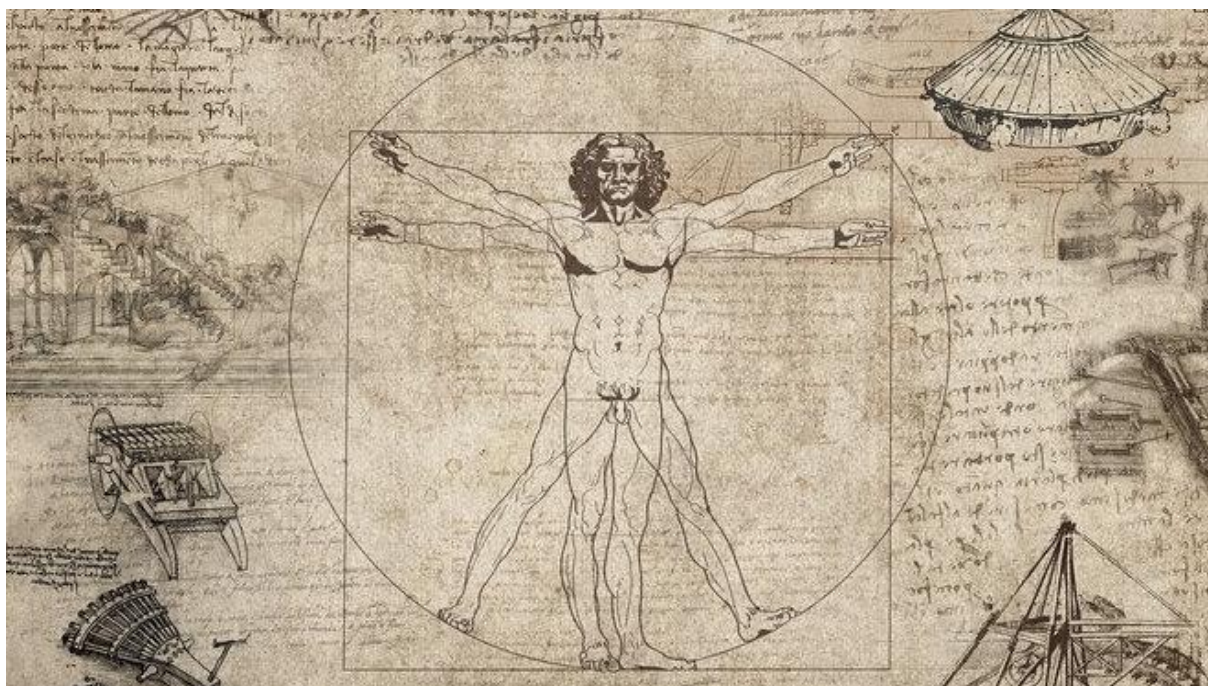




Školní vzdělávací program pro základní vzdělávání Leonardo 500

Dodatek č. 04

Změny RVP ZV Osobnostní a sociální výchova 1. stupeň

1. 9. 2026

Základní škola, Ostrava-Poruba, I. Sekaniny 1804, příspěvková organizace

Tento Dodatek č. 04 projednala a schválila školská rada dne 23. 6. 2026

Učební plán

1. stupeň

Vzdělávací oblast	Vyučovací předmět		1. ročník	2. ročník	3. ročník	4. ročník	5. ročník	Celková časová dotace	Z toho disponibilní časová dotace
JAZYK A JAZYKOVÁ KOMUNIKACE	Český jazyk	ČJ	7	7	8	7	6	35	2
	Cizí jazyk	CJ	2	2	3	4	4	15	6
INFORMATIKA	Informatika	IN	*	*	*	1	2	3	1
MATEMATIKA A JEJÍ APLIKACE	Matematika	M	4	4	5	4	4	23	3
	Logika	L	1	1	*	*	*		
ČLOVĚK A JEHO SVĚT	Prvouka	PRV	1	2	2	*	*	11	0
	Přírodověda	PŘ	*	*	*	2	2		
	Vlastivěda	VL	*	*	*	1	1		
ČLOVĚK A SVĚT PRÁCE	Pracovní činnosti	PČ	1	1	1	1	1	5	0
UMĚNÍ A KULTURA	Hudební výchova	HV	1	1	1	1	1	12	0
	Výtvarná výchova	VV	1	1	1	2	2		
ČLOVĚK A ZDRAVÍ	Tělesná výchova	TV	2	2	2	2	2	10	0
OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ VÝCHOVA	Osobnostní a sociální výchova	OSV	1	1	1	1	0		4
CELKEM			21	22	24	26	25	118	16

Poznámka k učebnímu plánu:

Od 1. 9. školního roku 2026/2027 se zavádí nový předmět Osobnostní a sociální výchova v 1. – 4. ročníku v hodinové dotaci 1 hodiny týdně. Hodiny pro tento předmět byly využity z disponibilních hodin.

V 1. ročníku je týdenní počet hodin navýšen z 20 hodin na 21 hodin. V oblasti Jazyk a jazyková komunikace v Českém jazyce se ubírá jedna hodina z dosavadních 8 hodin na 7 hodin týdně a Anglický jazyk se navyšuje z 1 hodiny na 2 hodiny týdně.

Ve 2. ročníku v oblasti Jazyk a jazyková komunikace je posílena hodina Anglického jazyka z 1 hodiny na 2 hodiny týdně a Český jazyk snížen z 9 hodin na 7 hodin týdně.

Ve 3. ročníku je týdenní počet hodin snížen z 25 hodin na 24 hodin. V oblasti Jazyk a jazyková komunikace je snížen počet hodin Českého jazyka z 9 na 8 hodin týdně a v oblasti Člověk a jeho svět ve vyučovacím předmětu Prvouka je snížena výuka z 3 hodin na 2 hodiny týdně.

Ve 4. ročníku je týdenní počet hodin navýšen z 25 hodin na 26 hodin. Ve vzdělávací oblasti Jazyk a jazyková komunikace se Anglický jazyk navyšuje z 3 hodin na 4 hodiny týdně, v oblasti Matematika a její aplikace se Matematika snižuje z 5 hodin na 4 hodiny týdně.

V 5. ročníku je týdenní počet hodin snížen z 26 hodin na 25 hodin. V oblasti Jazyk a jazyková komunikace v Anglickém jazyce navyšuje z 3 hodin na 4 hodiny týdně a v oblasti Člověk a jeho svět se Vlastivěda snižuje z 2 hodin na 1 hodinu týdně.

Osobnostní a sociální výchova

Charakteristika vyučovacího předmětu

Obsahové, časové a organizační vymezení

Vyučovací předmět Osobnostní a sociální výchova se vyučuje jako samostatný předmět v 1. až 4. ročníku vždy 1 hodinu týdně, obvykle ve školní třídě ve 45 minutových hodinách.

Vyučovací předmět Osobnostní a sociální výchova je součástí vzdělávací oblasti Osobnostní a sociální výchova.

Osobnostní a sociální výchova je vzdělávací obor, jehož cílem je podporovat celkový osobnostní rozvoj žáka, jeho sociální dovednosti, emoční pohodu a schopnost zvládat běžné i náročné životní situace. Výuka probíhá praktickými a zážitkovými metodami, které umožňují dětem poznávat sebe sama, učit se spolupracovat s ostatními a rozvíjet zdravé vztahy ve třídě.

Předmět vychází z toho, že **učivem je samotný žák**, jeho prožívání, chování a každodenní situace, se kterými se setkává ve škole i mimo ni. Děti pracují v bezpečném prostředí, kde mohou otevřeně sdílet své zkušenosti, učit se regulovat emoce, řešit konflikty a hledat vhodné způsoby komunikace.

Podmínky pro výuku předmětu jsou bezpečné prostředí, citlivý pedagogický přístup, konkrétní cíle a reflexe a praktická výuka propojena se životem žáků.

Vzdělávání v předmětu Osobnostní a sociální výchova směřuje k:

- **rozvoji sebepoznání a sebedůvěry žáků**, k uvědomování si vlastních silných stránek, potřeb a možností,
- **posilování schopnosti regulovat své chování a emoce**, zvládat stres a řešit běžné i náročné situace přiměřeně věku,
- **rozvoji komunikačních dovedností**, jako je naslouchání, vyjadřování vlastních myšlenek, vedení dialogu a respektování druhých,
- **podpoře spolupráce a týmové práce**, schopnosti podílet se na společném úkolu a přispívat k dobré atmosféře ve třídě,
- **budování zdravých mezilidských vztahů**, rozvoji empatie, ohleduplnosti,
- **zvládání konfliktů a hledání vhodných způsobů jejich řešení**, včetně prevence rizikového chování,
- **posilování odpovědnosti za vlastní jednání**, uvědomování si důsledků svého chování,
- **rozvoji základních dovedností pro učení**, jako je plánování, organizace práce, vytrvalost a sebehodnocení,
- **základní orientaci v profesním světě**.

Ve vyučovacím předmětu Osobnostní a sociální výchova budou realizovány tematické okruhy průřezových témat:

Multikulturní výchova

- Lidské vztahy
- Etnický původ
- Princip sociálního smíru a solidarity

Environmentální výchova

- Vztah člověka k prostředí

Výchova demokratického občana

- Občanská společnost a škola
- Občan, občanská společnost a stát

Výchovné a vzdělávací strategie pro rozvíjení klíčových kompetencí žáků

Kompetence k učení:

- Vedeme žáky k vyhledávání a třídění informací na základě pochopení.
- Plánujeme učení společně se žáky.
- Nastavujeme přiměřené vzdělávací cíle pro každého ze žáků.
- Zamýšlíme se se žáky nad tím, co jim pomáhá k rozvoji (prostor, čas, pomůcky, forma práce, styly učení aj.).
- Dáváme prostor žákům učit se mezi sebou navzájem.
- Učíme žáky pracovat s nástroji, které umožňují sledovat a zaznamenávat jejich pokrok (práce s portfoliem, mapa učebního pokroku, mapa rozvoje kompetencí, kompetenční karty).
- Učíme žáky shromažďovat důkazy o jejich posunu v učení.
- Vytváříme bezpečný prostor pro práci s chybou.
- Vedeme žáky ke spolupráci a vzájemné podpoře při učení, propojujeme výuku se zkušeností žáků.
- Podporujeme žáky k dalšímu učení tím, že oceňujeme jejich silné stránky, jejich snahu, pokrok a úspěchy.
- Vytváříme dynamické a interaktivní učební aktivity, které stimulují zvědavost a aktivní účast žáků.
- Podporujeme žáky v tom, aby projevovali své názory a potřeby a nebáli se při svém učení chybovat.
- Vedeme žáky k sebehodnocení na základě kritérií, kterým rozumějí, a podporují tím jejich odpovědnost za vlastní učení.
- Vedeme žáky ke vzájemnému hodnocení pokroku v učení (vrstevnické hodnocení) na základě jim srozumitelných kritérií, a to za předpokladu, že se při tom daří zachovávat bezpečné prostředí.

Kompetence k řešení problémů:

- Organizujeme skupinové činnosti, kde žáci společně řeší problémy.
- Vyzýváme žáky k brainstormingu a zdůrazňujeme, že může existovat více řešení.
- Poskytujeme žákům příležitost k vyjádření pocitů, které v nich nově získaná informace vyvolává.
- Vybízíme žáky k rozlišení věrohodných a nevěrohodných tvrzení, diskutujeme s nimi znaky nevěrohodnosti (tvrzení může být například nadsazené, v něm obsažená informace zjevně zkreslená nebo vymyšlená).
- Podporujeme žáky ve zpochybňování nedůvěryhodných tvrzení.

Kompetence komunikativní:

- Vytváříme příležitosti pro různé formy diskuse, ve kterých mohou žáci bezpečně pokládat otázky a sdílet své myšlenky a pocity na dané téma (párové diskuse, diskusní kroužky atd.).
- Do hodin zahrnujeme prvky dramatické výchovy a role-play, při kterých mohou žáci experimentovat s různými perspektivami a formami vyjádření v různých komunikačních situacích.
- Pomáháme žákům rozvíjet schopnost reflexe nad vlastním vyjadřováním (např. retrospektivním zamýšlením se nad prožitými komunikačními situacemi a s nimi spojenými úspěchy a neúspěchy).

Kompetence sociální a personální:

- Vytváříme prostředí, kde se žáci cítí bezpečně a jsou schopni sdílet své pocity a zkušenosti, mají na práci adekvátní čas, naplňují základní předpoklady pro vznik pozitivních vztahů a prostředí důvěry.
- Komunikujeme se žáky s respektem, tj. partnersky, vstřícně a otevřeně; projevujeme zájem o každého žáka, nabízíme žákům dialog a spolupráci, respektujeme sebepojetí, identitu a potřebu autonomie v jednání jednotlivých žáků.
- Vytváříme situace a prostředí, ve kterých mají žáci příležitost poznávat sami sebe a rozvíjet sebeuvědomění (reflektivní aktivity, deníky, přehledy, diskuse o nemocích aj.).
- Budujeme kulturu vzájemné podpory a respektu mezi žáky.
- Pravidelně měníme aktivity a činnosti v návaznosti na potřeby žáků vytváříme takové prostředí, které na žáky působí bezpečně, prostředí, kde se mohou otevřeně vyjadřovat a sdílet své pocity.
- Vytváříme prostředí vzájemné podpory a spolupráce mezi žáky a učiteli.
- Poskytujeme žákům prostor pro poznávání sebe sama (kým jsou, kým by chtěli být, kam se mohou posunout, kým by být nechtěli, kam patří, jak působí na ostatní lidi a prostředí).
- Vedeme žáky k tomu, aby si uvědomovali emoce a potřeby sebe sama i druhých — vedeme žáky k tomu, aby si uvědomovali dopady vlastního chování na sebe, ostatní lidi i přírodu.
- Učíme žáky efektivním strategiím sebeorganizace a plánování času (stanovování priorit, vytváření rozvrhu činností, nastavování reálných cílů).
- Poskytujeme uznání a pozitivní zpětnou vazbu, aby žáci pocítili svou hodnotu a úspěchy.
- Podporujeme aktivity a diskusi o strategiích vzájemné podpory žáků.
- Při diskusích poukazujeme na možnost vidět danou situaci z různého pohledu.
- Rozvíjíme všímavost žáků, mindfulness, přijímání a prožívání přítomnosti pomocí různých cvičení, technik, her.
- Poskytujeme možnost volby, rozhodnutí.
- Diskutujeme se žáky o předsudcích a stereotypech, o významu tolerance ve vztazích — podporujeme sdělování emocí, pocitů, názorů (např. komunitní kruh).
- Poskytujeme prostor pro argumentaci názorů a sdílení, přehodnocení vlastních názorů a zpětnou vazbu.
- Aplikujeme aktivity na podporu pocitu sounáležitosti se třídou a školou.
- Stanovujeme spolu se žáky pravidla pro jednání ve třídě (včetně digitálního prostředí), jejichž cílem je vytváření prostředí vhodného pro učení a bezpečného prostředí.

Kompetence digitální:

- Nastavujeme společně na základě příkladů a zkušeností pravidla bezpečného zacházení s digitálními technologiemi, vedeme žáky k tomu, aby pravidla podporovala jejich aktivní přístup k využívání digitálních technologií, a současně dbáme na to, aby pravidla podporovala jejich digitální pohodu (wellbeing) a vedla je k ochraně jejich duševního, fyzického a sociálního zdraví.

Kompetence pracovní:

- Podporujeme aktivní účast žáků na tvorbě školního prostředí, které pracuje s jejich nápady a respektuje jejich přínosy a potřeby, například žákovské parlamenty, akce žáků pro žáky.
- Zapojujeme žáky do participace – ve škole, v komunitě aj.
- Integrujeme do výuky například: otevřené diskuse, otevřené otázky, kreativní úkoly, projekty.
- Podporuje nepřímé učení prostřednictvím zkušeností – například experimentování a bádání; tvůrčí čtení a psaní; umělecké vyjádření.
- Malování, divadlo aj.
- Využíváme se žáky různé nástroje k zachycení myšlenek a nápadů.
- Nabízíme žákům příležitost zapojit se do dobrovolných veřejně prospěšných projektů, známých jako dobrovolnictví – například podpora vrstevníků při učení, pomoc seniorům, ochrana přírody, rozvoj komunitního života, rozvojová spolupráce.
- Podporujeme žáky ve vytváření a sdílení jejich představ o tom, jak by se mohly vyvíjet situace v životě školy či v místě, kde žijí, a poskytujeme prostor pro diskusi nad návrhy jejich scénářů.
- Podporujeme žáky v tvorbě vision boardu (koláž, kresba, online verze aj.) směrem k profesnímu a životnímu směřování.
- Průběžně se žáky pracujeme na rozkrývání jejich priorit, hodnot, kompetenčního portfolia atd.
- Upozorňujeme žáky na možnosti a příležitosti k jejich profilaci a rozvoji silných stránek.

Kompetence občanské:

- Vytváříme situace, při nichž žáci mohou prozkoumávat své okolí a pečovat o něj či zlepšovat ho.
- Umožňujeme žákům sdílet své zkušenosti a zážitky z kontaktů a péče o jiné živé bytosti/organismy a o své okolí.
- Vytváříme prostor a bezpečné prostředí pro vytváření a vyjadřování vlastního odůvodněného názoru žáka na dění okolo něj, včetně kritického pohledu na to, co by si přál změnit, uplatňujeme respektující přístup a vedeme k němu důsledně žáky, nekritizujeme žáka za názor.
- Podněcujeme žáky k vytváření a vyjádření ke kladení souvisejících otázek, k hledání a kritickému vyhodnocování informací a argumentaci, doplňujícími otevřenými otázkami je vedeme k hlubšímu promýšlení názoru.
- Umožňujeme žákovi vybrat si aktivitu prospěšnou pro okolí, kterou si sám zvolí nebo s níž se vnitřně ztotožní.
- Poskytujeme zpětnou vazbu, oceňujeme iniciativu žáka i dílčí kroky k ní směřující.
- Navozujeme situace umožňující porozumět potřebám, postojům a zájmům druhých – využívám vžívání se do rolí a postojů jiných (např. rolové hry).
- Vytváříme prostor a bezpečné prostředí pro otevřenou diskusi o významu vlastní aktivity, demokratických postupů, respektování a uplatňování práv.
- Podněcujeme žáky k reflexi jejich zkušeností s uplatňováním vlastního vlivu na dění v jejich okolí.
- Vytváříme prostor a bezpečné prostředí pro vytváření a vyjadřování vlastního názoru žáků, sám uplatňuji respektující přístup.
- Podněcujeme žáky ke kladení otázek a argumentaci, doplňujícími otevřenými otázkami je vedeme k hlubšímu promýšlení a prohloubení argumentace.
- Umožňujeme žákovi převzít vědomě odpovědnost za uskutečnění přiměřeného úkolu, který si sám zvolí nebo s nímž se vnitřně ztotožní.
- Stavíme žáky před jednoduché situace vyžadující přijetí jejich vlastního rozhodnutí (např. při hře, v rámci fungování třídy, při řešení praktického úkolu).

Kompetence kulturní:

- Organizujeme tvůrčí aktivity, ve kterých mají žáci možnost vyjádřit své myšlenky a pocity prostřednictvím malby, kresby, hudby, divadla, tance, filmu a audiovize nebo psaní literárních textů; tímto způsobem podporujeme jejich kreativitu a sebevyjádření.
- Poskytujeme žákům prostor k psaní vlastních textů (básní, příběhů, dialogů), ve kterých mohou sdílet své myšlenky, pocity a prožitky; texty mohou ilustrovat, zhudebnit, dramatizovat, inscenovat apod.

Základní gramotnosti s využitím vzdělávacích strategií

Čtenářská a pisatelská:

- Podporujeme žáky, aby při psaní vyjadřovali vlastní zkušenosti, prožitky, pocity.
- Vedeme žáky k posuzování, co v textu je spíše názor nebo domněnka, případně omyl či lež, a co je možné považovat za fakta.
- Podporujeme žáky, aby si díky psaní ujasňovali a vyjadřovali svůj názor nebo stanovisko.

Osobnostní a sociální výchova/1. ročník

Výstupy RVP	Školní výstupy	Učivo	Přesahy a vazby Průřezová témata
Žák: ČJS-3-3-03 uplatňuje elementární poznatky o sobě, o rodině a činnostech člověka, o lidské společnosti, soužití, zvycích a o práci lidí; na příkladech porovnává minulost a současnost	Žák: Poznává na příkladech osobnostní vlastnosti a dovednosti, projevy osobnostních vlastností a dovedností u postav v příběhu a v modelových situacích.	- Kdo jsem já - osobnostní vlastnosti a dovednosti - Pochvala - způsoby ocenění - Můj příběh - způsoby chování, jednání	Multikulturní výchova Lidské vztahy ČJ1/Komunikační a slohová výchova
ČJS-3-3-03 uplatňuje elementární poznatky o sobě, o rodině a činnostech člověka, o lidské společnosti, soužití, zvycích a o práci lidí; na příkladech porovnává minulost a současnost	- Poznává projevy svého prožívání na úrovni těla, emocí a myšlení. - Získává zkušenost s různými technikami zaměřenými na snižování stresu (zklidnění a posílení koncentrace). Uvede příklady toho, co mu pomáhá snižovat stres. - Poznává různorodé náročné situace a jejich vliv na své prožívání.	- Strach z nového – projevy prožívání - O přátelství - Sebedůvěra – prožívání a náročné situace	PRV1/ Denní režim a zdravý životní styl TV1/ Kompenzační a relaxační cviky
ČJS-3-2-01 rozlišuje blízké příbuzenské vztahy v rodině, role rodinných příslušníků a vztahy mezi nimi, projevuje toleranci k přirozeným odlišnostem spolužáků i jiných lidí, jejich přednostem i nedostatkům	- Na základě zkušeností s prací ve skupině poznává výhody zapojení se. Vstupuje do interakcí s různými spolužáky, oslovuje je jejich jménem - Poznává eticky vhodné chování a jeho přínosy. - Poznává, co vede k úspěšné spolupráci.	- Ostych a stud – interakce s druhými - Respekt a tolerance – eticky vhodné chování - O přátelství - spolupráce	Výchova demokratického občana Občan, občanská společnost a stát PRV1/ Mezilidské vztahy, komunikace, pravidla slušného chování
ČJS-3-3-03 uplatňuje elementární poznatky o sobě, o rodině a činnostech člověka, o lidské společnosti, soužití, zvycích a o práci lidí; na příkladech porovnává minulost a současnost	- Rozpozná základní emoce (např. radost, štěstí, smutek, vztek, nechuť, překvapení, strach), jejich projevy v neverbální a verbální komunikaci (v modelové situaci, na obrázku nebo fotografii) a co je může způsobovat. - Získává zkušenost, jak vyjádření vlastních potřeb přispívá ke zvládnutí nepříjemných emocí. - Poznává, co mu pomáhá a co mu brání v naplňování základních lidských potřeb	- Emoce - Regulace emocí - Základní lidské potřeby	VV1/ Hra s linií, hra s barvou VV1/ Výtvarné vyjádření emocí při poslechu hudby, při pohybu

ČJS-3-2-02 • odvodí význam a potřebu různých povolání a pracovních činností	• Všímá si různých profesí, se kterými se setkává ve svém okolí. • Ziskává formou hry zkušenosti s činnostmi spojenými s různými povoláními, pojmenuje příklad, co ho na nich baví. • Ziskává a sdílí zkušenosti s různými druhy pracovních činností spojených s chodem domácnosti.	• Profese • Činnosti spojené s povoláním • Pracovní činnosti v domácnosti	PRV1/ Zaměstnání
ČJS-3-3-03 • uplatňuje elementární poznatky o sobě, o rodině a činnostech člověka, o lidské společnosti, soužití, zvycích a o práci lidí; na příkladech porovnává minulost a současnost	• V rámci výuky se věnuje jím vybrané činnosti, která mu přináší radost a sdílí svou zkušenost. • Popíše na příkladu pokrok ve svém vybraném zájmu.	• Zájmy • Rozvoj v oblasti vlastních zájmů	

Osobnostní a sociální výchova/2. ročník

Výstupy RVP	Školní výstupy	Učivo	Přesahy a vazby Průřezová témata
Žák: ČJS-3-3-03 uplatňuje elementární poznatky o sobě, o rodině a činnostech člověka, o lidské společnosti, soužití, zvycích a o práci lidí; na příkladech porovnává minulost a současnost	Žák: - Poznává a pojmenuje základní osobnostní vlastnosti a dovednosti. - Diskutuje jak vybraná osobnostní vlastnost nebo dovednost pomohla postavě v příběhu a v modelové situaci. - Pojmenuje, co ho ve školních nebo zájmových činnostech baví a uvede příklad dovednosti, kterou úspěšně rozvíjí. Poznává své potřeby při učení.	- Osobnostní vlastnosti a dovednosti - Odvaha, důvěra v sebe	ČJ2/ Krátký souvislý projev ČJ2/ Vyjádření děje podle obrázkové osnovy
ČJS-3-3-03 uplatňuje elementární poznatky o sobě, o rodině a činnostech člověka, o lidské společnosti, soužití, zvycích a o práci lidí; na příkladech porovnává minulost a současnost	- Poznává projevy stresu a příčiny a získává zkušenost s jejich rozpoznáním u sebe. - Poznává účinky různých technik regulace stresu (senzomotorické - využívající pohyb a smysly; vztahové - sdílení, získání emocionální podpory druhého, kognitivní - pozitivní vnitřní dialog a regulace myšlením). - Seznamuje se s příklady účinných řešení náročných situací ve školním a mimoškolním prostředí. Rozlišuje situace, kdy lze o pomoc požádat vrstevníka a kdy o pomoc požádat dospělou osobu. V modelové situaci požádá o pomoc.	- Empatie a pochopení - Stres, techniky regulace stresu - Zdroje pomoci	Výchova demokratického občana Občanská společnost a škola VV2/ Výtvarné vyjádření emocí při poslechu hudby, při pohybu TV2/ Kompenzační a relaxační cviky
ČJS-3-2-01 rozlišuje blízké příbuzenské vztahy v rodině, role rodinných příslušníků a vztahy mezi nimi, projevuje toleranci k přirozeným odlišnostem spolužáků i jiných lidí, jejich přednostem i nedostatkům	Sdílí zkušenosti ze spolupráce v různě tvořených skupinách a zastáváním různých rolí ve skupině. Uvědomuje si verbální a neverbální složku komunikace. Získává zkušenost s aktivním nasloucháním a projevováním respektu vůči druhým (např. uznáním názoru druhých, uznáním chyby a	- Aktivní naslouchání, projevy respektu - Etické chování - Zrada a odpuštění	Multikulturní výchova - Lidské vztahy Výchova demokratického občana - Občan, občanská společnost a stát

	snahou o její nápravu). • Sdílí zkušenost s uplatňováním etického chování v rámci třídy. V modelových situacích pojmenuje, které chování je vhodné a které je nevhodné, navrhuje jak přeformulovat výroky, které by mohly být pro druhé nepříjemné. • Všímá si, kdy se skupinová práce daří a kdy se objevují ve spolupráci překážky. Na příkladu ocení sebe sama i druhé za přínos ve skupinové činnosti. Sdílí zkušenost s přijímáním různých úhlů pohledu na řešení problému.		PRV2/ Mezilidské vztahy, komunikace PRV2/ Pravidla slušného chování, ohleduplnost
ČJS-3-3-03 • uplatňuje elementární poznatky o sobě, o rodině a činnostech člověka, o lidské společnosti, soužití, zvycích a o práci lidí; na příkladech porovnává minulost a současnost	• Rozvíjí vnímání emocí u sebe i druhých. Rozpoznává a popíše různé situace, které u něj vyvolávají různé emoce. Navrhne, jaké emoce mohou pociťovat osoby v příběhu nebo modelové situaci, rozpoznává neverbální a verbální projevy různých emocí. • Získává zkušenost, jak různé emoce projevovat, jaké má možnosti regulace projevů svých emocí, jak empatické reakce mohou pomoci zvládat emoce při komunikaci s druhými. • Získává zkušenost s různými možnostmi naplňování základních lidských potřeb ve školním prostředí.	• Emoce • Empatie • Základní lidské potřeby	HV2/ Pohybové vyjádření hudby ČJ2/ Zážitkové čtení a naslouchání
ČJS-3-2-02 • odvodí význam a potřebu různých povolání a pracovních činností	• V modelových situacích a příbězích poznává různost povolání a s nimi spojených činností. • Objevuje u členů rodiny a lidí z blízkého okolí jaké zkušenosti mají s povoláním, a diskutuje o jejich přínosu. • Sdílí zkušenost z odpovědnosti za péči	• Povolání a s nimi spojené činnosti • Odpovědnost	Environmentální výchova • Vztah člověka k prostředí PRV2/ Zaměstnání

	o prostředí ve škole, například má po určitou dobu na starost různé činnosti, které pomáhají udržování, vylepšování, společných prostor.		
ČJS-3-3-03 uplatňuje elementární poznatky o sobě, o rodině a činnostech člověka, o lidské společnosti, soužití, zvycích a o práci lidí; na příkladech porovnává minulost a současnost	- Porovná na příkladu své zájmy se zájmy ostatních, objevuje příležitosti k rozvoji svých zájmů, diskutuje o nich. - Sdílí zkušenosti s rozvojem svého zájmu, ve kterém se za poslední dobu nějak viditelně posunul.	Zájmy	PRV2/ Denní režim

Osobnostní a sociální výchova/3. ročník

Výstupy RVP	Školní výstupy	Učivo	Přesahy a vazby Průřezová témata
Žák: ČJS-3-3-03 uplatňuje elementární poznatky o sobě, o rodině a činnostech člověka, o lidské společnosti, soužití, zvycích a o práci lidí; na příkladech porovnává minulost a současnost	Žák: - Pojmenuje příklady vlastních osobnostních vlastností, dovedností a v rámci nich svých silných stránek. Pojmenuje, čeho si váží na sobě a druhých. - Porovnává různé činnosti na jednoduché škále, v jaké míře mu přinášejí radost. Získává zkušenost s posuzováním svého pokroku v osobním rozvoji a učení. Vyslechne zpětnou vazbu a na konkrétním příkladu uvede, co si z ní odnáší. - Poznává, jaké osobnostní vlastnosti pomáhají v řešení náročných životních situací ve školním a mimoškolním prostředí.	- Silné stránky - Náročné životní situace	ČJ3/ Naslouchání
ČJL-3-1-06	Všimá si změn svého prožívání a sdílí vybraný příklad ze své zkušenosti. V modelové situaci získává zkušenost se	- Přátelství a kolektiv - Stres, techniky regulace stresu	Multikulturní výchova - Lidské vztahy - Etnický původ

• volí vhodné verbální i nonverbální prostředky řeči v běžných školních i mimoškolních situacích	zvládnutím náročné činností, a popíše své prožívání v jejím průběhu a po jejím skončení. Poznává různorodost podnětů a situací, které mohou způsobovat stres. • Vytváří si osobní portfolio účinných technik, které mu pomáhají snižovat stres a zvládat zátěž. V modelových situacích a příbězích poznává účinné strategie předcházení stresu. • Získává zkušenost s uplatňováním vhodných strategií řešení obvyklých problémů a náročných situací. Poznává zdroje pomoci v různých náročných situacích ve školním a mimoškolním prostředí a v modelových situacích získává zkušenost s různými způsoby požádání o pomoc.	• Tolerance, respekt	ČJ3/ Základní komunikační pravidla ČJ3/ Žážitkové čtení a naslouchání
ČJS-3-2-01 • rozlišuje blízké příbuzenské vztahy v rodině, role rodinných příslušníků a vztahy mezi nimi, projevuje toleranci k přirozeným odlišnostem spolužáků i jiných lidí, jejich přednostem i nedostatkům	• V modelových situacích získává zkušenost s různými projevy eticky vhodného a nevhodného chování. Popíše, jak se mu daří uplatňovat základní etická pravidla ve svém chování a jednání, rozlišit respektující a nerespektující chování k druhým lidem. • Při skupinové práci si aktivně bere na starosti různé úkoly. Navrhuje, co podporuje atmosféru bezpečí ve skupině. Získává zkušenost se situacemi kooperace a soutěžení, poznává výhody a nevýhody těchto forem skupinové interakce. Poznává různé projevy respektu a asertivity v komunikaci. • V situaci řešení problému vyslechne názor druhé strany bez přerušování, klade doplňující otázky, zopakuje, co bylo řečeno, a sdělí svůj názor. Po	• Kooperace, asertivita • Ostych a stud • Etická pravidla	Výchova demokratického občana • Občanská společnost a škola • Občan, občanská společnost a stát ČJ3/ Základní komunikační pravidla ČJ3/ Naslouchání

	skončení skupinové činnosti popíše na příkladu svůj přínos a možnosti zlepšení.		
ČJS-3-2-01 rozlišuje blízké příbuzenské vztahy v rodině, role rodinných příslušníků a vztahy mezi nimi, projevuje toleranci k přirozeným odlišnostem spolužáků i jiných lidí, jejich přednostem i nedostatkům	- Uvede příklady situací ve školním i mimoškolním prostředí, které mohou vyvolat různé emoce. Uvědomuje si proměny vlastních emocí v průběhu dne. Popíše na obrázku, kde se u něj na těle různé emoce projevují a jak se mohou neverbálně projevovat. - V modelové emočně vypjaté situaci získává zkušenost se způsoby reakce, které snižuje napětí, se vcitěním se do druhých lidí a odhadováním, co by je potěšilo. - Rozlišuje různé základní lidské potřeby (fyziologické, potřeba bezpečí, potřeba lásky a přijetí, potřeba uznání, potřeba seberealizace). Uvede příklady chování ve školním a mimoškolním prostředí, které přispívají k naplňování základních lidských potřeb.	- Emoce - Jinakost - Láska a city	Multikulturní výchova - Lidské vztahy - Etnický původ HV3/Pohybové vyjádření hudby VV3/ Výtvarné vyjádření emocí
ČJS-3-2-02 odvodí význam a potřebu různých povolání a pracovních činností	Na základě příběhů spojených se světem práce poznává rozmanitost povolání a zkušeností s nimi, předchází možným stereotypům.	Stereotypy spojené s povoláními	PRV3/ Práce a volný čas
ČJS-3-3-01 využívá časové údaje při řešení různých situací v denním životě, rozlišuje děj v minulosti, přítomnosti a budoucnosti	- Získává a sdílí zkušenost s výběrem a rozhodováním v oblasti svých zájmů. Navrhuje možné oblasti svých zájmů, které jsou pro něj nové. - Popíše příklad dalšího kroku v rámci plánování rozvoje svých zájmů, čemu by se chtěl v nejbližším období věnovat.	- Rozhodování - Plánování	PRV3/ Práce a volný čas

Osobnostní a sociální výchova/4. ročník

Výstupy RVP	Školní výstupy	Učivo	Přesahy a vazby Průřezová témata
Žák: ČJS-5-2-01 vyjádří na základě vlastních zkušeností základní vztahy mezi lidmi, vyvodí a dodržuje pravidla pro soužití ve škole, mezi chlapci a dívkami, v rodině, v obci (městě)	Žák: - Rozvíjí své uvědomění různorodosti osobnostních vlastností a dovedností u sebe a druhých. V modelových situacích nebo příběhu popíše vliv osobnostních vlastností a dovedností postavy na její chování. - Popíše, jak se mu daří dosahovat pokroku v konkrétních oblastech rozvoje a učení. Poznává, jak využívat své silné stránky při svém osobním rozvoji a učení. Seznamuje se s plánováním osobního rozvoje. Získává zkušenost s poskytováním zpětné vazby druhým k jejich rozvoji a učení. - Navrhne úpravy svého chování v konkrétních situacích s využitím vybraných osobnostních vlastností.	- Osobnostní vlastnosti a dovednosti - Plánování osobního rozvoje	Multikulturní výchova Lidské vztahy ČJ4/ Aktivní naslouchání
ČJS-5-5-06 Uplatňuje základní dovednosti a návyky související s podporou zdraví a jeho preventivní ochranou	- Získává zkušenost se slovním popisem svého prožívání na úrovni těla, myšlení a emocí. Popíše zkušenosti z konkrétních situací, které u něj vyvolaly stres ve školním a mimoškolním prostředí. Uvede příklady podnětů, které mohou lidem způsobovat stres (situace, činnosti, smyslové podněty atd.). - Popíše svou zkušenost s účinností vybraných strategií předcházení stresu. - Na základě modelových náročných situací diskutuje o svojí zkušenosti s mírou jejich závažnosti a různých možnostech řešení.	- Můj vzor - Stres a jeho zvládnutí	ČJ4/ Popis ČJ4/ Tvořivé činnosti s literárním textem

ČJS-5-2-01 vyjádří na základě vlastních zkušeností základní vztahy mezi lidmi, vyvodí a dodržuje pravidla pro soužití ve škole, mezi chlapci a dívkami, v rodině, v obci (městě)	- V modelové situaci navrhne, jak může přispět k atmosféře bezpečí ve skupině. Sdílí zkušenosti z komunikace ve třídě, na příkladu popíše, co v komunikaci podporuje vzájemný respekt. - Uvede příklad projevu prosociálního chování. V modelových situacích navrhne, jak podpořit etické chování při skupinové činnosti (např. vzájemné naslouchání, respektující reakce). V modelových situacích ze školního a mimoškolního prostředí poznává eticky vhodné a nevhodné chování. - Popíše svůj přínos i ostatních k dosažení cíle skupinové činnosti. Při hledání řešení problému zvažuje jeho přijatelnost pro jednotlivé aktéry problému. Poznává principy rozhodování ve skupině a přispívá k efektivnímu a konsensuálnímu spolurozhodování ve skupině.	- Bezpečí ve skupině a konflikt - Emoce a jejich vyjádření	Environmentální výchova - Vztah člověka k prostředí Výchova demokratického občana - Občanská společnost a škola - Občan, občanská společnost a stát VL4/ Soužití lidí, mezilidské vztahy, komunikace
ČJS-5-5-03 účelně plánuje svůj čas pro učení, práci, zábavu a odpočinek podle vlastních potřeb s ohledem na oprávněné nároky jiných osob	- Identifikuje projevy širšího spektra emocí, slovně nebo prostřednictvím symbolů sdílí, jaké emoce prožívá v různých situacích. V modelových situacích poznává, které chování u druhých způsobuje negativní emoce, vysvětlí, proč se mohou emoce jejich aktérů proměňovat. - V modelové situaci popíše, jaké potřeby v nich postavy mohou mít a co by jim mohlo pomoci k jejich naplnění. Diskutuje, jaké emoce vyvolává nerespektující chování, a jak podpořit vzájemný respekt a porozumění. - V modelových situacích nebo příběhu identifikuje příklady chování, které ohrožují naplňování základních lidských potřeb, a navrhne, co by měla	- Zodpovědnost - Vzájemné porozumění	Multikulturní výchova - Lidské vztahy - Princip sociálního smíru a solidarity PŘ4/ Zdravý životní styl, denní režim PŘ4/ Životní potřeby člověka

	daná osoba změnit nebo udělat jinak (např. když ohrožuje svoje bezpečí nebo bezpečí druhých).		
ČJS-5-5-03 účelně plánuje svůj čas pro učení, práci, zábavu a odpočinek podle vlastních potřeb s ohledem na oprávněné nároky jiných osob	- Získává zkušenost s diskuse s odborníkem v rámci vybrané profese. Pojmenuje příklady dovedností, které jsou pro výkon této profese potřeba. - Naslouchá zkušenostem lidí z různých profesí a pojmenuje, co ho zaujalo, se mu na nich líbí, v čem jsou případně obtížné. - Diskutuje o přínosech společného podílení se členů domácnosti na různých druzích pracovních činností.	- Profese - Organizace času, spolupráce	ČJ4/ Aktivní naslouchání ČJ4/ Základní komunikační pravidla
ČJS-5-1-02 při tvorbě vizuálně obrazných vyjádření se vědomě zaměřuje na projevení vlastních životních zkušeností i na tvorbu vyjádření, která mají komunikační účinky pro jeho nejbližší sociální vztahy	- Představí spolužákům, čemu se věnuje jako svému vybranému zájmu, například ukázkou zapojí ostatní spolužáky. Sdílí zkušenost s proměnou zájmů. - Zaznamená příklad úspěchu v rozvoji svého zájmu v rámci portfolia, příklad důkazu o svém pokroku, a prezentuje vybranou část portfolia ostatním.	- Kreativita - Portfolio	VV4/ Výtvarné vyjádření emocí ČJ4/ Popis