

# P-E-S (Prevence – Empatie – Sport)

## Obecně pro všechny ročníky

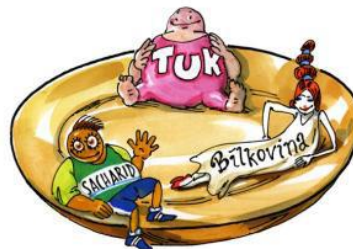
- **P** – přednášky, diskuse, skupinové práce, kolektivní hry na dané téma, projekty a prezentace vlastních názorů
- **E** – kolektivní hry, osobnostní hry, individuální i skupinová práce vedoucí k poznání sebe samého, spolužáků – kolektivu a ke vzájemné komunikaci  
Dílní cíle: poznat sám sebe a své spolužáky  
komunikace mezi žáky ve třídě  
prohloubení dobrých vztahů mezi spolužáky, formování kolektivu
- **S** – sportovní vyžití – tradiční i netradiční sporty

## Speciální témata pro jednotlivé ročníky

### 6. ročník

#### Tematické zaměření

- zdravý životní styl
- zdravá výživa
- poruchy příjmu potravy
- chování člověka za mimořádných situací
- šikana



#### Dílní cíle

- seznámení s pojmy „zdravý životní styl“ a „zdravá výživa“
- důležitost zdravé výživy a zdravého životního stylu
- formulace a obhajoba vlastních názorů
- chování v případě mimořádné události



### 7. ročník

#### Tematické zaměření

- nebezpečí užívání návykových látek
- drogy, drogová závislost
- vznik závislostí – alkohol, kouření
- komunikace
- zdravotní péče, první pomoc



## Dílčí cíle

- seznámení s pojmy „komunikace“, „návykové látky“, „závislost“
- druhy závislostí
- diskuse o vzniku závislostí
- léčba závislostí – Drop-in a jiná centra
- seznámení s účinky alkoholu na naše tělo
- komunikace, mluvení a naslouchání, řeč těla
- komunikace verbální, neverbální
- formulace a obhajoba vlastních názorů
- základy první pomoci

## 8. ročník

### Tematické zaměření

- AIDS, HIV
- sexuální výchova



### Dílčí cíle

- seznámení s pojmy „AIDS/HIV“, „civilizační choroby“ a „sexuální výchova“
- seznámení s fakty o AIDS/HIV, civilizačních chorobách
- léčba závislostí – Drop-in a jiná centra
- diskuse o otázkách z oblasti sexuálního života (bezpečný sex)

## 9. ročník

### Tematické zaměření

- základy slušného chování
- společenská etiketa
- umění správně se rozhodnout
- kyberšikana

### Dílčí cíle

- seznámení se základy společenské etikety
- správné chování – Jak, kdy, kde?

