



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

Hygiena - co to je?!

Metodický list

společná práce s interaktivní tabulí - definice hygieny, duševní a tělesná hygiena, práce s pořadem ČT
 námět pro diskusi - oblasti hygieny, hygiena v životě žáků základní školy
 odkaz na video z archivu ČT

Obecné informace k řadě pracovních listů Člověk a zdraví - zdravý způsob života a péče o zdraví

Výukové materiály jsou určeny převážně pro práci na interaktivní tabuli nebo prezentaci prostřednictvím projektoru. Část materiálů obsahuje testy nebo úlohy určené k množení a samostatnému doplnění.



Každý výukový materiál obsahuje v úvodu klíčové otázky, které seznámí žáky s účelem práce a mohou být využity jako poklad pro testování znalostí a dovedností žáků.



Části označené touto ikonou jsou určeny ke shrnutí poznatků a lze je využít jako zápis do sešitů nebo k ucelení opakované látky.

Výukové materiály navazují na řadu učebnic Občanská výchova 6-9 s blokem Rodinná výchova: učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia nakladatelství Fraus.

Každý úkol je srozumitelně popsán. Řešení, pokud jsou nutná, jsou uvedena v závěru výukového materiálu jako příloha.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.



NA KONCI HODINY DOKÁŽU ODPOVĚDĚT, KDYŽ SE NĚKDO ZEPTÁ:

Vysvětli původ slova “hygiena”. V a příkladech uveď, v jakém kontextu se dnes používá.

Rozděl oblast hygieny na dvě základní oblasti působení a uveď i nejzřejmější příklady hygienických činností.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

SPOLEČNÁ PRÁCE S INTERAKTIVNÍ TABULÍ A SEŠITEM

Hygiena

V řecké mytologii existovala bohyně zdraví a čistoty - **Hygieia**. Jejím atributem byl had pijící z misky čistou vodu.

Podle této bohyně je dnes pojmenována celá oblast péče o zdraví - **HYGIENA**

V základě můžeme hygienu rozdělit na dvě oblasti. Vyřešte přesmyčky a запиšte do sešitů.

eáělstn

eíušdvn

Každý pojem má svůj pytel. Přesuňte do pytlů činnosti, které tam náleží. Pokud se nedokážete rozhodnout, umístěte pojem mezi pytle a vysvětlete proč.

VENČENÍ PSA

ČIŠTĚNÍ UŠÍ

CVIČENÍ

MYTÍ RUKOU

PÉČE O VLASY

ZÁJMY, KONÍČKY

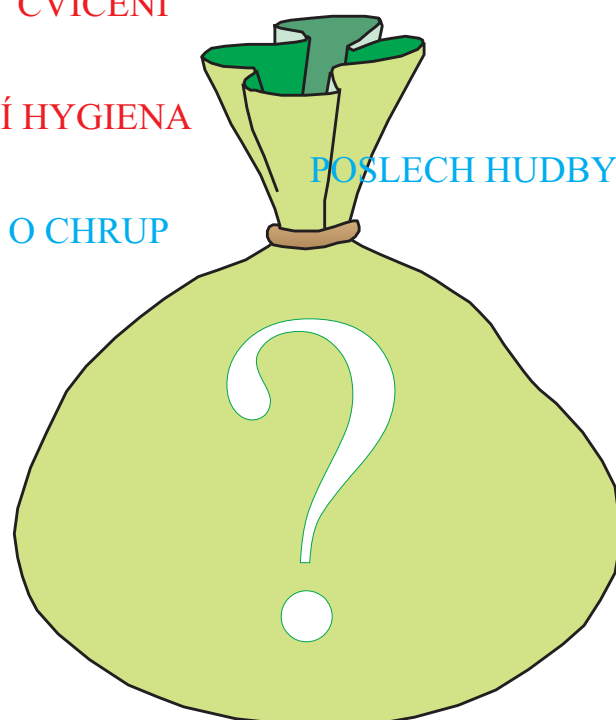
INTIMNÍ HYGIENA

ČETBA KNIHY

DÍVÁNÍ SE NA FILM

PÉČE O CHRUP

POSLECH HUDBY





INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

PRÁCE S INTERAKTIVNÍ TABULÍ

Hygiena v médiích

V médiích ale slýcháte i další pojmy. Odhadněte, co znamenají, čím se budou dané obory hygieny zabývat.

HYGIENA SPORTU

HYGIENA PRÁCE

HYGIENA VÝŽIVY

HYGIENICKÁ STANICE

OSOBNÍ HYGIENA



NÁMĚT PRO DISKUSI

Přemýšlejte, jaké další obory hygieny ještě podle vás existují a co obsahují. Je možné, že vymyslíte zcela nový vědní obor.

Své nápady zapisujte tužkou do sešitů a prezentujte před spolužáky.

HYGIENA...

HYGIENA...

HYGIENA...

HYGIENA...





evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

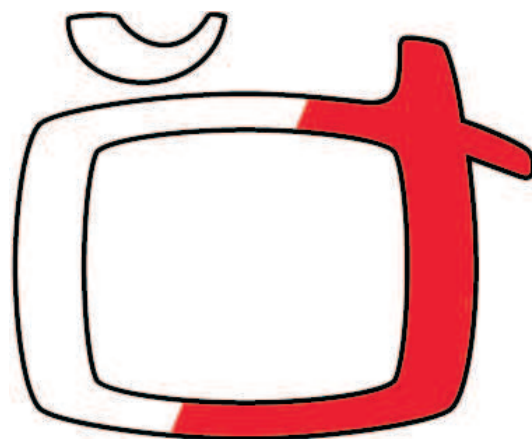
SPOLEČNÁ PRÁCE S INTERAKTIVNÍ TABULÍ

Duševní hygiena

Shlédněte pozorně krátký pořad České televize o duševní hygieně a odpovězte tužkou do sešitů na následující otázky.

<http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/10098810724-domaci-lekar/207562235700009-dusevni-hygiena/>

(v programech SmartBoard nahrazeno aktivním prvkem s odkazem)



ČESKÁ TELEVIZE

Jaké základní prvky zahrnuje duševní hygiena?

Proč je součástí duševní hygieny i fyzické cvičení nebo pitný režim?

Proč je nutné po pracovním týdnu dbát o víkendy na dlouhý a dobrý spánek?

Která rada ohledně duševní hygieny vám připadala nejzvláštnější?

NÁMĚT PRO DISKUSI

Jaké zásady duševní hygieny dodržujete vy?

Je podle vás duševní hygiena nutná pro lidi vašeho věku?





INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.



SHRNUTÍ

Hygiena obecně je péče o čistotu a zdraví lidského těla.

Tělesná hygiena zahrnuje běžné denní úkony (mytí těla, péče o chrup...)

Duševní hygiena slouží k udržení duševního zdraví (odpočinek, zájmy...)

Duševní a tělesná hygiena jsou navzájem propojeny (například bez dostatečného spánku je unavené naše tělo, jsme podráždění, nepozorní...), mnoho činností je v obou kategoriích shodných.

Odlišujeme i další oblasti zájmu hygieny

Hygiena práce (délka pracovní doby, přestávky, osvětlení...)

Hygiena sportu (vhodné prostředí, obuv, oblečení...)

...atd.

Hygienická stanice je pracoviště, na kterém měří a kontrolují dodržování hygienických norem (potravin, ovzduší, vody, hluku...)



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

Literatura a zdroje obrázků

ČECHOVÁ, Barbora. Nápadník pro rozvoj klíčových kompetencí ve výuce. 1. vyd. Praha: www.scio.cz, s.r.o., 2006. 182 s. ISBN 80-86910-53-9

KOLEKTIV AUTORŮ. Občanská výchova 9 s blokem Rodinná výchova: učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia. 1. vyd. Plzeň: Fraus, 2006. 152 s. ISBN 80-7238-528-3

<http://cs.wikipedia.org/wiki/Hygieia>
staženo: 4.2.2013

Odkaz na video umístěné na serveru České televize
<http://www.ceskatelevize.cz/ivysilani/10098810724-domaci-lekar/207562235700009-dusevni-hygiena/>

Neoznačené obrázky - Clipart pro Corel 8 a jejich modifikace