněným, situace, kdy raději se zraněným nehýbat, způsoby fixace páteře, ochranné pomůcky při poskytování první pomoci                                                                                                                    |

### 13.3.3 Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností

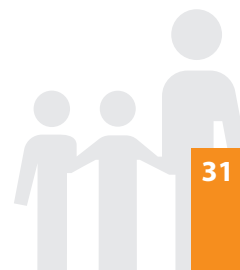
#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „zvládá v souladu s individuálními předpoklady osvojované pohybové dovednosti a tvořivě je aplikuje ve hře, soutěži, při rekreačních činnostech“  
DV – uvědomuje si význam pohybových dovedností pro bezpečný pohyb v dopravním prostředí,
- „posoudí provedení osvojované pohybové činnosti, označí zjevné nedostatky a jejich možné příčiny“  
DV – zná své schopnosti a dovednosti, přizpůsobuje svůj pohyb v dopravním prostředí svým dovednostem a schopnostem.

#### Činnosti ovlivňující úroveň pohybových dovedností

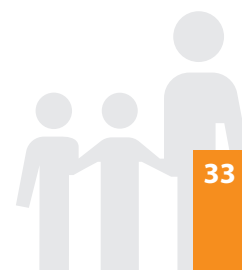
| Učivo                                                                 | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                       | Rozvíjené schopnosti a dovednosti důležité pro bezpečný pohyb v dopravním prostředí                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| POHYBOVÉ HRY – s různým zaměřením; netradiční pohybové hry a aktivity | <input type="checkbox"/> Respektování pravidel hry (pochopení, že dodržování pravidel má svůj význam při každé činnosti – hra, sociální vztahy, pohyb v dopravním prostředí,...)<br><input type="checkbox"/> Procvičování prostorové orientace<br><input type="checkbox"/> Procvičování rychlé reakce<br><input type="checkbox"/> Procvičování správného odhadu (vzdálenost, rychlost, čas,...)                                                                                                                                                                                                                                          |
| GYMNASTIKA – akrobacie, přeskoky, cvičení s náčiním a na nářadí       | <input type="checkbox"/> Procvičování schopnosti koncentrace (význam pro řešení problému v dopravním prostředí)<br><input type="checkbox"/> Procvičování přiměřené odolnosti vůči strachu (nerozhodnost způsobená nejistotou a strachem může být příčinou vzniku nepřehledné situace v dopravním prostředí a následně vznikem nehody)<br><input type="checkbox"/> Učení se volit výběr prvků gymnastické sestavy dle svých schopností (učí se volit pohybovou strategii dle svých schopností a možností)<br><input type="checkbox"/> Nacvičování pádové techniky – jak bezpečně padat (pády při cyklistice, in-linech, skateboardu, ...) |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>ESTETICKÉ A KONDIČNÍ FORMY CVIČENÍ S HUDBOU A RYTMICKÝM DOPROVODEM – základy rytmické gymnastiky, cvičení s náčiním; kondiční formy cvičení pro daný věk žáků; tance</p>                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Procvičování schopnosti koncentrace (význam pro řešení problému v dopravním prostředí)</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičování sluchového vnímání při cvičení při doprovodu hudby (rozlišování zvukových signálů, rozvíjení sluchové citlivosti pro rozlišování důležitých zvukových podnětů v dopravním prostředí)</li> <li><input type="checkbox"/> Nacvičování orientace v prostoru při skupinovém cvičení ve skupině a reagování na smluvené i nečekané signály (pohyb ve skupině – orientace v prostoru při pohybu, vnímání všech osob i jednotlivců, všímání si důležitých signálů od ostatních osob při pohybu a soustředění se na vlastní činnost)</li> <li><input type="checkbox"/> Nacvičování prostřednictvím pantomimy a pohybové improvizace různých situací v dopravě – nebezpečí, ohrožení, rozdílnosti v chování</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičování ohebnosti, flexibility kloubů, koordinace pohybů, rovnováhy a vytrvalosti</li> </ul> |
| <p>ÚPOLY – základy sebeobrany, základy aikida, juda, karateda</p>                                                                                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení předvídání</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení schopnosti analyzovat situaci a rychle jednat</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičování úhybů a rychlé reakce</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičování koordinace, orientace</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičování stability při postoji i pohybu</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičování ovládnutí emocí</li> <li><input type="checkbox"/> Nacvičování chování při napadení a ohrožení, kryty, údery, kopy, stabilita postoje</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení sebevědomí</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičování reakční schopnosti ve stresu a v emočních situacích</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p>ATLETIKA – rychlý běh, vytrvalý běh na dráze a v terénu, základy překážkového běhu, skok do dálky nebo do výšky, hod míčkem nebo granátem, vrh koulí</p>                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení schopnosti koncentrace</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení reakční schopnosti</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení techniky běhu</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení rychlosti a koordinace při chůzi a běhu</li> <li><input type="checkbox"/> Procvičování vytrvalosti</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení odolnosti proti strachu při skoku do výšky rozvíjí – rozvržení sil, koordinace pohybu a flexibilita</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <p>SPORTOVNÍ HRY (alespoň dvě hry podle výběru školy) – herní činnosti jednotlivce, herní kombinace, herní systémy, utkání podle pravidel žákovské kategorie</p>                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení orientační schopnosti při pohybu ve skupině</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení koncentrace</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení předvídání</li> <li><input type="checkbox"/> Analyzování situace a učení se v nově vzniklé situaci rychle orientovat</li> <li><input type="checkbox"/> Učení se volit vhodnou strategii a optimální řešení</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení komunikačních verbálních i neverbálních schopností</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení schopnosti spolupracovat v týmu a přizpůsobit se okolí</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení rychlosti, vytrvalosti a koordinace</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení reakční rychlosti</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení akceptace a kázně při dodržování pravidel</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení zodpovědnosti za tým</li> </ul>                                                                                      |
| <p>TURISTIKA A POBYT V PŘÍRODĚ – příprava turistické akce, přesun do terénu a uplatňování pravidel bezpečnosti silničního provozu v roli chodce a cyklisty, chůze se zátěží i v mírně náročném terénu, táboření, ochrana přírody, základy orientačního běhu, dokumentace z turistické akce</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení vůle, vytrvalosti a rozložení sil</li> <li><input type="checkbox"/> Učení se respektování pravidel při pohybu jednotlivce a skupiny v dopravě i přírodě</li> <li><input type="checkbox"/> Rozvíjení schopnosti plánovat trasu vzhledem k bezpečnosti a dostupnosti cíle</li> <li><input type="checkbox"/> Krizové situace v terénu, možnosti poskytnutí první pomoci v přírodě (jak si poradit bez lékárničky)</li> <li><input type="checkbox"/> Pravidla pohybu skupiny po silnici</li> <li><input type="checkbox"/> Seznamování se s aktivitami podporujícími zdravý pohyb – geocaching, Nordic Walking</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PLAVÁNÍ (podle podmínek školy – zdokonalovací plavecká výuka, pokud neproběhla základní plavecká výuka, musí předcházet adaptace na vodní prostředí a základní plavecké dovednosti) – další plavecké dovednosti, další plavecký způsob (plavecká technika), dovednosti záchranného a branného plavání, prvky zdravotního plavání a plavecký sportů, rozvoj plavecké vytrvalosti | <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení sebedůvěry, psychické odolnosti, vytrvalosti, vůle, rozložení sil (význam pro psychickou a fyzickou zdatnost a odolnost proti stresu v dopravním prostředí)</li><li><input type="checkbox"/> Procvičování flexibility kloubů (prevence vzniku nehody z únavy a zátěže kloubů při chůzi a cyklistice)</li><li><input type="checkbox"/> Seznamování se s první pomocí a s riziky při pohybu ve vodním prostředí, dodržování pravidel</li><li><input type="checkbox"/> Učení se využívat plavání jako kompenzaci a prevenci zdravotních problémů z dlouhého sezení a jednostranného zatížení zad (prevence vzniku nehody z únavy a zátěže při chůzi a cyklistice – bolesti zad mohou být příčinou oslabení soustředění žáka v dopravním prostředí)</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| LYŽOVÁNÍ, SNOWBOARDING, BRUSLENÍ (podle podmínek školy) – běžecské lyžování, lyžařská turistika, sjezdové lyžování nebo jízda na snowboardu, bezpečnost pohybu v zimní horské krajině, jízda na vleku; (další zimní sporty podle podmínek školy)                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení vytrvalostní síly, koordinace pohybů</li><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení schopnosti se koncentrovat</li><li><input type="checkbox"/> Procvičování flexibility páteře a kloubů</li><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení vytrvalosti</li><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení strategie</li><li><input type="checkbox"/> Poznávání vlastností ledu, sněhu a zledovatělého povrchu</li><li><input type="checkbox"/> Rozlišování viditelnosti a rizikových podmínek při sněžení na sjezdovce</li><li><input type="checkbox"/> Procvičování rovnováhy a koordinace pohybů na kluzkém povrchu</li><li><input type="checkbox"/> Procvičování schopnosti orientace při rychlém pohybu na kluzném povrchu</li><li><input type="checkbox"/> Procvičování jízdy ve skupině na in-line bruslích – vyhýbání se, vzájemné komunikace, čitelnosti jízdy pro ostatní, nacvičování techniky jízdy, prevence pádu a střetu, správného použití ochranných prvků, pádové techniky</li><li><input type="checkbox"/> Seznamování se se setrvačností (dostředivou silou) a vlivu na brzdnu dráhu</li><li><input type="checkbox"/> Seznamování se se zásadami pohybu na horách a respektování těchto pravidel – nepohybovat se sám, dát vědět, kam skupina jde, vnímat nástrahy při změně počasí, nebezpečí lavin</li><li><input type="checkbox"/> Seznamování se se specifickými úrazy na lyžích, saních, snowboardu, bruslích atd.</li><li><input type="checkbox"/> Učení se principu bezpečných rozestupů</li><li><input type="checkbox"/> Učení se pečovat o sportovní nářadí – dle provozovaného sportu a zvoleného dopravního prostředku (lyže, brusle, snowboard aj.)</li></ul> |
| DALŠÍ (I NETRADIČNÍ) POHYBOVÉ ČINNOSTI (podle podmínek školy a zájmu žáků)<br>Cyklistika – silniční, horská kola                                                                                                                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení vytrvalosti, koordinace pohybů, rovnováhy, reakční schopnosti</li><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení techniky a frekvence šlapání</li><li><input type="checkbox"/> Poznávání vlastností brzdne dráhy</li><li><input type="checkbox"/> Poznávání a nacvičování zdravotních cviků pro kompenzaci zátěže při dlouhodobém pohybu na kole</li><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení rozvržení sil při cyklistickém výletě</li><li><input type="checkbox"/> Nacvičování správného posedu</li><li><input type="checkbox"/> Procvičování bezpečných rozestupů a pochopení významu bezpečných rozestupů</li><li><input type="checkbox"/> Poznávání rozdílů mezi cyklistickou stezkou, horskou dráhou, dopravním hřištěm, silnicí, lesní a polní cestou apod. – rozdíly ve způsobu pohybu, pravidlech bezpečnosti, v rizicích úrazu, rozdílném typu dalších účastníků</li><li><input type="checkbox"/> Upevňování znalostí správného vybavení kola, ochranných pomůcek – přilba, ...</li><li><input type="checkbox"/> Upevňování pozitivního a ohleduplného vztahu k ostatním účastníkům provozu - neohrožuje svým chováním ostatní účastníky silničního provozu, pohybuje se čitelně (tak, aby ostatní účastníci provozu předvidali jeho záměr)</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| RAKETOVÉ SPORTY – badminton, squash, stolní tenis, tenis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení schopnosti předvídání</li><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení reakční schopnosti</li><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení schopnosti se koncentrovat na činnost</li><li><input type="checkbox"/> Procvičování rychlosti, vytrvalosti</li><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení schopnosti postřehu</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |



### 13.3.4 Činnosti podporující pohybové učení

#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „užívá osvojované názvosloví na úrovni cvičence, rozhodčího, diváka, čtenáře novin a časopisů, uživatele internetu“  
DV – používá správnou a výstižnou terminologii odpovídající situaci a účelu,
- „naplňuje ve školních podmínkách základní olympijské myšlenky – čestné soupeření, pomoc handicapovaným, respekt k opačnému pohlaví, ochranu přírody při sportu“  
DV – chápe význam prosociálního jednání; chápe, že se lidé odlišují svými fyzickými a psychickými schopnostmi, respektuje je a v případě potřeby je připraven pomoci v rámci svých možností a schopností,
- „dohodne se na spolupráci i jednoduché taktice vedoucí k úspěchu družstva a dodržuje ji“  
DV – volí vhodnou taktiku tak, aby dosáhl s týmem i sám cíle, ale neohrozil okolí nebezpečným a rizikovým jednáním; chápe význam rozvržení síl; chápe význam plánu a strategie pro dosažení cíle bez rizika nehody a úrazu,
- „rozlišuje a uplatňuje práva a povinnosti vyplývající z role hráče, rozhodčího, diváka, organizátora“  
DV – uplatňuje svá práva a povinnosti vyplývající z role účastníka provozu na pozemních komunikacích,
- „sleduje určené prvky pohybové činnosti a výkony, eviduje je a vyhodnotí“  
DV – sestavuje si vlastní portfolio, zaznamenává a vyhodnocuje jednotlivé pokroky,
- „organizuje samostatně i v týmu jednoduché turnaje, závody, turistické akce na úrovni školy; spolurozhoduje osvojované hry a soutěže“  
DV – spoluorganizuje soutěže a účastní se soutěží s dopravně bezpečnostní tematikou; stanoví vhodné a přiměřené úkoly pro cílovou skupinu – uvědomuje si vývojové rozdíly a schopnosti dané věkem, pohlavím, fyzickým stavem a kondicí a cíle aktivit vývojovým rozdílům přizpůsobí,
- „zpracuje naměřená data a informace o pohybových aktivitách a podílí se na jejich prezentaci“  
DV – zpracuje data o dělbě dopravní práce do školy, vytvoří strategii na podporu pěšího docházení do školy.

#### Činnosti podporující pohybové učení

| Učivo                                                                                                                                                                                                             | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| KOMUNIKACE V TV – tělocvičné názvosloví osvojovaných činností, smluvené povely, signály, gesta, značky, základy grafického zápisu pohybu, vzájemná komunikace a spolupráce při osvojovaných pohybových činnostech | <input type="checkbox"/> Využívání neverbálních signálů (při komunikaci při pohybových hrách) pro pohyb v dopravním prostředí<br><input type="checkbox"/> Neverbální signály a gesta při řízení dopravy, při dávání přednosti v jízdě nebo chůzi, při upozornění na úmysl přecházet, při upozornění na úmysl změnit směr jízdy na kole, lyžích, bruslích atd.<br><input type="checkbox"/> Reaguje na povely a signály při rizikové situaci (IZS)                                |
| ORGANIZACE PROSTORU A POHYBOVÝCH ČINNOSTÍ – v nestandardních podmínkách; sportovní výstroj a výzbroj – výběr, ošetřování                                                                                          | <input type="checkbox"/> Zná vybavení potřebné k bezpečnosti – při různých typech činností v různém prostředí – ochranné pomůcky pro cyklistiku, in-line, skateboard<br><input type="checkbox"/> nutnost znát pravidla pro použití různých pomůcek, výstroje a výzbroje<br><input type="checkbox"/> Při výběru využívá odborné pomoci<br><input type="checkbox"/> Zná správnou údržbu                                                                                           |
| HISTORIE A SOUČASNOST SPORTU – významné soutěže a sportovci, olympismus – olympijská charta                                                                                                                       | <input type="checkbox"/> Historie cyklistiky, motorizmu, vývoj aut, motocyklů a jízdního kola<br><input type="checkbox"/> Vývoj bezpečnostních prvků, vývoj prvků pro ochranu sportovců i diváků, neukázněnost diváků a tragické následky při automobilových závodech<br><input type="checkbox"/> Doping – následky na zdraví a životě, nerespektování pravidel fair play<br><input type="checkbox"/> Nenapodovat závodníky – rozdíl mezi pohybem na závodní dráze a na silnici |
| PRAVIDLA OSVOJOVANÝCH POHYBOVÝCH ČINNOSTÍ – her, závodů, soutěží                                                                                                                                                  | <input type="checkbox"/> Hry vlastních her s vlastními bezpečnostními pravidly – vytvořit taková pravidla nové hry, aby nemohlo dojít k úrazu, respektování pravidel kolektivem, represivní opatření při porušení (penalizace trestnými body, minutami apod.)                                                                                                                                                                                                                   |

**ZÁSADY JEDNÁNÍ A CHOVÁNÍ V RŮZNÉM PROSTŘEDÍ A PŘI RŮZNÝCH ČINNOSTECH**

□ Porovnávání pravidel při řízených hrách, volných hrách, pravidel v kolektivu s pravidly při pohybu v dopravním prostředí, pravidel v různých komunitách a etnických skupinách (v návaznosti na Etickou výchovu, Výchovu k občanství, Multikulturní výchovu atd.)

**MĚŘENÍ VÝKONŮ A POSUZOVÁNÍ POHYBOVÝCH DOVEDNOSTÍ – měření, evidence, vyhodnocování**

□ Srovnávání výkonů – porovnání s různými schopnostmi a dovednostmi různých účastníků v dopravním prostředí (rozdílná reakční schopnost, obratnost apod.)

□ Výkon každého brát jako osobní rekord k vlastnímu zdokonalování, ale ne jako výzvu k soupeření, nezhodnocovat výkony slabších (porovnání s nezdavým a nebezpečným soupeřením na silnicích)

**13.3.5 Zdravotní a tělesná výchova****Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu**

Žák:

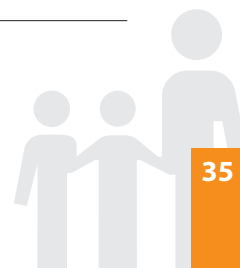
- „*uplatňuje odpovídající vytrvalost a cílevědomost při korekci zdravotních oslabení*“  
DV – uvědomuje si svá oslabení pro různé činnosti a vliv oslabení na bezpečný pohyb v dopravním prostředí a tato oslabení aktivně napravuje,
- „*zařazuje pravidelně a samostatně do svého pohybového režimu speciální vyrovnávací cvičení související s vlastním oslabením, usiluje o jejich optimální provedení*“  
DV – vědomě odstraňuje svá oslabení a sebevzdělává se; chápe význam vyrovnávacích a korektivních cvičení pro bezpečnější pohyb v dopravním prostředí,
- „*aktivně se vyhýbá činnostem, které jsou kontraindikací zdravotního oslabení*“  
DV – vědomě se vyhýbá činnostem, které mohou mít vliv na zdravotní stav a mohou ovlivnit bezpečný pohyb v dopravě; vyhýbá se činnostem, které jsou nebezpečné a rizikové.

**Činnosti a informace podporující korekce zdravotních oslabení**

| Učivo                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ZÁKLADNÍ DRUHY OSLABENÍ, JEJICH PŘÍČINY A MOŽNÉ DŮSLEDKY</b> – základní pojmy osvojovaných činností, prevence a korekce oslabení, denní režim z pohledu zdravotního oslabení, soustředění na cvičení, vědomá kontrola cvičení, nevhodná cvičení a činnosti (kontraindikace zdravotních oslabení) | <ul style="list-style-type: none"><li>□ Oslabení zad ze sezení, dlouhodobého řízení auta a při cyklistice – kompenzační cviky a techniky</li><li>□ Vliv oslabení na bezpečný pohyb v dopravě a na vznik rizika nehody a úrazu při přecenění schopností</li><li>□ Vliv neodhadnutí vlastních sil a možností (nerespektování vlastního omezení) na vznik rizikové situace</li><li>□ Vliv fyzického a psychického vyčerpání na bezpečnost v silničním provozu – únava, nesoustředění, nepozornost</li><li>□ Navrhování tréninkového plánu – vhodné a nevhodné cviky, správná relaxace</li></ul> |

**Speciální cvičení**

| Učivo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>OSLABENÍ PODPŮRNÉ POHYBOVÉHO SYSTÉMU</b> (A) – poruchy funkce svalových skupin (A1); poruchy páteře – odchylky předozadního zakřivení (A2) a vybočení páteře do stran (A3); poruchy stavby dolních končetin (A4): lokální a celková relaxace; správné držení hlavy, pletence ramenního, pánve, kolen; protažení prsních a bederních svalů, zadní strany stehů a ohybačů kyčle; posilování šíjového, mezilopatkového, břišního, hýždového, stehenního a lýtkového svalstva, vzpřimovačů trupu; zvýšení kloubní pohyblivosti a rozsahu pohybu; uvolňování páteře; rotační cvičení; správný dýchací stereotyp | <ul style="list-style-type: none"><li>□ Uvolňovací, protahovací a posilovací cvičení – zvyšování fyzické a psychické odolnosti, správné a včasné provedení cviků při dlouhodobém zatížení</li><li>□ Předcházení vzniku svalové dysbalance a nápravná cvičení</li><li>□ Správné držení těla – předcházení zdravotním potížím, únavě a bolesti</li><li>□ Relaxační techniky – uvolňování stresu, napětí a únavy</li><li>□ Kompenzace sedavého způsobu života, podpora pohybového aparátu</li><li>□ Provedení testu a zaznamenání do portfolia – záznam a nákres držení těla (hlava, šíje, sklon pánve, křivka zad, Matthiasův test apod.), srovnání s nákresem správného držení těla</li><li>□ Vytvoření seznamu denních pohybových aktivit</li></ul> |





**OSLABENÍ VNITŘNÍCH ORGÁNŮ (B)** – oslabení oběhového a dýchacího systému (B1); oslabení endokrinního systému (B2); obezita (B3); ostatní oslabení vnitřních orgánů (B4): (kromě cvičení ze skupiny A) rozvoj hlavních a pomocných dýchacích svalů; hrudní a bráněcí dýchání při zvýšené zátěži; adaptace na zvýšenou zátěž; cvičení koordinace a rovnováhy

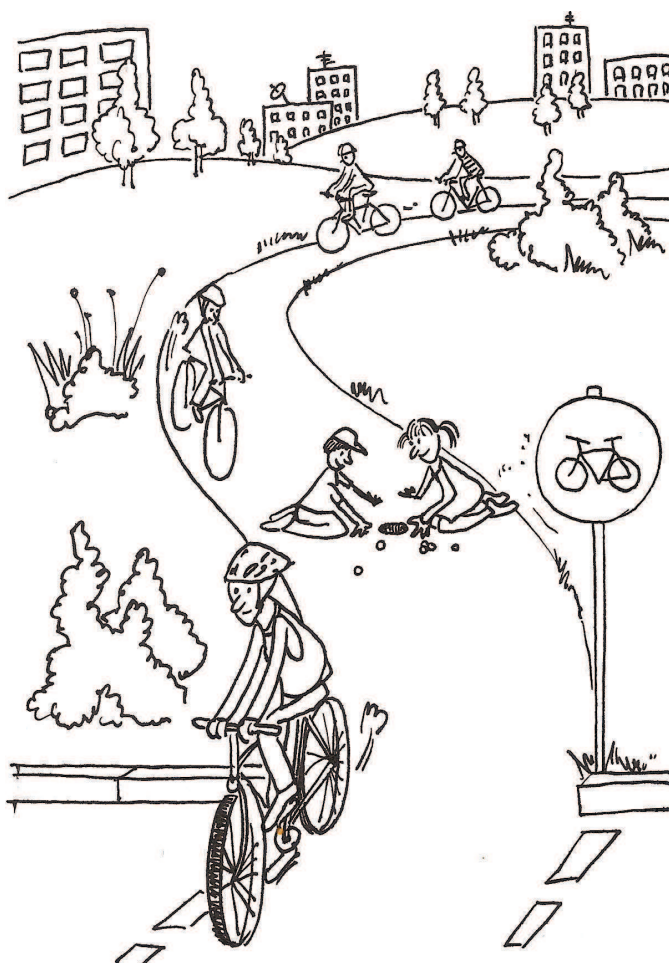
- ☐ Vliv akutních a chronických onemocnění na bezpečný pohyb v dopravním prostředí
- ☐ Dodržování zásad přípravy organismu před pohybovou aktivitou, spolupráce na výběru vhodných cviků a vhodné zátěže (navrhování vhodných aktivit na posílení organismu před náročnou cestou nebo výletem)
- ☐ Uvědomování si vlivu užívaných léků na soustředění se a pozornost v dopravním prostředí
- ☐ Znalost svého oslabení – navrhování kompenzačních cviků na posílení zdatnosti
- ☐ Navrhování denního režimu se zařazením pohybové činnosti

**OSLABENÍ SMYSLOVÝCH A NERVOVÝCH FUNKCÍ (C)** – oslabení zraku (C1); oslabení sluchu (C2); neuropsychická oslabení (C3): (kromě cvičení ze skupiny A) adaptace srdečně-cévního a dýchacího systému; koordinace pohybu; rovnovážné polohy; rozvoj sluchového, zrakového a taktilního vnímání rytmu; cvičení s hudebním doprovodem; orientace v prostoru; zraková lokalizace, rychlost zrakového vnímání

- ☐ Vliv oslabení na bezpečný pohyb v dopravním prostředí
- ☐ Posilování funkčních smyslů – kompenzace oslabených smyslů pro orientaci v dopravě

#### Všestranné rozvíjení pohybové činnosti

| Učivo                                                                                                         | Náměty                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| POHYBOVÉ ČINNOSTI V NÁVAZNOSTI NA VZDĚLÁVACÍ OBSAH TV – s přihlédnutím ke konkrétnímu druhu a stupni oslabení | <input type="checkbox"/> Kompenzace oslabení pro schopnost bezpečnějšího pohybu v dopravě |





## 14. DRAMATICKÁ VÝCHOVA

### 14.1 Cílové zaměření DV v doplňujícím vzdělávacím oboru

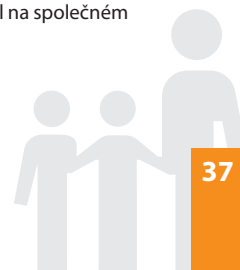
Vzdělávání v oblasti vede žáka k:

- ☐ rozvíjení smyslového vnímání,
- ☐ procvičování pozornosti a soustředění,
- ☐ rozvíjení psychické sebekontroly,
- ☐ rozvíjení sebedopory,
- ☐ pochopení a ovládání vlastních emocí,
- ☐ poznávání sebe sama, objevování vlastní identity a vlastních schopností,
- ☐ rozvíjení sebehodnocení,
- ☐ rozvíjení samostatnosti při rozhodování,
- ☐ schopnosti převzít zodpovědnost a rozvíjení zodpovědnosti za svěřený úkol,
- ☐ odstraňování zábran při prosazování vlastního názoru,
- ☐ odstraňování zábran při komunikaci ve stresové situaci,
- ☐ překonávání zábran před lidmi,
- ☐ rozvíjení schopnosti sdělovat informace, zážitky a pokyny,
- ☐ schopnosti ovládat svůj dech a hlas při fyzicky a psychicky vypjatých situacích,
- ☐ kultivování a ovládání mluveného projevu i v psychicky náročné situaci,
- ☐ efektivnímu používání mimiky, gest a dalších prostředků neverbální komunikace,
- ☐ odezírání postojů, charakterů, nálady a možných reakcí z neverbální komunikace u ostatních účastníků silničního provozu,
- ☐ orientování se v prostoru a rozvíjení prostorového vnímání,
- ☐ vnímání okolí, předmětů, světla, zvuků při vlastní soustředěné činnosti v klidu i pohybu,
- ☐ rozvíjení empatie a citlivosti k druhým,
- ☐ poznávání ostatních, jejich projevů, emocí a možných reakcí,
- ☐ rozvíjení schopnosti spolupracovat v týmu, ale i organizovat a vést ostatní,
- ☐ zapojování členů kolektivu do akce,
- ☐ rozlišování hlavních a vedlejších rolí v životně důležitých situacích,
- ☐ rozvíjení schopnosti reagovat na improvizovanou a nečekanou situaci,
- ☐ hledání variant řešení,
- ☐ vyhodnocování situace a k vyhodnocování vlastního řešení situace,
- ☐ reflektování zkušeností,
- ☐ rozvíjení relaxačních metod, efektivnímu uvolňování napětí.

#### Očekávané výstupy – 2. stupeň a návrhy výstupů aplikovaných na dopravní výchovu

Žák:

- „*uplatňuje kultivovaný mluvený a pohybový projev, dodržuje základy hlasové hygieny a správného držení těla*“  
DV – při komunikaci volí vhodné komunikační prostředky odpovídající situaci,
- „*propojuje somatické dovednosti při verbálním a neverbálním vyjádření, na příkladech doloží souvislosti mezi prožitkem a jednáním u sebe i druhých*“  
DV – popíše různé druhy prožitků při různých situacích a při různých rolích v situaci, nalézá paralelu k životním situacím v dopravním prostředí,
- „*rozvíjí, variuje a opakuje herní situace (samostatně, s partnerem, ve skupině), přijímá herní pravidla a tvořivě je rozvíjí*“  
DV – dramaticky ztvární různé role účastníků silničního provozu, ztvární negativní i pozitivní situace; respektuje a přijímá daná herní pravidla; chápe význam dodržování pravidel skupiny; respektuje pravidla, která chrání bezpečí ostatních,
- „*prozkoumává témata z více úhlů pohledu a pojmenovává hlavní téma a konflikt; uvědomuje si analogie mezi fiktivní situací a realitou*“  
DV – rozebírá z různých pohledů různé druhy situací a konfliktů v dopravním prostředí; využívá zkušeností z herních situací při řešení konfliktů v reálných situacích,
- „*přistupuje k dramatické a inscenační tvorbě jako ke společnému tvůrčímu procesu, ve kterém přijímá a plní své úkoly, přijímá zodpovědnost za společnou tvorbu a prezentaci jejího výsledku*“  
DV – při tvorbě aktivně spolupracuje s ostatními aktéry; přijímá zodpovědnost a uvědomuje si svůj podíl na společném výsledku; respektuje názory a individualitu druhých,





- „rozpozná ve vlastní dramatické práci i v dramatickém díle základní prvky dramatu; pozná základní divadelní druhy a dramatické žánry a jejich hlavní znaky; kriticky hodnotí dramatická díla i současnou mediální tvorbu“

DV – kriticky hodnotí vliv médií na dopravu a bezpečnost.

### Základní předpoklady dramatického jednání

| Učivo                                                                                                                                                                                                                     | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PSYCHOSOMATICKÉ DOVEDNOSTI – práce s dechem, správné tvoření hlasu, držení těla, verbální a neverbální komunikace                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Vyjadřování základních emocí zabarvením hlasu – práce s Tematickými listy, analýza emocí a zpracování emocí z reálných příběhů z dopravního prostředí (využití aktuálních situací, skutečných dopravních nehod a situací z obce nebo zaznamenaných v médiích, využití nahodilých situací, vzniklých konfliktů ve třídě)</li><li><input type="checkbox"/> Vyjadřování postoje verbálními i neverbálními prostředky – rozehrání postojů v roli (dle typu postavy, charakteru) – pantomimické vyjádření situace, postoje, ...)</li><li><input type="checkbox"/> Domlouvání se beze slov – zadání úkolu zinscenovat scénku na předem dané téma, neumožnit žákům předem se na scénáři domluvit, komunikace musí být vedena jen neverbálně</li><li><input type="checkbox"/> Seznamování se základními výrazy znakového jazyka neslyšících potřebných pro komunikaci s neslyšícími v dopravním prostředí a jejich osvojování (využívání znaků při komunikaci se spolužáky v hlučném prostředí, v situaci, kdy je verbální komunikace ztížena; využití emočních výrazů obličejové typických pro komunikaci mezi neslyšícími – inspirace na <a href="http://ruce.cz/slovník">http://ruce.cz/slovník</a>, <a href="http://www.ticho.cz/">http://www.ticho.cz/</a>)</li><li><input type="checkbox"/> Pantomimické etudy z dopravního prostředí – vyjádření individuality postavy neverbálními prostředky</li><li><input type="checkbox"/> Řízení skupiny pomocí gest a povelů</li></ul> |
| HERNÍ DOVEDNOSTI – vstup do role, jevištní postava; struktura herní a jevištní situace                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Dramatizace příběhů z ulice</li><li><input type="checkbox"/> Dramatizace příběhů z Tematických listů</li><li><input type="checkbox"/> Navození nečekaných situací – vstup do rozehraného děje (žák vstupuje do již rozehraného, ale jemu neznámého děje, musí rychle analyzovat situaci, reagovat a aktivně se zapojit)</li><li><input type="checkbox"/> Srovnávání reálných a hraných situací</li><li><input type="checkbox"/> Respektování ostatních v roli – akceptování individuality druhých, akceptování osobních hranic ostatních</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| SOCIÁLNĚ KOMUNIKAČNÍ DOVEDNOSTI – komunikace v běžných životních situacích, v herních situacích a v situacích skupinové inscenační tvorby, prezentace, reflexe a hodnocení, spolupráce, organizace tvůrčí skupinové práce | <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Scénky zaměřené na nácvik komunikace v psychicky náročných situacích – dopravní nehoda, ošetření úrazu, nespouštějící zranění, spolupráce s IZS, záplavy a jiné situace obecného ohrožení</li><li><input type="checkbox"/> Rozvíjení schopnosti organizovat a vést tým, naslouchat i prosazovat názor, aktivně se spolupodílet na výsledku práce (na závěr analýza zkušeností ze spolupráce, odhalení problémů, reflexe pro životní situace nejen v dopravním prostředí)</li><li><input type="checkbox"/> Vytváření pozitivních mezilidských vztahů, rozvíjení sociálního citění – spolupráce žáků při navrhování základních charakterových rysů postavy</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

### Proces dramatické a inscenační tvorby

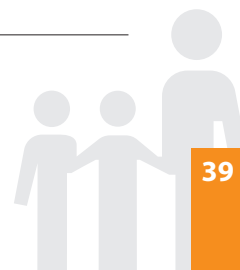
| Učivo                                                                    | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NÁMĚTY A TÉMATA V DRAMATICKÝCH SITUACÍCH – jejich nalézání a vyjadřování | <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> Zpracování témat z vlastních zážitků z dopravního prostředí, zdůvodnění a obhájení důležitosti zvoleného tématu</li><li><input type="checkbox"/> Vyhledávání témat z reálného života zaměřených na dopravně-výchovnou problematiku</li><li><input type="checkbox"/> Navrhování dilemat pro Tematické listy</li></ul> |



|                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| PRÁCE NA POSTAVĚ – charakter, motivace, vztahy                                                              | <ul style="list-style-type: none"><li>□ Tvoření etud z dopravního prostředí, rozpracování dle různých charakterů postav (účastníků silničního provozu) – jak by reagovaly různé postavy</li><li>□ Identifikace osobnostních typů (s vazbou na osobnostní výchovu – sangvinik, cholerik, flegmatik, melancholik) – rozehrání v roli, rozehrání charakteru, vytvoření vzájemných vztahů, komunikace mezi rozdílnými charakterovými typy, motivace různých lidí k rizikovému nebo naopak k prosociálnímu jednání</li><li>□ Rozehrání vztahu hlavní postavy k jednotlivým postavám scénky</li><li>□ Reflexe a identifikace se zkušenostmi s různými charakterovými typy v běžném životě v dopravě – hledání paralel</li><li>□ Etudy na vyjádření konkrétního povahového rysu, nálady, názoru apod. (např. nepřátelský/přátelský, bezohledný/ohleduplný, bojácný/odvážný, zlý/hodný, zamračený/usměvavý, lhostejný/starostlivý, lehkomyšlný/zodpovědný, alkoholik/abstinent, vznětlivý/roztvárný, arogantní/pokorný, stresovaný/bezstarostný, ...)</li></ul> |
| KONFLIKT JAKO ZÁKLAD DRAMATICKÉ SITUACE – řešení konfliktu jednáním postav                                  | <ul style="list-style-type: none"><li>□ Navrhování různých řešení (dokončení) příběhů</li><li>□ Navrhování odlišných dějových linek – co by se stalo, kdyby... (ději předcházelo...; kdyby hrdina zvolil jiný postup řešení; kdyby měl hrdina nějaký hendikep / byl mladší / starší apod.)</li><li>□ Odhadování a rozehrávání postoje hlavní postavy k řešení situace</li><li>□ Rozehrávání reakce jednotlivých postav na různé osobnostní typy a na odlišná řešení děje</li><li>□ „Tady a teď“ – zkoumání vlastního poznání, vlastních pocitů a emocí při různých variantách řešení a v různých charakterových rolích</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| DRAMATICKÁ SITUACE, PŘÍBĚH – řazení situací v časové a příčinné následnosti, dramatizace literární předlohy | <ul style="list-style-type: none"><li>□ Vyjadřování hlavní dějové linky, důležitých momentů vedoucích k rizikové/nehodové situaci (ke gradaci příběhu)</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| INSCENAČNÍ TVORBA – dramaturgie, režie, herecká práce, scénografie, scénická hudba a zvuk                   | <ul style="list-style-type: none"><li>□ Tvorba situačních scének a etud s dopravně-bezpečnostní tematikou, rozdělení úkolů v týmu, každý žák navrhuje zpracování scénky dle divadelní profese (dramaturgie, režie, scénografie, zvuk, hudba, kostymér apod.) – zaměření se na zdůraznění prvků, které vedly k nehodě nebo k rizikové situaci (každý žák v rámci své „profese“ zdůrazní rizikové okamžiky)</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| KOMUNIKACE S DIVÁKEM – prezentace, sebereflexe                                                              | <ul style="list-style-type: none"><li>□ Předvedení scének na školních akcích,</li><li>□ Záznam scénky a její vystavení na školním portálu</li><li>□ Zpracování dopravně-výchovného tématu pro mladší žáky, děti v mateřské škole nebo seniory v penzionech</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

**Receptce a reflexe dramatického umění**

| Učivo                                                                                           | Náměty                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ZÁKLADNÍ STAVEBNÍ PRVKY DRAMATU – situace, postava, konflikt, téma, vrchol, gradace             | <ul style="list-style-type: none"><li>□ Konflikt – jak vzniká v reálném prostředí, na silnici, ulici atd., scénky na téma – jak konflikt vyřešit nebo mu předejít</li><li>□ Rozbor příběhu z Tematických listů dle základních stavebních prvků dramatu – popis a rozehrání situace, jaké postavy vystupují v příběhu, jaké postavy jsou pravděpodobně na místě příběhu, ale v příběhu se o nich nepíše; charakteristiky postav; popis a analýza dějové linky konfliktu atd.</li></ul> |
| ZÁKLADNÍ DRAMATICKÉ ŽÁNRY – komedie, tragédie, drama                                            | <ul style="list-style-type: none"><li>□ Rozehrání komických, tragických nebo dramatických situací na silnici a ulici</li><li>□ Úprava jednoho tématu do různých dramatických žánrů – rozdělení žáků na skupiny, každá skupina zpracuje stejné téma, ale každá v jiném žánru</li></ul>                                                                                                                                                                                                 |
| ZÁKLADNÍ DIVADELNÍ DRUHY – činohra, loutkové divadlo, opera, opereta, muzikál, balet, pantomima | <ul style="list-style-type: none"><li>□ Vyhledávání shodných charakterových postav v různých divadelních dílech, hledání paralely s reálnými typy lidí v reálném životě</li><li>□ Jak by dopravní příběh (reálný nebo z Tematických listů) zpracovali tvůrci různých divadelních žánrů (např. v návaznosti na probírané skladatele v hudební výchově – jak by téma zpracoval Smetana, Dvořák, ...)</li></ul>                                                                          |



**SOUČASNÁ DRAMATICKÁ UMĚNÍ A MÉDIA** – divadelní, filmová, televizní, rozhlasová a multimediální tvorba

- ☐ Multimédia a jejich využití pro dopravně-bezpečnostní aktivitu – video, audio, divadlo (vytvoření obdobného programu v rámci školy jako např. scénář The Action (<http://www.theaction.cz/>))
- ☐ Navrhování rozhlasového nebo televizního spotu s dopravně-výchovnou tematikou (zpracování naléhavosti, využití různých výrazových prostředků)
- ☐ Hlášení ve školním rozhlasu – upozornění na riziková místa v okolí školy, chování v dopravních prostředcích apod.

**VYBRANÉ ETAPY A TYPY SVĚTOVÉHO A ČESKÉHO DIVADLA**

- ☐ Zpracování tématu formou probírané historické etapy – antické divadlo, alžbětinské drama, obrozené divadlo, undergroundové divadlo apod.

**VÝRAZNÉ OSOBNOSTI ČESKÉ A SVĚTOVÉ DRAMATICKÉ TVORBY**

- ☐ Jak by dopravní příběh (reálný nebo z Tematických listů) zpracovaly významné osobnosti české a světové dramatické tvorby – v návaznosti na probírané dramatiky v literatuře (Werich, Čapek, Tyl, Shakespeare, Molière apod.)

