

Název školy: Sportovní a podnikatelská střední škola, s.r.o.
Název vyučovacího předmětu: **Osobnostní a sociální rozvoj**
Celková hodinová dotace: **1 hodina**
Platnost učební osnovy: **od 1.9.2025, počínaje 1. ročníkem**

Pojetí vyučovacího předmětu

Obecný cíl vyučovacího předmětu

Cílem předmětu je:

- sebezpoznání žáka v oblasti jeho intrapersonálních a interpersonálních vlastností;
- rozvoj osobnostních a sociálních kompetencí žáka;
- utváření pozitivního sociálního klimatu školní třídy;
- prevence rizikového chování a podněcování žáků ke zdravému životnímu stylu.

Charakteristika učiva

Učivo je koncipováno do jednoho ročníku. Obsahem osobnostního a sociálního rozvoje jsou témata, která se přímo dotýkají osobnosti žáka, tzn. existence jeho vlastní osoby (např. jak vnímá sám sebe, jaký postoj k sobě zaujímá, jak zná svoje osobnostní vlastnosti a jak je dokáže využívat v životě, jaké životní cíle si zvolil a jak dalece je naplňuje, jak pečuje o své zdraví: biologické – psychické - sociální apod.) a jeho existence ve společenských podmínkách – v interakci s druhými lidmi (např. jak umí vyjadřovat své myšlenky, naslouchat druhým, vést efektivní rozhovor, projevovat empatii k druhým, dokázat spolupracovat s ostatními při řešení společenských úkolů, předcházet a zvládat konflikty apod.).

Výukové strategie (pojetí výuky)

- základní metody: výklad, řízený rozhovor;
- aktivizační metody: metody diskusí, metody heuristické (řešení problémů), metody situační, metody inscenační, didaktické hry;
- komplexní výukové metody: skupinová a kooperativní výuka, individuální a individualizovaná výuka, samostatná práce žáků, kritické myšlení, brainstorming, projektová výuka, výuka dramatem.

Hodnocení výsledků žáků

- samostatné, správné a logické vyjadřování;
- aplikace získaných poznatků do běžného života;
- aktivní a tvořivé zapojení do pedagogického procesu;
- sebereflexe vztahující k poznání sebe sama a k rozvoji osobnostních předpokladů;
- kultivovanost verbálního projevu.

Přínos k rozvoji klíčových kompetencí

Žák by měl:

- mít pozitivní vztah k poznání sebe sama a k rozvoji svých osobnostních předpokladů;

- ovládat různé techniky osobnostního rozvoje, umět si vytvořit vhodný studijní režim a podmínky;
- uplatňovat při řešení problémů různé metody myšlení;
- spolupracovat při řešení problémů s jinými lidmi (týmové řešení);
- formulovat své myšlenky srozumitelně a souvisle;
- účastnit se aktivně diskusí, formulovat a obhajovat své názory a postoje;
- posuzovat reálně své fyzické a duševní možnosti, odhadovat důsledky svého jednání a chování v různých situacích;
- kriticky pracovat s informačními zdroji a být odpovědný při jejich vytváření;
- se zapojovat do společnosti a občanského života prostřednictvím digitálních technologií;
- posuzovat přínosy a rizika digitalizace pro jedince, společnost, kvalitu života a životní prostředí;
- utvářet a rozvíjet etické a právní povědomí pro situace v digitálním prostředí.

Učební předmět psychologie přispívá k aplikaci zejména následujících průřezových témat:

- Občan v demokratické společnosti;
- Člověk a svět práce.

Mezipředmětové vztahy

- základy společenských věd;
- psychologie.

Rozpis učiva – 1. ročník, osobnostní a sociální rozvoj

Výsledky vzdělávání a kompetence	Tematické celky	Hod. dotace
Žák: - zapamatuje si jména svých spolužáků; - hovoří o sobě (předává svým spolužákům základní informace, týkají se jeho osoby); - přijme základní informace od spolužáků, které se týkají jejich osoby; - zamýšlí se nad odlišností mezi jednotlivými žáky školní třídy; - respektuje individualitu svých spolužáků; - vyjmenuje a objasní nejčastější poruchy sociální percepce; - předchází k poruchám sociální percepce.	1. Poznávání lidí (poznávání spolužáků ve školní třídě) - vzájemné poznávání se ve skupině; - pozornost k odlišnostem a konstruktivní postoj k odlišnostem; - rizika chyb při poznávání lidí; - sociální percepce a její úskalí.	4
Žák: - formuluje, objasňuje a dodržuje pravidla školní třídy; - aktivně se zapojuje do podpory pozitivních vztahů ve školní třídě; - chová se podle všeobecně platných zásad společenského chování; - pomáhá podle svých možností druhým.	2. Mezilidské vztahy - způsoby pěstování mezilidských vztahů a péče o ně; - prosociální chování, pomáhající a podporující chování; - pravidla ve školní třídě jako regulativ vztahů.	4
Žák: - vyjadřuje své myšlenky, postoje ve skupině; - využívá technik aktivního naslouchání v komunikaci s druhými; - definuje a objasňuje konsenzus ve skupině; - využívá strategie konsenzu v komunikaci ve skupině.	3. Komunikace ve skupině - prezentování nápadů a postojů ve skupině; - aktivní naslouchání; - konsenzus ve skupině.	4
Žák: - objasňuje principy kooperace; - definuje a naplňuje znaky kooperativního chování; - aktivně a zodpovědně naplňuje svoji roli při kooperativním řešení problému.	4. Kooperace ve skupině - kooperace a kompetice – základní formy interaktivního chování; - podstata a formy kooperace; - individuální a sociální dovednosti pro kooperaci.	4
Žák: - poznává vlastní výukové strategie; - definuje a objasňuje zásady efektivního učení; - naplňuje efektivní strategie učení při osvojování učiva; - uvědomuje si motivační pohnutky v učení.	5. Zdokonalení základních funkcí a kvalit osobnosti - učení, metakognice (poznávání vlastního způsobu učení).	4
Žák: - definuje a popíše jednotlivé skupiny rizikového chování; - uvědomí si negativní dopad rizikového	6. Prevence rizikového chování - látkové a nelátkové závislosti; - záškoláctví; - šikana a extrémní projevy agrese;	13

chování pro člověka a společnost; - objasní a naplňuje zásady prevence rizikového chování.	- rizikové sporty a rizikové chování v dopravě; - rasismus; - sexuální rizikové chování.	
---	--	--