

# ŠKOLA PRO ŽIVOT

---

Školní vzdělávací program pro Dívčí katolickou střední školu

Zpracován podle RVP 78-62-C/02 Praktická škola dvouletá

**Dívčí katolická střední škola**

Platněřská 4, 110 00 Praha 1

Praha 30. 6. 2022

# Obsah

Identifikační údaje školy .....	5
Přesný název školské právnické osoby.....	5
Zřizovatel.....	5
Organizace vzdělávání.....	5
Charakteristika školy .....	7
Naše škola je naprosto výjimečná.....	7
Personální podmínky.....	9
Materiální podmínky.....	9
Spolupráce se sociálními partnery při realizaci ŠVP:.....	9
Osobnostní profil absolventa.....	10
Uplatnění absolventa v praxi .....	10
Charakteristika školního vzdělávacího programu .....	11
Celkové pojetí vzdělávání.....	11
Výchovné a vzdělávací strategie .....	11
Kompetence k učení .....	11
Kompetence k řešení problémů .....	12
Kompetence komunikativní.....	12
Kompetence sociální a personální.....	12
Kompetence občanské.....	12
Kompetence pracovní.....	13
Vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami.....	13
Vzdělávání žáků se sociálním znevýhodněním.....	14
Začlenění průřezových témat.....	14
Podmínky pro přijímání ke studiu .....	16
Způsob ukončení vzdělávání .....	16
Učební plán.....	18
Přehled využití týdnů ve školním roce .....	19
Organizace výuky.....	20
UČEBNÍ OSNOVY.....	21
Český jazyk, literatura a komunikační výchova.....	21
1. ročník: .....	26
2. ročník: .....	28

Anglický jazyk .....	30
1. ročník .....	32
2. ročník .....	33
Základy matematiky a přírodních věd .....	34
1. ročník: .....	37
2. ročník: .....	39
Informační a komunikační technologie .....	42
1. ročník: .....	45
Občanská výchova .....	47
1. ročník: .....	50
2. ročník .....	53
Křesťanská výchova .....	54
1. ročník: .....	56
2. ročník: .....	58
Kreativní dílna .....	60
1. ročník: .....	65
2. ročník: .....	66
Zdravotní výchova .....	67
1. ročník: .....	72
2. ročník: .....	74
Tělesná výchova .....	77
1. ročník: .....	80
Rodinná výchova .....	82
1. ročník: .....	93
2. ročník: .....	95
Výživa a příprava pokrmů .....	96
1. ročník: .....	107
2. ročník: .....	110
PÉČE O DOMÁCNOST .....	112
1. ročník: .....	121
2. ročník: .....	123
Péče o oděvy .....	125
1. ročník: .....	132
2. ročník: .....	133

Praktická cvičení.....	134
1. ročník: .....	143
2.ročník: .....	145
TŘÍDNICKÁ HODINA.....	147
PŘÍLOHA.....	155

# Identifikační údaje školy

## Přesný název školské právnické osoby

Dívčí katolická střední škola (zapsáno do rejstříku školských právnických osob ke dni 22. 7. 2006)

**sídlo:** Platněřská 4, 110 00 Praha 1

**IČ:** 47611162

**IZO:** 047611162

**Identifikátor právnické osoby:** 600020711

**Ředitel školy:** Mgr. Lucie Velkoborská

**právní forma:** církevní školská právnická osoba

**webové stránky:** [www.divciskola.cz](http://www.divciskola.cz)

**Tel.:** 221 108 268

602 854 824

723 723 140

**e-mail:** [divciskola@divciskola.cz](mailto:divciskola@divciskola.cz)

## Zřizovatel

Arcibiskupství pražské

**Sídlo:** Hradčanské nám. 16, 119 02 Praha 1 - Hradčany

**IČ:** 00445100

**Statutární orgán:** Mons. Jan Graubner

## Organizace vzdělávání

### Délka a forma vzdělávání

2 roky v denní formě vzdělávání

### Dosažený stupeň vzdělání

střední vzdělání

### Podmínky pro přijetí ke vzdělávání

Přijímání ke vzdělávání se řídí zákonem č. 561/2004 Sb. – § 59, 60, dále § 63, 16, 20, 70 splnění podmínek zdravotní způsobilosti uchazečů o studium daného oboru vzdělání.

### Způsob ukončení vzdělávání, potvrzení dosaženého vzdělání a kvalifikace

Vzdělávání se ukončuje závěrečnou zkouškou; dokladem o dosažení stupně vzdělání je vysvědčení o závěrečné zkoušce.

Obsah a organizace závěrečné zkoušky se řídí platnými předpisy.

Platnost dokumentu od 1. 9. 2022

Mgr. Lucie Velkoborská, ředitelka školy

Podpis ředitele

Razítko školy

# Charakteristika školy

## Naše škola je naprosto výjimečná.

### **Je malá.**

Dohromady v ní studuje 52 žákyň, ve čtyřech třídách tedy spolu bývá tak po deseti dívkách. Žákyním se tak můžeme věnovat opravdu individuálně – my učitelé, třídní učitelé, náš školní psycholog se školním sociálním pracovníkem, školní speciální pedagog...

### **Je neobvykle pestrá.**

S dívkami s běžnými studijními předpoklady studují děvčata z nefunkčních rodin, z dětských domovů, dívky s mentálním či tělesným handicapem. Žákyně se během studia učí nejen se vzájemně tolerovat, ale jsou motivovány pomáhat jedna druhé, mít oči otevřené pro těžkosti i obdarování těch druhých.

### **Je zaručeným startem pro profesní uplatnění absolventek.**

S akreditovaným osvědčením Pracovník v sociálních službách, Všeobecný sanitář, Pečovatelka o děti od tří do patnácti let, Hospodyně a Kuchařské práce si každá absolventka snadno najde zaměstnání, obvykle i s možností ubytování.

### **Je vedena v rodinném duchu.**

Dívky si samy vaří, školu si samy uklízí, hlavně jsou ale povzbuzovány k utváření pozitivních vzájemných vztahů ve třídě a ve škole, což je dobrý trénink zodpovědnosti za vztahy v jejich budoucích rodinách a pracovištích.

### **Je mimořádně moderně vybavena.**

Na každých třináct studentek připadá jedna interaktivní tabule s dataprojektorem, ve škole je dostatek výpočetní techniky, PC nechybí v žádné učebně, výcvik první pomoci probíhá mimo jiné i na elektronickém resuscitačním trenažeru, cvičná kuchyně je vybavena moderním zařízením včetně pomůcek pro výuku handicapovaných studentek.

### **O naší škole se ví.**

Naše škola byla oceněna Medailí ministra školství prvního stupně, reprezentovala české střední školství na setkáních středních škol členských zemí EU v Lucembursku a Portugalsku.

### **Mimoškolní činnost je opravdu různorodá.**

Máme kroužky znakové řeči, včelařství, vinařství a zahradničení, zdravotní tělesné výchovy, pěvecký sbor...

### **Žákyním nabízíme ubytování.**

Přímo v areálu školy je možné ubytování, kde si dívky pod dohledem vychovatelek rovněž samy uklízí, vaří, perou, utváří společný program...

### **Jsme školou církevní.**

Jádro sboru je tvořeno věřícími pedagogy, ale dívek se na vyznání či nevyznání neptáme. Do výuky je zařazena hodina Křesťanské výchovy – ta je ale informativní, dívkám víru nenutíme.

### **O naši školu je zájem.**

Resort středního školství se potýká s nedostatkem studentů, naše škola je rok co rok plně obsazena.

### **Naše škola je i pro dospělé.**

Odděleně od výuky pořádáme akreditované rekvalifikační kurzy Pracovník v sociálních službách, Všeobecný sanitář a Pečovatel o děti od tří do patnácti let pro dospělé muže a ženy.

**Jsme nejstarší církevní školou v ČR.**

Naše škola byla založena k 1. září 1990.

**Školné nevybíráme.**



## Personální podmínky

Společenství pedagogického sboru sestává z pedagogů naplňujících kritéria daná zákonem o pedagogických pracovních a nároky formulované církevními dokumenty ke katolickému školství.

## Materiální podmínky

**Teoretická výuka** probíhá výlučně v prostorách školy. K dispozici jsou 4 učebny vybavené stavitelnými školními lavicemi a interaktivními tabulemi, dále počítačová učebna vybavená 12 moderními osobními počítači s LCD monitory, knihovna. Žákyně mají pro studijní účely k dispozici tiskárnu a kopírku.

Pro všechny odborné předměty má škola vlastní, specifické výukové materiály jak v knižní, tak v elektronické podobě. Veškeré studijní materiály jsou žákyním zapůjčovány bezplatně.

**Praktická výuka** probíhá částečně ve škole, částečně v zařízeních sociální péče. V prostorách školy se nachází nová cvičná kuchyně vybavená nejmodernějšími elektrospotřebiči (multifunkční trouba, sklokeramická varná deska, myčka, domácí pekárna, kuchyňský robot, pračka), dále pak dětský koutek určený pro praktický nácvik péče o dítě (kojenecká postýlka, přebalovací pult, vanička, model kojence, didaktické pomůcky a hračky). V rámci předmětu pečovatelsví žákyně mají k dispozici elektrické polohovací lůžko a nejrůznější kompenzační pomůcky k nácviku péče o seniory a imobilní klienty. Pracovní oděvy jsou žákyním zapůjčovány bezplatně.

**Tělesná výchova** probíhá v některé z pronajatých tělocvičen v blízkém okolí školy, dále pak v přírodě a na veřejných sportovištích (cyklostezky, bazény, kluziště, fitness-centra)

**Handicapované žákyně** mají k dispozici potřebné kompenzační pomůcky – kolečkové křeslo, speciální lavice, elektronické lupy, snížené pracovní plochy v kuchyni, madla na toaletách a ve sprše, přenosné kolejnice.

## Spolupráce se sociálními partnery při realizaci ŠVP:

**Domov sv. Karla Boromejského Řepy – Denní stacionář**, K Šancím 50, 163 00 Praha 6

**Domov pro zrakově postižené Palata** - Na Hřebenkách 737/5, 150 00 Praha 5

**MŠ Hrabáková** - Hrabáková 2000, Praha 4 – Chodov

**MŠ sv. Voršily** - Ostrovní 11, Praha 1

**CMŠ Srdíčko** - Podpěrova 1879/2, 155 00 Praha 5

**MŠ Matějchova** - Matějchova 1069, 140 00 Praha 4

**Rodinné centrum** - Dolní Jirčany, Spojovací 600, Psáry

**Domov sv. Rodiny** - Ulrychova 1874/10, 162 00 Praha 6

**Domov pro seniory Zahradní město** - Sněženková 2973/8, 106 00 Praha 10

**Motýlek – komunitní centrum** - Vlčkova 1097, 198 00 Praha 14 – Černý most

**DIC – Dětské integrační centrum** - Hurbanova 1285, Praha 4

**Klášteř bratří Františkánů – Kuchyně Concordia** - Jungmannovo náměstí 18, Praha 1

## Osobnostní profil absolventa

Absolvent ŠVP je morálně disponován k odmítnutí sociálně patologických projevů chování, dokáže se uplatnit v osobním životě i na otevřeném pracovním trhu. Má interiorizován empatický přístup k handicapovaným lidem, je tolerantní k sociokulturním odlišnostem. Absolvent je disponován pro realizaci své osobnosti v péči o druhé v rámci profesního a vlastního rodinného života.

## Uplatnění absolventa v praxi

Absolventi praktické školy dvouleté jsou připravováni pro jednoduché pracovní činnosti v oblasti služeb a výroby (např. v sociálních a komunálních službách, ve zdravotnictví, ve výrobních podnicích, v zemědělství), případně k pokračování v dalším vzdělávání.

# Charakteristika školního vzdělávacího programu

## Celkové pojetí vzdělávání

Komplexní pojetí výchovy a vzdělání je realizováno v souladu s RVP, ŠVP a duchovním rámcem školy. Křesťanské prostředí školy je formováno respektem k individuálnímu názorovému ukotvení žáka jako svobodně se utvářející osobnosti. Akcentován je aspekt kolektivního působení společenství pedagogického sboru ve prospěch duchovní, osobnostní, sociální a profesní realizace žákyň.

Dominantní pro celý výchovně vzdělávací proces je důraz na povzbuzení adekvátního sebevědomí empirickým zakoušením vlastní hodnoty skrze aktivní prospěšnost druhým v integrovaném školním prostředí zahrnujícím rovněž žáky zdravotně a sociálně znevýhodněné, se stejným efektem je moderována zkušenost vlastní užitečnosti v celém systému odborného výcviku.

Díky personálnímu, přístupovému i technickému zázemí je v početně malých třídních kolektivech reálně uplatňována individuální péče a zároveň dodávány impulsy stimulující neformální hlubší vztahy ve škole a percepce výchovně vzdělávacího servisu směrem od společenství vyučujících, koexistujícího a funkčního na křesťanské bázi, orientuje žákyň školy k zodpovědné přípravě na vlastní vztahovou a později rodinnou realizaci.

Reálně nadstandardní úroveň institucionální akreditované klasifikace školy pak absolventkám nabízí širokou certifikaci pro profesní uplatnění na otevřeném pracovním trhu v ČR i v dalších evropských zemích. Intenzivní širokospektré pojetí teoretické a zvláště praktické odborné přípravy poskytuje žákyním adekvátní dispozice pro úspěšné profesní uplatnění.

## Výchovné a vzdělávací strategie

Níže uvedené výchovné a vzdělávací strategie chápeme jako postupy k dosažení klíčových kompetencí, které jsou společné více méně všem učitelům jednotlivých předmětů.

U většiny předmětů usilujeme o to rozvíjet všechny klíčové kompetence specifickým způsobem, což je blíže rozepsáno u jednotlivých předmětů. Stejně tak odborné kompetence jsou konkretizovány u předmětů, v jejichž rámci jsou převážně naplňovány.

## Kompetence k učení

*Naším cílem je, aby si žákyň v průběhu studia osvojily poznatky obsažené ve školním vzdělávacím programu, aby vhodně využívaly naučené metody a techniky učení, aby dokázaly uplatňovat osvojené znalosti k prohlubování svých vědomostí a dovedností. Snažíme se, aby uměly reagovat na hodnocení ze strany druhých, přijímat radu i oprávněnou kritiku. Vedeme je k tomu, aby používaly v běžném životě základní pojmy z různých vzdělávacích a pracovních oblastí, aby dokázaly vyhledat informace, které pro svůj praktický život potřebují.*

jaká je cesta k dosažení stanovených cílů? Pedagog zajišťuje pro vyučování odborný materiál, seznamuje žákyň s různými zdroji informací a vede je k jejich posuzování. Podněcuje diskusi, předkládá různé způsoby vyhodnocování návodními otázkami, vede žákyň k pochopení. Pomáhá žákyním určovat priority, dává dostatečný prostor pro samostatnou práci i práci ve skupině, vede k zodpovědnosti, sebehodnocení a pomáhá s vytvořením pravidel pro hodnocení. Připravuje modelové situace a nacvičuje s žákyními jejich řešení.

## Kompetence k řešení problémů

*Vedeme žákyně k tomu, aby včas rozpoznávaly problémy a aktivně hledaly způsob jejich řešení. Učíme je překonávat běžné životní překážky, říci si o pomoc, když je potřeba, přivolat pomoc v ohrožení vlastní či jiné osoby, umět přijímat důsledky svých rozhodnutí.*

Pro dosažení těchto cílů pedagog zařazuje práci s encyklopediemi, časopisy, různými informačními zdroji, podněcuje diskusi. Umožňuje žákyním vystupovat před třídou, dává jim možnost prezentovat a obhajovat své názory. Pedagog povzbuzuje, oceňuje, pomáhá, kriticky hodnotí při řešení problému, nechává zažít důsledky jednání. Vede žákyně k toleranci, asertivnímu chování. Teoretické poznatky si žákyně ověřují při praktické výuce a na školních soustředěních. Pedagog pozoruje činnost žákyň a usměrňuje ji vzhledem k jejich individuálním schopnostem.

## Kompetence komunikativní

*Vedeme žákyně k rozvíjení komunikačních dovedností, aby se v rámci svých možností dokázaly srozumitelně vyjadřovat ústní, písemnou nebo jinou alternativní formou. Motivujeme je k naslouchání druhým, snaže rozumět obsahu sdělení a adekvátně na ně reagovat. Podporujeme je ve vyjadřování svých názorů a postojů a učíme je vhodnou formou obhájit svůj názor. Snažíme se, aby žákyně využívaly pro komunikaci běžné komunikační a informační prostředky a získané dovednosti využívaly k vytváření a zkvalitňování mezilidských vztahů.*

Pedagog proto umožňuje žákyním vyjádřit své myšlenky, využívá prvků dramatické výchovy, v simulovaných situacích vede s žákyněmi řízený rozhovor, vede je k obohacování a rozšiřování slovní zásoby, vlastním kultivovaným projevem dává příklad. Motivuje žákyně k vhodné komunikaci v různých situacích běžného života. Vede žákyně k sebekontrolě, sebeovládání, zařazuje skupinovou práci a prezentaci výsledků, učí je respektovat ostatní i jejich odlišné názory. Využívá a zařazuje různé druhy komunikačních prostředků a různé formy textů, vede žákyně k porovnávání a formulaci vlastními slovy.

## Kompetence sociální a personální

*Usilujeme o to, aby se žákyně orientovaly v základních mravních hodnotách a uplatňovaly základní pravidla společenského chování. Aby si uvědomovaly nebezpečí možného psychického a fyzického zneužití své osoby, aby jednaly zodpovědně vůči své vlastní osobě i druhým a respektovaly práva a povinnosti své i ostatních a přispívaly tak k utváření vstřícných mezilidských vztahů. Chceme, aby se dokázaly přiměřeně chovat v krizových situacích ohrožujících život podle pokynů kompetentních osob a uplatňovat osvojené dovednosti a postupy.*

Učitel seznámí žákyně s právy a povinnostmi, zopakuje zásady slušného chování a jejich dodržování. Povzbuzuje k aktivitě ty, které to potřebují, cíleně střídá role ve skupině. Pomocí dramatické výchovy, filmových ukázek upozorní na nebezpečí psychického a fyzického zneužívání. Učitel naslouchá skupině i jednotlivcům, vytváří bezpečné prostředí a svým jednáním vzbuzuje důvěru. Podněcuje k vytvoření pravidel práce ve skupině, koriguje tvorbu pravidel a vede k jejich dodržování, stanoví pravidla hodnocení. Za nedodržování pravidel jasně stanoví sankce. Oceňuje i slabší žákyně za sebemenší pokrok, povzbuzuje, motivuje, dává zažít dobrý pocit ze sebemenšího úspěchu. Učitel vytváří zdravé klima v kolektivu, diagnostikuje třídu, mapuje dosažené výsledky, pracuje s žákyněmi tak, aby přátelské klima třídy nedávalo prostor pro osobní konflikty a diskriminaci, resp. je učí dané konflikty řešit.

## Kompetence občanské

*Vedeme žákyně k respektování základních práv a povinností občanů, společenských norem a pravidel soužití. Cílem je, aby zvládly běžnou komunikaci s úřady, uměly zdůvodnit význam zdravého životního stylu, aby chránily zdraví své i ostatních. Žákyně se podílejí na ochraně životního prostředí, např.*

*důsledným tříděním odpadu, a jednají v souladu se strategií udržitelného rozvoje. Žákyně by měla respektovat a chránit naše tradice a kulturní i historické dědictví.*

Učitel seznamuje žákyně s právním systémem, ukazuje na možné následky porušování práv, buduje zodpovědnost a vede k uvědomělému respektování práv. Organizuje besedy, exkurze. Učitel může zařadit projektové dny, vede k toleranci, empatii pomocí situačních her, demonstruje ukázky z práce. Učitel vytváří modelové situace, spolupracuje s jinými subjekty – hasiči, záchranáři, knihovna, muzeum, úřady. Učitel žákyním představuje českou historii, uvádí ji do evropského kontextu, vede žákyně k hledání historických paralel i k nalezení vlivu historických událostí na jejich současný život.

## Kompetence pracovní

*Usilujeme o to, aby si žákyně osvojily základní pracovní dovednosti, návyky a postupy pro každodenní běžné pracovní činnosti. Aby chápaly význam práce a možnost vlastního zapojení do pracovního procesu. Vedeme žákyně k plnění stanovených povinností, schopnosti spolupráce a respektování práce své i druhých. Žákyně si osvojují možnosti využívání poradenských a zprostředkovatelských služeb, řídí se zásadami bezpečnosti a ochrany zdraví při práci i hygieny práce.*

Učitel seznamuje žákyně s bezpečnostními pravidly, dohlíží na jejich dodržování, vede žákyně k pochopení návodů, plánů. Zařazuje do učebního procesu exkurze, návštěvy zařízení, simulace různých situací pomocí dramatické výchovy. Voli vhodně strategie a postupy k pochopení a osvojení základních pracovních dovedností a návyků, trvá na dokončení zadaných úkolů, na dochvilnosti, dodržování pravidel. Učitel rozděljuje pro některé vyučovací hodiny žákyně do menších skupinek, ve kterých pak žákyně pracují samostatně. Učitel dohlíží na to, aby se v rámci skupinky zapojila do činnosti každá žákyně, čímž podporuje formy spolupráce. Učitel motivuje žákyně k odpovědnému plnění svěřených úkolů a upevňuje tuto zodpovědnost kladným hodnocením a oceněním jejich práce a jednání.

## Vzdělávání žákyň se speciálními vzdělávacími potřebami

Za žákyně se speciálními vzdělávacími potřebami jsou považovány žákyně se zdravotním postižením (tělesným, zrakovým, sluchovým, mentálním, autismem, vadami řeči, souběžným postižením, více vadami a vývojovými poruchami učení nebo chování), žákyně se zdravotním znevýhodněním (zdravotním oslabením, dlouhodobým onemocněním a lehčími zdravotními poruchami vedoucími k poruchám učení a chování) a žákyně se sociálním znevýhodněním (z rodinného prostředí s nízkým sociálně-kulturním postavením, ohrožení sociálně patologickými jevy, s nařízenou ústavní výchovou nebo uloženou ochrannou výchovou a žákyně v postavení azylantů a účastníků řízení o udělení azylu).

V naší škole se nejvíce setkáváme se žákyněmi s vývojovými poruchami učení a chování a se žákyněmi s kombinovanými vadami. Výhodou naší školy je nižší počet žákyň ve třídách, který umožňuje všem vyučujícím vytvářet ve škole dostatečně podnětné a vstřícné prostředí, diferencovat a individualizovat výuku v souladu s potřebami a možnostmi jednotlivých dívek.

Ve škole funguje školní poradenské pracoviště (v současné době zastoupené speciálním pedagogem, sociální pracovnící a psychologem), které spolupracuje s Křesťanskou pedagogicko-psychologickou poradnou. Speciální pedagog poskytuje se souhlasem rodičů a ve spolupráci se školským poradenským pracovištěm (pedagogicko-psychologickou poradnou nebo speciálně pedagogickými centry) odbornou pomoc žákyním s vývojovými poruchami učení. Navrhne-li pedagogicko-psychologická poradna, respektive speciální pedagogické centrum integraci, je pro žákyni na základě odborného posudku k integraci a žádosti zákonných zástupců žákyně vytvořen individuální vzdělávací plán, na kterém spolupracují třídní učitel, ostatní učitelé, speciální pedagog, výchovný poradce, rodiče žákyně a v neposlední řadě žákyně sama. Individuální vzdělávací plán schvaluje ředitel školy.

Speciální pedagog poskytuje všem integrovaným žákům individuální péči. Často se však na škole setkáváme se žákyněmi, jejichž porucha nevyžaduje integraci, ale přesto zůstává celoživotním handicapem a je zapotřebí ji zohledňovat. Školní speciální pedagog informuje pedagogy o vhodném přístupu k těmto žákyním. Při hodnocení učebních výsledků pedagogové zohledňují druh, stupeň a míru konkrétního postižení nebo znevýhodnění. Školní psycholog se podílí na přijímacím řízení ověřováním studijních předpokladů.

Vzdělávání žákyň s poruchami chování, popř. žákyň s edukativními problémy, probíhá formou speciálně pedagogické a psychologické péče a individuálního zohledňování potřeb a možností konkrétní dívky.

Školní psycholog poskytuje žákyním individuálně poradenskou a terapeutickou péči v indikovaných případech. Podle potřeby nabízí dívkám radu, doporučení, podporu v obtížných životních situacích, krizovou intervenci či pouze prostor pro vypovídání se, svěření se s těžkostmi nebo pro sdílení radostí. Některé z obtíží, s nimiž žákyně přicházejí, jsou trvalejšího rázu a vyžadují dlouhodobější a systematictější spolupráci; mnohdy však dívky přicházejí probrat zcela konkrétní situace ze svého života a s pomocí školního psychologa hledají vhodné řešení. Součástí činnosti školního psychologa na naší škole je také psychologická diagnostika.

## Vzdělávání žákyň se sociálním znevýhodněním

Vzdělávání žákyň se sociálním znevýhodněním předchází seznámení s prostředím, ze kterého k nám dívka přichází. S výchozí rodinou (dětským domovem, diagnostickým ústavem,...), školami, kterými žákyně prošla, s jejími zvyky, problémy a důvody, proč se přihlásila právě na naši školu.

Následuje pracovní setkání školní psycholožky, třídní učitelky, spec. pedagožky, výchovné poradkyně, sociální pracovníce s žákyní a jejími zákonnými zástupci (pokud tito o setkání projeví zájem). Na setkání si probereme, jakých cílů by chtěla žákyně dosáhnout (nejen studijních) a stanovíme si postupné cíle i termíny dalších setkání.

Podle individuálních potřeb žákyně vypracuje speciální pedagožka individuální studijní plán, na jehož základě učitelé se žákyní pracují. Uplatňujeme nejen citlivý individuální přístup, ale též důslednost při vyžadování plnění úkolů. Postupně spolu s budováním vzájemné důvěry se snažíme žákyně přimět, aby za své vzdělání, práci a vystupování přejaly zodpovědnost (pocit zodpovědnosti, sebevědomí, dobrovolná kázeň a důvěra k učitelům jim většinou na „startovní čáře“ chybí).

Při výuce je preferována názornost, tradiční hodiny se střídají s hodinami netradičně pojatými. Žákyním se speciálními vzdělávacími potřebami pomáhají při hodinách výuky asistenti pedagoga nebo spec. pedagožka. Tato s nimi též procvičuje učivo, kterému nerozumí, nebo doučuje žákyně, které se vrací do školy po nemoci. Pokud se vyskytnou problémy se zvládnutím učiva, které se nějakým způsobem vymykají předpokládaným problémům, je situace konzultována jak se zákonnými zástupci žákyně, tak s KPPP a s žákyní, aby se předešlo přerůstání problémů, které by mohlo vyústit až v předčasné opuštění vzdělávacího procesu. (Žákyně, které ještě nemají dostatek životních zkušeností, často řeší své problémy právě útekem od povinností a odchodem ze školy).

## Začlenění průřezových témat

Průřezová témata reprezentují okruhy aktuálních problémů současného světa a stávají se významnou a nedílnou součástí vzdělávání v praktické škole. Jsou důležitým formativním prvkem, vytvářejí příležitosti pro individuální uplatnění žákyň i pro jejich vzájemnou spolupráci a pomáhají dále rozvíjet osobnost především v oblasti postojů a hodnot. Obsahová náplň je přizpůsobena schopnostem a možnostem konkrétních žákyň vzdělávaných v praktické škole dvouleté.

Tematické celky průřezových témat procházejí napříč vzdělávacími oblastmi a umožňují tím propojení vzdělávacích obsahů jednotlivých vzdělávacích okruhů. Přispívají tak ke komplexnosti vzdělávání žáků a pozitivně ovlivňují proces utváření a rozvíjení klíčových kompetencí realizovaných ve škole i mimo školu.

Průřezová témata jsme koncipovali jako integrativní součást vzdělávacího obsahu vyučovacích předmětů, využíváme je též v podobě projektů, seminářů, kurzů apod.

### **Začlenění průřezových témat a jejich oblastí do předmětů:**

osobnostní a sociální výchova  
osobnostní rozvoj  
sociální rozvoj  
morální rozvoj

*V předmětech: občanská výchova, osobnostní a profesní růst, křesťanská výchova, rodinná výchova, psychologie, třídnická hodina*

### **Výchova demokratického občana**

občanská společnost, stát a škola  
lidské vztahy

*V předmětech: občanská výchova, osobnostní a profesní růst, křesťanská výchova, rodinná výchova, třídnická hodina*

### **Enviromentální výchova**

ekosystémy  
základní podmínky života  
vztah člověka k prostředí  
lidské aktivity a problémy životního prostředí

*V předmětech: občanská výchova, zdravotní výchova, rodinná výchova*

### **Mediální výchova**

kritické čtení a vnímání mediálních sdělení  
interpretace vztahu mediálních sdělení a reality  
fungování a vliv médií ve společnosti  
tvorba mediálního sdělení

*V předmětech: český jazyk a literatura, informační a komunikační technologie, občanská výchova, křesťanská výchova*

## Výchova k práci a zaměstnanosti

svět práce  
sebe prezentace  
pracovně právní legislativa

*V předmětech: občanská výchova, osobnostní a profesní růst, křesťanská výchova, rodinná výchova, třídnická hodina*

## Podmínky pro přijímání ke studiu

### Kritéria pro přijetí ke studiu na Dívčí katolické střední škole v Platněřské 4, Praha 1:

O přijetí ke studiu na Dívčí katolické střední škole rozhoduje její ředitel.

Podmínkou přijetí ke studiu je dokončená povinná školní docházka, a to i na úrovni nižší než deváté třídy základní školy (platí rovněž pro školy speciální, popř. praktické).

Podmínkou přijetí je rovněž zdravotní způsobilost ke studiu.

Nutnou podmínkou přijetí ke studiu je dále včasné doručení řádně vyplněné přihlášky spolu s povinnými přílohami. Termín podání a náležitosti přihlášky jsou upraveny aktuálním prováděcím předpisem podle par. 60, odstavce (2) zákona č. 561/2004 Sb. Za povinné přílohy se považuje kopie posledního vydaného vysvědčení z předchozího vzdělávání a kopie výstupního hodnocení uchazečky ze základního vzdělávání, pokud bylo uchazečce vydáno. Cizinci s původem mimo země EU jsou povinni navíc doložit doklady stanovené příslušnými předpisy, především doklad o pobytu na území ČR.

Podmínkou přijetí ke studiu je absolvování vzájemně poznávacího setkání. Jeho termín, obsah a formu ředitel stanoví způsobem a v termínu stanoveném příslušným prováděcím právním předpisem.

Vzájemně poznávací setkání sestává z písemné a ústní části. Část písemná zahrnuje test ze všeobecných vědomostí a písemné zpracování životopisu dle předepsané osnovy. Hlavním účelem ústní části je zjištění motivační úrovně uchazečky vzhledem ke studijnímu oboru.

Hlavním účelem vzájemně poznávacího setkání ovšem není sestavení pořadníku, nýbrž vzájemné poznání.

Při přijímání ke studiu bude vzhledem k zaměření školy brán zvláštní zřetel k uchazečkám fyzicky, mentálně a sociálně handicapovaným.

Při přijímání nových žákyň jsou zohledněny prostorové, technické a personální dispozice školy.

Pro posouzení zdravotní způsobilosti ke studiu oboru Praktická škola dvouletá bude v rámci přijímacího řízení relevantní vyjádření praktického, respektive odborného lékaře uchazeče. Lékařský posudek může být během studia aktualizován v relaci k případným změnám lékařského stavu žáka, aktualizaci vyjádření praktického či odborného lékaře během studia může nárokovat vedení školy.

## Způsob ukončení vzdělávání

Studium je ukončeno závěrečnou zkouškou. Podmínkou pro připuštění k závěrečné zkoušce je úspěšné ukončení druhého ročníku. To je podmíněno klasifikací výborně, chvalitebně, dobře, nebo dostatečně ze všech předmětů a úspěšným absolvováním prověřovacích testů. Prověřovací testy se konají v jednom týdnu, který stanoví ředitel školy zpravidla na měsíc květen. Každý den z tohoto týdne se



koná test z jednoho předmětu v rozsahu 90 minut (1. a 2. vyučovací hodinu, po zbytek dne probíhá výuka podle rozvrhu). Testy se konají z těchto předmětů: Příprava pokrmů a péče o domácnost.

Závěrečné zkoušky se budou skládat z:

- Praktické zkoušky z předmětu Příprava pokrmů
- Ústní zkoušky z předmětu Příprava pokrmů
- Ústní zkoušky z předmětu Péče o domácnost

# Učební plán

Vzdělávací oblasti	Okruh / předmět		Zkratka	1. r.	2. r.	Poznámky
Jazyk a jazyková komunikace	Český jazyk a literatura		CJ	2	2	
	Cizí jazyk		AJ	1	1	
Matematika a její aplikace	Základy matematiky a přírodních věd		ZMPV	3	3	2 z člověk a příroda
Informační a komunikační technologie	Informační a komunikační technologie		IKT	2	0	
Člověk a společnost	Základy společenských věd	Občanská výchova	OV	1	2	2 z disponibilních
		Křesťanská výchova	KV	1	1	
Člověk a příroda						
Umění a kultura	Umění a kultura	Kreativní dílna	KD	2	2	
Člověk a zdraví	Výchova ke zdraví	Zdravotní výchova	ZV	2	2	2 z rodinné vých.
	Tělesná výchova		TV	2	2	
Odborné činnosti	Rodinná výchova		RV	2	2	Vybraná témata přesunuta do předmětu zdravotní výchova.
	Výživa a příprava pokrmů		PPo	5	5	1 disponibilní
	Odborné obory podle zaměření školy	Péče o domácnost	DOM	3	3	4 disponibilní
		Péče o oděvy	PO	1	1	
		Praktická cvičení	PCV	2	4	
PCV	2		2			
Třídnická hodina			TH	1	1	2 disponibilní
<b>CELKEM</b>				<b>32</b>	<b>32</b>	

## Přehled využití týdnů ve školním roce

Činnost	1. roč.	2. roč.
vyučování podle rozpisu učiva	34	32
soustředění	2	2
závěrečná zkouška	0	2
časová rezerva (opakování učiva, exkurze, výchovně-vzdělávací akce)	4	4
<b>CELKEM</b>	<b>40</b>	<b>40</b>

## Organizace výuky

Výuka se dělí na teoretickou, realizovanou ve škole (popř. v dalších prostorách – tělesná výchova, exkurze,...) a na praktickou, která probíhá ve školní kuchyni.

Teoretická výuka probíhá v celé třídě, nebo pokud to vyžaduje charakter předmětu, v menších skupinkách, tak, aby byl zajištěn individuální přístup vyučujícího k potřebám všech dívek. Pokud to charakter předmětu vyžaduje, jsou do výuky zařazovány exkurze do zařízení, kde mohou žákyně vidět v praxi to, co ve škole poznávají teoreticky.

Praktická výuka se realizuje v rámci předmětu příprava pokrmů. Součástí praktické výuky je též účast studentek na úklidu prostor školy.

V průběhu studia se žákyně účastní čtyř týdnů soustředění. To se koná zpravidla v září a v květnu každého školního roku. Jeho cílem je hlubší seznámení žákyní a zlepšení atmosféry ve třídách. Soustředění je společné vždy pro dvě třídy v daném ročníku (tedy jedna třída z oboru Praktická škola dvouletá a jedna třída z oboru Pečovatelské služby). Toto opatření podporuje integrační snahy naší školy.

# UČEBNÍ OSNOVY

## Český jazyk, literatura a komunikační výchova

### Charakteristika předmětu:

### Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia

1. ročník - 2 hodiny týdně
2. ročník - 2 hodiny týdně

### Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle

Český jazyk, literatura a komunikační výchova patří mezi pilíře vzdělávání v České republice, protože vyučuje mateřský jazyk, jehož prostřednictvím se v této zemi vzdělávání jako takové uskutečňuje. Správné uchopení českého jazyka jako nástroje dorozumívání a pochopení jazykové a literární kultury je jedním ze znaků našich absolventek.

Český jazyk, literatura a komunikační výchova vybavuje znalostmi a dovednostmi, díky nimž jsou žákyně schopny různá jazyková sdělení správně vnímat, rozumět jim a předávat je dál. Žákyně se umějí adekvátně vyjadřovat, umějí se prezentovat verbálně i nonverbálně.

Český jazyk, literatura a komunikační výchova vede žákyně k aktivnímu přístupu k mateřskému jazyku, k prohlubování a rozšiřování aktivní i pasivní slovní zásoby. V tvůrčích aktivitách pak poznávají žákyně blíže i samy sebe.

Český jazyk, literatura a komunikační výchova je předmět, jehož součástí jsou tři hlavní základní oblasti:

**Jazyková výchova** - žákyně si osvojuje spisovný jazyk, jeho výslovnost a pravopis.

**Literární výchova** - žákyně poznává prostřednictvím literárních děl základní literární druhy a žánry, zamýšlí se nad literárně zpracovanými tématy a vytváří si svůj vlastní názor a vkus. Učí se rozpoznávat realitu a literární fikci. V rámci předmětu žákyně navštíví knihovnu, divadelní představení, tematickou výstavu nebo jiné kulturní památky rozšiřující jejich kulturní povědomí.

**Komunikační, slohová a mediální výchova** - žákyně se učí chápat jazyková sdělení poslechem i čtením. Učí se kultivovaně projevat, tvořit text správný po obsahové, formální i jazykové stránce. Učí se pracovat s informacemi získanými z médií. Učí se odhalovat mediální manipulaci a bránit se jí.

Předmět český jazyk, literatura a komunikační výchova má vazbu na všechny vzdělávací oblasti, neboť je jejich komunikačním nástrojem. Správné užívání mateřského jazyka vede k pochopení, uchování a dalšímu zpracování věcných informací v odborných předmětech.

## Popis hlavních metod a forem výuky

Žákyně se učí pomocí interaktivních výukových metod, díky nimž rozvíjí své vědomosti a dovednosti. Do výuky jsou zahrnuty různé metody aktivního učení. Prohlubuje se vzájemná spolupráce žákyň, důraz se klade na mezioborové vazby jednotlivých témat a projektové vyučování. Kromě běžné vyučovací hodiny jsou do výuky zahrnuty i exkurze, projekty, výstavy, divadelní představení a další kulturní aktivity.

## Způsob hodnocení

Učitel hodnotí žákyně podle platného klasifikačního řádu. Žákyně jsou zkoušeny písemně nebo ústně. Každé čtvrtletí píše žákyně souhrnný opakovací test, jehož známka má velkou váhu. Tento test oznamuje učitel žákyním minimálně 1 týden dopředu. Učitel známkuje též zvláštní úkoly, skupinové projekty, referáty nebo práci v hodině.

## Přínos k realizaci hlavních průřezových témat

## Přínos k realizaci klíčových kompetencí

Positivním přístupem a motivací učitel rozvíjí u žákyň kompetence k učení. Kompetence k řešení problémů získají žákyně tak, že je učitel naučí porozumět různým zadáním problémů a reagovat na ně. V rámci komunikační výchovy učitel rozvíjí komunikativní kompetence pomocí základů rétoriky. Učitel seznámí žákyně se stěžejními literárními autory a díly, čímž prohloubí jejich občanské a kulturní povědomí.

## Rozvoj klíčových kompetencí:

Název kompetence:	KOMPETENCE K UČENÍ
Obsah kompetence:	Jak přispívá učitel k rozvoji:
osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu	Učitel pozitivně motivuje žáky a předkládá před žákyně takové podněty, které podporují zájem o další informace k daným tématům.
využívat vhodně naučené metody a techniky učení	Učitel zadává úkoly tak, aby nebyly příliš náročné, ale aby přitom prohloubily a utvrdily znalosti a dovednosti žákyně. Využívá přitom co nejvíce výukových přístupů, aby byly úkoly různorodé a podporovaly jejich kreativitu. Různorodostí zadaných úkolů si pak žáci snadněji vyberou adekvátní techniku učení.

uplatňovat znalosti k rozšiřování a prohlubování svých vědomostí a dovedností	<p>Pomocí ukázek textů ze světové a české literatury podporuje učitel v žákyních jejich schopnosti porozumění a práci s textem.</p> <p>Ve výuce zavádí učitel více práce s učebnicí a studijními texty, pomáhá žákyním rozpoznat podstatné a nepodstatné informace důležité pro učení a vede žákyně k písemnému zpracování získaných poznatků.</p> <p>Učitel motivuje žákyně k samostatné práci s daným textem, umět si vyhledat důležité informace v časopisech, učebnicích a na internetu a následně je zpracovat a interpretovat pro druhé.</p>
reagovat na hodnocení ze strany druhých, přijímat radu i oprávněnou kritiku	<p>Žákyně přednášejí vlastní příspěvky k tématům a následně o nich společně hovoří. Učitel vede žákyně k samostatným názorům, zároveň však k respektu ostatních.</p> <p>Učitel evaluuje různými způsoby dosažené výsledky žákyň, oceňuje jejich pokroky a snaží se je dále motivovat. Při individuálních prezentacích žákyň zapojuje do hodnocení ostatní žákyně.</p>
používat základní pojmy z různých vzdělávacích oblastí a pracovních činností	<p>Učitel podporuje žákyně k samostatnému zápisu vlastních poznámek při svém odborném výkladu. Společně si pak zápisky procházejí a hledají stěžejní informace.</p> <p>Učitel vede žákyně, aby získané pojmy dokázaly uplatňovat v každodenních situacích.</p>
dokázat vyhledávat informace a využívat je v praktickém životě	<p>Učitel seznamuje žákyně s různými druhy zdrojů informací. Žákyně využívají i znalosti zkušenějších členů své rodiny, přátel a následně je prezentují a porovnávají ve škole.</p>
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozpoznat problémy a hledat způsob jejich řešení	<p>V hodinách mediální výchovy i literatury, pracuje učitel s různými texty jak z klasické literatury, tak z denního tisku, a učí žákyně vyhledávat podstatné informace a nosná témata textu. Učitel nechává žákyně pracovat buď samostatně, nebo je vede k týmové spolupráci při řešení daného problému.</p> <p>Při týmové spolupráci vede učitel své žákyně k prezentaci a hodnocení výsledků práce.</p>

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE KOMUNIKATIVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozvinout své komunikační dovednosti	Učitel nacvičuje v rámci mluvních cvičení s žákyněmi souvislý samostatný projev, ve kterém klade důraz na mimiku, gestiku, posturiku a suprasegmentální prostředky. Přihlízející žákyně se učí vnímat, hodnotit a rozpoznat správný veřejný mluvní projev.
dokázat v rámci svých možností srozumitelně vyjadřovat ústní, písemnou nebo jinou alternativní formou	Učitel vede žákyně v hodinách jazykovědy, literatury i komunikační výchovy během řízených diskuzí k adekvátnímu vyjadřování osobních názorů i k respektování názorů ostatních.
naslouchat pozorně druhým, rozumět obsahu sdělení a adekvátně na ně reagovat	Učitel se snaží navodit takovou atmosféru ve výuce ve které se žákyně budou cítit bezpečně a budou schopny se srozumitelně vyjadřovat. Učitel vypracovává s žákyněmi texty literárního i odborného charakteru a vždy dbá na jejich formální, obsahovou i gramatickou správnost.
vyjadřovat své názory a postoje a vhodnou formou se snažit obhájit svůj názor	Učitel vštěpuje žákyním základní pravidla chování jedince ve společnosti a jednotlivá společenská pravidla uvádí do praxe i v běžných komunikačních situacích během vyučovací hodiny. Učitel se podílí na spoluvytváření společného soužití mezi vrstevníky, vede k uvědomování si práv svých a práv druhých, učí je žákyně hájit a respektovat a chápat, že všichni lidé mají stejnou hodnotu.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE SOCIÁLNÍ A PERSONÁLNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
orientovat se v základních mravních hodnotách a uplatňovat základní pravidla společenského chování	Učitel jedná s žáky tak, že je svým osobním příkladem vede k respektování základních mravních hodnot. Učitel představuje žákům základní pravidla společenského chování pomocí diskuze a praktických ukázek v rámci komunikační výchovy. Učitel se pak snaží osvojená pravidla aplikovat i do dalších složek výuky přesahující komunikační výchovu.
uvědomovat si nebezpečí možného psychického i fyzického zneužití vlastní osoby	V rámci komunikační výchovy upozorňuje učitel na nebezpečí reklamy ve všech druzích médií, která může vytvářet psychický tlak na žáky a negativně ovlivňovat jejich chování a jednání. Učitel vštěpuje žákům umění zdvažilého odmítnutí v rámci hodin komunikační výchovy. Tím snižuje riziko psychického i fyzického zneužití žáků jinou osobou.
respektovat práva a povinnosti svá i ostatních, přispívat, přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů	Učitel dbá na to, aby v jeho hodinách, zejména během mluvních cvičení, dodržovali žáci společně přijatá pravidla, respektovali se navzájem a tím přispívali k vytváření vstřícných mezilidských vztahů.



<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
respektovat základní práva a povinnosti občanů, společenské normy a pravidla soužití	Učitel vytváří ve třídě takové klima, ve kterém se respektují základní práva a povinnosti žáků, které jsou základem pro pochopení základních práv a povinností občanů. V rámci komunikační výchovy učitel prakticky procvičuje s žáky společenské normy a pravidla soužití pomocí scénického ztvárnění.
zvládat běžnou komunikaci s úřady	Ve spolupráci s učitelem občanské výchovy nacvičuje učitel s žáky písemnou i ústní komunikaci s úřady. Při nacvičování ústní komunikace s úřady využívá učitel možnosti procvičovat s žáky důležitou složku komunikace - základní pravidla společenského chování.
respektovat a chránit naše tradice a kulturní i historické dědictví	Učitel představuje žákům základní autory a díla české literatury, na jejichž základě prohlubuje povědomí žáků o české kultuře a lidových tradicích. Učitel dává do souvislosti autory literárních děl i jejich díla samotná s historickými událostmi své doby, vytváří žákům celostní historicko-kulturní pohled na minulost a poukazuje na důležitost zachování kultury a tradice v budoucnosti, neboť ty spoluvytvářejí identitu národa.

## 1. ročník:

Název tematického celku: Nauka o jazyku, fonetika		Počet hodin: 4
Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně rozlišuje spisovný jazyk a obecnou češtinu.	národní jazyk a jeho útvary evropské a světové jazyky a soudobý svět	
Žákyně se řídí zásadami správné výslovnosti.	jazyková kultura	

Název tematického celku: Pravopis, morfologie, lexikologie I.		Počet hodin: 20
Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně uplatňuje znalosti českého pravopisu v písemném projevu (souhlásky tvrdé, měkké, obojetné shoda přísudku s podmětem pravopis ů/ů).	souhlásky tvrdé, měkké, obojetné shoda přísudku s podmětem pravopis ů/ů	
Žákyně využívá poznatků z tvarosloví a skladby v písemném i mluveném projevu (podstatná jména, přídavná jména, zájmena, číslovky).	tvarosloví a skladba - podstatná jména, přídavná jména, zájmena, číslovky	
Žákyně používá adekvátní slovní zásobu včetně příslušné odborné terminologie (obohacování slovní zásoby a tvoření slov přísloví, rčení, pranostiky).	obohacování slovní zásoby a tvoření slov příslloví, rčení, pranostiky	metoda sněhové koule

Název tematického celku: Česká a světová literatura I.		Počet hodin: 30
Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně se orientuje v české literatuře a přečte dvě díla dle svého výběru.	základní česká literární díla	
Žákyně se orientuje ve světové literatuře.	základní světová literární díla	

<b>Název tematického celku: Literární teorie I.</b>		<b>Počet hodin: 4</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně rozliší konkrétní literární díla podle základních druhů a žánrů	projekt - čtenářské křeslo	
Žákyně se orientuje v literárních žánrech (poezie, próza).	poezie, próza	

<b>Název tematického celku: Komunikační výchova I.</b>		<b>Počet hodin: 10</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně se vhodně prezentuje.	komunikační situace, grafická a formální úprava jednotlivých písemných projevů	
Žákyně vyjadřuje postoje neutrální, pozitivní (pochválit) i negativní (kritizovat, polemizovat).	komunikační strategie	
Žákyně vyjadřuje se věcně správně, jasně a srozumitelně.	komunikační situace mluvní cvičení	skupinová argumentace
Žákyně popíše vhodné společenské chování v dané situaci.	společenská kultura, principy a normy kulturního chování, vyjednávání, řešení konfliktů	skupinové řešení problémů
Žákyně sestaví a přednese krátký prostě sdělovací, administrativní a prakticky odborný projev;	projevy prostě sdělovací, administrativní, prakticky odborné, jejich základní znaky, postupy a prostředky (osobní dopisy, krátké informační útvary, osnova, životopis, inzerát a odpověď na něj, vyprávění, popis osoby, věci)	
Žákyně zjišťuje jednoduché potřebné informace z dostupných informačních zdrojů.	vyhledávání informací - internet, knihy, návody, příručky, masová média	PC - vyhledávání informací
Žákyně ví, kde je místní knihovna a co v ní může najít.	návštěva Městské knihovny, masová média	

**Počet hodin ve školním roce celkem: 68 hodin**

## 2. ročník:

<b>Název tematického celku: Pravopis, morfologie, lexikologie II.</b>		<b>Počet hodin: 20</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně uplatňuje znalosti českého pravopisu v písemném projevu (bě/ pě/ vě/ mě interpunkce).	bě/ pě/ vě/ mě interpunkce	
Žákyně využívá poznatků z tvarosloví a skladby v písemném i mluveném projevu (slovesa, příslovce, předložky, spojky, částice, citoslovce; základní skladební dvojice, souvětí).	tvarosloví a skladba - slovesa, příslovce, předložky, spojky, částice, citoslovce; souvětí	
Žákyně používá adekvátní slovní zásobu včetně příslušné odborné terminologie.	slovní zásoba a její rozvrstvení zvláště vzhledem k příslušnému oboru vzdělávání, terminologie	

<b>Název tematického celku: Literární teorie II.</b>		<b>Počet hodin: 10</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně má pozitivní vztah k literatuře, čte.	projekt - čtenářské křeslo	
Žákyně se orientuje v literárních žánrech (drama).	drama	
Žákyně se orientuje v kulturní nabídce v místě školy a bydliště.	kulturní instituce v ČR a v regionu, společnost – jednotlivci a společenské skupiny, kultura, náboženství	

<b>Název tematického celku: Česká a světová literatura II.</b>		<b>Počet hodin: 36</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně se orientuje v českých a antických bájích a pověstech.	báje a pověsti	
Žákyně se orientuje v české a světové literatuře.	základní česká a světová literární díla	

<b>Název tematického celku: Komunikační výchova II.</b>		<b>Počet hodin: 12</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně se vhodně prezentuje.	komunikační situace, suprasegmentální prostředky	
Žákyně vyjadřuje postoje neutrální, pozitivní (pochválit) i negativní (kritizovat, polemizovat).	komunikační strategie	skupinová diskuse
Žákyně vyjadřuje se věcně správně, jasně a srozumitelně.	komunikační situace	skupinové řešení problému
Žákyně rozumí obsahu textu, určí hlavní myšlenku. Vytvoří vlastní text.	tvorba textu	

**Počet hodin ve školním roce celkem: 68 hodin**

## Anglický jazyk

<b>Charakteristika předmětu:</b>	
<b>Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia:</b>	
1. ročník – 1 hodina týdně 2. ročník – 1 hodina týdně Předpokládaný počet hodin za školní rok: 34	
<b>Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle</b>	
Hlavním cílem Anglického jazyka je, aby si žákyně osvojily v cizím jazyce základy: <ol style="list-style-type: none"><li>1. čtení</li><li>2. poslechu</li><li>3. psaní</li><li>4. komunikace</li></ol>	
<b>Klíčové kompetence</b>	
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K UČENÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
využívat vhodně naučené metody a techniky učení;	Učitel studentky vhodně motivuje používáním učebních pomůcek, například kartiček s obrázky. Každý pokrok hodnotí pozitivně a studentkám se věnuje podle jejich schopností individuálně, na každou si udělá čas.
osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu	Od počátku vysvětluje studentkám, jakým způsobem si mají probíranou látku osvojit, jak si vytvořit vhodné studijní podmínky a režim. Vhodně zadávanými úkoly žákyně motivuje k osvojení a zažití studijního režimu.
dokázat vyhledávat informace a využívat je v praktickém životě	V hodinách teoretické výuky učitel studentky seznámí s možností využití internetu či sledování pořadů v anglickém jazyce, např. YouTube pro vlastní učení.
reagovat na hodnocení ze strany druhých, přijímat radu i oprávněnou kritiku	Učitel studentky pravidelně hodnotí, využívá různých možností hodnocení. Dává studentkám možnost vyjádřit se k celkovému hodnocení své práce a umožňuje jim porovnávat výsledky práce navzájem.

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
porozumět zadání úkolu nebo rozpoznat jádro problému, získat informace potřebné k řešení problému	Učitel zadává úkoly srozumitelně a kontroluje, zda mu studentky rozumí. Postupně učí studentky stále větší samostatnosti při řešení úkolů. Úkoly zadává individuálně, podle schopností studentek.
volit prostředky a způsoby (pomůcky, metody a techniky) vhodné pro splnění jednotlivých aktivit, využívat zkušeností a vědomostí dříve nabytých	Učitel učí studentky vybírat nejefektivnější prostředky vhodné ke splnění zadaných úkolů. Učitel vede studentky k využití dříve nabytých zkušeností a vědomostí k řešení nových situací.
spolupracovat při řešení problémů s ostatními	Výuka je ideální formou pro rozvíjení schopností studentek vzájemně spolupracovat na řešení problémů a problematických situací. Učitel studentky motivuje ke vzájemné spolupráci a komunikaci mezi sebou ve anglickém jazyce.
dokázat přivolat pomoc v případě ohrožení vlastní nebo jiné osoby.	Při simulaci krizových situací učitel studentkám názorně ukazuje a vysvětluje, jak lze přivolat první pomoc, jak první pomoc poskytnout a radí, kde hledat odbornou pomoc.

## 1. ročník

Výsledky vzdělávání	Učivo
<p><b>Žák umí:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• osvojit si základní pravidla výslovnosti</li><li>• porozumět jednoduchým textům a napsům</li><li>• rozumět jednoduchým pokynům, sdělením a frázím</li><li>• zvládnout základy společenského styku – pozdravit, představit se</li><li>• používat osvojenou slovní zásobu</li></ul>	<p><b>1. Jednoduchý projev</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pozdrav, otázka na jméno, představení</li><li>• abeceda</li><li>• slovní zásoba, procvičování</li><li>• základní údaje o své osobě</li><li>• žádost o radu, o pomoc</li><li>• vyjádření souhlasu, nesouhlasu</li><li>• vyjádření jednoduchého názoru</li><li>• poděkování, omluva</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• zformulovat jednoduchou otázku a odpověď</li><li>• umět utvořit jednoduché věty</li><li>• zvládat přeložit jednoduchý text do anglického jazyka</li></ul>	<p><b>2. Gramatické struktury</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• jednoduchá otázka a odpověď</li><li>• utvoření záporu, množné číslo</li><li>• věta jednoduchá</li><li>• čtení a překlad jednoduchých slov</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• pojmenovat věci okolo sebe – ve třídě, v bytě, pojmenovat členy rodiny</li><li>• používat základní slovní zásobu z oblasti jídla a potravin</li></ul>	<p><b>3. Tematické celky</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Rodina</li><li>• Zvířata</li><li>• Číslovky</li><li>• Názvy povolání</li><li>• Barvy</li><li>• Lidské tělo</li><li>• Země, město, bydliště</li><li>• Nakupování – potraviny, ovoce, zelenina</li><li>• Bydlení – popis věcí v bytě</li></ul>



## 2. ročník

Výsledky vzdělávání	Učivo
<p><b>Žák umí:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• osvojit si základní pravidla výslovnosti</li><li>• porozumět jednoduchým textům a nápisům</li><li>• rozumět jednoduchým pokynům, sdělením a frázím</li><li>• zvládnout základy společenského styku – požádat a poděkovat</li><li>• používat osvojenou slovní zásobu</li><li>• vést jednoduchý rozhovor</li></ul>	<p><b>4. Jednoduchý projev</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• slovní zásoba, procvičování</li><li>• žádost o radu, o pomoc</li><li>• vyjádření souhlasu, nesouhlasu vyjádření jednoduchého názoru</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• zformulovat jednoduchou otázku a odpověď</li><li>• umět utvořit jednoduché věty</li><li>• zvládat přeložit jednoduchý text do anglického jazyka</li></ul>	<p><b>5. Gramatické struktury</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• jednoduchá otázka a odpověď</li><li>• utvoření záporu, množné číslo</li><li>• věta jednoduchá</li><li>• čtení a překlad jednoduchých slov</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• znát názvy dnů v týdnu, denní doby, ročního období, určit čas</li><li>• znát základní pojmy související s cestováním</li><li>• orientovat se ve slovníku</li></ul>	<p><b>6. Tematické celky</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• dny v týdnu</li><li>• denní doba, čas – otázky „Kolik je hodin?“</li><li>• číslovky (100 – 1000), datum (1st January)</li><li>• kalendář, roční období</li><li>• Cestování</li><li>• Další výběr dle zájmu a schopností žáků</li><li>• Práce se slovníkem</li></ul>

## Základy matematiky a přírodních věd

<b>Charakteristika předmětu:</b>
<b>Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia</b>
Tři hodiny týdně.
<b>Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle</b>
Základy matematiky a přírodních věd v sobě zahrnují základní poznatky z matematiky, biologie, chemie a fyziky, pojaté úměrně rozumovým schopnostem žákyň. Ve všech těchto oblastech
<b>Popis hlavních metod a forem výuky</b>
Výuka je realizována především formou výkladu doplněného prezentací, případně animacemi, či krátkou videoprojekcí. Jako doplňkové metody jsou využívány skupinová práce, diskuze, brainstorming a hry.
<b>Způsob hodnocení</b>
Hodnocení žákyň probíhá podle platného klasifikačního řádu. Téměř každou vyučovací hodinu jsou všechny žákyň písemně či ústně zkušeny z látky hodiny předcházející. Dále po ukončení kapitoly píšeme velký test. Hodnotí se též domácí úkoly a práce v hodině.
<b>Přínos k realizaci hlavních průřezových témat</b>
V tomto předmětu se zaměřujeme na průřezové téma člověk a životní prostředí. Žákyň se učí porozumět základním ekologickým vztahům a principům a jednat podle zásad udržitelného rozvoje. Průřezové téma je probíráno v tématu ekologie.

<b>Klíčové kompetence</b>	
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K UČENÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
Osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu;	Učitel povzbuzuje a laskavě napomíná žákyň tak, aby se dosáhlo maximální možné míry osvojení poznatků obsažených ve vzdělávacím programu.  Heslo dne: Učte se!
Využívat vhodně naučené metody a techniky učení;	Učitel věnuje pozornost způsobu učení se jednotlivých žákyň a jejich práci v hodinách.
Uplatňovat znalosti k rozšiřování a prohlubování svých vědomostí a dovedností	Učitel vede žákyň aby při výuce aktivně využívali již dříve získané znalosti z tohoto i jiných předmětů.
Reagovat na hodnocení ze strany druhých, přijímat radu i oprávněnou kritiku	Všechny písemky i ústní zkoušení i jiná vystoupení jsou podrobeny společnému rozboru.

Používat základní pojmy z různých vzdělávacích oblastí a pracovních činností	Učitel vede žákyně k používání správné terminologie.
Dokázat vyhledávat informace a využívat je v praktickém životě	Formou samostatných prací vede učitel žákyně, aby dokázaly samostatně vyhledávat a využívat informace.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
Rozpoznat problémy a hledat způsob jejich řešení	Učitel předkládá žákům problémové úlohy a vede je k jejich správnému řešení.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE KOMUNIKATIVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
Využívat pro komunikaci běžné informační a komunikační prostředky	Učitel vede žákyně k vyhledávání informací pomocí moderních informačních a komunikačních prostředků.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
Podílet se na ochraně životního prostředí a jednat v souladu se strategií udržitelného rozvoje	V rámci tématu ekologie vede učitel žákyně k zodpovědnému chování vůči životnímu prostředí.

### Rozvoj odborných kompetencí:

<b>Název kompetence:</b>	<b>JEDNAT EKONOMICKY A V SOULADU SE STRATEGIÍ UDRŽITELNÉHO ROZVOJE</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
Nakládat s materiály, energiemi, odpady, vodou a jinými látkami ekonomicky a s ohledem na životní prostředí	V rámci tématu ekologie vede učitel žákyně k zodpovědnému chování vůči životnímu prostředí.

<b>Rozvoj průřezových témat:</b>	
<b>Název tématu:</b>	<b>ČLOVĚK A ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
<p><b>Ekosystémy</b></p> <p>les (význam lesa, charakteristika společenstva, typické populace a vazby mezi nimi); pole (význam a obhospodařování polí, vliv člověka na změny okolní krajiny); louka (význam, hospodaření); vodní zdroje (charakteristika, lidské aktivity spojené s vodním hospodářstvím, důležitost pro krajinnou ekologii); lidské sídla (umělý ekosystém, jeho funkce a vztahy k okolí); kulturní krajina (aktuální problémy životního prostředí)</p>	V rámci tématu ekologie seznámí učitel žákyně s jednotlivými ekosystémy.
<p><b>Základní podmínky života</b></p> <p>voda (klíčový význam vody pro existenci života, ochrana vody, zdroje znečištění, druhy vody); ovzduší (význam pro život na Zemi, znečišťování ovzduší, klimatické změny); půda (druhy půdy, rekultivace, ekologické zemědělství); energie (využívání energie, alternativní zdroje energie); přírodní zdroje surovinové a energetické, (význam a získávání, vyčerpatelnost, využitelnost, principy hospodaření s přírodními zdroji)</p>	V rámci tématu ekologie seznámí učitel žákyně se základními podmínkami života.
<p><b>Vztah člověka k prostředí</b></p> <p>naše obec (přírodní zdroje, způsoby využívání a řešení odpadového hospodářství, zajišťování ochrany životního prostředí v obci), náš životní styl (ekologický přístup k prostředí lidských sídel, odpadové hospodaření); lokální ekologické problémy a jejich řešení; prostředí a zdraví (rozmanitost vlivů prostředí na zdraví člověka, možnosti a způsoby ochrany zdraví, využívání přírodních produktů k prevenci nemoci); nerovnoměrnost života na Zemi (rozdílné podmínky prostředí a rozdílný společenský vývoj na Zemi, příčiny a důsledky zvyšování rozdílů globalizace)</p>	V rámci tématu ekologie se učitel spolu se žákyněmi zamyslí nad vztahem člověka k životnímu prostředí.
<p><b>Lidské aktivity a problémy životního prostředí</b></p> <p>doprava a životní prostředí; průmysl a životní prostředí (vztahy průmyslu k ochraně životního prostředí); odpady a hospodaření s nimi, druhotné suroviny; kulturní památky a ochrana přírody (význam ochrany přírody, organizace ochránců přírody)</p>	V rámci tématu ekologie se učitel spolu se žákyněmi zamyslí nad vztahem lidských aktivit a životního prostředí.

## 1. ročník:

Název tematického celku: Čísla a početní operace		Počet hodin: 68
Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně umí provádět aritmetické operace s přirozenými a celými čísly, umí řešit slovní úlohy s přirozenými čísly, umí zaokrouhlovat čísla, odhadovat výsledky	aritmetické operace s přirozenými a celými čísly	
Žákyně umí provádět základní aritmetické operace se zlomky, desetinnými čísly a procenty	desetinná čísla, zlomky	
Žákyně umí zvládat práci s kalkulaátorem pro kontrolu výsledků	procenta, výpočet počtu procent a procentní části práce s kalkulaátorem	
Žákyně umí řešit jednoduché slovní úlohy	slovní úlohy se zaměřením na praxi	
Žákyně umí uplatňovat matematické znalosti při manipulaci s penězi, platební kartou	bankovky, mince, platební karty a manipulace s nimi	

<b>Název tematického celku: Základy přírodopisu</b>		<b>Počet hodin: 24</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně má základní vědomosti o přírodě a přírodních dějích	Obecná biologie a genetika vznik života – základní projevy života, organismy a jejich třídění	
Žákyně popíše základní stavbu těla rostlin	biologie rostlin – stavba těla, význam rostlin a jejich ochrana	
Znáť vybrané zástupce rostlin a živočichů	hospodářsky významné rostliny, chráněné rostlinné druhy, jedovaté a léčivé rostliny, biologie živočichů – živočišná společenstva, domácí a volně žijící zvířata	
Žákyně umí prokázat znalost významu rostlin a živočichů a vysvětlit význam hospodářsky důležitých rostlin a zvířat	hospodářsky významné druhy, kriticky ohrožené druhy, ochrana živočichů	
Žákyně zná základní informace o neživé přírodě	neživá příroda – horniny, nerosty, půdy, praktický význam	
Žákyně dodržuje zásady bezpečného chování v přírodě	zásady bezpečného chování v přírodě	

<b>Název tematického celku: Základy ekologie</b>		<b>Počet hodin: 10</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně vysvětlí podstatu potravních řetězců, rozliší základní rozdíly mezi ekosystémy a popíše ekosystémy vytvořené člověkem. Uvede zástupce v nejbližším ekosystému a vztahy mezi nimi, vysvětlí zásady chování v chráněné oblasti a dodržuje pravidla pro třídění odpadů.	společenstva – přirozené a umělé, druhy ekosystémů, rovnováha v ekosystémech, vzájemné vztahy potravní řetězce ochrana přírody a životního prostředí – globální problémy a jejich řešení, chráněná území hospodaření s odpady, ekologické havárie	

**Počet hodin ve školním roce celkem: 102**

## 2. ročník:

<b>Název tematického celku: Závislosti, vztahy a práce s daty</b>		<b>Počet hodin: 34</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně umí používat základní jednotky délky, času, hmotnosti, objemu, využívá převody jednotek v odborných předmětech a praxi.	jednotky délky, času, hmotnosti, objemu, obsahu, praktické převody	
Žákyně se orientuje v jednoduchém grafu, tabulce	grafy, tabulky, příklady z praktického života aritmetický průměr	

<b>Název tematického celku: Geometrie v rovině a prostoru</b>		<b>Počet hodin: 34</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně zná a rýsuje rovinné útvary, zobrazí jednoduchá tělesa, vypočítá obvody a obsahy rovinných útvarů a využívá je v praxi.	rovinné útvary – obvody a obsahy	
Žákyně vypočítat objemy a povrchy těles se zaměřením na využití v praxi.	prostorové útvary – základní tělesa, povrchy a objemy konstrukční úlohy	
Žákyně čte jednoduché technické výkresy	kótování, technické písmo	

<b>Název tematického celku: Základy fyziky</b>		<b>Počet hodin: 12</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně určí společné a rozdílné vlastnosti látek. Žákyně změří některé fyzikální veličiny vybraných látek a těles.	druhy látek a jejich základní fyzikální vlastnosti, měřené veličiny	
Žákyně využívá poznatky o jednoduchých strojích v praxi	tělesa – pohyb a síla jednoduché stroje – využití v praxi	
Žákyně uvede rozdíly jednotlivých druhů energií a jejich využitelnosti.	elektromagnetické a světelné děje, energie – druhy a využitelnost	
Žákyně zná důsledky působení nadměrného hluku.	zvukové děje – vlastnosti zvuku, škodlivost hluku	

<b>Název tematického celku: Základy chemie</b>		<b>Počet hodin: 8</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
rozlišit výchozí látky jednoduchých chemických reakcí	nejjednodušší chemické reakce základních prvků	
vyjmenovat produkty průmyslového zpracování ropy	základní organické sloučeniny	
popsat využitelnost anorganických sloučenin – oxidů, hydroxidů, kyselin a solí	základní anorganické sloučeniny směsi	
využívat chemické látky v praxi s ohledem na životní prostředí a zdraví člověka	využití chemie v praxi v souvislosti se zaměřením	
znát pravidla bezpečného zacházení s chemickými výrobky	bezpečnost zacházení s chemickými látkami a výrobky	



<b>Název tematického celku: Základy zeměpisu</b>		<b>Počet hodin: 14</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
<p>používat základní kartografickou a topografickou terminologii</p> <p>objasnit důsledky pohybů Země</p> <p>orientovat se na mapě světa a vyhledat světadíly a oceány</p> <p>ukázat na mapě státy EU a uvést postavení ČR v Evropě</p> <p>vědět o významu vlivu podnebí na rozvoj a udržení života na Zemi</p>	<p>kartografie a topografie</p> <p>přírodní obraz Země</p> <p>sluneční soustava, vesmír, Slunce, Země</p> <p>světadíly a oceány,</p> <p>státy světa a EU</p> <p>Česká republika</p> <p>podnebí a počasí ve vztahu k životu organismů</p> <p>živelní pohromy, sluneční soustava, vesmír, Slunce, Země</p>	

**Počet hodin ve školním roce celkem: 102**

## Informační a komunikační technologie

<b>Charakteristika předmětu:</b>
<b>Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia</b>
Dvě hodiny týdně.
<b>Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle</b>
Žákyně získají základní teoretické poznatky o informačních a komunikačních technologiích a na jejich základě se naučí obsluhovat osobní počítač včetně základního programového vybavení. Naučí se pracovat s informacemi prostřednictvím sítě internet.
<b>Popis hlavních metod a forem výuky</b>
Výuka je realizována především formou výkladu doplněného prezentací a následného samostatného praktického nácviku. Jako doplňkové metody jsou využívány skupinová práce, diskuze, brainstorming a hry.
<b>Způsob hodnocení</b>
Hodnocení žákyň probíhá podle platného klasifikačního řádu. Žákyně jsou hodnoceny především na základě samostatné práce při plnění zadaných úkolů.
<b>Přínos k realizaci hlavních průřezových témat</b>
Předmět má přímou návaznost na průřezové téma informatika. V tématu člověk a svět práce je věnována pozornost vyhledávání pracovních příležitostí na internetu.

<b>Rozvoj klíčových kompetencí:</b>	
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K UČENÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
Osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu;	Učitel povzbuzuje a laskavě napomíná žákyně tak, aby se dosáhlo maximální možné míry osvojení oznaků obsažených ve vzdělávacím programu. Heslo dne: Učte se!
Využívat vhodně naučené metody a techniky učení;	Učitel věnuje pozornost způsobu učení se jednotlivých žákyň a jejich práci v hodinách.
Uplatňovat znalosti k rozšiřování a prohlubování svých vědomostí a dovedností	Učitel vede žákyně aby při výuce aktivně využívali již dříve získané znalosti z tohoto i jiných předmětů.

Reagovat na hodnocení ze strany druhých, přijímat radu i oprávněnou kritiku	Všechny písemky i ústní zkoušení i jiná vystoupení jsou podrobeny společnému rozboru.
Používat základní pojmy z různých vzdělávacích oblastí a pracovních činností	Učitel vede žákyně k používání správné terminologie.
Dokázat vyhledávat informace a využívat je v praktickém životě	Formou samostatných prací vede učitel žákyně, aby dokázaly samostatně vyhledávat a využívat informace.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
Rozpoznat problémy a hledat způsob jejich řešení	Učitel předkládá žákům problémové úlohy a vede je k jejich správnému řešení.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE KOMUNIKATIVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
Využívat pro komunikaci běžné informační a komunikační prostředky	Učitel vede žákyně k vyhledávání informací pomocí moderních informačních a komunikačních prostředků.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
Podílet se na ochraně životního prostředí a jednat v souladu se strategií udržitelného rozvoje	V rámci tématu ekologie vede učitel žákyně k zodpovědnému chování vůči životnímu prostředí.

<b>Rozvoj odborných kompetencí:</b>	
<b>Název kompetence:</b>	<b>JEDNAT EKONOMICKY A V SOULADU SE STRATEGIÍ UDRŽITELNÉHO ROZVOJE</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
Nakládat s materiály, energiemi, odpady, vodou a jinými látkami ekonomicky a s ohledem na životní prostředí	V rámci tématu ekologie vede učitel žákyně k zodpovědnému chování vůči životnímu prostředí.

## Rozvoj průřezových témat:

<b>Název tématu:</b>	<b>MEDIÁLNÍ VÝCHOVA</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
Kritické čtení a vnímání mediálních sdělení	Při práci s internetem se žákyně učí analyzovat informace.
<b>Název tématu:</b>	<b>VÝCHOVA K PRÁCI A ZAMĚSTNANOSTI</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
Svět práce	Žákyně vyhledává na internetu nabídky pracovních příležitostí.

## 1. ročník:

<b>Název tematického celku: HW, SW a bezpečnostní zásady práce na PC</b>		<b>Počet hodin: 2</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně ovládá základní obsluhu počítače a jeho periférií. Žákyně rozumí základním pojmům informační činnosti.	základní počítačové a programové vybavení PC sítě a jejich prvky	
Žákyně dodržuje pravidla bezpečnosti práce s výpočetní technikou.	Bezpečnost práce a prevence zdravotních rizik spojených s využíváním výpočetní techniky	

<b>Název tematického celku: Operační systém, počítačová síť</b>		<b>Počet hodin: 2</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně ovládá základní práce se soubory.	operační systém	
Žákyně se orientuje ve struktuře souborů a složek.	Soubor, složka, adresářová cesta, vyhledávání, kopírování, přesun, mazání	
Žákyně umí přizpůsobit nastavení počítače svým potřebám.	Osobní nastavení, vzhled pracovní plochy prostředky zabezpečení dat před zneužitím a ochrany dat před zničením	

<b>Název tematického celku: Elektronická komunikace</b>		<b>Počet hodin: 6</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně zvládá základní způsoby komunikace, případně využívá alternativní způsoby komunikace (elektronickou poštou). Žákyně je seznámena s aplikacemi umožňujícími chatování . Žákyně dodržuje pravidla bezpečné e-komunikace.	e-mail, chatování alternativní komunikace na PC telefonování přes internet	
Žákyně zvládá základní funkce mobilního telefonu.	mobilní telefon, SMS	

<b>Název tematického celku: Internet zdroj informací</b>		<b>Počet hodin: 12</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně vyhledává informace na internetu za použití různých vyhledávačů.	informační zdroje k získání požadovaných informací, vyhledávání informací internetový prohlížeč, WWW práce s informacemi	
Žákyně dbá na ochranu osobních dat při práci na internetu.	Ochrana osobních údajů	

<b>Název tematického celku: Aplikační software, textový procesor</b>		<b>Počet hodin: 50</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně pracuje na základní uživatelské úrovni s textovým editorem	textový procesor	
Žákyně pracuje s dalšími aplikacemi (výukové programy atd.)	tabulkový procesor další aplikační programové vybavení výukové programy práce s digitálním fotoaparátem	
Žákyně dbá na ochranu osobních dat při práci na internetu.	Ochrana osobních údajů	

**Počet hodin ve školním roce celkem: 68**

## Občanská výchova

<b>Charakteristika předmětu:</b>
<b>Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia</b>
1. ročník - 1 hodina týdně
<b>Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle</b>
V komunikaci s předmětem Křesťanská spiritualita budou žákyně motivovány ke vnímání elementárních relací jedince k lidské komunitě. Adekvátní formulace obecných sociokulturních determinant poskytnou žákyním motivační fundament pro personální edukační a v další perspektivě i vztahovou, profesní a ekonomickou realizaci. Exkurz do rodinného práva a hospodaření bude realizován s přesahem do nástinu legislativní, sociální a ekonomické reality ČR, respektive evropského regionu. Akcentovány budou hlavní tradice spirituální, kulturní, sociální, ekonomické a právní. Zodpovědnost individuální, rodinná, společenská a konečně i enviromentální bude evokována s důrazem na toleranci a respekt k diferencím.
<b>Popis hlavních metod a forem výuky</b>
Výuka bude zefektivněna prezentacemi odborných pracovníků kupř. z resortu úřadů práce, pracovních agentur. Výkladová část bude vyvažována praktickými nácviky.
<b>Způsob hodnocení</b>
Hodnocení bude realizováno v souladu s platným klasifikačním řádem, podstatné pro hodnocení budou písemné testy, ústní zkoušení, referáty, práce v hodině, vedení zápisů z hodiny.
<b>Přínos k realizaci hlavních průřezových témat</b>
Průřezové téma Občan v demokratické společnosti bude realizováno především v partiích dotýkajících se právního a ekonomického prostředí v naší zemi a v evropském prostoru. Téma bude dotčeno rovněž poukazem na kulturní a hodnotovou tradici našeho prostředí. Asistence při konstrukci individuálního edukačního plánu, trénink praktických dovedností souvisejících s profesní realizací naplňuje průřezové téma Člověk a svět práce. Průřezové téma Člověk a životní prostředí je zohledněno důrazem na sociální zodpovědnost i přímými exkurzy do možných paradigmat vztahu k životnímu prostředí v praktickém chování žákyň.
<b>Přínos k realizaci klíčových kompetencí</b>
Předmětem jsou rozvíjeny klíčové kompetence sociální a personální, občanské a kulturní povědomí a kompetence k pracovnímu uplatnění.

<b>Rozvoj klíčových kompetencí:</b>	
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE k řešení problémů</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozpoznat problémy a hledat způsob jejich řešení	Učitel bude nácvik této kompetence zařazovat kontinuálně během celého roku, formou praktických cvičení individuálních, ve dvojici i ve skupinách, žákyně budou vedeny ke kritickému hodnocení jednotlivých situací a hledání prostředků k řešení, nejdříve s dopomocí, postupně samostatně
řešit běžné životní situace a překážky, překonávat je přiměřeně ke svým možnostem, případně za pomoci druhé osoby	Učitel bude navozovat modelové situace a žákyně se je budou učit adekvátně řešit. Důraz bude kladen na reálné hodnocení vlastních možností a nácvik schopnosti adekvátně požádat o pomoc
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE sociální a personální</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
orientovat se v základních mravních hodnotách a uplatňovat základní pravidla společenského chování	učitel názorným způsobem předkládá žákyním základní mravní hodnoty současné společnosti a vede je k propojování s konkrétními zkušenostmi z vlastního života. Prostřednictvím modelových i reálných situací a dramatizace se upevňují u žákyň pravidla slušného chování
uvědomovat si nebezpečí možného psychického i fyzického zneužití vlastní osoby	učitel podporuje a nabádá žákyně k ostražitosti, objektivnímu hodnocení, posiluje sebedůvěru žákyň prostřednictvím autoevaluace a zprostředkovává kontakty na místa odborné pomoci.
jednat zodpovědně vůči vlastní osobě i druhým	Učitel žákyně na modelových příkladech názorně uvede do souvislosti mezi seberozvojem a vlastní užitečností směrem k okolí privátnímu a veřejnému.
respektovat práva a povinnosti svá i ostatních, přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů	učitel vysvětluje rozdíl mezi svobodou, zvůlí a respektem, pomáhá v orientaci v mezních situacích, svým přístupem podporuje pozitivní vztahy ve skupině.
dokázat se přiměřeně chovat v krizových situacích i v situacích ohrožujících život podle pokynů kompetentních osob a uplatňovat osvojené dovednosti a postupy	Permanentním podporováním kritického pohledu na situace učí učitel zachovávat si odstup a logicky reagovat, častým opakováním upevňuje a automatizuje postupy v krizových situacích. Učitel vede žákyně k respektu vůči nadřízeným a kompetentním osobám a dodržování udělených pokynů.



<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
respektovat základní práva a povinnosti občanů, společenské normy a pravidla soužití	Učitel žákyně prakticky seznámí s různými segmenty funkce občanské společnosti. Poukáže na rozdíl mezi neefektivním multikulturalismem a perspektivní aktivní otevřenou kulturní spoluprací, spoluzodpovědností
zvládat běžnou komunikaci s úřady	Učitel konkretizuje jednotlivé životní situace, které občan řeší ve spolupráci s úřady, seznámí žákyně s poskytovanými službami, postupy a formuláři. Nedílnou součástí je návštěva konkrétních úřadů (úřad práce, zdravotní pojišťovna, finanční úřad, obecní úřad...)
podílet se na ochraně životního prostředí a jednat v souladu se strategií udržitelného rozvoje	učitel vede žákyně k respektu vůči životnímu prostředí ohleduplnosti a zodpovědnosti, seznámí žákyně s ekologickou stopou a učí je vyhledávat a používat šetrné alternativy. Samozřejmostí je třídění odpadů v prostorách školy.
respektovat a chránit naše tradice a kulturní i historické dědictví	Učitel spolupracuje s žákyněmi na identifikaci nosných i negativních tradic, linií národních, potažmo až evropských a globálních. Tím nepřímo bude podpořena i osobní personální vyhraněnost, autokultivace, oproti osobnostní indiferenci či naopak netoleranci.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE PRACOVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
znát možnosti využívání poradenských a zprostředkovatelských služeb	Učitel asistuje žákyním při vyhledávání relevantních zdrojů informací o možnostech profesního vzdělávání a uplatnění. Žákyně jsou učitelem vedeny k aktivní katalogizaci kritérií hodnocení informačních zdrojů. Třetí etapou pak bude praktický trénink efektivního využívání těchto zdrojů při profesní edukaci a realizaci.

## 1. ročník:

Název tematického celku: Člověk ve společnosti		Počet hodin: 19
Výstup	Učivo	MV, met.
- žákyně se orientuje v hierarchii základních lidských vztahů, je schopna definovat priority v personálních vztazích	- mezilidské vztahy, rodina, vrstevníci, přátelé, kolegové	- demonstrace na sklenici s kameny, pískem a pivem
- aplikuje pravidla slušného chování v praxi, vystupuje vstřícně a kultivovaně	- základy společenského chování, pravidla slušného chování v situacích běžného života (doprava, stravování, služby, úřady)	
- rozlišuje svobodné chování od omezování ostatních, respektuje odlišnosti, chápe práva a povinnosti spojená se svým společenským postavením	- svoboda – osobní, občanská, hranice svobody - práva a povinnosti vyplývající ze svobody - respekt k osobním i společenským odlišnostem	
- je tolerantní vůči minoritním skupinám, zahrnuje jakékoli projevy rasismu a xenofobie	rovnoprávnost národnostních menšin, multikulturalismus	
- vysvětlí pojem rovné příležitosti	rovnoprávnost mužů a žen	
- zná významné události a památky spjaté s historií hlavního města	kulturní tradice v regionu	
- je motivována ke kontinuální edukaci formativní i informativní	- vzdělávání: přirozené-organizované, formace-informace, profesní dispozice-kvalifikace, stupně a formy vzdělávání	- prezentace úředníků úřadu práce na téma relace vzdělání s uplatněním na otevřeném pracovním trhu
- dokáže rozlišit aktuální potřebu profesní realizace jako prostředek elementárního zajištění od naplnění dlouhodobější kariérní strategie	- profesní uplatnění: formulace vlastního pravděpodobného profesního angažmá	- besedy s absolventkami o jejich zkušenostech s profesní realizací
- zvládá komunikaci s pracovním úřadem, personální agenturou, dokáže vyhledávat další	- orientace na pracovním trhu - způsoby získání přehledu	

zdroje informací vážících se k profesnímu uplatnění		
- je schopna adekvátně komunikovat s potenciálním zaměstnavatelem	- oslovení potenciálního zaměstnavatele - přijímací pohovor, reference, motivační dopis, strukturovaný životopis	- praktický nácvik v interakci s pracovní agenturou
- zná svoje práva a povinnosti v pracovním právním vztahu	- pracovní právní vztahy	- řešení modelových situací
- dokáže realisticky formulovat mzdové požadavky, je schopna kalkulovat a identifikovat složky své mzdy	- složky mzdy	- modelové konstrukce superhrubé - hrubé - čisté mzdy

<b>Název tematického celku: Člověk jako občan</b>		<b>Počet hodin: 15</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
- žákyně je motivována ke kontinuální edukaci formativní i informativní	- vzdělávání: přirozené-organizované, formace-informace, profesní dispozice-kvalifikace, stupně a formy vzdělávání	- prezentace úředníků úřadu práce na téma relace vzdělání s uplatněním na otevřeném pracovním trhu
- chápe rozdíl mezi osobní a rodinnou spotřebou, sestaví rodinný rozpočet	- rodinné hospodaření	- konstrukce modelového rodinného rozpočtu
- dokáže formulovat a prakticky realizovat personální, respektive rodinný střednědobý a dlouhodobý finanční plán	- osobní ekonomický plán, rodinný ekonomický plán	- trénink vedený osobním makléřem
- dokáže odmítnout pokušení dluhové pasti, rozlišuje spotřební úvěry od úvěru kupř. na bydlení, zná základní spořicí produkty, pochopí "zlaté pravidlo"	- úspory versus úvěry	- exkurze do občanské poradny
- vnímá rozdílnost v příjmech zdravého a nemocného člověka, dokáže navrhnout měsíční rodinný ekonomický model	- finance ve zdraví i nemoci, v produktivním věku a ve stáří, rodinný provoz a luxus	
- dokáže vyhledat informace o sociální podpoře, chápe tvorbu prostředků sociální podpory, dokáže předcházet závislosti na sociální podpoře	- sociální systém	

- umí popsat zákonotvornou proceduru, akceptuje demokratické principy občanské společnosti	- právní systém ČR, občanská společnost	
- na příkladech uvede, co je ekologickým chováním a co naopak k životnímu prostředí nešetrným chováním v jejím vlastním životě?	- ekologické chování	
- dokáže odlišit nosné evropské duchovní, kulturní, ekonomické, právní a historické tradice od nezdravých tendencí evropské byrokracie	- evropská hodnotová tradice	

**Počet hodin ve školním roce celkem: 34**

## 2. ročník

Název tematického celku: Člověk a právo		Počet hodin: 16
Výstup	Učivo	MV, met.
- žákyně pojmenuje státoprávní uspořádání, vyjmenuje st. symboly ČR, zákonodárné orgány a instituce státní správy	- státoprávní uspořádání, ústava, státní znaky a symboly, zastupitelské orgány a formy vzdělávání	
- vysvětlí práva a povinnosti občanů	zákony, lidská práva, práva a povinnosti občana, právní vztahy a vyplývající závazky	
- rozezná ohrožení sociálně patologickými jevy	protiprávní jednání, trestní činnost mládeže	

Název tematického celku: Člověk a svět		Počet hodin: 12
Výstup	Učivo	MV, met.
- žákyně popíše hrubou strukturu fungování EU, vyjmenuje sousední země, v kterých lze platit eury - vyjmenuje alespoň tři mezinárodní organizace a pojmenuje spolupráci ČR	- EU a ČR, mezinárodní vztahy a spolupráce	
- popíše nebezpečí a hrozby terorismu - vyjmenuje některé teroristické útoky v moderních dějinách	terorismus a jeho hrozba	

Název tematického celku: Člověk a dějiny		Počet hodin: 18
Výstup	Učivo	MV, met.
- žákyně uvede charakteristické rysy nejstarších civilizací	- nejstarší civilizace	
- vyjmenuje jednotlivá historická období našeho státu, pracuje s časovou osou, - charakterizuje rozdíly jednotlivých historických období našeho státu	- historický přehled – vznik státu, státoprávní uspořádání, vlády	
- pracuje s historickou mapou českých zemí	území českého státu v proměnách času	
- popíše rozdíly života v demokratických a nedemokratických společnostech	novověk a nejnovější dějiny	

**Počet hodin ve školním roce celkem: 34**

## Křesťanská výchova

<b>Charakteristika předmětu:</b>	
<b>Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia</b>	
1 hodina týdně v obou ročnících	
<b>Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle</b>	
Předmět aspiruje na asistenci žákyním při detekci existenciálního rozměru personálního života, ukazuje na historické, kulturní, sociální, etické a spirituální indicie tohoto rozměru v kontextu celosvětovém, regionálním a individuálním. Prezentuje křesťanskou tradici jako nabídku podpory pro jejich konkrétní situace i po absolvování studia.	
<b>Popis hlavních metod a forem výuky</b>	
Audiovizuální projekce s následnými kolokvii, diskuze s externisty kompetentními v probíraném tématu, akcentovány jsou relace k vlastní osobnosti, k vlastní rodině, k rodině budoucí, k budoucímu profesnímu a privátnímu naplnění. Předmět bude interdisciplinárně realizován především v komunikaci s předměty Člověk a společnost a Historie a současnost regionů.	
<b>Způsob hodnocení</b>	
Hodnocení bude realizováno v souladu s platným klasifikačním řádem, podstatné pro hodnocení budou písemné testy, ústní zkoušení, referáty, práce v hodině, vedení zápisů z hodiny.	
<b>Přínos k realizaci hlavních průřezových témat</b>	
Předmět interdisciplinárně koreluje s průřezovým tématem Osobnostní a sociální výchova, prohlubuje základy témat: osobnost a její rozvoj, společnost – jednotlivec a společenské skupiny, kultura, náboženství, dále morálka, svoboda, odpovědnost, tolerance, solidarita.	
<b>Přínos k realizaci klíčových kompetencí</b>	
Předmět participuje při realizaci sociální a personální kompetence, dále rozvíjí kompetence občanské.	

<b>Rozvoj klíčových kompetencí:</b>	
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE SOCIÁLNÍ A PERSONÁLNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
orientovat se v základních mravních hodnotách a uplatňovat základní pravidla společenského chování;	Učitel na příkladech konkrétních historických osobností křesťanské tradice demonstruje příklady nepodléhání hodnotovému haló efektu ve prospěch vlastního rozvoje a pozitivního ovlivnění veřejného prostoru.

respektovat práva a povinnosti svá i ostatních, přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů	Komparací přínosu hlavních světových duchovních tradic žákyně samy rozpoznají aktuální nosné hodnoty pro vzájemnou aktivní koexistenci a kooperaci odlišných kulturních skupin. Na konkrétních příkladech současných i minulých budou žákyně vedeny k distinkci mezi pasivním multikulturalismem a aktivním inkulturativním přístupem.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
respektovat základní práva a povinnosti občanů, společenské normy a pravidla soužití	Jednání v duchu morálních principů a uplatňování nosných hodnot demokratické společnosti učitel podpoří jednak poukazem na morální a sociální odkaz anticko-židovsko-křesťanské tradice, jednak poukáže na uplatnitelnost tohoto odkazu při řešení aktuálních problémů současné společnosti.
zdůvodnit význam zdravého životního stylu, chránit své zdraví i zdraví druhých lidí;	Učitel na konkrétních příkladech dnešních rizikových faktorů (drogová scéna, týrání, anorexie) poukáže na platnost a efektivitu tradičního pojetí života jako absolutní hodnoty a výzvy k jeho rozvoji ve vztahu k vlastní osobě i k osobám druhým.

### **Průřezová témata:**

<b>Název tématu:</b>	<b>Osobnostní a sociální výchova</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
osobnostní rozvoj	K tématu se předmět vztahuje průběžně akcentem morálního a sociálního odkazu židovsko-křesťanské a antické tradice, poukazem na její stále efektivní potenciál na kultivaci osobnosti.
sociální rozvoj	Téma je předmětem průběžně akcentováno dokumentací horizontální realizace duchovního a kulturního rozměru globalizovaného lidského společenství, praktickými ukázkami přínosů interreligionistických a interkulturních relací.
morální rozvoj	Téma je realizováno reflexí charakteristik morálně sociální evoluce jednotlivce i základních societ na základě interakce s hlavními světovými spirituálními odkazy.

## 1. ročník:

Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně: - "objeví" duchovní rozměr jako integrální rovinu osobního života, života regionu, země	- STOPY VÍRY - v historii a současnosti našeho regionu, v historii a současnosti Evropy a světa, v chování mých předků i mém	- téma uvozeno video - projekcí "Zprávy"
- získá přehled hlavních světových duchovních tradic, dokáže je klasifikovat podle více kritérií	- hlavní světová náboženství	- exkurze do synagogy
- na konkrétních příkladech uvede reálná rizika, která sekty představují	- sekty působící v naší zemi, nebezpečí sekt	- přednáška člověka, který sektou prošel
- pochopí duchovní přesažnost svátků, zvyků a jubilejí osobního a občanského života	- hlavní svátky a období občanského kalendáře a roku jako odkaz na křesťanskou tradici	- adventní věnec, adventní předsevzetí, vánoční hostina, označení veřejí, velikonoční symbolika v učebně
- rozpozná a zdůvodní jedinečnost rodinného společenství, rozpozná a zhodnotí specifickou pilířů křesťanské rodiny	- rodina jako základ lidského společenství	- kontakt, setkání s křesťanskou rodinou
- získá základní orientaci v biblických textech	- bible jako literární text, autorství, členění, orientace v bibli	
- akceptuje Bibli jako živou knihu pro současnost	- bible jako vyprávění víry, nejznámější biblické texty	
- v konkrétních životních situacích dokáže nalézt poměr mezi svobodou a zodpovědností, autoritou a nezávislostí	- Adam a Eva	Morálka, svoboda - PT
Žákyně: - definuje a akceptuje svoji individuální zodpovědnost v konkrétních osobních vztazích	- Noe	Osobnosti - PT
- definuje mužskou a ženskou roli v rodinném životě vzhledem ke svým personálním aspiracím a očekáváním	- Abrahám	Osobnosti - PT
- hlouběji porozumí dějinné a regionální kontinuitě naší země	- David	Osobnosti - PT



- uchopí svoji nastávající profesi ve spirituálním přesahu	- Velikonoce - příběh o Mojžíšovi, Desatero	film
- rozumí NZ textům jako nabídky inspirace pro vlastní osobní růst	- Nový zákon	sestavení Ježíšovy biografie
- pamětně si osvojí text modlitby, odkryje některé významy	- Text modlitby Páně	
- ostřeji diferencuje nezralý a dospělý přístup k sociálnímu prostředí	- Letnice	

**Počet hodin ve školním roce celkem: 34**

## 2. ročník:

Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně: - osvojí si základy sebereflexe a sebeocení	- evangelijní podobenství	dramatizace
- upevní se v sebeúctě, v úctě k druhým	- podobenství o hřivnách	
- naučí se tolerovat ostatní v jejich odlišnostech, ale současně se naučí definovat a rozvíjet vlastní identitu	- základní lidská společenství, společenství světových náboženství	
- na výčtu hlavních křesťanských komunit definuje spirituální tradici naší země	- křesťanské církve, katolická církev	Společnost – PT
- objeví vlastní realitu jako rezultat odkazu vlastních předků jakožto konkrétních osobností	- rodová (rodinná) genealogie	- vlastní životopis, kronika rodiny, rodu
- naváže kontakt s farním společenstvím v místě bydliště, respektive v místě školy	- vznik, dějiny, současnost církve, Církev v ČR	- exkurze do katedrály, kostel, farnost, křtitelnice v místě bydliště
- hlouběji si uvědomí a přijme vlastní identitu ve vlastní rodině a širším společenství	- milníky mé osobní biografie, co si připomínám, co slavím, co slaví rodina	
- jasněji nazře podstatu liturgického konání Církve	- co si připomíná, co slaví Církev - liturgie křtu, poslední večeře,	
- přijme svoji profesi a osobní vztahovou realizaci nejen jako nahodilost, ale jako osobní zasvěcení, cestu	- iniciace - závěrečné zkoušky, zaměstnání - biřmování, svátost manželství, svátost kněžství, tajemství Božího povolání	
- osvojí si schopnost aktivně řešit minulé i současné handicapy	- milníky mé osobní biografie - co mě bolelo, co mě bolí, jak to mohu léčit - smíření, uzdravení ve společenství věřících (pokání, modlitba za nemocné)	
Žákyně: - porozumí životu Církve jakožto služebnému společenství v dnešní společnosti	Církev navenek - co dělá, komu pomáhá	

- rozpozná církev jako příležitost asistence a podpory v osobních a rodinných potřebách	- církev pro mě - čím může obohatit můj život, co konkrétně mě osobně nabízí	
---	--	--

**Počet hodin ve školním roce celkem: 34**

## Kreativní dílna

<b>Charakteristika předmětu:</b>
<b>Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia</b>
1. ročník - 2 hodiny týdně 2. ročník - 2 hodiny týdně
<b>Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle</b>
<p>Kreativní dílna je předmět, který v sobě integruje umělecké složky vzdělání, které byly dříve reprezentovány tradičními předměty typu hudební výchova, výtvarná výchova, dramatická výchova, literární výchova,...</p> <p>Kreativní dílna hledá témata, ve kterých se integrují různé umělecké složky, které společně kultivují a kreativně stimulují osobnost žákyň. Kreativní dílna ruší pojetí výuky „výchov“ posledních let, kdy se násilně od sebe odtrhávaly múzické předměty, které svou podstatou patří k sobě s vzájemně se podporují. Kreativní dílna je předmět ve své podstatě zážitkový a projektový. Jednotlivá témata si žákyňe prožijí skrz hudbu, literární text, netradiční výtvarné techniky a pohyb.</p> <p>Cílem předmětu kreativní dílna je naučit se vyjadřovat sebe a své pocity i jinak než slovy a naučí se vnímat umělecké sdělení ostatních.</p> <p>Kreativní dílna nerozvíjí jen jejich vnitřní fantazijní svět, ale obecně je učí řešit problémy kreativně, což jim velmi pomůže i v běžném osobním nebo profesním životě.</p>
<b>Popis hlavních metod a forem výuky</b>
<p>Kreativní dílna je integrující předmět. Stěžejní metodou je zážitková výuka projektového typu. Dané téma se probírá z různých úhlů a pojetí pomocí více uměleckých předmětů. Žákyňe se učí řešit problémy kreativně a nahlížet je z více rozdílných úhlů. Žákyňe často pracují ve skupinách, čímž se prohlubuje jejich vzájemná spolupráce. Kromě běžné vyučovací hodiny jsou do výuky zahrnuty i exkurze, výstavy a další kulturní aktivity.</p> <p><b>Způsob hodnocení</b></p> <p>Učitel hodnotí žákyňe podle platného klasifikačního řádu. Žákyňe jsou hodnoceny na základě práce v hodině a prezentace vlastních výtvorů. Učitel hodnotí též zvláštní úkoly, skupinové projekty nebo referáty. Žákyňe jsou hodnoceny individuálně podle druhu hendikepu.</p>
<b>Přínos k realizaci hlavních průřezových témat</b>

V rámci kreativní dílny se učitel snaží podporovat rozvoj osobnosti každé žákyně různými cestami umění. Učitel kreativně pracuje s žákyněmi na poli hudebním, výtvarném, hudebně pohybovém, dramatickém,... V rámci hodin žákyně nahlédnou do různých múzických odvětví a v každém z nich mohou tvořivě prohloubit svoji osobnost. Při hodinách kreativní dílny učitel vysvětluje všechny pozitivní i negativní aspekty různých moderních masových médií. Učí je pracovat s informacemi a kreativně je využívat.

#### **Průřezová témata:**

##### 1. Osobnostní a sociální výchova

- směřuje k porozumění sobě samému i druhým a napomáhá k zvládnutí nežádoucích forem vlastního chování;
- přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů;
- rozvíjí dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci;
- umožňuje získat sociální dovednosti pro řešení různých situací (např. konfliktů);

##### 2. Výchova demokratického občana

- prohlubuje schopnost aktivního naslouchání a spravedlivého posuzování;
- motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým;
- vede k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností.

##### 3. Člověk a životní prostředí

- vede k vnímavému a citlivému přístupu k přírodě a přírodnímu a kulturnímu dědictví

#### **Přínos k realizaci klíčových kompetencí**

Pozitivním přístupem a motivací učitel rozvíjí u žákyň kompetence k učení. Kompetence k řešení problémů získají žákyně tak, že je učitel naučí vzájemně spolupracovat při řešení problémů. Učitel dále rozvíjí komunikativní kompetence svých žákyň tak že jim vštěpuje trpělivost, umění naslouchat ostatním a reagovat adekvátně na jejich sebe prezentaci. Učitel seznámí žákyně s různými uměleckými odvětvími, čímž prohloubí jejich občanské a kulturní povědomí.

#### **Rozvoj klíčových kompetencí:**

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K UČENÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu	Učitel seznámí žákyně s poznatky obsaženými ve vzdělávacím programu KD a procvičováním je vede k jejich osvojení.

uplatňovat znalosti k rozšiřování a prohlubování svých vědomostí a dovedností;	Žákyně přednášejí vlastní příspěvky k tématům a následně o nich společně hovoří. Učitel vede žákyně k samostatným názorům, zároveň však k respektu ostatních. V rámci projektů využívají žákyně svých znalostí zkušenějších členů své rodiny a tyto nabyté znalosti následně prezentují a porovnávají ve škole.
reagovat na hodnocení ze strany druhých, přijímat radu i oprávněnou kritiku;	Učitel hodnotí různými způsoby dosažené výsledky žákyň, oceňuje jejich pokroky a snaží se je dále motivovat. Při samostatných prezentacích žákyň je zapojuje do hodnocení ostatních. Učí žákyně přijímat, přijímat radu i oprávněnou kritiku.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozpoznat problémy a hledat způsob jejich řešení	Učitel vede žákyně k rozpoznávání problémů a hledání způsobů jejich řešení. Učí je problémy neodkládat.
řešit běžné životní situace a překážky, překonávat je přiměřeně ke svým možnostem, případně za pomoci druhé osoby	Učitel pomáhá žákyním hledat řešení běžných životních situací a překážek a překonávat je přiměřeně ke svým možnostem, případně za pomoci druhé osoby
přijímat důsledky svých rozhodnutí	Učitel učí žákyně přijímat důsledky svých rozhodnutí
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE KOMUNIKATIVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
využívat získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi.	Učitel vede žákyně při práci na společných projektech k využívání získaných dovedností k vytváření vztahů a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE SOCIÁLNÍ A PERSONÁLNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
jednat zodpovědně vůči vlastní osobě i druhým	Učitel vytváří žákyním podmínky k zodpovědnému chování vůči sobě i druhým, motivuje je k zodpovědnosti a tuto zodpovědnost po žákyních vyžaduje.
respektovat práva a povinnosti svá i ostatních, přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů	Učitel vede žákyně k respektování práv a povinností svých i ostatních. Ukazuje jim možnosti jak přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů.

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
zdůvodnit význam zdravého životního stylu, chránit své zdraví i zdraví druhých lidí	Učitel vede žákyně při práci k šetření surovinami a energiemi, učí je, jak při práci chránit zdraví své i druhých lidí
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE PRACOVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
plnit stanovené povinnosti, být schopen spolupráce, respektovat práci svou i druhých	Učitel motivuje žákyně k plnění stanovených povinností. Práci na společných projektech a úkolech učí žákyně vzájemné spolupráci a respektu k práci své i druhých.

<b>Průřezová témata:</b>	
--------------------------	--

<b>Název tématu:</b>	<b>OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
směřuje k porozumění sobě samému i druhým a napomáhá k zvládnutí nežádoucích forem vlastního chování	Učitel vhodně volenými úkoly a prací ve dvojicích i skupinách směřuje žákyně k porozumění sobě samé i druhým a napomáhá jim k zvládnutí nežádoucích forem vlastního chování.
přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů	Práci ve dvojicích i skupinách a zadáváním podnětných úkolů přispívá učitel k utváření dobrých mezilidských vztahů.
rozvíjí dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci	Dramatizacemi různých situací, pohádek a spoluprací na společných úkolech rozvíjí učitel u žákyní dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci.
umožňuje získat sociální dovednosti pro řešení různých situací (např. konfliktů);	Učitel vhodně volenými úkoly a prací ve dvojicích i skupinách umožňuje žákyním získat sociální dovednosti pro řešení různých situací (např. konfliktů)

<b>Název tématu:</b>	<b>VÝCHOVA DEMOKRATICKÉHO OBČANA</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
prohlubuje schopnost aktivního naslouchání a spravedlivého posuzování	Práce na společných projektech prohlubuje u žákyní schopnost aktivního naslouchání a spravedlivého posuzování. Učitel povzbuzuje žákyně ke snaze porozumět druhým.
motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým	Učitel motivuje žákyně k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým.
vede k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností	Učitel seznamováním s kulturními tradicemi různých etnik vede žákyně k respektování kulturních, etnických odlišností. Vhodnou prezentací prací integrovaných žákyní vede žákyně k vzájemnému poznání a respektu .
<b>Název tématu:</b>	<b>ČLOVĚK A ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
vede k vnímavému a citlivému přístupu k přírodě a přírodnímu a kulturnímu dědictví	V rámci exkurzí a prací s přírodními materiály vede učitel žákyně k vnímavému a citlivému přístupu k přírodě a přírodnímu a kulturnímu dědictví.



## 1. ročník:

Název tematického celku: Kultura I.		Počet hodin: min. 23
Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně je schopna vymyslet různé varianty řešení téhož problému	tvořivé myšlení	osobnostní rozvoj
Žákyně se orientuje v různých lidových tradicích (např. pletení pomlázek, zdobení vajíček, pečení cukroví, zpívání koled, výroba ozdob na vánoční stromek,...).	představení lidových tradic	projektové vyučování

Název tematického celku: Umění I.		Počet hodin: 45
Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně pracují s různými výtvarnými technikami.	výtvarná tvořivost, netradiční výtvarné techniky	
Žákyně propojují umění s přírodou	tvorba v přírodě, tvorba z přírodnin	projektové vyučování
Žákyně vnímají hudbu a reagují na ni.	poslech hudby, zpěv, tanec	skupinové řešení problému
Žákyně dramaticky ztvárňují příběh.	dramatizace příběhu	skupinové řešení problému

**Počet hodin ve školním roce celkem: 68**

## 2. ročník:

<b>Název tematického celku: Kultura II.</b>		<b>Počet hodin: min. 34</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně je schopna vymyslet různé varianty řešení téhož problému.	tvořivé myšlení	osobnostní rozvoj
Žákyně se orientuje v kulturní nabídce v místě školy a bydliště	kulturní instituce v ČR a v regionu, společenská kultura, principy a normy	exkurze
Žákyně se orientuje v různých lidových tradicích (např. pletení pomlázek, zdobení vajíček, pečení cukroví, zpívání koled, výroba ozdob na vánoční stromek,...).	představení lidových tradic	projektové vyučování

<b>Název tematického celku: Umění II.</b>		<b>Počet hodin: 34</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně pracují s různými výtvarnými technikami.	výtvarná tvořivost, netradiční výtvarné techniky	
Žákyně propojují umění s přírodou	tvorba v přírodě, tvorba z přírodnin	projektové vyučování
Žákyně vnímají hudbu a reagují na ni.	poslech hudby, zpěv, tanec	skupinové řešení problému
Žákyně umí laicky fotografovat a prezentovat pořízené snímky	Fotografování	
Žákyně dramaticky ztvárňují příběh.	dramatizace příběhu	skupinové řešení problému

**Počet hodin ve školním roce celkem: 68**

## Zdravotní výchova

### Charakteristika předmětu:

Charakteristika předmětu: Obsahový okruh poskytuje žákyním základní vědomosti o stavbě a funkci lidského těla, zdravém životním stylu, přenosných nemocech, hygieně a první pomoci. Důraz je kladen na převedení teoretických poznatků Zdravotní výchovy do praxe – tj. do péče o rodinu, domácnost a o klienta.

Obsahový okruh má vazbu na vzdělávací oblasti:

- Rodinná výchova
- Výživa a příprava pokrmů
- Péče o domácnost
- Pečovatelství

### Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia

V prvním i druhém ročníku 2 x týdně 1 hodina (předpokládaný počet hodin za školní rok 70)

### Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle

Během dvou let se žákyně podrobně seznámí s anatómií lidského těla, procvičí základy první pomoci, seznámí se s nejčastějšími přenosnými nemocemi, se kterými se mohou setkat při péči o děti, se základy hygieny a se zdravým životním stylem. Jednotlivé lekce tematických okruhů se prolínají a logicky na sebe navazují, aby si je žákyně dokázaly propojit i v praktickém životě.

Cílem výuky je žákyně, která rozumí stavbě lidského těla a funkcím jednotlivých orgánů a orgánových soustav, dovede přiměřeně reagovat v případě úrazu i neúrazového poškození zdraví, poskytnout první pomoc a přivolat odbornou pomoc, zná požadavky na racionální výživu a upřednostňuje zdravý životní styl. Orientuje se v běžných přenosných nemocech a ví, jak se před nimi chránit.

### Popis hlavních metod a forem výuky

Žákyně se seznamují s poznatky zvláště metodami aktivního učení. Výuka probíhá ve spirále, získané vědomosti a dovednosti se periodicky procvičují a rozvíjejí. Hodně se využívají pracovní listy, naučné filmy a praktický nácvik (hlavně 1. pomoci). Žákyně jsou mimo jiné motivovány možností zúčastnit se vědomostní soutěže o „Pohár Anežky české“ zahrnující soutěž z anatomie, pečovatelství a první pomoci.

## Přínos k realizaci hlavních průřezových témat

Člověk a životní prostředí

poskytuje znalosti, dovednosti a pěstuje návyky nezbytné pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí;

## Přínos k realizaci klíčových kompetencí

V předmětu jsou realizovány z klíčových kompetence k učení, k řešení problémů, občanské, pracovní

## Rozvoj klíčových kompetencí:

Název kompetence:	KOMPETENCE K UČENÍ
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu	Učitel s žákyněmi pracuje individuálně s ohledem na jejich schopnosti, aby měly možnost osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu.
využívat vhodně naučené metody a techniky učení	Od počátku vysvětluje žákyním, jakým způsobem si mají probíranou látku osvojit, jak si vytvořit vhodné studijní podmínky a režim. Vhodně zadávanými úkoly žákyně motivuje k osvojení a zažití studijního režimu.
uplatňovat znalosti k rozšiřování a prohlubování svých vědomostí a dovedností	Zadávaním problémových úkolů vede učitel žákyně k rozšiřování a prohlubování svých vědomostí a dovedností
reagovat na hodnocení ze strany druhých, přijímat radu i oprávněnou kritiku	Učitel využívá různých možností hodnocení, aby žákyně mohly sledovat své pokroky průběžně během celého studia. Umožňuje žákyním porovnávat výsledky své práce navzájem a vyslechnout a přijmout vzájemné hodnocení svých výsledků.
používat základní pojmy z různých vzdělávacích oblastí a pracovních činností	Učitel vysvětluje žákyním význam základních pojmů a vede je k jejich správnému používání.
dokázat vyhledávat informace a využívat je v praktickém životě	V hodinách teorie seznámí žákyně s možnostmi práce s textem, rozeznávání podstatného a nepodstatného, vyhledávání informací v odborné literatuře, časopisech a na internetu.

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
dokázat přivolat pomoc v případě ohrožení vlastní nebo jiné osoby	Při výuce první pomoci v rámci ZV učitel učí žákyně reagovat na ohrožení zdraví vlastní nebo jiné osoby a poskytnout a přivolat pomoc
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozpoznat nevhodné a rizikové chování, uvědomovat si jeho možné důsledky	Učitel při výkladu učiva zároveň upozorňuje žákyně na důsledky rizikového chování pro zdraví jedince či dalších lidí, učí je toto chování rozpoznávat, reago-vat na ně a předcházet mu.
zdůvodnit význam zdravého životního stylu, chránit své zdraví i zdraví druhých lidí	Učitel vysvětlí žákyním význam zdravého životního stylu a ochrany zdraví.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE PRACOVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
řídít se zásadami bezpečnosti a ochrany zdraví při práci i hygieny práce	V hodinách zaměřených na hygienu a první pomoc učitel zdůrazňuje žákyním nutnost předcházet zbytečným úrazům a onemocněním důslednou ochranou zdraví při práci.

### Rozvoj odborných kompetencí:

<b>Název kompetence:</b>	<b>POROZUMĚNÍ STAVBĚ A FUNKCI LIDSKÉHO TĚLA</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
pochopit základní prvky stavby živých organismů a především lidského těla	Učitel vysvětlí žákyním stavbu a funkci živočišné buňky, mechanismus jejího dělení, význam DNA
poznat stavbu a funkci jednotlivých orgánů a orgánových soustav	Učitel vysvětlí a pomocí naučného filmu přiblíží žákyním stavbu a funkci jednotlivých orgánů a orgánových soustav lidského těla, jejich vzájemné propojení, aby lépe chápaly dění a změny ve vlastním těle i fyziologické potřeby dětí a dalších členů rodiny.

chápat základní mechanismus početí, znát průběh těhotenství a porodu	Učitel vysvětlí a pomocí naučného filmu přiblíží žákyním fyzické podmínky početí, průběh těhotenství – růst a vývoj embrya i plodu a průběh porodu, aby k těhotenství nepřistupovaly lehkovážně a z neznalosti nevhodnou životosprávou neohrozily vyvíjející se dítě.
znát změny a potřeby lidského těla v růstu – od narození po dospělost a umět popsat fyziologické změny ve stáří	Učitel seznámí žákyně se změnami a potřebami lidského těla v růstu – od narození po dospělost a fyziologickými změnami ve stáří. Využívá osobní zkušenosti žákyní, naučné filmy odbornou literaturu.
<b>Název kompetence:</b>	<b>POSKYTNOUT PRVNÍ POMOC PŘI ÚRAZECH NEBO NÁHLÉM NEÚRAZOVÉM POŠKOZENÍ ZDRAVÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
posoudit situaci, stanovit priority a poskytnout zdravotnickou i technickou první pomoc	Učitel pomocí naučného filmu vysvětlí a prakticky s žákyněmi procvičí posuzování vzniklé situace a její vyhodnocení a následné poskytnutí první pomoci
dokázat zjistit stav základních životních funkcí a v případě potřeby zahájit neodkladnou resuscitaci	Učitel seznámí žákyně s fyziologickými hodnotami zákl. život. funkcí a procvičí s nimi prakticky neodkladnou resuscitaci.
zajistit protišoková opatření	Učitel vysvětlí žákyním mechanismus vzniku šoku a jeho závažnost a prakticky s nimi procvičí protišoková opatření (5T).
přivolat odbornou lékařskou pomoc	Učitel naučí žákyně čísla krizového volání a procvičí s nimi přivolání odborné pomoci.
<b>Název kompetence:</b>	<b>ORIENTACE V BĚŽNÝCH PŘENOSNÝCH NEMOCECH</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
orientovat se v běžných přenosných nemocech a jejich příznacích	Učitel seznámí žákyně s běžnými přenosnými nemocemi a jejich příznaky a vysvětlí jim důležitost návštěvy lékaře
pečovat o dítě nebo člena rodiny v nemoci a rekonvalescenci	Učitel vysvětlí žákyním základní zásady péče o nemocného a ochranu ostatních členů rodiny před nákazou
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K OCHRANĚ ŽIVOTNÍHO PROSTŘEDÍ A ZDRAVÉMU ŽIVOTNÍMU STYLU</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>

být si vědomy důsledků nezdravého životního stylu a závislostí	Učitel vysvětlí žákyním vliv životního prostředí na zdraví jedince, vede je k zodpovědnosti za životní prostředí a jeho ochraně.
mít odpovědný vztah ke svému zdraví,	Učitel vede žákyně k zodpovědnému vztahu ke svému zdraví i zdraví rodiny

<b>Průřezová témata:</b>	
<b>Název tématu:</b>	<b>ČLOVĚK A ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
žákyně - vysvětlí vztah člověka a prostředí a důsledky lidských činností na prostředí; - aktivně svým jednáním chrání životní prostředí,	Učitel vysvětlí žákyním vliv životního prostředí na zdraví jedince, vede je ke každodennímu žádoucímu jednání z hlediska udržitelného rozvoje, k zodpovědnosti za životní prostředí, k ochraně přírody a přírodních zdrojů;

## 1. ročník:

<b>Název tematického celku: Základy anatomie člověka</b>		<b>Počet hodin: 48</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně popíše základní stavbu lidského těla (buňku, tkáň, orgán, orgánovou soustavu a organismus)	Stavba těla (4)	Výklad, práce s prac. listy, film
popíše růst kostí, spojení kostí, rozliší kosti, popíše kostru, vyjmenuje nejčastější úrazy a nemoci kostí	Soustava opěrná (14)	Výklad, práce s prac. listy, film, Výživa a příprava pokrmů – minerální látky a vitamíny
popíše stavbu kosterního svalu, vysvětlí jeho práci, pojmenuje svaly na schématu	Soustava pohybová (8)	Výklad, práce s prac. listy, film, Výživa a příprava pokrmů – minerální látky a vitamíny
popíše oběhovou soustavu, vysvětlí práci srdce, význam znalosti krevních skupin v lékařství. Vyjmenuje nejznámější nemoci krve a oběhové soustavy	Soustava oběhová (10)	Výklad, práce s prac. listy, film, Výživa a příprava pokrmů – minerální látky a vitamíny
popíše dýchací soustavu, vysvětlí princip dýchání, vyjmenuje nejčastější onemocnění dýchací soustavy a úrazy plic	Soustava dýchací (7)	Výklad, práce s prac. listy, film,
vyjmenuje zuby dětského i stálého chrupu, popíše stavbu zubu, vysvětlí vznik zubního kazu, popíše celou trávicí soustavu	Soustava trávicí – 1. část (7)	Výklad, práce s prac. listy, film, Výživa a příprava pokrmů – minerální látky a vitamíny

<b>Název tematického celku: Základy první pomoci</b>		<b>Počet hodin: 20</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně vysvětlí rozdíl mezi technickou a zdravotní první pomocí, předvede přivolání odborné pomoci a přesun raněného do bezpečí. Vysvětlí, jak zabezpečí místo nehody, jak postupovat zabezpečování místa při úniku plynu, úrazu elektrickým proudem.	Technická první pomoc (3)	Výklad, výukový film a praktický nácvik; Výživa a příprava pokrmů – bezpečnost při práci v kuchyni, PD – bezpečnost při práci v domácnosti



předvede způsoby zjišťování základních životních funkcí a vysvětlí, čeho si všimnout při celkovém posuzování stavu postiženého	Základní životní funkce a posouzení stavu postiženého  (3)	Výklad, výukový film a praktický nácvik;
předvede poskytnutí první pomoci při poranění kostí a kloubů	Poranění kostí a kloubů (4)	Výklad, výukový film a praktický nácvik; RV-nejčastější úrazy dětí, vaření – úrazy v kuchyni
předvede stavění krvácení, vysvětlí, podle čeho lze usuzovat na vnitřní krvácení, popíše a předvede protišoková opatření	Krvácení a šok (5)	Výklad, výukový film a praktický nácvik, RV-nejčastější úrazy dětí, vaření – úrazy v kuchyni
předvede kardiopulmonální resuscitaci	Zástava dechu a srdce, KPR  (5)	Výklad, výukový film a praktický nácvik, RV-nejčastější úrazy dětí, vaření – úrazy v kuchyni

**Počet hodin ve školním roce celkem: 68**

## 2. ročník:

Název tematického celku: Základy anatomie člověka		Počet hodin: 40
Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně popíše funkci jednotlivých částí trávicí soustavy a vyjmenuje nemoci trávicí soustavy	Soustava trávicí – 2. část (4)	Výklad, práce s prac. listy, film, Výživa a příprava pokrmů – racionální výživa, diferencované stravování
popíše vylučování podle jednotlivých soustav,	Vylučování (1)	Výklad, práce s prac. listy, Výživa a příprava pokrmů – minerální látky
popíše soustavu močovou a vyjmenuje nejčastější onemocnění ledvin	Soustava močová (5)	Výklad, práce s prac. listy, Výživa a příprava pokrmů – minerální látky, vitamíny, RV – nejčastější nemoci dětí
popíše stavbu a funkci kůže a vyjmenuje nejčastější onemocnění kůže	Soustava kožní (4)	Výklad, práce s prac. listy, Výživa a příprava pokrmů – vitamíny, RV – péče o pokožku dítěte
popíše nervovou buňku, vysvětlí reflexní oblouk, popíše stavbu a funkci CNS a útrobních nervů	Soustava nervová (10)	Výklad, práce s prac. listy, film, Výživa a příprava pokrmů – minerální látky, vitamíny
popíše soustavu žláz s vnitřní sekrecí a vysvětlí význam jednotlivých žláz	Soustava žláz s vnitřní sekrecí (5)	Výklad, práce s prac. listy, Výživa a příprava pokrmů – minerální látky, vitamíny
popíše jednotlivé smyslové orgány a vysvětlí jejich funkci, vyjmenuje nejčastější nemoci nebo vady zraku a sluchu	Soustava smyslová (8)	Výklad, práce s prac. listy Výživa a příprava pokrmů – minerál. látky, vit.
popíše pohlavní soustavu ženy a muže, pohlavní buňky, početí, těhotenství a porod vyjmenuje nejčastější přenosné nemoci přenášené pohlavním stykem a vysvětlí možnosti prevence těchto nemocí	Soustava pohlavní (11)	Výklad, práce s prac. listy, RV – početí, těhotenství a porod

<b>Název tematického celku: Základy první pomoci</b>		<b>Počet hodin: 14</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně vysvětlí rozdíl mezi úžehem a úpalem, popíše jednotlivé stupně popálenin a předvede poskytnutí první pomoci	Tepelná poranění vysokou teplotou (3)	Výklad, výukový film a praktický nácvik, Výživa a příprava pokrmů – bezpečnost při práci v kuchyni, PD – bezpečnost při práci v domácnosti
popíše vznik podchlazení, omrzlin, popíše jednotlivé stupně omrzlin, předvede poskytnutí první pomoci	Tepelná poranění nízkou teplotou (3)	Výklad, výukový film a praktický nácvik,
popíše rozdíl mezi poleptání zásaditou látkou a kyselinou a předvede poskytnutí první pomoci	Chemická poranění (2)	Výklad, výukový film a praktický nácvik, PD – bezpečnost při práci v domácnosti
popíše a předvede poskytnutí první pomoci při otravách	Otravy (3)	Výklad, výukový film a praktický nácvik, RV – péče o dítě
vyjmenuje jednotlivá neúrazová poškození zdraví a předvede poskytnutí první pomoci	Náhlá neúrazová poškození zdraví (3)	Výklad, výukový film a praktický nácvik, RV – péče o dítě

<b>Název tematického celku: Hygiena</b>		<b>Počet hodin: 8</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně popíše jednotlivé obory hygieny – čím se zabývají	Hygiena (2)	Výklad, práce s prac. listy, PD – hygiena domácnosti
vyjmenuje vše, co zahrnujeme do osobní hygieny a vysvětlí jaký význam pro zdraví jedince má dodržování osobní hygieny	Osobní hygiena (6)	Výklad, práce s prac. listy, RV – hygiena v těhotenství, šestinedělí, nácvik hygienických návyků u dětí

<b>Název tematického celku: Zdravý životní styl</b>		<b>Počet hodin: 8</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
žákyně vysvětlí pojem biorytmus a popíše biorytmy dětí	Biorytmy (1)	Výklad, práce s prac. listy, RV – biorytmy dětí
popíše stupně únavy, stres, možnosti odpočinku	Únava, stres, možnosti relaxace (2)	Výklad, práce s prac. listy,
vysvětlí vliv životního prostředí na zdraví člověka	Vliv životního prostředí na zdraví člověka (3)	Výklad, práce s prac. listy, film, RV - vliv životního prostředí na zdraví člověka
vysvětlí vliv člověka na životní prostředí a možnosti ochrany životního prostředí	Vliv člověka na životní prostředí (2)	Výklad, práce s prac. listy, film, RV - Vliv člověka na životní prostředí, PD a vaření – úklidové prostředky šetrné k životnímu prostředí, třídění odpadů

**Počet hodin ve školním roce celkem: 70**

## Tělesná výchova

<b>Charakteristika předmětu:</b>
<b>Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia</b>
1 hodiny týdně v obou ročnících
<b>Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle</b>
Cílem předmětu je umožnit žákyním pravidelný fyzický pohyb a vést je k celoživotní lásce ke sportu. Současně, vzhledem k častým handicapům žákyň, je umožnit každé z žákyň, aby zažila radost z pohybu v rámci svých možností a hranici svých možností, je-li to možné, posouvala. Žákyně jsou vedeny k chování v duchu fair-play a k úctě k sobě navzájem.
<b>Způsob hodnocení</b>
Žákyně jsou v předmětu tělesná výchova hodnoceny primárně za projevenou aktivitu, kladný vztah k pohybu, sportovního ducha a ochotu k týmové spolupráci
<b>Přínos k realizaci klíčových kompetencí</b>
V oblasti klíčových kompetencí předmět nejvíce rozvíjí týmovou spolupráci a vztah žákyní k vlastnímu zdraví a k zdraví svého okolí (kompetence sociální a personální)

### Rozvoj klíčových kompetencí:

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
porozumět zadání úkolu nebo rozpoznat jádro problému, získat informace potřebné k řešení problému buď samostatně, nebo s vedením jiných lidí navrhnout způsob řešení	Učitel zařazuje strategické hry, vede žákyně k samostatnému rozhodování
volit prostředky a způsoby (pomůcky, metody a techniky) vhodné pro splnění jednotlivých aktivit, využívat zkušeností a vědomostí nabytých dříve	Učitel umožňuje žákyním, aby sami navrhovali řešení problémů, které se naskytou jak v souvislosti s výukou, tak v souvislosti se vzájemnými vztahy.
spolupracovat při řešení problémů s jinými lidmi (týmové řešení)	Učitel zařazuje sportovní aktivity, při nichž je důležitá týmová spolupráce

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE SOCIÁLNÍ A PERSONÁLNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
posuzovat reálně své fyzické a duševní možnosti, odhadovat důsledky svého jednání a chování v různých situacích	Učitel vede žákyně k tomu, aby si vytvořily vlastní cíl v oblasti tělesné výchovy. Ukazuje jim cestu, jak samy mohou řešit případné konflikty mezi sebou.
mít odpovědný vztah ke svému zdraví, pečovat o svůj fyzický i duševní rozvoj, být si vědomi důsledků nezdravého životního stylu a závislostí	Učitel důrazem na zdravý fyzický pohyb ukazuje jeho vliv na zdraví člověka, snaží se zprostředkovat žákyním lásku ke sportu.
pracovat v týmu a podílet se na realizaci společných pracovních a jiných činností	Učitel zařazuje týmové hry, organizuje sportovní soustředění.
přijímat a odpovědně plnit svěřené úkoly	Učitel vede zadáváním pravidelných úkolů žákyně k plnění povinností.
přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů a k předcházení osobním konfliktům a diskriminaci	Učitel nabádá žáky k fair-play chování, sám jim je příkladem.

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ A KULTURNÍ POVĚDOMÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
uznávat hodnotu života, uvědomovat si odpovědnost za vlastní život a spoluodpovědnost při zabezpečování ochrany života a zdraví ostatních	Učitel nabádá žákyně k fair-play chování, sám jim je příkladem.

### **Rozvoj odborných kompetencí:**

<b>Název kompetence:</b>	<b>DBÁT NA BEZPEČNOST PRÁCE A OCHRANU ZDRAVÍ PŘI PRÁCI</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
osvojili si zásady a návyky bezpečné a zdravé neohrožující pracovní činnosti včetně zásad ochrany zdraví při práci u zařízení se zobrazovacími jednotkami (monitory, displeji)	Učitel žákyně seznámí s bezpečnostními pravidly pro pobyt v tělocvičně i pro venkovní fyzické aktivity.

apod.), rozpoznali možnost nebezpečí úrazu nebo ohrožení zdraví	
---	--

## 1. ročník:

Název tematického celku: teorie		teoretické vsuvky jsou nedílnou součástí praktických hodin
Výstup	Učivo	MV, met.
dovede připravit prostředky k plánovaným pohybovým činnostem volí sportovní vybavení (výstroj a výzbroj) odpovídající příslušné činnosti a okolním podmínkám (klimatickým, zařízení, hygieně, bezpečnosti) a dovede je udržovat a ošetřovat	výstroj, výzbroj; údržba	Seznámení s bezpečnostními pravidly
dokáže vyhledat potřebné informace z oblasti zdraví a pohybových činností a interpretovat je dovede rozvíjet svalovou sílu, rychlost, vytrvalost, obratnost a pohyblivost umí uplatňovat zásady sportovního tréninku dovede uplatňovat techniku a základy taktiky ve vybraných sportovních disciplínách;	význam pohybu pro zdraví; prostředky ke zvyšování síly, rychlosti, vytrvalosti, obratnosti a pohyblivosti; technika a taktika; zásady sportovního tréninku	
ovládá kompenzační cvičení k regeneraci tělesných a duševních sil, i vzhledem k požadavkům budoucího povolání; uplatňuje osvojené způsoby relaxace	regenerace a kompenzace; relaxace	
uplatňuje zásady bezpečnosti při pohybových aktivitách a činnostech s tím souvisejících	hygiena a bezpečnost při pohybových činnostech; vhodné oblečení – cvičební úbor a obutí; záchrana a pomoc; zásady chování a jednání v různém prostředí	



Název tematického celku: tělesná aktivita		Počet hodin:
Výstup	Učivo	MV, met.
ovládá základní herní činnosti jednotlivce a participuje na týmovém herním výkonu družstva	drobné hry (pro rozvoj rychlosti, pohyblivosti a spolupráce) sportovní hry	
umí využívat pohybové činnosti pro všestrannou pohybovou přípravu a zvyšování tělesné zdatnosti	gymnastika: cvičení s náčiním, cvičení na nářadí, přeskoky, akrobacie; šplh	
je schopna sladit při cvičení pohyb s hudbou, provádí jednoduché pohybové vazby a hudebně pohybové cviky	rytmická gymnastika: cvičení bez náčiní a s náčiním; kondiční programy cvičení s hudbou	
umí základní kroky běžných společenských tanců	tance	
volí přiměřené prostředky obrany při napadení	základy sebeobran	
umí připravit turistickou akci, orientuje se v terénu, zná pravidla pohybu ve volné přírodě	Turistika a pohyb v přírodě	soustředění
zná své vlastní schopnosti a limity, je schopna realisticky zhodnotit vlastní fyzickou zdatnost	motorické testy	

**Počet hodin ve školním roce celkem: 34**

## Rodinná výchova

### Charakteristika předmětu:

Předmět Rodinná výchova je zaměřen hlavně na pochopení partnerských vztahů, významu manželství a funkce rodiny, na význam a přednosti plánovaného rodičovství, na průběh těhotenství, porod a péči o dítě až po období adolescence. Učí žákyně reálnému sebehodnocení a hodnocení druhých. Obsahuje poučení o právních předpokladech i důsledcích uzavření manželství a ochraně rodiny a dítěte. Žákyně se naučí sestavovat rodinný rozpočet a vést rodinné účty. Předmět zahrnuje poučení o péči o nemocné členy rodiny a seniory. Seznamuje žákyně se zdravým životním stylem.

Obsahový okruh má vazbu na vzdělávací oblasti:

- Výživa a příprava pokrmů – diferencované stravování
- Péče o domácnost – hygienické požadavky na údržbu dětského ošacení, úklidové prostředky vhodné do domácnosti s dítětem
- Zdravotní výchova – početí, těhotenství, porod, vlivy životního prostředí na zdraví člověka, přenosné nemoci
- Občanská výchova – zákon o rodině
- Kreativní dílna – výtvarné techniky vhodné pro práci s dětmi
- Pečovatelské – péče o děti a seniory
- Psychologie – charakter, učení, výchova

### Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia:

2x týdně 1 hodina (1. i 2. ročník)

předpokládaný počet hodin za školní rok: 68

## Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle

V prvním ročníku se žákyně seznámí s významem a funkcí rodiny, s prioritami v partnerských vztazích. Jsou jim vysvětleny právní důsledky uzavření manželství a založení rodiny. Seznámí se s přednostmi plánovaného rodičovství, s početím, průběhem těhotenství a porodem. Podrobně proberou a prakticky procvičí péči o novorozence a kojence ve zdraví i v nemoci.

Jsou vedeny k sebepoznání – k reálnému sebehodnocení. Mají možnost porovnat si vzájemně své hodnotové žebříčky a postupně je i přehodnocovat. Dále jsou vedeny k zodpovědnosti nejen za sebe, ale i za druhé (aby si uvědomovaly svoji zodpovědnost za vztahy v rodině a za výchovu a zdraví svých dětí i za seniory a nemocné členy rodiny). Je jim vysvětlen význam práce pro hmotné zabezpečení rodiny a jsou seznámeny s rodinným rozpočtem, jeho sestavováním a vedením rodinných účtů. Na modelových situacích se učí vztahům mezi generacemi (tj. mezi rodiči svými a partnera a sebou a mezi sebou a dětmi).

Ve druhém ročníku se žákyně seznámí s výchovou dítěte od předškolního věku po adolescenci. Učí se pomáhat dítěti s přípravou na vyučování, výběrem zájmových kroužků a v pubertě si s ním pohovořit nejen o fyzických a psychických změnách, kterými prochází, ale též o jeho dalším vzdělávání a profesní orientaci. Seznámí se s možnostmi poradenství v případě specifické potřeby dítěte (PPP, SPC, OSPOD, ....). Opět se procvičuje péče o dítě v nemoci a nově se seznámí s péčí o dítě s handicapem. Žákyním je vysvětlen význam zdravého životního prostředí a stylu pro zdraví jejich a celé rodiny. Seznámí se podrobně s hygienickými požadavky na rodinu pro zdraví dětí.

Cílem výuky je žákyně schopná reálného sebehodnocení a hodnocení druhých lidí, cháající význam a funkci rodiny. Žákyně je schopná řídit chod rodiny, zodpovědně přistupovat k početí, těhotenství a péči o děti, pečovat o své zdraví i zdraví členů rodiny. Ví jak pomáhat dětem s přípravou do školy a výběrem zájmových kroužků a v období dospívání s volbou dalšího vzdělávání. Chápe význam spolupráce rodičů se školou. Ví, kam se obrátit o radu nebo pomoc v případě specifické potřeby dítěte, týrání nebo v sociální nouzi.

## Popis hlavních metod a forem výuky

Teoretické poznatky si žákyně osvojují během přednášek, diskusí na dané téma, sledováním naučných filmů, pozorováním dětí na dětském hřišti a exkurzemi v mateřských školách, procvičují si je prakticky formou dramatizace, péčí o modely novorozenců a soutěžemi.

## Přínos k realizaci hlavních průřezových témat

1. Osobnostní a sociální výchova
  - směřuje k porozumění sobě samému i druhým a napomáhá k zvládnutí nežádoucích forem vlastního chování;
  - přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů;
  - rozvíjí dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci
  - umožňuje získat sociální dovednosti pro řešení různých situací (např. konfliktů)
  - vede k akceptaci různých typů lidí, názorů a přístupů k řešení problémů
  - pomáhá k uvědomování si mravních rozměrů různých způsobů lidského chování
  - přispívá k primární prevenci sociálně patologických jevů, rizikového chování a možného zneužívání vlastní osoby.
2. Výchova demokratického občana
  - prohlubuje schopnost aktivního naslouchání a spravedlivého posuzování;
  - motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým;
  - vede k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností.
  - přispívá k utváření hodnot jako je tolerance, odpovědnost;
3. Člověk a životní prostředí
  - poskytuje znalosti, dovednosti a pěstuje návyky nezbytné pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí;
  - vede k pochopení nezbytnosti zdravého životního prostředí pro zdraví všech členů rodiny;
4. Výchova k práci a zaměstnanosti
  - přispívá k uvědomění si důležitosti celoživotního učení a motivaci pro zapojení do pracovního života;
  - prohlubuje pochopení důležitosti hmotného zabezpečení rodiny a i podle toho se řídí při výběru zaměstnání;

## Rozvoj klíčových kompetencí:

Název kompetence:	KOMPETENCE K UČENÍ
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
mít pozitivní vztah k učení a vzdělávání	Učitel žákyně vhodně motivuje mimo jiné ukládáním stále náročnějších úkolů, pozitivně hodnotí každý pokrok v učení. S žákyněmi pracuje individuálně s ohledem na jejich schopnosti.
ovládat adekvátní techniku učení, umět si vytvořit vhodný studijní režim a podmínky	Od počátku vysvětluje žákyním, jakým způsobem si mají probíranou látku osvojit, jak si vytvořit vhodné studijní podmínky a režim. Vhodně zadávanými úkoly žákyně motivuje k osvojení a zažití studijního režimu.
využívat ke svému učení různé informační zdroje,	Na hodinách teoretické výuky učitel žákyně seznámí s možností vyhledávání informací v odborné literatuře, časopisech a na internetu.
sledovat a hodnotit pokrok při dosahování cílů svého učení, přijímat hodnocení výsledků učení od jiných lidí	Učitel pravidelně žákyně hodnotí, využívá různých možností hodnocení, aby žákyně mohly sledovat své pokroky průběžně během celého studia. Umožňuje žákyním porovnávat výsledky své práce navzájem a vyslechnout a přijmout vzájemné hodnocení svých výsledků.

Název kompetence:	KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
porozumět zadání úkolu nebo rozpoznat jádro problému, získat informace potřebné k řešení problému	Učitel zadává úkoly srozumitelně a vede žákyně k jejich porozumění. Ověřuje si, zda žákyně vědí, kde a jak získat potřebné informace k řešení problému, učí je tyto informace vyhledávat a správně použít při hledání způsobu řešení úkolu. Postupně učí žákyně stále větší samostatnosti při řešení úkolů. Úkoly zadává individuálně, podle schopností žákyně.
volit prostředky a způsoby (pomůcky, metody a techniky) vhodné pro splnění jednotlivých aktivit, využívat zkušeností a vědomostí nabytých dříve	Učitel učí žákyně porovnávat prostředky a způsoby vhodné ke splnění úkolů a vybírat z nich nejefektivnější. Připomíná žákyním dřívější obdobné úkoly a vede je k využití dříve nabytých zkušeností a vědomostí.

spolupracovat při řešení problémů s jinými lidmi	Hodiny výuky jsou ideální pro rozvíjení schopností žákyň vzájemně spolupracovat na řešení problémů. Učitel žákyň motivuje k vzájemné spolupráci.
dokázat přivolat pomoc v případě ohrožení vlastní nebo jiné osoby.	Během dramatizace krizových situací učitel vede žákyň k přivolání pomoci, poskytnutí první pomoci a poradí jí, kde odbornou pomoc hledat.

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE KOMUNIKATIVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
formulovat své myšlenky srozumitelně	Učitel umožňuje v hodinách teorie i praxe žákyňm vyjadřovat své myšlenky a vede je k jasnému, srozumitelnému formulování těchto myšlenek.
vyjadřovat se a vystupovat v souladu se zásadami kultury projevu a chování	Učitel učí žákyň kultuře vyjadřování a vystupování jak osobním příkladem, tak korigováním nevhodných projevů žákyň. Při nácviu žádoucího projevu využívá jak modelových, tak i reálných situací.

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE SOCIÁLNÍ A PERSONÁLNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
posuzovat reálně své fyzické a duševní možnosti	Učitel pomáhá žákyň utvořit si reálnou představu o svých fyzických a psychických možnostech.
odhadovat důsledky svého jednání a chování v různých situacích	Učitel žákyň učí předem předvídat důsledky jejich chování a jednání (např. formou dramatizace určité situace). Zároveň předkládá žákyňm vzorce žádoucího řešení situací.
stanovovat si cíle a priority podle své zájmové a pracovní orientace a životních podmínek	Učitel od počátku hovoří se žákyňmi o jejich prioritách, cílech, o hodnotách, které preferují, pomáhá žákyňm postupně stanovovat dílčí cíle a reálně hodnotit dosažené výsledky.
reagovat adekvátně na hodnocení svého vystupování a způsobu jednání ze strany jiných lidí, přijímat radu i kritiku	Formou osobních rozhovorů i diskusí učitel žákyň vede k zamýšlení nad svým vystupováním, reaguje na stávající situace a směřuje žákyň ke kladnému přijetí kritiky a radí jim, jaké důsledky z ní vyvodit.
mít odpovědný vztah ke svému zdraví, pečovat o svůj fyzický i duševní rozvoj, být si vědomi důsledků nezdravého životního stylu a závislostí	V rámci výuky seznamuje učitel žákyň s významem zdravé výživy a zdravého životního stylu pro zdraví jejich, dětí a dalších členů rodiny. Učí je orientovat se v léčebných dietách. Poučí je o důsledcích nezdravého životního stylu a závislostí.

přijímat a odpovědně plnit svěřené úkoly	Učitel motivuje žákyně k odpovědnému plnění svěřených úkolů a upevňuje tuto zodpovědnost kladným hodnocením a oceněním jejich práce a jednání.
přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů a k předcházení osobním konfliktům a diskriminaci	Učitel působí na žákyně vlastním příkladem, pomáhá jim nalézat a vytvářet si žádoucí mezilidské vztahy, zamezuje jakékoliv diskriminaci, a to nejen spolužaček. Hovoří s nimi o konfliktech a společně hledají cestu, jak jim předcházet.
být finančně gramotná	Učitel seznámí žákyně s jednotlivými položkami rodinného rozpočtu a učí je zodpovědně přistupovat k finančnímu zabezpečení rodiny.

## Rozvoj odborných kompetencí:

Název kompetence:	SEBEHODNOCENÍ A HODNOCENÍ DRUHÝCH
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozlišovat kladné a záporné povahové vlastnosti	Učitel vede žákyně k posuzování a rozlišování kladných a záporných povahových vlastností obecně i vlastních povahových rysů.
ujasnit si svůj hodnotový žebříček	Učitel s žákyněmi probere jednotlivé životní hodnoty a nechá je sestavit si vlastní hodnotový žebříček. Průběžně se snaží vést žákyně k uvážlivému stanovení si nejdůležitějších životních hodnot.
naučit se reálnému sebehodnocení	Na základě posouzení vlastních povahových vlastností, dovedností, znalostí a uznávaných hodnot vede učitel žákyně k realistickému sebehodnocení.
naučit se hodnocení druhých	Na základě posouzení povahových vlastností, dovedností, znalostí a uznávaných hodnot druhého člověka, vede učitel žákyně k realistickému hodnocení druhých bez přezírání, podceňování či diskriminace daného člověka.
volba přátel a partnera	Učitel učí žákyně zodpovědně volit přátele a partnera na základě jejich reálného hodnocení

<b>Název kompetence:</b>	<b>ORIENTACE V MEZILIDSKÝCH VZTAZÍCH</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
orientace v mezilidských vztazích	Učitel vysvětlí žákyním rozdíly v kladných a záporných mezilidských vztazích, v jejich intenzitě, hloubce a projevech.
míra vzájemné zodpovědnosti v mezilidských vztazích	Učitel vysvětlí žákyním míru vzájemné zodpovědnosti v různých mezilidských vztazích, vysvětlí jim co již je psychické týrání a citové vydírání.

<b>Název kompetence:</b>	<b>PŘÍPRAVA NA MANŽELSTVÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
odpovědně vybírat celoživotního partnera	Učitel pomáhá žákyním aktivně rozlišit pro manželství vhodné a nevhodné charakterové a volní vlastnosti
chápat význam manželství pro fungování rodiny	Učitel vysvětlí a na příkladech potvrdí žákyním význam trvalého vztahu rodičů pro psychický vývoj dítěte
znát právní předpoklady pro uzavření manželství	Učitel seznámí žákyně s právními předpoklady pro uzavření manželství a vede je k jejich pochopení.
znát povinnosti a závazky manželů vůči sobě navzájem	Učitel vysvětlí žákyním jaké právní závazky vůči sobě manželé mají, že se jedná o závazky oboustranné, zrovna tak povinnosti manželů vůči sobě navzájem a k dětem. Informuje žákyně o rozdílných právech a závazcích manželů v jiných zemích a nutnosti informovat se na právní postavení manželky a dětí v dané zemi ještě před uzavřením sňatku s cizincem.

<b>Název kompetence:</b>	<b>ZODPOVĚDNÝ PŘÍSTUP K POČETÍ A RODIČOVSTVÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
chápat význam plánovaného rodičovství	Učitel seznámí žákyně s významem plánovaného rodičovství pro další péči o děti a jejich optimální vývoj, seznámí je s metodami plánovaného početí.
znát choroby přenosné pohlavním stykem	Učitel seznámí žákyně s chorobami přenosnými pohlavním stykem, vysvětlí jim důležitost partnerské věrnosti v prevenci těchto chorob a s dalšími možnostmi ochrany před těmito chorobami.
vědět, co obnáší rodičovství a umět to vysvětlit	Na příkladech ze života a v diskusi se žákyněmi učitel vysvětlí žákyním, že rodičovství je i právním závazkem rodičů vůči dítěti do jeho dospělosti a morálním závazkem na celý život. Ukáže jim, že to obnáší péči o všestranný vývoj dítěte.



<b>Název kompetence:</b>	<b>ŽIVOTOSPRÁVA TĚHOTNÉ ŽENY A KOJÍCÍ MATKY</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
znát průběh těhotenství a požadavky kladené na životosprávu těhotné ženy	Učitel pomocí výukových filmů seznámí žákyně s průběhem těhotenství a porodem a vysvětlí jim požadavky kladené na životosprávu těhotné ženy
znát požadavky kladené na životosprávu kojící matky	Učitel vysvětlí žákyním požadavky kladené na životosprávu kojící matky.

<b>Název kompetence:</b>	<b>PÉČE O DÍTĚ OD NAROZENÍ PO ADOLESCENCI</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
umět pečovat o dítě od narození po adolescenci	Učitel vysvětlí žákyním jak pečovat o dítě – využije výukové filmy, dramatizaci, nácvik na cvičných modelech novorozenců, pozorování dětí na hřišti a v MŠ, i vlastní zkušenosti žákyní.
umět pečovat o dítě v nemoci	Učitel seznámí žákyně s průběhem běžných dětských nemocí a vysvětlí žákyním, jak pečovat o nemocné dítě
chápat význam preventivního očkování proti přenosným nemocem	Učitel vysvětlí žákyním důležitost očkování proti přenosným nemocem a seznámí je s očkovacím kalendářem.
znát čísla krizového volání a vědět kdy je použít	Učitel naučí žákyně čísla krizového volání a nacvičí jejich použití .
umět poskytnout první pomoc dítěti při úrazu nebo závažném zhoršení zdravotního stavu	Učitel žákyně seznámí se základy první pomoci a neodkladné resuscitace a nacvičí se žákyněmi první pomoc dítěti při úrazu nebo náhlém zhoršení zdravotního stavu
seznámit se s péčí o dítě s handicapem	Učitel seznámí žákyně se základy péče o dítě s handicapem, o požadavcích na jejich výchovu, možnostech jejich vzdělávání a kde mohou hledat odbornou pomoc (PPP, SPC, ...)

<b>Průřezová témata:</b>	
--------------------------	--

<b>Název tématu:</b>	<b>OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
porozumět sobě samému i druhým a zvládat nežádoucí formy vlastního chování	Učitel vede žákyně k posuzování a rozlišování kladných a záporných povahových vlastností obecně i vlastních povahových rysů. Na základě posouzení vlastních povahových vlastností, dovedností, znalostí a uznávaných hodnot vede žákyně k realistickému sebehodnocení. V rámci diskusí, dramatizací konfliktních situací i reakcí na chování žákyní při výuce učitel pomáhá žákyním zvládat nežádoucí formy vlastního chování
přispívat k utváření dobrých mezi-lidských vztahů;	Žákyně jsou v hodinách RV seznamovány se způsoby, jak utvářet dobré mezilidské vztahy nejen ve vlastní rodině, ale i mezi sebou navzájem a v každém dalším kolektivu, kde budou působit.
rozvít dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vést k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci	Učitel na modelových situacích a zadáváním práce ve skupinách rozvíjí u žákyní dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede je k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci
umožnit získání sociálních dovedností pro řešení různých situací (např. konfliktů)	Volením vhodných a podnětných úkolů učitel umožňuje žákyním získat sociální dovednosti pro řešení různých situací
vést k akceptaci různých typů lidí, názorů a přístupů k řešení problémů	Při diskusích na zadané téma učitel vede žákyně k akceptaci různých typů lidí, názorů a přístupů k řešení problémů
pomáhat k uvědomování si mravních rozměrů různých způsobů lidského chování	Výuka RV pomáhá žákyním k uvědomování si mravních rozměrů různých způsobů lidského chování.
přispívat k primární prevenci sociálně patologických jevů, rizikového chování a možného zneužívání vlastní osoby.	Diskusemi ke konkrétním případům vede učitel žákyně k zamýšlení se nad sociálně patologickými jevy, rizikovým chováním a možným zneužíváním jejich osoby.

<b>Název tématu:</b>	<b>VÝCHOVA DEMOKRATICKÉHO OBČANA</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
Prohlubování schopnosti aktivního naslouchání a spravedlivého posuzování;	Žákyně se učí naslouchat a posuzovat druhé během řízených diskusí, dramatizací i při praktickém nácviku různých dovedností. Učitel žákyním vysvětluje důležitost aktivního naslouchání a spravedlivého posuzování dítěte rodiči.
motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým	Učitel průběžně motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým – ukazuje a oceňuje kladné chování žákyním vůči spolužačkám a druhým lidem, na příkladech jim ukazuje modely žádoucího chování.
vede k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností	V rámci výuky v DKSS se žákyně setkávají se spolužačkami jiných národností, etnik, z nejrůznějšího sociálního zázemí, z rodin věřících i ateistických, s dívkami s různými handicap, a učí se vzájemně poznávat, respektovat, pomáhat si a vážit si jedna druhé navzájem. Učitel napomáhá jejich vzájemnému poznávání a respektování. Při výuce předmětu RV se speciálně tímto tématem zabývá v kapitole „Výběr životního partnera“ a „Seznamování rodičů s kamarády svých dětí“.
přispívá k utváření hodnot, jako je tolerance, odpovědnost	Učitel vysvětluje žákyním význam tolerance v soužití manželů, rodičů a dětí, rodičů s prarodiči a zároveň je vede k vzájemné toleranci. Pomáhá žákyním řešit jejich konflikty a např. formou dramatizací jim poskytuje návod, jak přistupovat k různým projevům druhých lidí a učí je chápat tyto projevy. Zároveň žákyně učí odpovědnosti za sebe i druhé, hlavně pak rodičovské zodpovědnosti při výchově dítěte.

<b>Název tématu:</b>	<b>ČLOVĚK A ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
poskytuje znalosti, dovednosti a pěstuje návyky nezbytné pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí;	Učitel učí žákyně, jak vychovávat dítě k ochraně životního prostředí. Zároveň, formou diskusí, příkladem i nácvikem ve škole, upevňuje znalosti, dovednosti a pěstuje návyky nezbytné pro každodenní žádoucí jednání žákyně vůči prostředí, rozvíjí její porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na životní prostředí.
vede k pochopení nezbytnosti zdravého životního prostředí pro zdraví všech členů rodiny;	Formou diskuse, na příkladech z tisku, internetu i z jejich okolí, vede učitel žákyně k pochopení důležitosti zdravého životního prostředí pro zdraví všech členů jejich rodiny.

<b>Název tématu:</b>	<b>VÝCHOVA K PRÁCI A ZAMĚSTNANOSTI</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
přispívá k uvědomění si důležitosti celoživotního učení a motivaci pro zapojení do pracovního života;	Učitel seznámí žákyně podrobně s ekonomickou funkcí rodiny a na tomto základě vede žákyně k uvědomění si důležitosti celoživotního učení a důležitosti finanční soběstačnosti, kterou dosáhnou zapojením do pracovního života.
prohlubuje pochopení důležitosti hmotného zabezpečení rodiny a i podle toho se řídí při výběru zaměstnání;	Učitel seznámí žákyně podrobně s ekonomickou funkcí rodiny, s domácím rozpočtem a vysvětlí jim, podle jakých kritérií volit zaměstnání.

## 1. ročník:

<b>Název tematického celku: Rodinná výchova (mezilidské vztahy, výběr životního partnera, sňatek, rodina, plánované rodičovství, početí, těhotenství, porod, péče o dítě do tří let, péče o nemocné dítě)</b>		<b>Počet hodin: 68</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
<b>Žákyně</b> dokáže rozlišit hloubku závaznost mezilidských vztahů, vysvětlí důležitost dobrých vzájemných vztahů mezi rodiči navzájem a rodiči a prarodiči pro psychický a mravní vývoj dítěte, dokáže teoreticky řešit nejčastější konfliktní situace v rodině;	Mezilidské vztahy (kamarádství, přátelství láska), vztahy mezi rodiči a prarodiči a rodiči a dětmi. (6)	Výklad, diskuse, použití pracovních listů, dramatikace.
vyjmenuje kritéria pro výběr životního partnera, vysvětlí význam jeho charakterových vlastností pro budoucí společný život, dokáže realisticky zhodnotit své povahové vlastnosti;	Výběr životního partnera (3)	PSY – charakter; Použití pracovních listů, diskuse.
dokáže se zamýšlet nad životními hodnotami a sestavit svůj hodnotový žebříček;	Výběr životního partnera (2)	Použití pracovních listů, diskuse, příklady ze života. KV – životní hodnoty.
vysvětlí význam manželství pro fungování rodiny a výchovu dítěte, jaké jsou právní předpoklady k uzavření manželství jakými způsoby lze sňatek uzavřít;	Sňatek (4)	Přednáška, diskuse, prohlídka svatebních fotografií.
vyjmenuje jednotlivé funkce rodiny a vysvětlí, jakým způsobem se zabezpečí a provádějí; dokáže rozlišit typy rodin a chápe, která je pro výchovu dětí přínosem a která naopak může vývoj dítěte poškodit;	Funkce rodiny (3)	Výklad, diskuse, pracovní listy, výukový film.
vysvětlí důležitost partnerské věrnosti, vyjmenuje choroby přenosné pohlavním stykem, vysvětlí přednosti plánovaného rodičovství, chápe princip početí;	Plánované rodičovství, početí (2)	Výklad, diskuse, výukový film, pracovní listy
popíše průběh těhotenství, vyjmenuje hlavní zásady životosprávy těhotné ženy, popíše průběh porodu. Vyjmenuje věci, které si musí před porodem připravit do porodnice i zajistit doma;	Těhotenství, životospráva těhotné ženy, příprava na porod, porod (8)	Výklad, výukový film, pracovní listy

<p>předvede koupání novorozence, péči o pokožku, oblékání, polohu dítěte při kojení. Vysvětlí techniky kojení a zásady péče o novorozence a kojence;</p>	<p>Novorozenec a kojeneček (8)</p>	<p>Výukový film, praktický nácvik, shrnutí poznatků v diskusi, diskuse s mladou maminkou</p>
<p>vysvětlí, co je šestinedělí, jakou životosprávu musí dodržovat šestinedělka a kojící matka;</p>	<p>Šestinedělí a kojení (6)</p>	<p>Výukový film, přednáška, praktický nácvik péče o prsa na modelu.</p>
<p>popíše psychomotorický vývoj kojence a jaké hry a hračky jej podporují a rozvíjejí</p>	<p>Psychomotorický vývoj dítěte (4)</p>	<p>Výukový film, přednáška, výstava hraček vhodných pro kojence Psy – vývojové etapy</p>
<p>popíše nároky kojence na výživu</p>	<p>Novorozenec a kojeneček (4)</p>	<p>Vaření - diferencované stravování, praktický nácvik, výukový film</p>
<p>popíše péči o batole, jeho psychomotorický vývoj, nároky na výživu a sestaví jídelníček pro dítě na celý den;</p>	<p>Batole (10)</p>	<p>Vaření - diferencované stravování, praktický nácvik, výukový film, pozorování na hřišti</p>
<p>popíše péči o dítě v nemoci, vyjmenuje nejčastější dětské nemoci, popíše jejich průběh, vysvětlí význam preventivního očkování a orientuje se v očkovacím kalendáři. Předvede první pomoc u běžných dětských úrazů a vyjmenuje čísla krizového volání;</p>	<p>Péče o dítě v nemoci, očkovací kalendář (15)</p>	<p>ZV – první pomoc; výukový film, praktický nácvik</p>

**Počet hodin ve školním roce celkem: 68**

## 2. ročník:

<b>Název tematického celku: Rodinná výchova (péče o dítě od tří do osmnácti let, poradenský systém, zdravý životní styl, péče o handicapované dítě a seniora v rodině)</b>		<b>Počet hodin: 68</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
<b>Žákyně</b> popíše péči o dítě předškolního věku, jeho výchovu, přípravu na zápis do školy	Dítě předškolního věku (5)	Výklad, pozorování dětí na hřišti a v MŠ, praktický nácvik  KD – výtvarné techniky vhodné pro děti přeškol. věku
vysvětlí nároky na výživu dítěte předškol. věku a sestaví jídelníček pro dítě na celý den;	Dítě předškolního věku (3)	Vaření - diferencované stravování, praktický nácvik,
popíše péči o dítě mladšího školního věku, jeho výchovu, domácí přípravu do školy, vysvětlí rozdíly v denním režimu předškoláka a prvňáčka, kde hledat pomoc při podezření na LMD nebo SPU	Dítě mladšího školního věku (15)	Výklad, diskuse – porovnávání vlastních zkušeností žákyní, pracovní listy, beseda s matkou prvňáčka
popíše projevy prepuberty a puberty a vysvětlí, jak přistupovat k dětem v tomto období	Psychické a fyzické změny dospívajících (4)	Přednáška, diskuse, pracovní listy, film
popíše výchovu dítěte staršího školního věku	Dítě staršího školního věku (10)	Diskuse, naučný film, dramatikace
vysvětlí pojem adolescence a popíše přístup rodičů k adolescentovi	Adolescence (4)	Výklad a diskuse
vysvětlí, co jsou biorytmy, vyjmenuje příklady a jak se projevují	Biorytmy (3)	Výklad a prac. listy
vysvětlí pojem zdravý životní styl a jeho význam pro zdravý život všech členů rodiny	Zdravý životní styl, hygiena (4)	Výklad, diskuse a prac. listy
vyjmenuje druhy handicapů a popíše základní požadavky péče o dítě s handicapem. Ví, kde hledat odbornou pomoc.	Péče o dítě s handicapem (7)	Přednáška, výukový film, praktický nácvik  Peč.
vysvětlí význam péče o seniora v rodinném prostředí, přínos této péče pro seniora i pro všechny členy rodiny	Péče o seniora v rodině (4)	Přednáška, film,  Peč. – péče o seniora

Počet hodin ve školním roce celkem: 68

## Výživa a příprava pokrmů

### Charakteristika předmětu:

Obsahový okruh poskytuje žákyním vědomosti o přípravě pokrmů podle zásad racionální výživy a o diferencovaném stravování. Žákyně získají praktické dovednosti pro výběr surovin, jejich zpracování a využití při přípravě pokrmů. Důraz je kladen na hospodárné využívání surovin, na vytvoření hygienických návyků potřebných pro přípravu pokrmů a hygieny prostředí, osvojení zásad bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, ochrany životního prostředí. Seznámí se s moderní technikou v kuchyni. Naučí se sestavit jídelníček s ohledem na individuální potřeby strávníků i rodinný rozpočet, připravit jednotlivé pokrmy, správně skladovat potraviny a udržovat kuchyni (a celou domácnost) v pořádku.

Obsahový okruh má vazbu na vzdělávací oblasti:

- Estetické vzdělávání – stolničení.
- Biologické a ekologické vzdělávání – třídění odpadů, používání ekologicky nezávadných mycích a čistících prostředků, šetření vodou a energií.
- Vzdělávání pro zdraví – racionální výživa, hygiena, diferencované stravování, první pomoc při nejčastějších úrazech v kuchyni.
- Pečovatelství – dietní stravování, stravování dětí a seniorů, péče o domácnost klienta.

### Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia:

1. ročník - 4 hodiny (1 x za 14 dnů 6 hodin praxe a 1 x týdně 1 hodina teorie)

2. ročník - 4 hodiny (1 x za 14 dnů 6 hodin praxe a 1 x týdně 1 hodina teorie)

celkový počet vyuč. hodin za školní rok - 140

### Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle

Při výuce teorie se žákyně v 1. ročníku seznámí s pravidly bezpečnosti práce v kuchyni vlastní, školní i ve stravovacích provozovnách, hygienickými zásadami a se základy první pomoci při nejčastějších úrazech v kuchyni. Naučí se používat základní pojmy (klíčová slova) s porozuměním. Seznámí se podrobně s významem základních a přídatných živin a s jednotlivými surovinami používanými v kuchyni. Seznámí se základy ekonomiky domácnosti (tvorba rodinného rozpočtu).

Na hodinách praxe se žákyně 1. ročníku seznámí s provozem a vybavením cvičné kuchyně, naučí se zpracovávat suroviny potřebné k přípravě pokrmů a pod vedením připravovat jednoduché pokrmy. Zároveň procvičují dodržování hygienických a bezpečnostních postupů při práci. Seznamují se s technikou používanou v kuchyni.

Žákyně 2. ročníku se v teorii seznamují s diferencovaným stravováním, významem léčebných diet, stolničením, rozvíjejí vědomosti v oblasti ekonomiky domácnosti a ekologického provozu domácnosti.

Na hodinách praxe žákyně pracují mnohem více samostatně – nákupy, příprava surovin, příprava pokrmů, úprava stolů, práce v domácnosti. Zároveň se učí i pracovat v kolektivu.



Cílem výuky je žákyně chápat zásady racionálního stravování, se zažitými hygienickými a bezpečnostními návyky, myslící ekonomicky a ekologicky, která umí pečovat o domácnost vlastní i domácnost klienta. Dokáže se plnohodnotně zapojit do práce v provozu. Dovede se orientovat v kuchařských knihách, aktivně si vyhledávat potřebné informace v odborné literatuře

## Popis hlavních metod a forem výuky

Během výuky přípravy pokrmů a vedení domácnosti si žákyně teoretické poznatky ověřují v praxi, ve cvičné kuchyni pracují skupinově i samostatně metodami aktivního učení. Výuka probíhá ve spirále, získané vědomosti a dovednosti se periodicky procvičují a rozvíjejí. Výuka je oživena soutěžemi. Teoretické poznatky získávají žákyně formou přednášek, prací s pracovními listy, vyhledáváním informací na internetu, odborné literatuře a v časopisech a z naučných filmů.

## Přínos k realizaci hlavních průřezových témat

### 1. Osobnostní a sociální výchova:

směřuje k porozumění sobě samému i druhým a napomáhá k zvládnutí nežádoucích forem vlastního chování;

rozvíjí dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci;

umožňuje získat sociální dovednosti pro řešení různých situací (např. konfliktů);

### 2. Výchova demokratického občana

prohlubuje schopnost aktivního naslouchání a spravedlivého posuzování

motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým;

### 3. Člověk a životní prostředí

poskytuje znalosti, dovednosti a pěstuje návyky nezbytné pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí;

ukazuje příklady žádoucího i nežádoucího jednání z hlediska udržitelného rozvoje, vede k odpovědnosti k ochraně přírody a přírodních zdrojů;

### 4. Výchova k práci a k zaměstnanosti

rozvíjí schopnost vyhledávat, posoudit, hodnotit a využívat informace o profesních příležitostech;

podporuje uplatnění osobních předpokladů při zapojení do pracovního procesu;

## Přínos k realizaci klíčových kompetencí

### Rozvoj klíčových kompetencí:

Název kompetence:	KOMPETENCE K UČENÍ
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu	Učitel žákyně vhodně motivuje mimo jiné ukládáním stále náročnějších úkolů k osvojení si poznatků obsažených ve vzdělávacím programu, pozitivně hodnotí každý pokrok v učení. S žákyněmi pracuje individuálně s ohledem na jejich schopnosti.
využívat vhodně naučené metody a techniky učení;	Učitel procvičuje se žákyněmi využívání naučených metod a technik učení zadáváním problémových úkolů jak v hodinách teorie, tak i praxe.
uplatňovat znalosti k rozšiřování a prohlubování svých vědomostí a dovedností;	V hodinách praxe vede učitel žákyně k uplatňování znalostí k rozšiřování a prohlubování svých vědomostí a dovedností;
dokázat vyhledávat informace a využívat je v praktickém životě	Na hodinách teoretické výuky učitel žákyně seznámí s možnostmi vyhledávání informací v odborné literatuře, časopisech a na internetu a s využitím těchto informací v praxi.
reagovat na hodnocení ze strany druhých, přijímat radu i oprávněnou kritiku;	Učitel pravidelně po každém bloku praktické výuky i v hodinách teorie žákyně hodnotí, využívá různých možností hodnocení, aby žákyně mohly sledovat své pokroky průběžně během celého studia. Umožňuje žákyním porovnávat výsledky své práce navzájem a vyslechnout a přijmout vzájemné hodnocení svých výsledků.
používat základní pojmy z různých vzdělávacích oblastí a pracovních činností	Učitel vysvětluje žákyním význam základních pojmů z různých vzdělávacích oblastí a vede je k jejich správnému používání. V hodinách praxe s nimi procvičuje potřebné pracovní činnosti.

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozpoznat problémy a hledat způsob jejich řešení;	Učitel zadává úkoly srozumitelně a vede žákyně k jejich porozumění. Ověřuje si, zda žákyně vědí, kde a jak získat potřebné informace k řešení problému, učí je tyto informace vyhledávat a správně použít při hledání způsobu řešení úkolu. Postupně učí žákyně stále větší samostatnosti při řešení úkolů. Úkoly zadává individuálně, podle schopností žákyně.
řešit běžné životní situace a překážky, překonávat je přiměřeně ke svým možnostem, případně za pomoci druhé osoby	Hodiny praktické výuky jsou ideální pro rozvíjení schopností žákyní překonávat překážky a běžné životní situace týkající se společné práce a to jak za pomoci druhé osoby, tak i samostatně.
přijímat důsledky svých rozhodnutí	Učitel dává žákyním prostor pro rozhodování se a zároveň je seznamuje s důsledky jejich rozhodnutí a učí je tyto důsledky přijímat.
dokázat přivolat pomoc v případě ohrožení vlastní nebo jiné osoby	Učitel seznámí žákyně s možnostmi přivolání pomoci v případě ohrožení vlastní nebo jiné osoby a nacvičí s nimi přivolání dospělé osoby, základy první pomoci a volání na linky tísňového volání.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE KOMUNIKATIVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
využívat získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi.	Učitel procvičuje s žákyněmi již získané komunikativní dovednosti a umožňuje jim v hodinách teorie i praxe vzájemně spolupracovat a vytvářet vzájemné kvalitní vztahy.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE SOCIÁLNÍ A PERSONÁLNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
jednat zodpovědně vůči vlastní osobě i druhým	Učitel vede žákyně k zodpovědnému jednání vůči vlastní osobě i druhým. V hodinách praktické výuky staví před žákyně úkoly, kde je zodpovědnost jednou z podmínek jejich splnění.
respektovat práva a povinnosti svá i ostatních, přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů	Učitel respektuje práva a povinnosti svá i ostatních a vyžaduje totéž od žákyní. Ukazuje jim možnosti jak přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů.

dokázat se přiměřeně chovat v krizových situacích i v situacích ohrožujících život podle pokynů kompetentních osob a uplatňovat osvojené dovednosti a postupy	Učitel seznámí žákyně s možnostmi přivolání pomoci v případě ohrožení vlastní nebo jiné osoby a nacvičí s nimi přivolání dospělé osoby, základy první pomoci a volání na linky tísňového volání.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
zdůvodnit význam zdravého životního stylu, chránit své zdraví i zdraví druhých lidí;	Učitel vysvětlí žákyním význam zdravého životního stylu a jak lze vhodnou výživou chránit své zdraví i zdraví druhých lidí;
rozpoznat nevhodné a rizikové chování, uvědomovat si jeho možné důsledky	Učitel učí žákyně rozpoznat nevhodné a rizikové chování (např. poruchy výživy), uvědomovat si jeho možné důsledky
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE PRACOVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
mít osvojeny základní pracovní dovednosti, návyky a postupy pro každodenní běžné pracovní činnosti	V hodinách praxe si žákyně osvojí a procvičí základní pracovní dovednosti, návyky a postupy pro každodenní běžné pracovní činnosti.
chápat význam práce a možnost vlastního zapojení do pracovního procesu	Učitel vede žákyně k pochopení významu práce a možnosti vlastního zapojení do pracovního procesu.
plnit stanovené povinnosti, být schopen spolupráce, respektovat práci svou i druhých	Učitel pomáhá žákyním zvládnout plnění stanovené povinnosti, být schopny spolupráce, respektovat práci svou i druhých.
znát možnosti využívání poradenských a zprostředkovatelských služeb	Učitel seznamuje žákyně s možnostmi pracovního uplatnění v oboru, učí je hledat zaměstnání pomocí poradenských a zprostředkovatelských služeb, internetové nabídky práce i s pomocí úřadu práce.

<b>Rozvoj odborných kompetencí</b>	
řídít se zásadami bezpečnosti a ochrany zdraví při práci i hygieny práce	Učitel hned v prvních hodinách seznámí žákyně se zásadami bezpečnosti a ochrany zdraví při práci i hygieny práce, procvičí s nimi bezpečné pracovní postupy a po celou dobu výuky po žákyních vyžaduje, aby se těmito zásadami řídily.
<b>Název kompetence:</b>	<b>POSKYTOVAT OBSLUŽNOU PÉČI KLIENTŮM</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	
pomáhat při přípravě a poskytování stravy klientům	V hodinách teorie učitel seznamuje žákyně se zásadami diferencovaného stravování (např. stravování nemocných, rekonvalescentů, dětí, seniorů, ...), v hodinách praktické výuky je učí dietní stravu připravovat a podávat.
pomáhat rodinám se zajišťováním péče o dítě	Učitel podrobně seznamuje žákyně s výběrem surovin a přípravou stravy pro děti, sestavováním jídelníčků pro děti a servírování jídla dětem. V hodinách teorie využívá výukové filmy, práce s internetem a odbornou literaturou.
<b>Název kompetence:</b>	<b>POMÁHAT PŘI ZAJIŠŤOVÁNÍ CHODU DOMÁCNOSTI</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	
pomáhat při zajišťování stravy (distribuce hotových jídel, ohřátí nebo příprava jednoduchých pokrmů a nápojů)	V hodinách praktické výuky učitel seznámí žákyně se servírováním hotových jídel, způsoby ohřívání stravy a učí je připravovat běžné i dietní pokrmy.
provádět běžný úklid v domácnosti	V hodinách teorie učitel seznamuje dívky s úklidovými prostředky a jejich používání s ohledem na ochranu životního prostředí, v rámci praktické výuky žákyně učí uklidit pracovní místo (kuchyni), mýt a uklízet nádobí a běžný úklid domácnosti.
zajišťovat nákupy klientům	Učitel nejprve nakupuje potraviny s žákyněmi. Vysvětluje jim rozdíly v cenách, kde zjistit dobu trvanlivosti, jak nákup vyúčtovat. Od druhého ročníku nechává žákyně nakupovat samostatně, pouze sleduje, jak si při nákupu počínají a potom s nimi jejich postup probere a zhodnotí.

používat správně běžné domácí prostředky, pomůcky a přístroje a provádět jejich standardní údržbu	Učitel seznamuje žákyně v praxi s běžnými i alternativními úklidovými prostředky, pomůckami a úklidovými přístroji a učí žákyně používat je s ohledem na vlastní bezpečnost a ochranu životního prostředí. Po použití přístrojů učí žákyně jejich údržbě a bezpečnému ukládání.
<b>Název kompetence: :</b>	<b>PŘIPRAVOVAT JEDNODUCHÉ POKRMY A NÁPOJE, DODRŽOVAT HYGIENICKÉ POŽADAVKY PŘI JEJICH PŘÍPRAVĚ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
připravovat studené i teplé pokrmy a nápoje	Učitel učí žákyně zásadám racionální výživy a jejich uplatňování při přípravě pokrmů a nápojů. V hodinách praktické výuky učí žákyně postupům při tepelné přípravě pokrmů. Motivuje je i možností účasti na soutěžích v přípravě pokrmů a stolničení.
zabezpečovat inventář po jeho použití a vyčištění	V hodinách praktické výuky učitel seznámí žákyně s vybavením cvičné kuchyně, s údržbou inventáře a pravidelně, po každé praktické výuce vede žákyně k vyčištění a úklidu inventáře a pracoviště.
používat a udržovali technická a technologická zařízení v gastronomickém provozu	V hodinách praktické výuky učitel ukáže žákyním, jak používat a udržovat technická a technologická zařízení, poučí žákyně o bezpečnosti práce s jednotlivými zařízeními a pod vedením je v práci na těchto zařízeních zacvičí.
dodržovat osobní hygienu a hygienu práce v průběhu pracovních činností	Učitel hned v úvodních hodinách podrobně seznámí žákyně s bezpečnostními a hygienickými předpisy a důsledně kontroluje jejich dodržování. Motivuje žákyně k cílenému dodržování hygieny a bezpečnosti při práci. Využívá výukových materiálů první pomoci, aby seznámil žákyně s nejčastějšími úrazy, které mohou při práci v kuchyni jejich neopatrností nebo nepozorností vzniknout.
provádět úklid a čištění zařízení a prostor pro výrobu pokrmů	Učitel pravidelně s žákyněmi provádí úklid, čištění zařízení a prostor pro výrobu pokrmů a jejich desinfekci.
skladovat suroviny a nápoje podle jejich druhů v souladu s hygienickými požadavky	Učitel v hodinách teorie seznámí žákyně se zásadami skladování potravin a nápojů v souladu s hygienickými požadavky a v hodinách praxe jim umožní si získané poznatky vyzkoušet.
provádět úklid a čištění skladovacích prostor	Učitel s žákyněmi pravidelně provádí kontrolu uskladněných potravin, úklid, čištění a desinfekci skladovacích prostor.

<b>Název kompetence:</b>	<b>DBÁT NA BEZPEČNOST PRÁCE A OCHRANU ZDRAVÍ PŘI PRÁCI</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
chápat bezpečnost práce jako nedílnou součást péče o zdraví své, spolupracovníků i dalších osob vyskytujících se na pracovištích	Učitel v úvodních hodinách seznámí žákyně se zásadami bezpečnosti práce a ochrany zdraví při práci, v průběhu následující výuky důsledně sleduje jejich dodržování. Pro snazší pochopení důležitosti dodržování bezpečnosti při práci promítne žákyním výukový film první pomoci, kde se seznámí s nejčastějšími úrazy, (popř. otravami) ke kterým dochází v kuchyni.
<b>Název kompetence:</b>	<b>JEDNAT EKONOMICKY A V SOULADU SE STRATEGIÍ UDRŽITELNÉHO ROZVOJE</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
znát význam, účel a užitečnost vykonávané práce, její finanční, popř. společenské ohodnocení	Učitel průběžně vysvětluje žákyním význam, účel a užitečnost znalostí a dovedností potřebných k přípravě pokrmů. Seznamuje žákyně s ohodnocením této práce. Umožňuje jim vytvořit si reálnou představu i tím, že jim pravidelně zadává za úkol vyhledat na internetu v nabídce zaměstnání v oboru s nabízeným finančním ohodnocením.
efektivně hospodařit s finančními prostředky	Učitel učí žákyně sestavovat rodinný rozpočet, nakupovat s rozmyslem s přihlédnutím na ceny surovin, porovnávat nabídku jednotlivých obchodních sítí a sezónních slev. Učí je vést domácí účty a šetřit.
nakládat s materiály, energiemi, odpady, vodou a jinými látkami ekonomicky a s ohledem na životní prostředí	Učitel vysvětlí žákyním, jaký význam pro ně i jejich děti má ochrana životního prostředí, šetření vodou a energiemi, šetření surovinami. Učí je třídit odpad.



<b>Průřezová témata:</b>	
<b>Název tématu:</b>	<b>OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
směřuje k porozumění sobě samému i druhým a napomáhá k zvládnutí nežádoucích forem vlastního chování;	Učitel pomáhá žákyním porozumět sobě samé a vede je k porozumění druhým. Pomáhá jim zvládnout nežádoucí formy vlastního chování (na příkladech ze života, formou dramatizací určitých situací, vysvětlováním...).
rozdívá dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci;	Zvláště v hodinách praktické výuky rozvíjí učitel u žákyní dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci;
umožňuje získat sociální dovednosti pro řešení různých situací (např. konfliktů);	Učitel umožňuje žákyním získat sociální dovednosti pro řešení různých situací (např. konfliktů), vyzdvihuje žádoucí formy řešení a pomáhá jim rozpoznat formy nežádoucí.
<b>Název tématu:</b>	<b>VÝCHOVA DEMOKRATICKÉHO OBČANA</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
prohlubuje schopnost aktivního naslouchání a spravedlivého posuzování	Během společné práce v hodinách praktické výuky učitel vede žákyně k prohlubování schopnosti aktivního naslouchání a spravedlivého posuzování
motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým	Učitel motivuje žákyně k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým
<b>Název tématu:</b>	<b>ČLOVĚK A ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
poskytuje znalosti, dovednosti a pěstuje návyky nezbytné pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí	Učitel na vhodných příkladech poskytuje informace, znalosti, učí žákyně dovednosti a pěstuje u nich návyky nezbytné pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí;
ukazuje příklady žádoucího i nežádoucího jednání z hlediska udržitelného rozvoje, vede k odpovědnosti k ochraně přírody a přírodních zdrojů;	Učitel žákyním ukazuje příklady žádoucího i nežádoucího jednání z hlediska udržitelného rozvoje, vede je k odpovědnosti k ochraně přírody a přírodních zdrojů;

<b>Název tématu:</b>	<b>VÝCHOVA K PRÁCI A K ZAMĚSTNANOSTI</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
rozvíjí schopnost vyhledávat, posoudit, hodnotit a využívat informace o profesních příležitostech	Učitel seznámí žákyně s možnostmi vyhledávání, posuzování a využívání informací o pracovních příležitostech (na internetu, v inzerci v tisku, pomocí agentur,...) a rozvíjí jejich schopnosti aktivně se na vyhledávání a posuzování těchto možností podílet.
podporuje uplatnění osobních předpokladů při zapojení do pracovního procesu	Učitel pomáhá žákyním reálně posoudit své osobní předpoklady na zapojení do pracovního procesu a pomáhá jim při jejich uplatnění.

## 1. ročník:

Název tematického celku: Výživa - příprava pokrmů - teorie		Počet hodin: 30
Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně - zná bezpečnostní pravidla a hygienické zásady platné pro práci v kuchyni a při přípravě pokrmů	- pravidla bezpečnosti a hygienické zásady práce v kuchyni (2)	PD - Péče o domácnost - v hod. teorie i praktické výuky postupu-jeme podle společných bezpeč. pravidel a hygienických zásad
- je seznámena s nejčastějšími úrazy v kuchyni, umí poskytnout první pomoc a zná čísla krizového volání	- nejčastější úrazy v kuchyni a následná první pomoc (3)	RV, ZV, - základy první pomoci
- rozumí základním pojmům v oboru gastronomie a umí je používat	- základní pojmy (5)	Přednáška a práce s prac. listy.
- má základní vědomosti o jednotlivých druzích potravin, pochutin a nápojů, o jejich uskladnění, zpracování, kombinování s dalšími potravinami a o možnostech jejich znehodnocení	- potraviny, pochutiny a nápoje (10)	Přednáška, práce s literaturou, internetem a časopisy. PD – uskladnění a úprava potravin
- umí vyjmenovat nákazy a poškození zdraví vyplývající z požití zkažených nebo kontaminovaných potravin a nápojů	- alimentární nákazy a otravy z jídla (2)	ZV – zdrav. výchova – ochrana zdraví, PD – skladování a úprava potravin.
- umí sestavit potravní pyramidu	- potravní pyramida (2)	Sestavování potravní pyramidy z přinesených surovin.
- rozlišuje biologickou a energetickou hodnotu stravy	- biologická a energetická hodnota potravin (2)	Přednáška
- umí sestavit domácí rozpočet. Učí se šetřit výdaje nikoliv na úkor kvality, ale využíváním sezónních potravin, slev a sledováním a porovnáváním cen v jednotlivých obchodních řetězcích.	- využití sezónních potravin v kuchyni (4)	Přednáška a práce s pracovními listy na tržišti a v obchodě.

Název tematického celku: Výživa - příprava pokrmů - praxe		Počet hodin: 106
Výstup	Učivo	MV, met.
<b>cvičná kuchyně</b>		
Žákyně - orientuje se ve cvičné kuchyni	- základní členění a vybavení kuchyně (2)	PD – projekt „Bezpečně v kuchyni“
- při práci ve cvičné kuchyni zachovává pravidla bezpečnosti práce a zachovává hygienické zásady při práci s potravinami, nosí předepsaný pracovní oděv a obuv	- pravidla bezpečnosti a hygienické zásady při práci v kuchyni (průběžně)	PD – projekt „Bezpečně v kuchyni“
- ovládá pracovní postupy při práci s běžnými kuchyňskými přístroji, nástroji a pomůckami	- pravidla bezpečnosti a hygienické zásady při práci v kuchyni (5)	PD – projekt „Bezpečně v kuchyni“
- udržuje pořádek na pracovišti	- pravidla bezpečnosti a hygienické zásady při práci v kuchyni (průběžně)	PD – projekt „Bezpečně v kuchyni“- úklid domácnosti
- umí poskytnout první pomoc při nejčastějších úrazech v kuchyni a zavolat na krizové linky	- první pomoc při nejčastějších úrazech v kuchyni (4)	ZV – poskytování 1. pomoci, naučný film o poskytování 1. p. při úrazech a otravách
<b>potraviny a nápoje</b>		
- rozlišuje a charakterizuje jednotlivé potraviny z hlediska druhů a jejich úpravy	- základní druhy potravin (5)	Prověřování teorie při nákupu a vaření
- při nákupu potravin si všímá jejich jakosti, data spotřeby a ceny	- nákup, skladování a zpracování potravin (průběžně – 20)	Prověřování teorie při nákupu a vaření
- umí potraviny vhodně skladovat, ví, čím se mohou znehodnotit, pozná zkažené potraviny	- údaje na obalech potravin, různé ceny obdobných surovin, způsoby skladování potravin, možnosti jejich znehodnocení (20)	Prověřování teorie při nákupu a vaření, PD ukládání a skladování potravin

<b>technologické postupy přípravy pokrmů</b>		
- umí pod vedením připravit suroviny k další přípravě jednoduchých pokrmů - zvládá jednoduché technologické postupy při přípravě pokrmů	- příprava a předběžná úprava potravin (15) - základní tepelné úpravy pokrmů (10)	Praktická cvičení v kuchyni
- vyzkouší si přípravu pokrmů podle receptu, vážení a odměřování surovin, převádění jednotek použitých v receptu na jednotky na odměrkách a váze	- technologické postupy při přípravě jednoduchých pokrmů (20)	Praktická cvičení v kuchyni, M – převody jednotek
- při přípravě pokrmů neplýtvá surovinami ani energií , šetří vodou a třídí odpad	- ekonomická hlediska práce v kuchyni, - ochrana životního prostředí (průběžně)	PD – ekonomika domácnosti
- udržuje inventář kuchyně	- péče o inventář (průběžně)	PD – úklidové práce v domácnosti
- po skončení práce uklidí pracoviště	- úklid kuchyně (průběžně)	PD – úklidové práce v domácnosti
<b>základy stolničení</b>		
- prostře správně stůl, servíruje pokrmy	- základy stolničení (9)	PD – podávání stravy, gastronomické zásady

**Počet hodin ve školním roce celkem: 136**

## 2. ročník:

Název tematického celku: Výživa - příprava pokrmů - teorie		Počet hodin: 30
Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně - umí procentuálně rozložit stravu na celý den	- racionální výživa (2)	M - procenta
- zná výživové potřeby podmíněné věkem, zdravím a fyzickou náročností vykonávané práce jedince a umí podle nich sestavit jídelníček	- diferencované stravování (8)	Přednáška a práce s prac. listy
- orientuje se v léčebných dietách, zná jejich význam, zná hlavní zásady přípravy pokrmů běžných léčebných diet	- léčebné diety (5)	Přednáška a práce s prac. listy
- zná poruchy příjmu potravy a nebezpečí z nich plynoucí	- poruchy příjmu potravy (2)	Přednáška a práce s internetem
- orientuje se v základech stolničení, zná názvy stolního náčiní, umí upravit stůl pro všední i slavnostní příležitost, umí sladit vhodné dekorativní doplňky	- základy stolničení (5)	Příprava na soutěž „Holky v akci“ a školní slavnosti
- vysvětlí zásady jednoduché obsluhy	- základy stolničení (2)	Příprava na soutěž „Holky v akci“ a školní slavnosti
- sestaví rozpočet rodiny na jeden měsíc s ohledem na příjmy rodiny	- ekonomika domácnosti (4)	PD – tvorba rodinného rozpočtu
- vysvětlí nutnost třídění odpadů, šetření energiemi, ochrany životního prostředí	- ochrana životního prostředí (2)	PD – ochrana životního prostředí, ZV, RV – vliv životního prostředí na zdraví člověka

Název tematického celku: Výživa - příprava pokrmů – praxe		Počet hodin: 106
Výstup	Učivo	MV, met.
- umí samostatně nakoupit a vyúčtovat nákup	- vedení účtů (15)	PD – ekonomika domácnosti procvičování v praxi
- podle receptu zvolí a použije vhodné suroviny	- výběr surovin (průběžně)	praktické cvičení
- s menší dopomocí umí suroviny odměřit a odvážit	- odměřování a vážení surovin, převody jednotek (10)	M – převody jednotek, procvičování v praxi
- opracuje a připraví suroviny k dalšímu zpracování	- předběžná příprava surovin (20)	praxe
- připraví běžné pokrmy	- tepelné úpravy pokrmů (35)	praxe
- podle receptů a pokynů připravuje dietní stravu	- dietní stravování (15)	praxe
- ovládá základní technologické postupy tepelných úprav pokrmů	- tepelné úpravy pokrmů (5)	PD – příprava pokrmů pro rodinu, praxe
- při přípravě pokrmů neplýtvá surovinami ani energií - šetří vodou, třídí odpady	- ekonomika domácnosti a ochrana životního prostředí (průběžně)	PD – ekonomika domácnosti ZV – vliv životního prostředí na zdraví člověka
- udržuje pořádek na pracovišti	- pravidla bezpečnosti a hygiena v domácnosti i na pracovišti (průběžně)	
- zná zásady jednoduché obsluhy	- stolničení (10)	PD - stolování

**Počet hodin ve školním roce celkem: 136**

## PÉČE O DOMÁCNOST

### Charakteristika předmětu:

Obsahový okruh předmětu poskytuje žákyním široké poznatky a dovednosti v oboru péče o domácnost vlastní i klienta zahrnující: bezpečnost provozu domácnosti, úprava pokoje pro dlouhodobě ležícího člena rodiny, člena rodiny s handicapem a pro dítě, úklid domácnosti, péče o prádlo a šaty, přípravu a poskytování stravy, nákupy a obstarávání servisních služeb, tvorba a vedení rodinného rozpočtu. V rámci úklidu domácnosti se seznámí s používáním úklidových strojů, úklidových prostředků, osvojí si manipulaci s nimi a jejich výběr s ohledem na ochranu životního prostředí. Důraz je kladen na hospodárné využívání surovin, správné časové rozvržení domácích prací a jejich logickou posloupnost, na vytvoření hygienických návyků potřebných pro údržbu domácnosti a osvojení zásad bezpečnosti a ochrany zdraví při práci. Žákyně se naučí zvládat péči o domácnost i prakticky.

Obsahový okruh má vazbu na vzdělávací oblasti:

- Výživa a příprava pokrmů
- Kreativní dílna
- Zdravotní výchova
- Rodinná výchova
- Pečovatelství
- Psychologie

### Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia:

V prvním i druhém ročníku 1 hodina týdně. Celkový počet hodin 34

### Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle

V prvním ročníku s žákyně podrobně seznámí s praktickými, bezpečnostními a hygienickými požadavky na vybavení domácnosti, jak vybavit dětský pokoj, pokoj dlouhodobě ležícího nebo handicapovaného člena rodiny. Naučí se teoreticky a prakticky si procvičí úklidové práce v domácnosti, naučí se třídit odpad a používat úklidové prostředky šetrné k životnímu prostředí, v návaznosti na předmět Péče o oděvy péči o prádlo a oděvy, procvičí si péči o obuv a její správné ukládání. Zvládnou péči o pokojové rostliny.

Ve druhém ročníku se naučí sestavovat rodinný rozpočet a vést domácí účty, nakupovat s rozmyslem, správně ukládat potraviny, sestavovat jídelníček pro rodinu na celý týden. V návaznosti na předmět Výživa a příprava pokrmů si zopakují hlavní gastronomické zásady, péči o kuchyňský inventář, zásady diferencovaného stravování. Seznámí se se základní péčí o domácí mazlíčky. Naučí se vyhledávat opravářské služby a řešit vzniklé problémy.

Cílem výuky je žákyně, která umí samostatně a kvalitně pečovat o domácnost vlastní i klienta s ohledem na bezpečnost práce a hygienu. Spolehlivě zvládá domácí účetnictví, nákupy a obstarávání servisních a jiných služeb, domácí práce, péči o prádlo, oděvy a obuv, přípravu a poskytování stravy, péči domácí rostliny a o domácího mazlíčka. Umí si zorganizovat práci a je schopná samostatně řešit vzniklé problémy.



## Popis hlavních metod a forem výuky

Žákyně se seznamují s poznatky zvláště metodami aktivního učení. Výuka probíhá ve spirále, získané vědomosti a dovednosti se periodicky procvičují a rozvíjejí. Při výuce se využívá možnost nácviku jednotlivých úkonů v hodinách, při školních službách a na soustředěních. Využívají se metody soutěže, řešení modelových situací, porovnávání zkušeností studentek s pracovními postupy doma, ve škole a na praxích.

## Přínos k realizaci hlavních průřezových témat

### 1. Osobnostní a sociální výchova

- napomáhá k zvládnutí nežádoucích forem vlastního chování;
- rozvíjí dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci;
- umožňuje získat sociální dovednosti pro řešení různých situací (např. konfliktů);

### 2. Výchova demokratického občana

- motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým;
- vede k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností.

### 3. Člověk a životní prostředí

- poskytuje znalosti, dovednosti a pěstuje návyky nezbytné pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí;
- ukazuje příklady žádoucího i nežádoucího jednání z hlediska udržitelného rozvoje, vede k odpovědnosti k ochraně přírody a přírodních zdrojů;

### 4. Výchova k práci a k zaměstnanosti

- přispívá k uvědomění si důležitosti celoživotního učení a motivaci pro zapojení do pracovního života;
- podporuje uplatnění osobních předpokladů při zapojení do pracovního procesu;

## Přínos k realizaci klíčových kompetencí

Žákyně se učí nejen zodpovědně přistupovat k učení a práci, ke svému životu, ale též přijmout zodpovědnost za druhé. Učí se komunikovat s lidmi, řešit problémy a konflikty, vystupovat a jednat podle pravidel. Naučí se dbát na bezpečnost, hygienu a ochranu zdraví, a to i mimo zaměstnání. Naučí se myslet a jednat ekonomicky a ekologicky, tj. neplýtvat a šetřit životní prostředí.

<b>Rozvoj klíčových kompetencí:</b>	
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K UČENÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu;	Učitel názornými a nápaditými formami výuky pomáhá žákyním osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu.
využívat vhodně naučené metody a techniky učení;	Učitel vysvětluje žákyním, jak převádět získané teoretické poznatky do každodenní praxe a převádění teorie do praxe s nimi procvičuje.
reagovat na hodnocení ze strany druhých, přijímat radu i oprávněnou kritiku;	Pravidelným hodnocením práce žákyní i osobními rozhovory učitel učí žákyně přijímat hodnocení, radu i kritiku druhých.
dokázat vyhledávat informace a využívat je v praktickém životě	Učitel vysvětlí a prakticky ukáže žákyním, kde hledat potřebné informace a jak je převést do praxe.
používat základní pojmy z různých vzdělávacích oblastí a pracovních činností;	Učitel vysvětluje žákyním význam základních pojmů a vede je k jejich správnému používání
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozpoznat problémy a hledat způsob jejich řešení	Žákyně se průběžně učí rozpoznávat problémy a nejprve pod vedením učitele, později samostatně hledají způsoby jejich řešení.
řešit běžné životní situace a překážky, překonávat je přiměřeně ke svým možnostem, případně za pomoci druhé osoby;	Učitel vede žákyně k reálnému sebehodnocení, poznání vlastních schopností, aby byly schopny řešit běžné životní situace úměrně ke svým možnostem. Učí je rozpoznávat situace, kdy je třeba požádat o pomoc s řešením druhou osobu.
dokázat přivolat pomoc v případě ohrožení vlastní nebo jiné osoby	Učitel ukáže žákyním, jak přivolat nebo vyhledat odbornou pomoc v případě ohrožení vlastní nebo jiné osoby, naučí je čísla krizového volání, seznámí je s existencí krizových center, azylových domů apod.

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE KOMUNIKATIVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
využívat získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi	Zvláště při praktickém nácviku dovedností potřebných k vedení domácnosti učitel vhodně zadávanými úlohami vede žákyně k využívání získaných komunikativních dovedností k vytváření vztahů a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE SOCIÁLNÍ A PERSONÁLNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
uvědomovat si nebezpečí možného psychického i fyzického zneužití vlastní osoby;	Učitel seznámí žákyně s nebezpečím možného psychického i fyzického zneužití jejich osoby; poučí je o obraně proti zneužívání a kde mohou případně vyhledat odbornou pomoc (např. Bílý kruh bezpečí,...)
jednat zodpovědně vůči vlastní osobě i druhým	Učitel vysvětlí žákyním rozsah jejich zodpovědnosti za chod vlastní domácnosti nebo domácnosti klienta, i zodpovědnosti vůči členům této domácnosti.
respektovat práva a povinnosti svá i ostatních, přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů	Učitel učí žákyně znát a respektovat práva a povinnosti svá i ostatních a přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů a to jak osobním příkladem, tak na modelových situacích, v hodinách teorie i při praktickém nácviku pracovních dovedností.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
zdůvodnit význam zdravého životního stylu, chránit své zdraví i zdraví druhých lidí;	Učitel vysvětlí a na ukázkách ze života přiblíží žákyním význam zdravého životního stylu, ochrany svého zdraví i zdraví druhých lidí;
podílet se na ochraně životního prostředí a jednat v souladu se strategií udržitelného rozvoje	Učitel v praxi učí žákyně chránit životní prostředí (např. třídění odpadů v domácnosti, používání úklidových prostředků, které nezatěžují životní prostředí) a jednat v souladu se strategií udržitelného rozvoje (učí je šetřit energiemi, vodou, potravinami)
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE PRACOVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
mít osvojeny základní pracovní dovednosti, návyky a postupy pro každodenní běžné pracovní činnosti	Průběžně, pravidelným opakováním, upevňuje učitel v žákyních osvojené základní pracovní dovednosti, návyky a postupy pro každodenní běžné pracovní činnosti.

chápat význam práce a možnost vlastního zapojení do pracovního procesu	Učitel vysvětluje žákyním význam jejich práce jak pro jejich ekonomické zabezpečení, tak pro zajištění chodu domácnosti. Ukáže jim možnosti, jak se mohou úměrně ke svým schopnostem zapojit do pracovního procesu.
plnit stanovené povinnosti, být schopen spolupráce, respektovat práci svou i druhých	Učitel nejen motivací, ale i pravidelnou kontrolou, učí žákyně plnit stanovené povinnosti, spolupracovat s druhými a respektovat práci svou i druhých. Vhodným hodnocením žákyně povzbuzuje k další práci a spolupráci.
řídít se zásadami bezpečnosti a ochrany zdraví při práci i hygieny práce	Učitel seznámí žákyně se zásadami bezpečnosti a ochrany zdraví při práci i hygieny práce a důsledně vyžaduje jejich dodržování. Vysvětlí jim k jakým úrazům a poškozením zdraví by při jejich nedodržení mohlo dojít

## Rozvoj odborných kompetencí:

Název kompetence:	ZAJIŠŤOVÁNÍ CHODU DOMÁCNOSTI
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
sestavit harmonogram domácích prací	Učitel sestaví s žákyněmi harmonogram domácích prací – vychází i ze zkušeností žákyní.
provádět běžný úklid v domácnosti	V hodinách praktické výuky učitel procvičuje s dívkami provádění běžného úklidu (ve škole a na cvičných pracovištích).
provádět „velký“ úklid v domácnosti	Učitel vysvětlí žákyním rozdíl mezi běžným a velkým úklidem a v praxi s nimi procvičí práce prováděné při velkém úklidu.
provádět úklid nebytových prostor	Učitel vysvětlí žákyním význam úklidu nebytových prostor, seznámí je se základními pravidly tohoto úklidu a s možnostmi usnadnění orientace ve skladovaných předmětech.
zajišťovat nákupy potravin a potřeb pro domácnost v souladu s rozpočtem rodiny	V hodinách praxe učitel seznámí žákyně s postupem jednotlivých úkonů při zajišťování nákupu pro rodinu i klienta a provede s nimi několik cvičných nákupů a vyúčtování. Založí se žákyněmi účetní sešit pro vlastní domácnost a pro klienta.
bezpečně ukládat potraviny	Učitel vysvětlí a prakticky ukáže žákyním jak a kam potraviny ukládat, aby nedošlo k jejich znehodnocení.

zajišťovat přípravu stravy	V návaznosti na předmět Výživa a příprava pokrmů učitel žákyním vysvětlí základní gastronomická pravidla. Poučí je o diferencovaném stravování. Naučí je podle těchto pravidel a s ohledem na rodinný rozpočet sestavovat jídelníček pro rodinu.
pečovat o prádlo	Učitel vysvětlí žákyním zásady péče o prádlo a bytové textilie a po té s nimi prakticky procvičí všechny úkony (třídění prádla, namáčení, škrobení, věšení, žehlení, ukládání, čištění skvrn a drobné opravy).
pečovat o obuv	Učitel vysvětlí žákyním zásady péče o obuv – čištění, ukládání.
pečovat o domácí mazlíčky	Učitel seznámí žákyně se základy péče o domácí mazlíčky (o jejich výživu, hygienu, zajištění pohybu, veterinární péče).
pečovat o pokojové rostliny	Učitel seznámí žákyně s běžnými pokojovými rostlinami a zásadami péče o ně. Upozorní je na jedovaté rostliny, nebezpečné pro děti, alergiky a domácí mazlíčky.
<b>Název kompetence:</b>	<b>DBÁT NA BEZPEČNOST PRÁCE A OCHRANU ZDRAVÍ PŘI PRÁCI</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
znát a dodržovat pravidla bezpečnosti při práci s domácími spotřebiči	Učitel poučí žákyně o pravidlech bezpečnosti práce s domácími spotřebiči a při domácích pracích. Při praktickém nácviku žákyním vštěpuje bezpečné postupy práce a průběžně je se žákyněmi procvičuje
ukládat spotřebiče a úklidové prostředky na bezpečné místo	Učitel vysvětlí žákyním význam ukládání spotřebičů, nástrojů a úklidových prostředků na bezpečné místo, mimo dosah dětí a seniorů.
ukládat léky na bezpečné místo	Učitel vysvětlí žákyním význam ukládání léků mimo dosah dětí a seniorů.
při domácích pracích dodržovat hygienická pravidla	Při praktickém nácviku domácích prací dbá učitel na dodržování hygienických pravidel, průběžně je se žákyněmi procvičuje
správně používat desinfekční prostředky	Učitel seznámí žákyně s desinfekčními prostředky používanými v domácnosti, nacvičí s nimi jejich ředění a způsob použití.
při domácích úklidových pracích používat ochranný oděv a pomůcky	Učitel vysvětlí žákyním význam používání pracovního oděvu a ochranných pomůcek i při práci ve vlastní domácnosti.

dbát na ochranu zdraví celé rodiny (klienta)	Učitel seznámí žákyně s možnostmi ochrany zdraví všech členů rodiny i klienta (kvalitní suroviny k přípravě stravy, ukládání potravin, hygiena, pravidelný úklid, větrání, péče o oděvy,.....).
<b>Název kompetence:</b>	<b>USILOVAT O NEJVYŠŠÍ KVALITU SVÉ PRÁCE, VÝROBKŮ NEBO SLUŽEB</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
veškeré domácí práce ve vlastní domácnosti i v domácnosti klienta vykonávat pečlivě v co nejvyšší kvalitě	Učitel vysvětlí žákyním nutnost odvádět i domácí práce v co nejvyšší kvalitě, při praktickém nácviku po nich tuto kvalitu vyžaduje a kontroluje.
<b>Název kompetence:</b>	<b>JEDNAT EKONOMICKY A V SOULADU SE STRATEGIÍ UDRŽITELNÉHO ROZVOJE</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
umět sestavit domácí rozpočet a dodržovat jej	Učitel sestaví s žákyněmi seznam pravidelných příjmů a výdajů rodiny a naučí je sestavovat rodinný rozpočet. Vysvětlí žákyním, jakým způsobem mohou kontrolovat dodržování tohoto rozpočtu. Poukáže na všechna nebezpečí vyplývající ze zadlužování rodiny.
využívat slevových akcí a sezónní potraviny	Učitel procvičuje se žákyněmi sledování nabídek jednotlivých obchodů a porovnávání cen zboží, učí je využívat slev potravin při tvorbě rodinného jídelníčku, využívat sezónní potraviny a další možnosti jak ušetřit, aniž by to bylo na úkor zdraví členů rodiny.
šetřit surovinami, energií a vodou	Učitel vysvětlí žákyním nutnost šetřit surovinami, energií a vodou pro ochranu životního prostředí a aktivně s nimi toto šetření procvičuje.
třídít odpad	Učitel procvičuje se žákyněmi třídění odpadu a vede je k pochopení významu třídění pro ochranu životního prostředí. Vysvětlí jim pojem recyklace.
používat úklidové prostředky, které nezatěžují životní prostředí	Učitel ukáže žákyním úklidové prostředky šetrné k životnímu prostředí nebo alternativní prostředky, které mohou při úklidu použít.
nelikvidovat plasty a další chemický odpad spalováním	Učitel vysvětlí žákyním míru znečištění ovzduší spalováním plastů a dalšího chemického odpadu a poučí je o možnostech jejich sběru recyklace.

<b>Průřezová témata:</b>	
<b>Název tématu:</b>	<b>OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
směřování k porozumění sobě samému i druhým	Učitel vede v teoretických i praktických hodinách žákyně k porozumění sobě samému i druhým.
zvládnání nežádoucích forem vlastního chování;	Učitel při teoretických i praktických hodinách pozor žákyně na nežádoucí formy chování a pomáhá jim nalézt způsob, jak své chování a emoce zvládat. Používá formu osobních rozhovorů i dramatizaci
rozvíjí dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci;	Při společných úkolech se žákyně učí spolupracovat, komunikovat a uvědomovat si hodnotu spolupráce a pomoci;
získání sociální dovednosti řešení různých situací (např. konfliktů)	Učitel připravuje žákyně na různé situace, které mohou při péči o domácnost vzniknout jak mezi členy rodiny, tak mezi nimi a klientem a učí je tyto situace zvládat (v diskusi, nácvikem, dramatizací)
<b>Název tématu:</b>	<b>VÝCHOVA DEMOKRATICKÉHO OBČANA</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým;	Při praktickém nácviku i teoretické výuce si učitel všímá projevům ohleduplnosti mezi žákyněmi a vzájemné pomoci, upozorňuje na ně a kladně je hodnotí a na příkladech žákyně motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým
vede k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností.	Žákyně jsou seznámeny s kulturními, etnickými a dalšími odlišnostmi, se kterými se mohou u klientů setkat při péči o jejich domácnost a průběžně se učí tyto odlišnosti respektovat.
<b>Název tématu:</b>	<b>ČLOVĚK A ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
poskytuje znalosti, dovednosti a pěstuje návyky nezbytné pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí;	Žákyně se průběžně učí návykům nezbytným pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí;

vede k odpovědnosti k ochraně přírody a přírodních zdrojů	Žákyně jsou průběžně vedeny k odpovědnosti k ochraně přírody a přírodních zdrojů, v hodinách teorie si vysvětlí význam zdravého životního prostředí pro zdraví člověka a význam ochrany životního prostředí, při praktických hodinách mají možnost vyzkoušet a zažít si způsoby práce, které životní prostředí nezatěžují, naopak je chrání
<b>Název tématu:</b>	<b>VÝCHOVA K PRÁCI A K ZAMĚSTNANOSTI</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
přispívá k uvědomění si důležitosti celoživotního učení a motivaci pro zapojení do pracovního života;	Učitel motivuje žákyně k učení, vysvětluje jim a na příkladech ze života ukazuje důležitost celoživotního učení. Motivuje je k zapojení do pracovního života.
podporuje uplatnění osobních předpokladů při zapojení do pracovního procesu;	Učitel pomáhá žákyním rozpoznat své osobní předpoklady a radí jim, jak je uplatnit při zapojení do pracovního procesu.



## 1. ročník:

Název tematického celku: Péče o domácnost		Počet hodin: 34
Výstup	Učivo	MV, met.
<p><b>Žákyně</b> dodrží pravidla bezpečnosti a hygienické zásady při údržbě domácnosti, práci s domácími elektrospotřebiči a přípravě pokrmů</p>	Poučení o bezpečnosti práce a hygienických zásadách při práci v domácnosti (2)	Přednáška
sestaví harmonogram domácích prací na jeden den i dlouhodobý na celý rok	Harmonogram domácích prací (3)	Přednáška a práce s prac. listy
vyjmenuje požadavky na vybavení jednotlivých místností v bytě z hlediska funkčnosti a bezpečnosti	Uspořádání jednotlivých místností v bytě (3)	Přednáška a práce s prac. listy
předvede jednotlivé úklidové techniky	Úklid domácnosti – teorie a praktický nácvik (6) a průběžně	Výklad a praktický nácvik při službách a vaření
pracuje s úklidovými stroji	Úklidové stroje (vysavač, parní mop, parní kachna, čistící stroj na koberce,...) – praktický nácvik (3) a průběžně	Výklad a praktický nácvik při službách a vaření
vysvětlí význam ochrany životního prostředí, správně třídí odpad, vybere úklidové prostředky šetrné k životnímu prostředí, šetří energiemi, vodou a surovinami	Ochrana životního prostředí (3)	Výklad a praktický nácvik při službách a vaření
zvládá úklid nebytových prostor	Úklid a uspořádání nebytových prostor (5)	Výklad a praktický nácvik
pečuje o oděvy, prádlo a bytový textil, roztřídí prádlo na praní, vybere vhodný prací program, dokáže vyčistit různé skvrny, předvede žehlení, drobné opravy prádla, vysvětlí jak prádlo ukládat a jak je chránit před šatními moly	Péče o oděvy, prádlo a bytový textil (5) a průběžně	Výklad a nácvik v návaznosti na předmět Péče o oděvy
pečuje o obuv – vybere vhodné čistící prostředky, správně boty vysuší a uloží	Péče o obuv (2)	Výklad a nácvik

pečuje o pokojové rostliny, vyjmenuje rostliny nevhodné pro děti, alergiky a domácí zvířata, přesadí je, správně je zalévá, naaranžuje do vázy řezané květiny	Péče o pokojové rostliny (2)	Výklad a nácvik
---	------------------------------	-----------------

## 2. ročník:

Název tematického celku: Péče o domácnost 2. část		Počet hodin: 34
Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně vyjmenuje příjmy a výdaje rodiny a sestaví rodinný rozpočet	Rodinný rozpočet (4)	V návaznosti na předmět Výživa – příprava pokrmů pracuje s prac. listy
vede domácí účty	Domácí účty (4)	V návaznosti na předmět Výživa – příprava pokrmů pracuje s prac. listy
nakupuje s ohledem na domácí rozpočet, orientuje se v cenách zboží	Nákup pro domácnost a pro klienta (3) + průběžně celý rok	V návaznosti na hodiny praxe vaření pracuje s nabídkovými letáky a prac. listy
správně uskladní přinesené potraviny, aby nedocházelo k jejich znehodnocení	Ukládání potravin (2) + průběžně	V návaznosti na hodiny praxe vaření cvičně ukládá nákup
připraví jídelníček pro celou rodinu s ohledem na potřeby jejích členů, rozpočet rodiny a s využitím akčních slev	Sestavování jídelníčku (3)	V návaznosti na předmět Výživa – příprava pokrmů pracuje s prac. listy
připravuje samostatně jednoduché pokrmy, podle receptu uvaří i složitější pokrm	Příprava pokrmů (3)	Výklad navazující na před. Výživa – příprava pokrmů
podle receptu dokáže odvážit a odměřit suroviny	Orientace v kuchařských knihách (2)	Praktický nácvik navazující na hodiny vaření
orientuje se v léčebných dietách a podle receptu uvaří běžná dietní jídla	Léčebné diety (2)	V návaznosti na předmět Výživa – příprava pokrmů pracuje s prac. listy
pracuje bezpečně, dodržuje hygienické zásady	Ochrana zdraví (1)	Výklad – navazuje na ZV a Výživu – přípravu pokrmů
pečuje o kuchyňský inventář	Kuchyňský inventář (1)	Výklad navazující na před. Výživa – příprava pokrmů
prostře stůl pro všední den i pro slavnostní událost	Prostírání (3)	Výklad a nácvik navazující na před. Výživa – příprava pokrmů

vyhledá kontakty na opraváře domácích přístrojů, instalatéry, elektrikáře a plynaře	Kontakty na opraváře (1)	Práce s internetem
pečuje o domácí mazlíčky – připravuje jim stravu, čistí pelechy, akvárium, terárium nebo klec	Péče o domácí mazlíčky (2)	Přednáška a diskuse
vyjmenuje nutnou veterinární péči, kterou některá zvířátka potřebují (očkování, odčervení,... a dokáže vyhledat kontakt na veterináře	Péče o domácí mazlíčky (2)	Práce s internetem
umí poskytnout nezbytnou první pomoc při úrazech v rodině nebo náhlém zhoršení zdraví a vyjmenuje čísla krizového volání	Nejběžnější úrazy v domácnosti (1)	Výklad – navazuje na ZV a Výživu – přípravu pokrmů

**Počet hodin ve školním roce celkem: 68**

## Péče o oděvy

### Charakteristika předmětu:

Obsahový okruh poskytuje žákyním vědomosti o péči o oděvy. Žákyně získají teoretické vědomosti o textilních materiálech používaných ve výrobě oděvů, jejich původu, vlastnostech a použití. Seznámí se se symboly pro ošetřování oděvů a jednotlivými způsoby údržby a oprav oděvů z přírodních, umělých a směsových materiálů. Tyto vědomosti procvičí prakticky. Naučí se základy ručního šití i šití na šicím stroji a zvládat drobné opravy prádla a oděvů. Získá teoretické vědomosti i praktické zkušenosti s odstraňováním skvrn, praním, sušením prádla, žehlením a ukládáním prádla.

Obsahový okruh má vazbu na vzdělávací oblasti:

Péče o domácnost – péče o bytový textil, ložní prádlo a oděvy; šetření rodinných finančních prostředků drobnými opravami oděvů a správnou údržbou oděvů

Rodinná výchova – odívání dětí

### Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia:

1. i 2. ročník 2 hodiny 1 x za týden = 68 hodin za školní rok

### Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle

Při výuce teorie se žákyně 1. ročníku seznámí s pravidly bezpečnosti práce při údržbě oděvů (praní, sušení, žehlení, ručních opravách prádla a strojovém šití), hygienickými zásadami při práci a údržbě oděvů, se základy první pomoci při nejčastějších úrazech, které se mohou při péči o oděvy vyskytnout. Naučí se používat základní pojmy (klíčová slova) s porozuměním. Seznámí se s jednotlivými textilními materiály, jejich vlastnostmi, použitím a údržbou. Seznámí se s významem správné údržby oděvů pro rodinný rozpočet.

Žákyně 1. ročníku si procvičí rozeznávání textilních materiálů, naučí se základní ruční stehy a jejich využití při opravách prádla a oděvů, seznámí se s obsluhou automatické pračky, vyzkoušejí si praní, správné věšení prádla, žehlení a skládání oděvů a prádla.

Žákyně 2. ročníku rozvíjejí teoretické vědomosti z 1. ročníku a podle svých schopností se naučí základům šití na stroji a následně využívat k opravám oděvů šicí stroj. Prakticky si vyzkouší ruční praní pletenin a jemného prádla z hedvábí a následnou péči o výrobky z těchto materiálů

Cílem výuky je žákyně chápat ekonomický přínos správné a pečlivé údržby oděvů a prádla pro domácí rozpočet, která umí samostatně o oděvy pečovat s ohledem na materiál, ze kterého jsou vyrobeny. Při práci s oděvy dodržuje bezpečnostní pravidla a hygienické požadavky.

## **Popis hlavních metod a forem výuky**

Během výuky předmětu Péče o oděvy si žákyně teoretické poznatky ověřují prakticky na vzorcích materiálů. Na zadaných úkolech pracují většinou samostatně metodami aktivního učení. Výuka probíhá ve spirále, získané vědomosti a dovednosti se periodicky procvičují a rozvíjejí. Výuka je oživena soutěžemi. Teoretické poznatky získávají žákyně formou přednášek, prací s pracovními listy, vyhledáváním informací na internetu, v časopisech a z naučných filmů.

## **Přínos k realizaci hlavních průřezových témat**

### **Člověk a životní prostředí**

- poskytuje znalosti, dovednosti a pěstuje návyky nezbytné pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí;
- ukazuje příklady žádoucího i nežádoucího jednání z hlediska udržitelného rozvoje, vede k odpovědnosti k ochraně přírody a přírodních zdrojů;

## Přínos k realizaci klíčových kompetencí

<b>Rozvoj klíčových kompetencí:</b>	
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K UČENÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu;	Učitel žákyně vhodně motivuje mimo jiné ukládáním podnětných, dostatečně náročných úkolů k osvojování nových poznatků. S žákyněmi pracuje individuálně s ohledem na jejich schopnosti.
využívat vhodně naučené metody a techniky učení;	Učitel vede žákyně k aktivnímu využívání naučených metod a technik učení.
dokázat vyhledávat informace a využívat je v praktickém životě.	Na hodinách teoretické výuky učitel žákyně seznámí s možnostmi vyhledávání informací v časopisech a na internetu.
reagovat na hodnocení ze strany druhých, přijímat radu i oprávněnou kritiku	Učitel pravidelně po každém bloku výuky žákyně hodnotí, využívá různých možností hodnocení, aby žákyně mohly sledovat své pokroky průběžně během celého studia. Umožňuje žákyním porovnávat výsledky své práce navzájem a vyslechnout a přijmout vzájemné hodnocení svých výsledků.
používat základní pojmy z různých vzdělávacích oblastí a pracovních činností;	Učitel umožňuje zadáváním podnětných úkolů žákyním používat smysluplně základní pojmy z různých vzdělávacích oblastí a pracovních činností;
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozpoznat problémy a hledat způsob jejich řešení;	Učitel zadává úkoly srozumitelně a vede žákyně k jejich porozumění. Ověřuje si, zda žákyně vědí, kde a jak získat potřebné informace k řešení problému, učí je tyto informace vyhledávat a správně použít při hledání způsobu řešení úkolu. Postupně učí žákyně stále větší samostatnosti při řešení úkolů. Úkoly zadává individuálně, podle schopností žákyně.
řešit běžné životní situace a překážky, překonávat je přiměřeně ke svým možnostem, případně za pomoci druhé osoby;	Učitel na modelových situacích učí žákyně řešit běžné životní situace a překážky, překonávat je přiměřeně ke svým možnostem, případně za pomoci druhé osoby. Zároveň je vede k využívání naučených dovedností v každodenních situacích.

přijímat důsledky svých rozhodnutí;	Učitel vede žákyně k zodpovědnosti za jejich rozhodnutí a k přijímání důsledků těchto rozhodnutí
dokázat přivolat pomoc v případě ohrožení vlastní nebo jiné osoby.	Učitel nacvičí se žákyněmi postupy při přivolávání pomoci v případě ohrožení vlastní nebo jiné osoby.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE KOMUNIKATIVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
využívat získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi.	Učitel umožňuje žákyním využívat získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi a motivuje je ke snaze porozumět druhým a pochopit jejich potřeby a názory.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE SOCIÁLNÍ A PERSONÁLNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
uvědomovat si nebezpečí možného psychického i fyzického zneužití vlastní osoby;	Učitel vysvětluje žákyním na příkladech ze života nebezpečí možného psychického i fyzického zneužití jejich vlastní osoby.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
zdůvodnit význam zdravého životního stylu, chránit své zdraví i zdraví druhých lidí;	Při praktické i teoretické výuce učitel vysvětluje a zdůvodňuje žákyním význam zdravého životního stylu, jakými způsoby mohou chránit své zdraví i zdraví druhých lidí.
podílet se na ochraně životního prostředí a jednat v souladu se strategií udržitelného rozvoje;	Učitel informuje žákyně o možnostech jak se podílet na ochraně životního prostředí a jednat v souladu se strategií udržitelného rozvoje při používání pracích prostředků a spotřebě energií.
<b>Název kompetence:</b>	<b>PRACOVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
mít osvojeny základní pracovní dovednosti, návyky a postupy pro každodenní běžné pracovní činnosti;	Učitel zadává žákyním úkoly, ve kterých si procvičují a osvojují základní pracovní dovednosti, návyky a postupy pro každodenní běžné pracovní činnosti



plnit stanovené povinnosti, být schopen spolupráce, respektovat práci svou i druhých	Kontrolou práce žákyní a motivujícím hodnocením vede učitel žákyně k plnění stanovených povinností, aby byly schopny spolupráce. Učí je respektovat práci svou i druhých.
řídít se zásadami bezpečnosti a ochrany zdraví při práci i hygieny práce	Učitel seznámí žákyně se zásadami bezpečnosti a ochrany zdraví při práci i hygieny práce a vede je k jejich dodržování.

## Rozvoj odborných kompetencí:

<b>Název kompetence:</b>	<b>ZNALOST TEXTILNÍCH MATERIÁLŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
znát původ a vlastnosti jednotlivých textilních surovin a rozpoznávat jednotlivé textilní materiály	Učitel seznámí žákyně se vzorky různých textilních materiálů, vysvětlí jim jejich původ a vlastnosti a naučí je bezpečně rozeznávat.
rozlišovat tkaninu a úplet a znát způsob jejich výroby	Žákyně se, pod vedením učitele, prakticky seznámí s tkaním látek na ručním stavu a s pletením úpletu, aby dokázaly rozlišovat tkaninu od úpletu.
znát základní vlastnosti tkaniny a úpletu	Učitel pomůže žákyním, na základě zkušenosti s tkaním a pletením, vyvodit základní vlastnosti tkanin a úpletů.
<b>Název kompetence:</b>	<b>ZNALOST SYMBOLŮ PRO ÚDRŽBU ODĚVŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozeznávat jednotlivé symboly pro údržbu oděvů a rozumět jim	Učitel vysvětlí žákyním jednotlivé symboly používané k informování zákazníků o údržbě oděvů.
ošetřit oděv podle symbolů na všité cedulce	Žákyně si prakticky vyzkouší podle symbolů na předložených oděvech určit, jak je mají ošetřovat a následně ošetřit.

<b>Název kompetence:</b>	<b>ZNALOST DROBNÉ PŘÍPRAVY A POMŮCEK K ŠITÍ A JEJICH POUŽITÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozeznávat nástroje a pomůcky potřebné k ručnímu šití	Učitel seznámí žákyně s jednotlivými nástroji a pomůckami používanými při ručním šití a nacvičí s nimi jejich použití. Vysvětlí jim pravidla bezpečnosti práce s těmito nástroji a pomůckami.
orientovat se v drobné přípravě	Učitel s žákyněmi sestaví vzorník drobné přípravy s popisy, k čemu se jednotlivé vzorky používají.
<b>Název kompetence:</b>	<b>ZNALOST ZÁKLADNÍCH RUČNÍCH STEHŮ A RUČNÍHO ŠITÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
znát jednotlivé ruční stehy, umět je šít a vyjmenovat, kdy se používají	Učitel nacvičí se žákyněmi jednotlivé druhy stehů a na jednoduchém výrobku procvičí jejich použití
dokázat ručním šitím opravit poškozený oděv	Žákyně si vyzkouší opravit prasklý šev, zaštopovat díru, obšít roztřepenou díрку na knoflíky a přišít poutko.
<b>Název kompetence:</b>	<b>ZÁKLADNÍ ZNALOST ŠITÍ NA STROJI</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
znát hlavní části šicího stroje a jejich funkci	Učitel seznámí žákyně se šicím strojem, předvede jim funkci jeho jednotlivých částí.
znát pravidla bezpečnosti a hygieny práce na šicím stroji	Učitel vysvětlí žákyním zásady bezpečnosti práce a hygieny při práci na šicím stroji.
umět nastavit základní strojové stehy a ušít rovný šev	Učitel nacvičí se žákyněmi základy šití na stroji.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K BĚŽNÉ PÉČI O ODĚVY A PRÁDLO</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
zvládnout ručně předeprat silně zašpiněné partie prádla	Učitel vysvětlí a procvičí se žákyněmi namáčení a předepírání prádla, než je vypráno v pračce.
ručně vyprat jemné prádlo (např. hedvábné)	Učitel procvičí se žákyněmi ruční přepírání jemného prádla.

ovládat obsluhu automatické pračky	Učitel vysvětlí žákyním obsluhu školní automatické pračky a naučí je orientovat se v návodu na použití pračky.
znát způsoby sušení prádla	Učitel naučí žákyně správně prádlo věšet a nebo rozkládat na sušení na ploše.
podle značky na oděvu oděv vyžehlit	Podle značky na oděvu naučí učitel žákyni jednotlivé kusy oděvu správně vyžehlit.
umět zvolit a použít vhodný prací prostředek, aviváž a škrob	Učitel naučí žákyně rozlišovat jednotlivé prací prostředky, aviváže a škroby a vysvětlí jim, kdy a v jakém množství je používat.
správně oděv složit a uložit	Učitel procvičí se žákyněmi skládání a ukládání oděvů a prádla.

### **Průřezová témata:**

<b>Název tématu:</b>	<b>ČLOVĚK A ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
nakládat s materiály, energiemi, odpady, vodou a jinými látkami ekonomicky a s ohledem na životní prostředí	Učitel vysvětlí žákyním, jaký význam pro ně i jejich děti má ochrana životního prostředí, šetření vodou a energiemi, šetření surovinami. Seznamuje je s výrobky šetrnými k životnímu prostředí.

## 1. ročník:

Název tematického celku: Péče o oděvy		Počet hodin: 68
Výstup	Učivo	MV, met.
<b>Žákyně:</b> vyjmenuje bezpečnostní pravidla a hygienické zásady platné pro ruční a strojové šití, žehlení a používání pračky	Bezpečnostní a hygienická pravidla prací při péči o oděvy (1)	DOM – bezpečnostní a hygienická pravidla při péči o domácnost
popíše původ jednotlivých textilních materiálů, jejich vlastnosti a použití	Textilní materiály (10)	
popíše výrobu tkanin a úpletů a jejich vlastnosti	Vznik a vlastnosti tkaniny a úpletu (4)	
rozeznává jednotlivé symboly pro údržbu oděvů a dokáže podle nich oděv ošetřit	Symboly pro údržbu oděvů (6)	DOM – péče o prádlo a oděvy
zvládá základní ruční stehy a dokáže podle návodu ušít jednoduchý výrobek	Ruční stehy a ruční šití (15)	
přišije různé druhy knoflíků a spínátek	Přišívání knoflíků a spínátek (6)	
opraví prasklý šev, drobné díry, vytřepenou díрку a přišije poutko	Opravy prádla (6)	
vyšije díрку	Ručně šitá díрка (2)	
vyčistí běžné skvrny a vypere prádlo	Čistění skvrn a praní prádla ( 10 )	DOM - péče o prádlo a oděvy
vyžehlí oděvy podle symbolů na oděvu	Žehlení (8)	DOM - péče o prádlo a oděvy

**Počet hodin ve školním roce celkem: 68**

## 2. ročník:

Název tematického celku: Péče o oděvy		Počet hodin: 68
Výstup	Učivo	MV, met.
<b>Žákyně:</b> vyjmenuje bezpečnostní pravidla a hygienické zásady platné pro ruční a strojové šití, žehlení a používání pračky	Bezpečnostní a hygienická pravidla prací při péči o oděvy (1)	DOM – bezpečnostní a hygienická pravidla při péči o domácnost
popíše hlavní části šicího stroje a jejich funkci	Šicí stroj - základní části a jejich funkce (2)	
ušije na stroji podle návodu jednoduchý výrobek	Nácvik strojového šití (20)	
opraví prádlo, založí kalhoty nebo sukni	Procvičování oprav prádla (20)	
roztřídí prádlo na praní, vybere vhodný prací a avivážní prostředek, naškrobí utěrky	Třídění prádla, prací a avivážní prostředky, škrobení (6)	DOM - péče o prádlo a oděvy
vyčistí méně obvyklé skvrny	Čistění skvrn (5)	DOM - péče o prádlo a oděvy
podle návodu vyrobí závěrečný výrobek	Závěrečná práce (14)	

**Počet hodin ve školním roce celkem: 68**

## Praktická cvičení

### Charakteristika předmětu:

Obsahový okruh předmětu poskytuje žákyním široké poznatky a dovednosti v oboru péče o domácnost , příprava pokrmů, péče o oděvy. Zahrnuje úklid domácnosti, péče o prádlo a šaty, přípravu a poskytování stravy, nákupy a obstarávání servisních služeb, tvorba a vedení rodinného rozpočtu, péči o květiny, práce na zahradě. Získané teoretické poznatky procvičují praktickou formou.

V rámci tohoto předmětu mohou probíhat Tranzitní programy dle vlastní zpracované metodiky (viz. příloha).

Metodika tranzitního programu byla zpracována v podmínkách Dívčí katolické střední školy v rámci realizace projektu **Vzděláváme a zaměstnáváme žáky se SVP, reg. č. projektu CZ.02.3.62/0.0/0.0/19\_077/0016812**.

Odborný garant tranzitních plánů projektu: Rytmus – od klienta k občanovi, o.p.s., sídlo: Praha 2, Vinohrady, Londýnská 309/81, IČ: 61383783.

V rámci **Péče o domácnost** se seznámí žákyně s používáním úklidových strojů, úklidových prostředků, osvojí si manipulaci s nimi a jejich výběr s ohledem na ochranu životního prostředí. Důraz je kladen na ekologický přístup, správné časové rozvržení domácích prací a jejich logickou posloupnost, na vytvoření hygienických návyků potřebných pro údržbu domácnosti a osvojení zásad bezpečnosti a ochrany zdraví při práci. Učí se chránit životní prostředí, praktické dovednosti v péči o květiny, sezónní práci na zahradě, včasně dodržování bezpečnosti a ochrany zdraví při práci, učí se volit a používat nářadí, nástroje a pomůcky.

V rámci **Přípravy pokrmů** žákyně získají praktické dovednosti pro výběr surovin, jejich zpracování a využití při přípravě pokrmů, hospodárné využívání surovin, dodržování hygienických návyků potřebných pro přípravu pokrmů a hygieny prostředí, osvojení zásad bezpečnosti a ochrany zdraví při práci v kuchyni, ochrany životního prostředí. Učí se pracovat s moderní technikou v kuchyni. Naučí se sestavit jídelníček s ohledem na individuální potřeby strávníků i rodinný rozpočet, připravit jednotlivé pokrmy, správně skladovat potraviny a udržovat kuchyni (a celou domácnost) v pořádku.

V rámci **Péče o oděvy** žákyně získávají praktické dovednosti v péči o oděvy, praní, žehlení, sušení ,ukládání prádla a drobné opravy. Získávají praktické dovednosti s používáním žehličky, pračky, dodržováním pravidel bezpečnosti a ochrany zdraví a ekologickému přístupu a ochrany životního prostředí

#### Obsahový okruh má vazbu na vzdělávací oblasti:

- Výživa a příprava pokrmů
- Kreativní dílna
- Zdravotní výchova
- Rodinná výchova
- Péče o oděvy
- Péče o domácnost

### Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia:

V prvním ročníku 2 hodiny týdně, ve druhém ročníku 4 hodiny týdně

Celkový počet hodin: 34

## Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle

V prvním ročníku se žákyně podrobně seznámí s praktickými, bezpečnostními a hygienickými požadavky na vybavení a úklid domácnosti. Naučí se praktickým dovednostem jako úklidové práce v domácnosti, třídění odpad, používat úklidové prostředky šetrné k životnímu prostředí, péči o prádlo a oděvy, péči o pokojové rostliny a sezónní práci na zahradě.

Při praktickém nácviku se žákyně v 1. ročníku seznámí s pravidly bezpečnosti práce ve školní kuchyni, hygienickými zásadami a se základy první pomoci při nejčastějších úrazech v kuchyni. Seznámí se základy ekonomiky domácnosti (tvorba rodinného rozpočtu). Učí se zpracovávat suroviny potřebné k přípravě pokrmů a připravovat jednoduché pokrmy. Zároveň procvičují dodržování hygienických a bezpečnostních postupů při práci. Seznamují se s technikou používanou v kuchyni.

Procvičují základní péči o oděvy, žehlení, praní a drobné opravy prádla.

Žákyně 2. ročníku si prohlubují a upevňují získané praktické zkušenosti a dovednosti s přípravou pokrmů, stolničením, prohlubují zkušenosti v oblasti ekonomiky domácnosti a ekologického provozu domácnosti.

Na hodinách praktického cvičení žákyně pracují mnohem více samostatně – nákupy, příprava surovin, příprava pokrmů, úprava stolů, práce v domácnosti. Zároveň se učí i pracovat v kolektivu.

Žákyně 2. ročníku si prohlubují a upevňují získané praktické zkušenosti a dovednosti s úklidem domácnosti, péčí o květiny, zahradnické práce včetně používáním vhodných přístrojů a pomůcek.

Žákyně 2. ročníku si prohlubují a upevňují získané praktické zkušenosti a dovednosti v péči prádlo a oděvy.

Cílem výuky je žákyně, která umí samostatně pečovat o domácnost s ohledem na bezpečnost práce a hygienu. Zvládá nákupy, hospodaření s domácím rozpočtem, zajišťování servisních služeb, domácí úklidové práce, péči o prádlo, přípravu a poskytování stravy, péči o vnitřní a venkovní rostliny. Umí si zorganizovat celodenní práci a je schopná samostatně řešit vzniklé problémy.

## Popis hlavních metod a forem výuky

Žákyně se seznamují s poznatky a dovednostmi metodami názornosti, aktivního učení. Získané teoretické vědomosti si procvičují a rozvíjejí. Praktické zkušenosti využívají při různých školních akcích (adaptační pobyt, soutěže, besídky). Využívají se metody soutěže, řešení modelových situací, porovnávání zkušeností studentek s pracovními postupy doma, ve škole a na praxích.

## Přínos k realizaci hlavních průřezových témat

### 1. Osobnostní a sociální výchova

- napomáhá k zvládnání nežádoucích forem vlastního chování;
- rozvíjí dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci;
- umožňuje získat sociální dovednosti pro řešení různých situací (např. konfliktů).

### 2. Výchova demokratického občana

- motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým;
- vede k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností.

### 3. Člověk a životní prostředí

- poskytuje znalosti, dovednosti a pěstuje návyky nezbytné pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí;
- ukazuje příklady žádoucího i nežádoucího jednání z hlediska udržitelného rozvoje, vede k odpovědnosti k ochraně přírody a přírodních zdrojů.

### 4. Výchova k práci a k zaměstnanosti

- přispívá k uvědomění si důležitosti celoživotního učení a motivaci pro zapojení do pracovního života;
- podporuje uplatnění osobních předpokladů při zapojení do pracovního procesu.

## Přínos k realizaci klíčových kompetencí

Žákyně se učí nejen zodpovědně přistupovat k učení a práci, ke svému životu, ale též přijmout zodpovědnost za druhé. Učí se komunikovat s lidmi, řešit problémy a konflikty, vystupovat a jednat podle pravidel. Naučí se dbát na bezpečnost, hygienu a ochranu zdraví, a to i mimo zaměstnání. Naučí se myslet a jednat ekonomicky a ekologicky, tj. neplýtvat a šetřit životní prostředí.

## Rozvoj klíčových kompetencí:

Název kompetence:	KOMPETENCE K UČENÍ
Obsah kompetence:	Jak přispívá učitel k rozvoji:
osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu;	Učitel názornými a nápaditými formami výuky pomáhá žákyním osvojit si poznatky obsažené ve vzdělávacím programu.
využívat vhodně naučené metody a techniky učení;	Učitel vysvětluje žákyním, jak převádět získané teoretické poznatky do každodenní praxe a převádění teorie do praxe s nimi procvičuje.



reagovat na hodnocení ze strany druhých, přijímat radu i oprávněnou kritiku;	Pravidelným hodnocením práce žákyní i osobními rozhovory učitel učí žákyně přijímat hodnocení, radu i kritiku druhých.
dokázat vyhledávat informace a využívat je v praktickém životě	Učitel vysvětlí a prakticky ukáže žákyním, kde hledat potřebné informace a jak je převést do praxe.
používat základní pojmy z různých vzdělávacích oblastí a pracovních činností;	Učitel vysvětluje žákyním význam základních pojmů a vede je k jejich správnému používání
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozpoznat problémy a hledat způsob jejich řešení	Žákyně se průběžně učí rozpoznávat problémy a nejprve pod vedením učitele, později samostatně hledají způsoby jejich řešení.
řešit běžné životní situace a překážky, překonávat je přiměřeně ke svým možnostem, případně za pomoci druhé osoby;	Učitel vede žákyně k reálnému sebehodnocení, poznání vlastních schopností, aby byly schopny řešit běžné životní situace úměrně ke svým možnostem. Učí je rozpoznávat situace, kdy je třeba požádat o pomoc s řešením druhé osobu.
dokázat přivolat pomoc v případě ohrožení vlastní nebo jiné osoby	Učitel ukáže žákyním, jak přivolat nebo vyhledat odbornou pomoc v případě ohrožení vlastní nebo jiné osoby, naučí je čísla krizového volání
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE KOMUNIKATIVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
využívat získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi	Zvláště při praktickém nácviu dovedností potřebných k vedení domácnosti učitel vhodně zadávanými úlohami vede žákyně k využívání získaných komunikativních dovedností k vytváření vztahů a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE SOCIÁLNÍ A PERSONÁLNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
uvědomovat si nebezpečí možného psychického i fyzického zneužití vlastní osoby;	Učitel seznámí žákyně s nebezpečím možného psychického i fyzického zneužití jejich osoby; poučí je o obraně proti zneužívání a kde mohou případně vyhledat odbornou pomoc
jednat zodpovědně vůči vlastní osobě i druhým	Učitel vysvětlí žákyním rozsah jejich zodpovědnosti za chod vlastní domácnosti i zodpovědnosti vůči členům této domácnosti.
respektovat práva a povinnosti svá i ostatních, přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů	Učitel učí žákyně znát a respektovat práva a povinnosti svá i ostatních a přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů, a to jak osobním příkladem, tak na modelových situacích, v hodinách teorie i při praktickém nácviu pracovních dovedností.

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
zdůvodnit význam zdravého životního stylu, chránit své zdraví i zdraví druhých lidí;	Učitel vysvětlí a na ukázkách ze života přiblíží žákyním význam zdravého životního stylu, ochrany svého zdraví i zdraví druhých lidí;
podílet se na ochraně životního prostředí a jednat v souladu se strategií udržitelného rozvoje	Učitel v praxi učí žákyně chránit životní prostředí (např. třídění odpadů v domácnosti, používání úklidových prostředků, které nezatěžují životní prostředí) a jednat v souladu se strategií udržitelného rozvoje (učí je šetřit energiemi, vodou, potravinami)
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE PRACOVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
mít osvojeny základní pracovní dovednosti, návyky a postupy pro každodenní běžné pracovní činnosti	Průběžně, pravidelným opakováním, upevňuje učitel v žákyních osvojené základní pracovní dovednosti, návyky a postupy pro každodenní běžné pracovní činnosti.
chápat význam práce a možnost vlastního zapojení do pracovního procesu	Učitel vysvětluje žákyním význam jejich práce jak pro jejich ekonomické zabezpečení, tak pro zajištění chodu domácnosti. Ukáže jim možnosti, jak se mohou úměrně ke svým schopnostem zapojit do pracovního procesu.
plnit stanovené povinnosti, být schopen spolupráce, respektovat práci svou i druhých	Učitel nejen motivací, ale i pravidelnou kontrolou, učí žákyně plnit stanovené povinnosti, spolupracovat s druhými a respektovat práci svou i druhých. Vhodným hodnocením žákyně povzbuzuje k další práci a spolupráci.
řídit se zásadami bezpečnosti a ochrany zdraví při práci i hygieny práce	Učitel seznámí žákyně se zásadami bezpečnosti a ochrany zdraví při práci i hygieny práce a důsledně vyžaduje jejich dodržování. Vysvětlí k jakým úrazům a poškozením zdraví by při jejich nedodržení mohlo dojít

## Rozvoj odborných kompetencí:

<b>Název kompetence:</b>	<b>ZAJIŠŤOVÁNÍ CHODU DOMÁCNOSTI</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
sestavit harmonogram domácích prací	Učitel sestaví s žákyněmi harmonogram domácích prací – vychází i ze zkušeností žákyní.
provádět běžný úklid v domácnosti	V hodinách praktické výuky učitel procvičuje s dívkami provádění běžného úklidu (ve škole a na cvičných pracovištích).
provádět „velký“ úklid v domácnosti	Učitel vysvětlí žákyním rozdíl mezi běžným a velkým úklidem a v praxi s nimi procvičí práce prováděné při velkém úklidu.
zajišťovat nákupy potravin a potřeb pro domácnost v souladu s rozpočtem rodiny	V hodinách praxe učitel seznámí žákyně s postupem jednotlivých úkonů při zajišťování nákupu pro rodinu a provede s nimi několik cvičných nákupů a vyúčtování.
bezpečně ukládat potraviny	Učitel vysvětlí a prakticky ukáže žákyním jak a kam potraviny ukládat, aby nedošlo k jejich znehodnocení.
zajišťovat přípravu stravy	Učitel učí žákyně různé metody a způsoby zpracování připravených surovin
pečovat o prádlo	Učitel vysvětlí žákyním zásady péče o prádlo a bytové textilie a po té s nimi prakticky procvičí všechny úkony (třídění prádla, namáčení, vžesení, žehlení, ukládání, čištění skvrn a drobné opravy).
pečovat o pokojové a venkovní rostliny	Učitel seznámí žákyně s běžnými pokojovými a venkovními rostlinami a zásadami péče o ně. Upozorní je na jedovaté rostliny, nebezpečné pro děti, alergiky a domácí mazlíčky.
<b>Název kompetence:</b>	<b>DBÁT NA BEZPEČNOST PRÁCE A OCHRANU ZDRAVÍ PŘI PRÁCI</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
znát a dodržovat pravidla bezpečnosti při práci s domácími spotřebiči	Učitel poučí žákyně o pravidlech bezpečnosti práce s domácími spotřebiči při vaření a při domácích pracích. Při praktickém nácviku žákyním vštěpuje bezpečné postupy práce a průběžně je se žákyněmi procvičuje
ukládat spotřebiče a úklidové prostředky na bezpečné místo	Učitel vysvětlí žákyním význam ukládání spotřebičů, nástrojů a úklidových prostředků na bezpečné místo, mimo dosah dětí a seniorů.
ukládat léky na bezpečné místo	Učitel vysvětlí žákyním význam ukládání léků mimo dosah dětí a seniorů.
při domácích pracích dodržovat hygienická pravidla	Při praktickém nácviku vaření a domácích prací dbá učitel na dodržování hygienických pravidel, průběžně je se žákyněmi procvičuje

správně používat desinfekční prostředky	Učitel seznámí žákyně s desinfekčními prostředky používanými v domácnosti, nacvičí s nimi jejich ředění a způsob použití.
při domácích úklidových pracích používat ochranný oděv a pomůcky	Učitel vysvětlí žákyním význam používání pracovního oděvu a ochranných pomůcek i při práci v domácnosti.
dbát na ochranu zdraví celé rodiny (klienta)	Učitel seznámí žákyně s možnostmi ochrany zdraví všech členů rodiny (kvalitní suroviny k přípravě stravy, ukládání potravin, hygiena, pravidelný úklid, větrání, péče o oděvy,....).
<b>Název kompetence:</b>	<b>USILOVAT O NEJVYŠŠÍ KVALITU SVÉ PRÁCE, VÝROBKŮ NEBO SLUŽEB</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
veškeré domácí práce v domácnosti vykonávat pečlivě v co nejvyšší kvalitě	Učitel vysvětlí žákyním nutnost odvádět i domácí práce v co nejvyšší kvalitě, při praktickém nácviku po nich tuto kvalitu vyžaduje a kontroluje.
<b>Název kompetence:</b>	<b>JEDNAT EKONOMICKY A V SOULADU SE STRATEGIÍ UDRŽITELNÉHO ROZVOJE</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
umět sestavit domácí rozpočet a dodržovat jej	Učitel sestaví s žákyněmi seznam pravidelných příjmů a výdajů rodiny a naučí je sestavovat rodinný rozpočet.  Vysvětlí žákyním, jakým způsobem mohou kontrolovat dodržování tohoto rozpočtu. Poukáže na všechna nebezpečí vyplývající ze zadlužování rodiny.
využívat slevových akcí a sezónních nabídek	Učitel procvičuje se žákyněmi sledování nabídek jednotlivých obchodů a porovnávání cen zboží, učí je využívat slev potravin při tvorbě rodinného jídelníčku, využívat sezónní potraviny, slevy na čisticí prostředky a další možnosti, jak ušetřit, aniž by to bylo na úkor zdraví členů rodiny.
šetřit surovinami, energií a vodou	Učitel vysvětlí žákyním nutnost šetřit surovinami, energií a vodou pro ochranu životního prostředí a aktivně s nimi toto šetření procvičuje.
třídít odpad	Učitel procvičuje se žákyněmi třídění odpadu a vede je k pochopení významu třídění pro ochranu životního prostředí. Vysvětlí jim pojem recyklace.
používat úklidové, prací, čisticí prostředky, které nezatěžují životní prostředí	Učitel ukáže žákyním prostředky šetrné k životnímu prostředí nebo alternativní prostředky, které mohou v domácnosti použít.
nelikvidovat plasty a další chemický odpad spalováním	Učitel vysvětlí žákyním míru znečištění ovzduší spalováním plastů a dalšího chemického odpadu a poučí je o možnostech jejich sběru recyklace.

## Průřezová témata:

<b>Název tématu:</b>	<b>OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
směřování k porozumění sobě samému i druhým	Učitel vede v teoretických i praktických hodinách žákyně k porozumění sobě samému i druhým.
zvládání nežádoucích forem vlastního chování;	Učitel při teoretických i praktických hodinách pozor žákyně na nežádoucí formy chování a pomáhá jim nalézt způsob, jak své chování a emoce zvládat. Používá formu osobních rozhovorů i dramatizaci
rozdívají dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci;	Při společných úkolech se žákyně učí spolupracovat, komunikovat a uvědomovat si hodnotu spolupráce a pomoci;
získání sociální dovednosti řešení různých situací (např. konfliktů)	Učitel připravuje žákyně na různé situace, které mohou při péči o domácnost vzniknout mezi členy rodiny a učí je tyto situace zvládat (v diskusi, nácvikem, dramatizací)
<b>Název tématu:</b>	<b>VÝCHOVA DEMOKRATICKÉHO OBČANA</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým;	Při praktickém nácviku i teoretické výuce si učitel všímá projevům ohleduplnosti mezi žákyněmi a vzájemné pomoci, upozorňuje na ně a kladně je hodnotí a na příkladech žákyně motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým
vede k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností.	Žákyně jsou seznámeny s kulturními, etnickými a dalšími odlišnostmi, se kterými se mohou v běžném životě setkat a průběžně se učí tyto odlišnosti respektovat.
<b>Název tématu:</b>	<b>ČLOVĚK A ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
poskytuje znalosti, dovednosti a pěstuje návyky nezbytné pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí;	Žákyně se průběžně učí návykům nezbytným pro každodenní žádoucí jednání občana vůči prostředí, rozvíjí porozumění vztahům člověka a prostředí a důsledkům lidských činností na prostředí;

vede k odpovědnosti k ochraně přírody a přírodních zdrojů	Žákyně jsou průběžně vedeny k odpovědnosti k ochraně přírody a přírodních zdrojů, v hodinách teorie si vysvětlí význam zdravého životního prostředí pro zdraví člověka a význam ochrany životního prostředí, při praktických hodinách mají možnost vyzkoušet a zažít si způsoby práce, které životní prostředí nezatěžují, naopak je chrání
<b>Název tématu:</b>	<b>VÝCHOVA K PRÁCI A K ZAMĚSTNANOSTI</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
přispívá k uvědomění si důležitosti celoživotního učení a motivaci pro zapojení do pracovního života;	Učitel motivuje žákyně k učení, vysvětluje jim a na příkladech ze života ukazuje důležitost celoživotního učení. Motivuje je k zapojení do pracovního života.
podporuje uplatnění osobních předpokladů při zapojení do pracovního procesu;	Učitel pomáhá žákyním rozpoznat své osobní předpoklady a radí jim, jak je uplatnit při zapojení do pracovního procesu.

## 1. ročník:

Název tematického celku: péče o domácnost		Počet hodin: 34
Výstup	Učivo	MV, met.
<b>Žákyně</b> dodržuje pravidla bezpečnosti a hygienické zásady při údržbě domácnosti, práci s domácími elektrospotřebiči	Poučení o bezpečnosti práce a hygienických zásadách při práci	Přednáška
Učí se sestavit harmonogram domácích prací na jeden den i dlouhodobý na celý rok	Harmonogram domácích prací	Přednáška a práce s prac. listy
Učí se jednotlivé úklidové techniky	Úklid domácnosti	praktický nácvik
Učí se pracovat s úklidovými stroji	Úklidové stroje (vysavač, parní mop, parní kachna, čisticí stroj na koberce,...)	praktický nácvik
Učí se správně třídít odpad, vybrat úklidové prostředky šetrné k životnímu prostředí	Ochrana životního prostředí	praktický nácvik
Nacvičuje úklid nebytových prostor	Úklid a uspořádání nebytových prostor	praktický nácvik
Název tematického celku: péče o oděvy		Počet hodin: 34
Výstup	Učivo	MV, met.
Žákyně dodržuje pravidla bezpečnosti a hygienické zásady při údržbě domácnosti, práci s domácími elektrospotřebiči	Poučení o bezpečnosti práce a hygienických zásadách při práci	Přednáška
Žákyně se prakticky učí <ul style="list-style-type: none"><li>• pečovat o oděvy, prádlo a bytový textil,</li><li>• roztřídit prádlo na praní, vybere vhodný prací program</li><li>• vyčistit různé skvrny,</li><li>• žehlit,</li><li>• drobné opravy prádla</li></ul>	Péče o oděvy, prádlo a bytový textil	nácvik v návaznosti na předmět Péče o oděvy
Žákyně se učí prakticky pečovat o obuv – vybere vhodné čisticí prostředky, správně boty vysuší a uloží	Péče o obuv	praktický nácvik

<b>Název tematického celku: pěstitelské práce</b>		<b>Počet hodin: 34</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně dodržuje pravidla bezpečnosti při práci na zahradě	Poučení o bezpečnosti práce a hygienických zásadách při práci	Přednáška
Žákyně se učí pečovat o pokojové rostliny, přesadí je, správně je zalévá	Péče o pokojové rostliny	Praktický nácvik
Žákyně se učí naaranžovat do vázy řezané květiny k různým příležitostem Zvládá následnou péči o řezané květiny	Péče o řezané květiny	Praktický nácvik
Učí se správně třídit bioodpad	Ochrana životního prostředí	Praktický nácvik
Prakticky se učí péči o venkovní květiny Přesazování, hnojení, zalévání	Péče o venkovní květiny	Praktický nácvik
Žákyně se učí zvládat sezónní práce na zahradě	Práce na zahradě	Výklad a nácvik
<b>Název tematického celku: Příprava pokrmů</b>		<b>Počet hodin: 34</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
žákyně dodržuje pravidla bezpečnosti při práci v kuchyni	Poučení o bezpečnosti práce a hygienických zásadách při práci	Přednáška
Žákyně se učí prakticky zvládat používat běžné přístroje a pomůcky v kuchyni		Praktický nácvik
Žákyně se prakticky učí připravit jednoduchou snídani, svačinu	Strava (	Praktický nácvik
Prakticky zvládá správně třídit bioodpad	Ochrana životního prostředí	Praktický nácvik
Učí se připravit stůl k různým příležitostem	Stolování	Praktický nácvik
Žákyně se učí zpracování sezónní zeleniny a ovoce	Ovoce, zelenina	Praktický nácvik



## 2.ročník:

<b>Název tematického celku: péče o domácnost</b>		<b>Počet hodin: 34</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
<b>Žákyně</b> dodržuje pravidla bezpečnosti a hygienické zásady při údržbě domácnosti, práci s domácími elektrospotřebiči	Poučení o bezpečnosti práce a hygienických zásadách při práci	Přednáška
Samostatně sestaví harmonogram domácích prací na jeden den i dlouhodobý na celý rok	Harmonogram domácích prací	Přednáška a práce s prac. listy
Prakticky zvládá jednotlivé úklidové techniky	Úklid domácnosti	praktický nácvik
Umí pracovat s úklidovými stroji	Úklidové stroje (vysavač, parní mop, parní kachna, čisticí stroj na koberce,...)	praktický nácvik
Prakticky zvládá správně třídit odpad, vybrat úklidové prostředky šetrné k životnímu prostředí	Ochrana životního prostředí	praktický nácvik
Zvládá úklid nebytových prostor	Úklid a uspořádání nebytových prostor	praktický nácvik
<b>Název tematického celku: péče o oděvy</b>		<b>Počet hodin: 34</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně dodržuje pravidla bezpečnosti a hygienické zásady při údržbě domácnosti, práci s domácími elektrospotřebiči	Poučení o bezpečnosti práce a hygienických zásadách při práci	Přednáška
Žákyně zvládá prakticky <ul style="list-style-type: none"><li>• pečovat o oděvy, prádlo a bytový textil,</li><li>• roztřídit prádlo na praní, vybere vhodný prací program,</li><li>• vyčistit různé skvrny,</li><li>• umí žehlit,</li><li>• drobné opravy prádla.</li></ul>	Péče o oděvy, prádlo a bytový textil	nácvik v návaznosti na předmět Péče o oděvy
Žákyně zvládá prakticky pečovat o obuv – vybere vhodné čisticí prostředky, správně boty vysuší a uloží	Péče o obuv	praktický nácvik

<b>Název tematického celku: pěstitelské práce</b>		<b>Počet hodin: 34</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
Žákyně dodržuje pravidla bezpečnosti při práci na zahradě	Poučení o bezpečnosti práce a hygienických zásadách při práci	Přednáška
Žákyně zvládá pečovat o pokojové rostliny přesadí je, správně je zalévá	Péče o pokojové rostliny (	Praktický nácvik
Žákyně dokáže naaranžovat do vázy řezané květiny k různým příležitostem Zvládá následnou péči o řezané květiny	Péče o řezané květiny (	Praktický nácvik
Prakticky zvládá správně třídit bioodpad	Ochrana životního prostředí	praktický nácvik
Prakticky zvládá péči o venkovní květiny Přesazování, hnojení, zalévání	Péče o venkovní květiny	praktický nácvik
Žákyně zvládá sezónní práce na zahradě	Práce na zahradě	Výklad a nácvik
<b>Název tematického celku: Příprava pokrmů</b>		<b>Počet hodin: 34</b>
<b>Výstup</b>	<b>Učivo</b>	<b>MV, met.</b>
žákyně dodržuje pravidla bezpečnosti při práci v kuchyni	Poučení o bezpečnosti práce a hygienických zásadách při práci	Přednáška
Žákyně zvládá používat běžné přístroje a pomůcky v kuchyni		Praktický nácvik
Žákyně zvládá připravit jednoduchou snídani, svačinu	Strava	Praktický nácvik
Prakticky zvládá správně třídit bioodpad	Ochrana životního prostředí	Praktický nácvik
Prakticky zvládá připravit stůl k různým příležitostem	Stolování	Praktický nácvik
Žákyně zvládá zpracování sezónní zeleniny a ovoce	Ovoce, zelenina	Praktický nácvik

**Počet hodin ve školním roce: 136**

Hodinová dotace jednotlivých celků je závislá na ročním období, počasí a individuálních schopnostech žákyň.

## TŘÍDNICKÁ HODINA

### Charakteristika předmětu:

Obsahové pojetí třídnických hodin je zaměřeno nejen na řešení běžných organizačních záležitostí, ale hlavně na vytváření pozitivních vztahů mezi žákyněmi, pomáhá jim naučit se řešit běžné životní situace a překážky, překonávat je přiměřeně ke svým možnostem, případně za pomoci druhé osoby; přijímat důsledky svých rozhodnutí; vytvářet si realistický pohled na vlastní osobu. Umožňuje žákyním rozvinout své komunikační dovednosti; poskytuje jim informace z oblasti sociální, personální, občanské a pracovní.

Obsahový okruh má vazby na vzdělávací oblasti:

- Člověk a společnost
- Jazyk a jazyková komunikace
- Člověk a příroda
- Člověk a zdraví
- Odborné činnosti
- Kultura a umění

### Počet týdenních vyučovacích hodin a jejich rozvržení v průběhu studia

1 x za týden 1 hodina (cca 32 hodin za školní rok)

### Pojetí vyučovacího předmětu, jeho hlavní cíle

Během třídnických hodin budou mít žákyně prostor vyjádřit se k problémům třídy, svým vlastním i k problémům týkajícím se společnosti. Učí se orientovat v základních mravních hodnotách a uplatňovat základní pravidla společenského chování. Naučí se řešit konflikty a vytvářet si mezi sebou pozitivní vztahy. Vyzkouší si přijímat kritiku a kultivovaně vyjadřovat nesouhlas s názory druhých. Formou dramatizací i diskusemi se učí řešit běžné životní situace. Seznamují se s nebezpečím možného psychického i fyzického zneužití vlastní osoby i s možnostmi, kde hledat radu a pomoc. Učí rozpoznat nevhodné a rizikové chování a uvědomovat si jeho možné důsledky. Zvláště ve druhém ročníku je kladen důraz na pochopení významu práce a možnosti vlastního zapojení do pracovního procesu a seznámí se s možnostmi využívání poradenských a zprostředkovatelských služeb.

### Popis hlavních metod a forem výuky

Program třídnických hodin bude probíhat hlavně formou her, diskusí, dramatizací, budou využity i besedy s odborníky, dotazníky, filmy a ukázky z tisku.

### Přínos k realizaci hlavních průřezových témat

### **Osobnostní a sociální výchova**

- směřuje k porozumění sobě samému i druhým a napomáhá k zvládnání nežádoucích forem vlastního chování;
- přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů;
- rozvíjí dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci;
- umožňuje získat sociální dovednosti pro řešení různých situací (např. konfliktů);
- vede k akceptaci různých typů lidí, názorů a přístupů k řešení problémů;
- pomáhá k uvědomování si mravních rozměrů různých způsobů lidského chování;
- přispívá k primární prevenci sociálně patologických jevů, rizikového chování a možného zneužívání vlastní osoby.

### **Výchova demokratického občana**

- prohlubuje schopnost aktivního naslouchání a spravedlivého posuzování;
- motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým;
- vede k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností.

### **Člověk a životní prostředí**

- vede k odpovědnosti k ochraně přírody a přírodních zdrojů a k žádoucímu jednání z hlediska udržitelného rozvoje;

### **Výchova k práci a zaměstnanosti**

- přispívá k uvědomění si důležitosti celoživotního učení a motivaci pro zapojení do pracovního života;
- rozvíjí schopnost vyhledávat, posoudit, hodnotit a využívat informace o profesních příležitostech;
- učí orientovat se ve světě práce, seznamovat se s alternativami pracovního uplatnění;

## Přínos k realizaci klíčových kompetencí

### Rozvoj klíčových kompetencí:

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K UČENÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
reagovat na hodnocení ze strany druhých a přijímat radu i oprávněnou kritiku	Učitel vysvětlí žákyním význam pozorného naslouchání hodnocení ze strany druhých, zamyšlení se nad ním a vyvození důsledků z tohoto hodnocení. Pomáhá žákyním hodnocení, rady i oprávněnou kritiku přijmout a vyrovnat se s nimi.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE K ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
řešit běžné životní situace a překážky, překonávat je přiměřeně ke svým možnostem, případně za pomoci druhé osoby	Formou diskuse o různých situacích a na modelových situacích učitel vede žákyně k nalezení přiměřeného řešení těchto situací a učí je zvládat překážky přiměřeně k jejich schopnostem
přijímat důsledky svých rozhodnutí	V osobních rozhovorech a následně i v diskusi učí učitel žákyně přijímat důsledky svých rozhodnutí.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE KOMUNIKATIVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
vyjadřovat své názory a postoje a vhodnou formou se snažit obhájit svůj názor	V řízené diskusi dává učitel žákyním prostor k vyjádření svých názorů a postojů a v případě potřeby usměrňuje formu těchto vyjádření. Názorně učí žákyně obhajovat své názory.
využívat získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi	Pomocí her „ledolamek“ umožňuje učitel žákyním využívat získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů a kvalitní spolupráci s ostatními spolužačkami a dalšími lidmi.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE SOCIÁLNÍ A PERSONÁLNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
uvědomovat si nebezpečí možného psychického i fyzického zneužití vlastní osoby	S využitím vzdělávacích filmů, článků z časopisů, denních zpráv i vlastních zkušeností žákyně je učitel vede k uvědomění si nebezpečí možného psychického i fyzického zneužití vlastní osoby.

jednat zodpovědně vůči vlastní osobě i druhým	Vlastním příkladem, v besedách a pravidelným hodnocením vede učitel žákyně k zodpovědnosti vůči vlastní osobě i druhým.
přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů;	V besedách, společných hrách, okamžitým řešením rozporných situací a oceňováním kladných řešení ze strany žákyní a jejich vzájemné pomoci, učí učitel žákyně přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů.
dokázat se přiměřeně chovat v krizových situacích	V dramatizacích, besedách i reakcemi na situace, ve kterých se žákyně ocitají, učí učitel žákyně přiměřeně se chovat v krizových situacích
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE OBČANSKÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozpoznat nevhodné a rizikové chování, uvědomovat si jeho možné důsledky	S využitím vzdělávacích filmů, článků z časopisů, denních zpráv i vlastních zkušeností žákyní je učitel vede k rozeznávání nevhodného a rizikového chování a uvědomování si jeho možných důsledků.
<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMPETENCE PRACOVNÍ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
chápat význam práce a možnost vlastního zapojení do pracovního procesu	Učitel vysvětluje žákyním význam práce a možnost vlastního zapojení do pracovního procesu a vede je k jeho pochopení.
znát možnosti využívání poradenských a zprostředkovatelských služeb	Učitel seznámí žákyně s možnostmi využívání poradenských a zprostředkovatelských služeb

### Rozvoj odborných kompetencí:

<b>Název kompetence:</b>	<b>KOMUNIKOVAT S DRUHÝMI LIDMI A ŘEŠIT KONFLIKTY V KLIDU</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
ovládat své emoce a diskutovat s druhými lidmi v klidu	Učitel vede a usměrňuje diskusi v hodinách.
zvládat pravidla diskuse	Dramatizací různých životních situací učitel učí žákyně zvládat domluvená pravidla diskuse.
pozorně naslouchat druhým	Učitel učí žákyně pozorně naslouchat spolužačkám i sobě a vhodně volenými otázkami si kontroluje stupeň soustředění žákyně a pochopení problému.

obhajovat svůj názor slušně a řešit konflikty v klidu	Učitel vysvětlí žákyním nutnost slušného vystupování i při hájení vlastního názoru a řešení konfliktů, žákyním jde příkladem vlastním vystupováním a důsledně vyžaduje slušné vystupování i po žákyních.
<b>Název kompetence:</b>	<b>DODRŽOVAT SMLUVENÁ PRAVIDLA</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
přijímat a dodržovat smluvená pravidla	Učitel vysvětlí žákyním výhody dodržování smluvených pravidel, společně si pravidla domluví a potom je důsledně dodržují.
přijímat důsledky porušení pravidel	V případě porušení pravidel učitel učí žákyně přijímat důsledky tohoto překročení vymezených hranic.
<b>Název kompetence:</b>	<b>VYHLEDAT, PŘIJMOUT A POSKYTNOUT POMOC</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
znát možnosti, kde hledat pomoc a radu v krizové situaci, v pracovních nebo rodinných problémech	Učitel pravidelně seznamuje žákyně s možnostmi vyhledávání pomoci v různých krizových situacích, v problémech ve škole, rodině a poučí je, kde mohou hledat pomoc, až budou v zaměstnání.
umět nabízenou pomoc přijmout	Učitel nacvičí s žákyněmi nejen jak nabízenou pomoc přijímat, ale i jak ji slušně odmítnout, pokud žákyně cítí, že je schopna svůj problém vyřešit sama.
umět pomoc poskytnout	Učitel učí žákyně vidět a zhodnotit situace, kdy druhý potřebuje pomoci a tuto pomoc poskytnout adekvátně k vlastním možnostem.
<b>Název kompetence:</b>	<b>REÁLNĚ HODNOTIT SEBE I DRUHÉ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
umět reálně hodnotit své schopnosti, možnosti, povahu, chování a výsledky své práce	Učitel umožňuje žákyním sebehodnocení a jeho porovnání s hodnocením od spolužaček, učí je reálně hodnotit své schopnosti, možnosti, povahu, chování a výsledky své práce
umět reálně hodnotit schopnosti, možnosti, povahu, chování a výsledky práce druhých	Učitel vede žákyně ke spravedlivému a reálnému hodnocení schopností, možností, povahy, chování a výsledků práce druhých

<b>Název kompetence:</b>	<b>CHÁPAT VÝZNAM VSTŘÍCNOSTI, OMLUVY A ODPOUŠTĚNÍ PRO VYTVÁŘENÍ DOBRÝCH MEZILIDSKÝCH VZTAHŮ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
chápat význam vstřícnosti pro vytváření dobrých mezilidských vztahů	Učitel v rámci diskuse vysvětluje žákyním význam vstřícnosti pro vytváření dobrých mezilidských vztahů
umět se omluvit za chybu a umět odpouštět	Učitel učí žákyně dokázat se omluvit a umět omluvu přijmout.
chápat význam omluvy a odpuštění v mezilidských vztazích	Učitel vysvětlí žákyním význam omluvy a odpuštění v mezilidských vztazích
<b>Název kompetence:</b>	<b>ZNÁT MOŽNOSTI A POSTUPY PŘI HLEDÁNÍ ZAMĚŠTNÁNÍ A CHÁPAT VÝZNAM PRÁCE</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
chápat význam práce	Učitel vysvětlí žákyním význam práce nejen z hlediska ekonomického zajištění, ale i z hlediska seberealizace a osobnostního rozvoje.
orientovat se v nabídce zaměstnání na trhu práce, porovnat nabídku jednotlivých zaměstnání, vědět jak postupovat v případě zájmu o nabízené zaměstnání	Učitel zvláště s žákyněmi druhého ročníku nacvičuje hledání zaměstnání přes internet, v inzerci tisku, přes úřad práce nebo pracovní agenturu, vysvětlí jim, na která hlediska se mají při hledání zaměstnání zaměřit, co musí obsahovat životopis a motivační dopis a jaké náležitosti má mít pracovní smlouva a platový výměr.
<b>Název kompetence:</b>	<b>ROZEZNÁVAT RIZIKOVÁ JEDNÁNÍ A CHÁPAT NEBEZPEČÍ, KTERÉ Z NĚJ VYPLÝVÁ</b>
<b>Obsah kompetence:</b>	<b>Jak přispívá učitel k rozvoji:</b>
rozeznávat riziková jednání a chápat nebezpečí, které z něj vyplývá	Učitel na aktuálních příkladech z tisku, televize i z jejich vlastních zkušeností učí žákyně rozeznat riziková jednání a chápat nebezpečí, které z něj vyplývá.



## Průřezová témata:

Název tématu:	OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
porozumění sobě samé i druhým a zvládnání nežádoucí formy vlastního chování	Učitel umožňuje žákyním sebehodnocení a jeho porovnání s hodnocením od spolužaček, učí je rozumět sobě i druhým a zvládat nežádoucí formy vlastního chování.
utváření dobrých mezilidských vztahů;	Společnými akcemi, společenskými hrami, vzájemnou pomocí a vzájemným slušným chováním učí učitel žákyně přispívat k utváření dobrých mezilidských vztahů.
rozvíjení dovednosti komunikace a vzájemné spolupráce a vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci	Učitel pomáhá žákyním ve vzájemné komunikaci, ve spolupráci a vede je k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci.
Získání sociálních dovedností pro řešení různých situací	Při řešení každodenních situací i při dramatizaci standardních životních situací umožňuje učitel žákyním získat sociální dovednosti pro řešení různých situací.
akceptace různých typů lidí, názorů a přístupů k řešení problémů	Učitel zapojuje žákyně do společných her „ledolamek“ a do diskusí nad problémy a citlivě je vede k vede akceptaci různých typů lidí, názorů a přístupů k řešení problémů
uvědomování si mravních rozměrů různých způsobů lidského chování;	Učitel vede žákyně k uvědomování si mravních rozměrů různých způsobů lidského chování.
Přispívání k primární prevenci sociálně patologických jevů, rizikového chování a možného zneužívání vlastní osoby	Diskusemi ke konkrétním případům vede učitel žákyně k zamýšlení se nad sociálně patologickými jevy, rizikovým chováním a možným zneužíváním jejich osoby.
Název tématu:	VÝCHOVA DEMOKRATICKÉHO OBČANA
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
prohlubování schopnosti aktivního naslouchání a spravedlivého posuzování	Učitel trénuje se žákyněmi aktivní naslouchání a spravedlivé posuzování.
motivace k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým;	Učitel žákyně motivuje k ohleduplnosti a ochotě pomáhat druhým.
vedení k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností.	Učitel žákyně vede k respektování kulturních, etnických a jiných odlišností.

<b>Název tématu:</b>	<b>ČLOVĚK A ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
vedení k odpovědnosti k ochraně přírody a přírodních zdrojů a k žádoucímu jednání z hlediska udržitelného rozvoje;	Učitel žákyním vysvětlí význam ochrany přírody a přírodních zdrojů, vede je k jejich ochraně a k žádoucímu jednání z hlediska udržitelného rozvoje
<b>Název tématu:</b>	<b>VÝCHOVA K PRÁCI A ZAMĚSTNANOSTI</b>
<b>Obsah tématu:</b>	<b>Jak je obsah realizován:</b>
rozvíjení schopnosti vyhledávat, posoudit, hodnotit a využívat informace o profesních příležitostech	Učitel zvláště s žákyněmi druhého ročníku nacvičuje hledání zaměstnání přes internet, v inzerci tisku, přes úřad práce nebo pracovní agenturu, vysvětlí jim, na která hlediska se mají při hledání zaměstnání zaměřit.
uvědomění si důležitosti celoživotního učení a motivaci pro zapojení do pracovního života;	Učitel žákyním vysvětluje důležitost celoživotního učení a motivuje je pro zapojení do pracovního života;
Orientace ve světě práce, seznamování se s alternativami pracovního uplatnění	Učitel žákyně učí orientovat se ve světě práce, seznamuje je s alternativami pracovního uplatnění

# PŘÍLOHA

## Vzděláváme a zaměstnáváme žáky se SVP

reg. č. projektu: CZ.02.3.62/0.0/0.0/19\_077/0016812

Projekt Vzděláváme a zaměstnáváme žáky se SVP je spolufinancován Evropskou unií.

### Metodika tvorby tranzitního programu

*„Do zaměstnání s podporou školy“*

#### Dívčí katolická střední škola

Platněřská 191/4, 110 00 Nové Město, IČ: 47611162

Autoři:

Mgr. Hana Hanáčková – *speciální pedagog*

Mgr. Luboš Hošek – *kariérový poradce*

Metodika byla vytvořena v rámci projektu *Vzděláváme a zaměstnáváme žáky se SVP* č. 02\_19\_077 OPVVV V Praze 28. 05. 2021

#### ***Kdo by měl tuto metodiku číst – komu je určena a co se v ní dozví?***

- Nejprve je určena realizátorům shora uvedeného projektu při sestavování plánu a následnou realizaci a evaluaci tranzitního programu (TP) pro konkrétní projektem podpořenou žákyni, respektive žákyně.
- Později tato metodika pomůže těm, kteří budou plánovat a iniciovat realizaci tranzitního programu pro potřebné žákyně v budoucnu, tedy po skončení realizace projektu.

#### ***Co když se ale během projektu, nebo po jeho skončení, prostě při plánování, realizaci a hodnocení TP ukáže, že v metodice něco chybí, nebo je v ní něco nereálného nebo zbytečného?***

- Je to první verze, první pokus o metodiku TP v naší škole, takže s tím, že bude potřeba něco v metodice měnit, přehodnotit, upravit, počítáme. A těšíme se, že na konci projektu budeme mít metodiku (pr)ověřenou bojem, tedy praxí. Jen taková totiž bude moci v budoucnu našim následovníkům účinně pomoci při realizaci tranzitních programů pro nové potřebné žákyně!
- Tranzitní program v podmínkách naší školy znamená příležitost efektivněji využít kvalifikaci získanou našimi absolventkami pro jejich snazší, úspěšnější uplatnění na trhu práce. Spolu s uplatnitelnou kvalifikací tak bude absolventka vybavena i kompetencí k jejímu kariéernímu využití. Absolventka oboru Pečovatelské služby se stane nejen kvalifikovaným Pracovníkem v sociálních službách splňujícím zákonem stanovené parametry, nýbrž díky absolvování tranzitního programu i zaměstnancem připraveným zapojit se do pracovně-právních vztahů a situací na pracovišti, a to nejen na pracovišti poskytovatele sociálních služeb. To je cílem

tranzitního programu Dívčí katolické střední školy. Pro absolventky především oboru Praktická škola dvouletá tranzitní program pomůže sejmout strach z „neznámého“ světa práce tím, že účastnice tranzitního programu získá osobní zkušenost s pracovně-právními vztahy, kolegiálními i vertikálními vztahy na pracovišti. Nabyde tak nejen potřebné zkušenosti, dovednosti, ale spolu s nimi i nezbytnou dávku sebevědomí pro zvládnutí požadavků v budoucím nechráněném nebo chráněném pracovišti. Tranzitní program je pro zúčastněné žákyně školy prostředkem ke získání odborných dovedností, na něž se zaměřují spíše odborné praxe, nýbrž příležitostí k tomu je po absolvování školy kariéře využít. I pro budoucí pečovatelku nebo naopak zaměstnankyni chráněné dílny má proto realizace tranzitního programu formou pracovních, zaměstnaneckých praxí v různých týdenních či měsíčních intervalech v interakci s pracovním asistentem zásadní význam pro získávání elementárních pracovních návyků a základních prvků zaměstnanecké kultury.

### ***Co to vlastně je tranzitní program, liší se nějak od odborných praxí? Jak TP probíhá?***

- Odborné praxe jsou zaměřeny na zvládnutí odborných dovedností nutných pro výkon konkrétního oboru, kupříkladu pečovatelství.
- TP se spíše zaměřuje na kompetence zaměstnanecké, které absolventka může uplatnit při zaměstnání v jakémkoliv oboru. Kupř.: ani sebelepší pečovatelka si neudrží místo v pracovním poměru, pokud nebude vědět, že do zaměstnání se chodí včas, což znamená správně si naplánovat cestu z domova do práce. I sebezdatnější šička v chráněné dílně bude na konci se silami již po pár hodinách práce, když si sebou nebude mít svačinu, což obnáší nutnost si ji připravit už doma, možná večer před ránem, v němž se vstává do práce. Že jsem zaměstnaná, poznám ne podle toho, že něco umím, ale podle toho, že uzavřu pracovní smlouvu nebo dohodu a obdržím jedno vyhotovení....
- Pro získání v předchozím bodě uvedených dovedností je velmi vhodné absolvovat právě TP – tedy ozkusit si jednou do týdne nebo v jiném intervalu chodit „do práce“ naostro, tedy doopravdy – včetně návštěvy závodního lékaře, podepsání pracovní smlouvy, poučení o bezpečnosti, dodržování stanovené pracovní doby, používání vhodného pracovního oděvu apod. Během takové aktivity je žákyni ku podpoře pracovní asistent, s nímž může konzultovat nastalé situace, ale nemůže od něj čekat, že práci udělá za ni.....

### ***Co konkrétně tranzitní program nabízí žákyním?***

- Během tranzitního programu žákyně jednou týdně nebo v jiném intervalu dochází do zaměstnání, které si s podporou školy, rodiny, pracovního asistenta sama zvolí. Pracovní asistent žákyni poskytuje podporu i formou přítomnosti na pracovišti, žákyně s ním může konzultovat situace, v nichž si je nejistá... Po určité době je dobré s žákyní dosavadní průběh tranzitu spoluvyhodnotit. V čem jsem se zlepšila a v čem se ještě zlepšit chci...?
- Osobní zkušenost s chozením do práce nejen formou praxí včetně pochopení práv a povinností zaměstnance.
- Žákyně se seznámí s pracovní smlouvou, se sjednáváním mzdy, s BOZP, setkají se s povinností docházet včas a pravidelně, omlouvat se v případě nemoci, komunikovat směrem k zaměstnavateli v základních situacích – přijímat pokyny a rozumět jim, domlouvat si aktivně kupř. dovolenou či volno k návštěvě lékaře. Získají tak základy toho, čemu se často říká „zaměstnanecká kultura“.
- Umožní žákyni přesnější orientaci pro výběr budoucí profesní dráhy, zaměstnání.

- Podporu ve formě pracovní asistence - asistent žákyni provází – dle potřeby nejen až na pracovišti, ale zpočátku i po cestě na místo výkonu práce. Během pracovní činnosti je asistent rovněž žákyni osobně k dispozici, alespoň v počátcích realizace tranzitního programu. Pomáhá jí řešit možné situace, kupř. usměrněním, povzbuzením komunikace s nadřízeným apod.... Pracovní asistent ale nikdy nevykonává práci za žákyni. Míru své podpory žákyni upravuje podle jejich reálných, vyvíjejících se potřeb.

### ***Co tranzitní program nabízí rodičům?***

- Rodičům či dalším zapojeným blízkým umožní zkonkretizovat obraz podpory, kterou především v začátku budoucího zaměstnání bude absolventka potřebovat.

### ***Co TP přináší pedagogickým pracovníkům?***

- Pedagogickým pracovníkům může TP zprostředkovat unikátní pohled na osobnost žákyně, její obdarování nebo naopak potřeby. Uvidí ji zcela jinak než z pohledu „od katedry“. Zároveň jim TP umožní smysluplněji, cíleněji zaměřit individualizaci působení na konkrétní žákyni vzhledem k jejímu budoucímu profesnímu uplatnění.

### ***Může být TP přínosný i pro zaměstnavatele, nebo je pro ně jen zátěží či příležitostí k vykonání dobrého skutku?***

- Zaměstnavatelům TP nabízí možnost získat zaučené zaměstnance. A nejen to – zaměstnavatel může do značné míry ovlivnit i formaci, průpravu potenciálního nového zaměstnance a zároveň ho poznat mnohem komplexněji, hlouběji, než jak je to možno při běžném přijímacím setkání. Spolupodílí se tak vlastně na přípravě svých vlastních budoucích zaměstnanců, kolegů.
- Zaměstnavatelům TP také pomůže naplnit zákonnou povinnost zaměstnávání osob se změněnou pracovní schopností.

### ***Kterým z žákyň Dívčí katolické střední školy (DKSŠ) tranzitní program především nabízíme?***

- V rámci studijního oboru Praktická škola dvouletá žákyním se zdravotním, mentálním či kombinovaným znevýhodněním.
- V rámci studijního oboru Pečovatelské služby podobně znevýhodněným žákyním.
- Žákyním obou oborů v situaci sociálního znevýhodnění.
- Rovněž žákyním se specifickými vzdělávacími potřebami.
- Prostě těm, pro které vzhledem k jejich zdravotní či sociální situaci může být start profesionální dráhy z uvedených důvodů komplikovaný, náročnější

### ***Kdo a jak rozpozná konkrétní žákyně, kterým bude tranzitní program nabídnut? A kdo vlastně má v naší škole plánování, realizaci a hodnocení tranzitního programu na starosti?***

- Výběr potřebných žákyň do TP není těžký. DKŠŠ je škola dvouletá - během studia prvního ročníku, někdy již během prvního pololetí lze při interakcích se žákyněmi a jejich rodinným zázemím rozpoznat ty, pro které by mohlo být zařazení do tranzitního programu reálným přínosem.
- Zařazení konkrétní potřebné žákyně do tranzitního programu samozřejmě schvaluje ředitel, ale to až po návrhu třídního vyučujícího, který se o vhodnosti výběru radí s ostatními vyučujícími, se školním kariérovým poradcem, případně speciálním pedagogem a sociálním pracovníkem. To je vlastně **úzký realizační tým** celého tranzitního programu – jeho plánování, řízení, průběžné evaluace i závěrečného vyhodnocení.
- Během trvání našeho projektu je rozhodnutí o zařazení do tranzitního programu a jeho následná realizace posláním kolegů, vykonávajících projektem stanovené pozice podle projektem daných pracovních náplní. Po skončení projektu, při realizaci dalších TP pak jejich realizace bude v zodpovědnosti a zápalu uvedených zaměstnanců DKŠŠ, především třídního vyučujícího, kariérového poradce a sociálního pracovníka. Ti jako zodpovědný úzký tým spolupracují při nominaci konkrétních žákyň do tranzitního programu, při jeho plánování, realizaci i při kontinuálním a závěrečném hodnocení TP, moderují průběžné hodnotící schůzky s podpořenou žákyní a jejími blízkými, komunikují se zaměstnavatelem.

### ***Kdo tedy, jaký tým, ponese realizaci TP především na bedrech?***

- Speciální pedagog – je v kontaktu s žákyněmi školy v souladu s pracovní náplní danou platnou legislativou. Mezi žáky se SVP vytipuje ty, pro které by TP mohl být významným přínosem.
- Kariérový poradce – komunikuje s potenciálními zaměstnavateli a podle dispozic a vůle žáka navrhuje konkrétního zaměstnavatele pro výkon TP konkrétního žáka. Komunikuje se zákonnými zástupci žáka. Spolupracuje s třídním učitelem.
- Sociální pracovník – moderuje řešení sociálního kontextu studia a realizace TP jednotlivých žáků. Pomáhá ve spolupráci s týmem TP, s třídním vyučujícím a se zákonnými zástupci podle potřeb, dispozic a rozhodnutí žáka vybírat zaměstnání pro žáka po absolvování školy.
- Odborný garant – koordinuje zpracování plánů TP, monitoruje jejich realizaci. Inicjuje zapracování TP do ŠVP.

### ***A kdo je v tranzitním programu tedy nejdůležitější, kdo má hlavní slovo?***

- Je to bezesporu podpořená žákyně, v jejíž prospěch se ostatní realizátoři tranzitního programu snaží. Pokud je to možné, jsou zapojeni maximálně i rodiče, zákonní zástupci či žákyni jiné blízké osoby.
- Je stejně tak užitečné, když i ze strany školy přiměřeně participují kupř. školní psycholog či speciální pedagog, nebo alespoň nepřímo vyučující nějak souvisejících předmětů. Zvýší se tím šance na splnění cílů TP.

### ***Je každý plán tranzitního programu jiný, nebo se ve škole používá stejný pro všechny podpořené žákyně?***

- Každý plán TP i každý vlastní TP je pokaždé trochu jiný, protože má rozvíjet, podpořit splnění pokaždé jiných cílů jiné potřebné žákyně, pokaždé originální neopakovatelné osobnosti. Proto při plánovací schůzce s podporou týmu TP, tedy rodinných blízkých, sociálního pracovníka, kariérního poradce, speciálního pedagoga a třídního vyučujícího, ale co nejvíce samostatně, žákyně hledá, stanovuje - plánuje cíle, kterých chce během tranzitního programu dosáhnout (naučím se postupně sama dojet MHD do práce, budu mít svačinu, budu zdravit kolegy na pracovišti). Jejich plnění pak průběžně hodnotí s pomocí týmu TP při hodnotících schůzkách.
- Proto je žádoucí vyhledávat více potenciálních zaměstnavatelů a rozvíjet s nimi spolupráci, abychom z jejich spektra dokázali v plánu TP vybrat toho, který se nejvíce blíží individuálním přáním a současně reálným potřebám a možnostem konkrétní žákyně.
- Určitá osnova TP samozřejmě zůstává podobná – nejprve motivační setkávání, během nichž s žákyní ověřujeme a prohlubujeme chuť zapojit se do TP. V plánovací schůzce pak volíme nejen zaměstnavatele, ale především individuální osobní cíle, jichž chce žákyně během tranzitního programu dosáhnout (naučím se chodit do práce včas, najdu si kamarády na pracovišti...). Při hodnotících schůzkách reflektujeme, respektive pomáháme žákyni co nejsamostatněji reflektovat volbu zaměstnavatele, plnění osobních cílů, respektive korigovat jejich stanovení apod... Při závěrečném hodnocení TP zakoušíme společně radost z toho, co se podařilo splnit, evokujeme chuť poprat se s tím, co ještě úspěšnému zvládnutí zaměstnanecké – pracovní realizace, kariéry, možná trochu brání.

### ***Na jak dlouho je obvykle tranzitní program v DKŠŠ plánován?***

- V rámci uvedeného projektu v prvním ročníku proběhlo zařazení do tranzitního programu a jeho naplánování. Ve druhém ročníku pak proběhne realizace TP.
- Po ukončení projektu počítáme s tím, že podobnou časovou osnovu zachováme.
- V optimálním případě se podaří, aby jednotlivé podpořené žákyně získaly zkušenost s prací pro více než jednoho zaměstnavatele. Proto plánujeme, aby tranzitní program u jednoho zaměstnavatele probíhal ne celý druhý ročník, nýbrž jen několik týdnů, respektive měsíců.

### ***Je tranzitní program v Dívčí katolické střední škole v něčem odlišný, než je běžně realizován jinými subjekty?***

- Mezi zaměstnavateli, kteří spolupracují s DKŠŠ i v rámci TP, nechybí chráněná ani nechráněná pracoviště, aby byla dosažena co nejvyšší individualizace přístupu k podpořeným žákyním při realizaci projektu.
- Některým absolventkám školy, které byly podpořeny TP, můžeme po dobu několika měsíců po nástupu do jejich zaměstnání nabídnout intenzivnější podporu formou podporovaného zaměstnávání. Tedy podporu analogickou s průběhem předchozího tranzitního programu. Pracovní asistent podporuje absolventku v prvních dnech, týdnech jejího zaměstnání konzultacemi, případně i fyzickou přítomností na pracovišti, při různých nejen komunikačních situacích...

### ***Nu, vypadá to zajímavě! Ale nebude s tím moc administrativy a papírů...?***

- Administrativa s TP není téměř žádná! Ale papírů může být hodně!! A nejen papírů – ale i fotografií, obrázků, záznamových listů, zapsaných vyprávění, výrobků, různých pracovních archů s obrázky i bez obrázků, s vyplňováním... Takových „papírů“ postupně s podpořenou žákyní vytvoříme celé portfolio. Aby jí i nám zobrazovalo, jak se vnímala, svoje vlohy a dispozice (sebereflexní motivační profily) při první plánovací schůzce a pak během dalších schůzek hodnotících, aby viděla ona i my, jak ji můžeme podpořit při profesní realizaci, co se podařilo a co naopak je ještě před námi jako zajímavá motivující výzva. Součástí dokumentace bude i počáteční úmluva, deklarace o chuti „to zkusit“, výstupy z hodnotících schůzek, pracovní smlouvy, výplatní páska, případně doklad o založení vlastního bankovního účtu a taky paragon z nákupu za první výplatu. Případně hodnocení či dokonce reference zaměstnavatele, fotoseriál nebo video o tom, jak to vlastně všechno bylo...