

Měsíční plán 6. třídy pro výchovu ke zdraví

únor

VÝCHOVA KE ZDRAVÍ		
téma	<i>co by žáci měli zvládnout</i>	nové pojmy
Rizika ohrožující zdraví a jejich prevence		
Stres a jeho vztah ke zdraví Kompenzační, relaxační a regenerační techniky	- <i>umět použít některé metody a techniky k překonání únavy a stresu</i>	stres, sebekontrola, žebříček hodnot
Auto- destruktivní závislosti		
Rizikové chování- alkohol aktivní a pasivní kouření nebezpečné látky nebezpečný internet	- <i>zdůvodní škodlivost alkoholu a kouření na zdraví</i> - <i>uvědomuje si nebezpečí komunikace prostřednictvím médií</i>	kyberšikana