

## **JÁ A MŮJ SVĚT – 2. stupeň**

### **Charakteristika a cíl předmětu**

Předmět Já a můj svět propojuje část obsahu průřezového tématu Osobnostní a sociální výchova a obsah, cíle a vybrané očekávané výstupy vzdělávacího oboru Etická výchova. Podporuje rozvoj vybraných klíčových kompetencí. Svým pojetím a obsahem je v souladu s požadavky RVP ZV.

Specifikem předmětu je to, že se učivem stává sám žák, konkrétní skupina žáků a více či méně běžné situace každodenního života. Svým komplexním pojetím klade důraz na osobnostně-sociální rozvoj žáků a na vytváření pozitivního klimatu v dané žákovské skupině.

Předmět je vyučován jako povinný od 6. ročníku s časovou dotací 1 hodina týdně (disponibilní časová dotace). Cíl a náplň hodin reaguje také na aktuální potřeby třídy a jednotlivců. Žáci jsou hodnoceni na konci 1. a 2. pololetí na vysvědčení slovně v souladu s pravidly školního řádu. V průběhu školního roku je hodnocení založeno na sebehodnocení žáků a formativním hodnocení učitele. Rodiče jsou o vzdělávacích výsledcích žáků informováni prostřednictvím konzultačních hodin a sebehodnotících archů.

### **Tematické okruhy předmětu**

- Komunikace
- Sebepojetí a sebezpoznání
- Tvořivost
- Spolupráce
- Relaxace
- Seberegulace v oblasti vlastního chování a prožívání

### **Hlavní formy práce**

- Metody mindfulness
  - Práce s dechem
  - Vědomé prožívání přítomného okamžiku
- Prvky jógy
  - Práce s tělem
  - Pohyb jako nástroj k sebezpoznání a sebevyjádření
- Hra
  - Hra jako forma sebezpoznání
  - Hra jako forma komunikace a respektu
  - Hra jako nástroj reflexe a sebereflexe

- Příběh
  - Zkušenost zprostředkovaná příběhem
  - Vžívání se do rolí
  - Řešení konfliktů a situací

## Hlavní cíle předmětu

Předmět Já a můj svět má za cíl:

- Usnadnění přestupu z 1.na 2.stupeň (v 6.ročníku)
- Formování kolektivu třídy
- Přijímání elementární zodpovědnosti za svoje chování, jednání a vzdělávání
- Sebepoznávání
- Sebehodnocení
- Sebepečivost
- Sebeorganizaci
- Sebelaskavost
- Sebeovládání
- Učení se komunikaci se zřetelem na vyjadřování vlastních potřeb a důležitosti naslouchání druhým
- Nastavování a regulaci způsobů chování
- Vyjadřování vlastních potřeb
- Vnímání školy jako bezpečného prostředí
- Vnímání vzdělávání jako radostné a smysluplné cesty
- Chápání vlastních emocí a vytváření nástrojů k jejich uchopení
- Učení se projevů respektu, pozornosti a laskavosti k druhým
- Odpočinek a relaxaci
- Vedení vědomému prožívání přítomného okamžiku
- Kreativitu

## Výstupy předmětu (v ŠVP)

Žák:

- Používá nástroje k sebepoznání
- Zvládá sebehodnocení na základě daných kritérií
- Respektuje prostor i názor druhých
- Reguluje svoje chování v závislosti na dané situaci
- Přijímá zodpovědnost za svoje chování, jednání a vzdělávání
- Rozpoznává svoje emoce a dokáže je vyjádřit
- Chápe sebe i druhé jako jedinečné osobnosti
- Pracuje se svojí rolí ve třídě
- Vnímá pohyb a hru jako součást sebepoznání a seberozvoje

- Ovládá vybrané relaxační techniky
- Komunikuje o svých prožitcích
- Vnímá zdraví jako soulad těla a emocí
- Respektuje spolužáky, řídí se základními pravidly slušného chování
- Rozlišuje čas práce a odpočinku
- Požádá o pomoc
- Prakticky nacvičí při modelových situacích chování při setkání s cizí osobou a při situaci ohrožení

## **Rozvíjené klíčové kompetence:**

- **Kompetence komunikativní**

Žák formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory v logickém sledu, vyjadřuje se výstižně, souvisle a kultivovaně v písemném i ústním projevu

Žák naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje, účinně se zapojuje do diskuse, obhajuje svůj názor a vhodně argumentuje

Žák rozumí různým typům textů a záznamů, obrazových materiálů, běžně užívaných gest, zvuků a jiných informačních a komunikačních prostředků, přemýšlí o nich, reaguje na ně a tvořivě je využívá ke svému rozvoji a k aktivnímu zapojení se do společenského dění

Žák využívá informační a komunikační prostředky a technologie pro kvalitní a účinnou komunikaci s okolním světem

Žák využívá získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů potřebných k plnohodnotnému soužití a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi

- **Kompetence sociální a personální**

Žák účinně spolupracuje ve skupině, podílí se společně s pedagogy na vytváření pravidel práce v týmu, na základě poznání nebo přijetí nové role v pracovní činnosti pozitivně ovlivňuje kvalitu společné práce

Žák podílí se na utváření příjemné atmosféry v týmu, na základě ohleduplnosti a úcty při jednání s druhými lidmi přispívá k upevňování dobrých mezilidských vztahů, v případě potřeby poskytne pomoc nebo o ni požádá

Žák přispívá k diskusi v malé skupině i k debatě celé třídy, chápe potřebu efektivně spolupracovat s druhými při řešení daného úkolu, oceňuje zkušenosti druhých lidí, respektuje různá hlediska a čerpá poučení z toho, co si druzí lidé myslí, říkají a dělají

Žák vytváří si pozitivní představu o sobě samém, která podporuje jeho sebedůvěru a samostatný rozvoj; ovládá a řídí svoje jednání a chování tak, aby dosáhl pocitu sebeuspokojení a sebeúcty

- **Kompetence občanské**

Žák respektuje přesvědčení druhých lidí, váží si jejich vnitřních hodnot, je schopen vcítit se do situací ostatních lidí, odmítá útlak a hrubé zacházení, uvědomuje si povinnost postavit se proti fyzickému i psychickému násilí

Žák chápe základní principy, na nichž spočívají zákony a společenské normy, je si vědom svých práv a povinností ve škole i mimo školu

Žák rozhoduje se zodpovědně podle dané situace, poskytne dle svých možností účinnou pomoc a chová se zodpovědně v krizových situacích i v situacích ohrožujících život a zdraví člověka

Žák respektuje, chrání a ocení naše tradice a kulturní i historické dědictví, projevuje pozitivní postoj k uměleckým dílům, smysl pro kulturu a tvořivost, aktivně se zapojuje do kulturního dění a sportovních aktivit

Žák chápe základní ekologické souvislosti a environmentální problémy, respektuje požadavky na kvalitní životní prostředí, rozhoduje se v zájmu podpory a ochrany zdraví a trvale udržitelného rozvoje společnosti

- **Kompetence k řešení problémů**

Žák vnímá nejrůznější problémové situace ve škole i mimo ni, rozpozná a pochopí problém, přemýšlí o nesrovnalostech a jejich příčinách, promyslí a naplánuje způsob řešení problémů a využívá k tomu vlastního úsudku a zkušeností

Žák vyhledá informace vhodné k řešení problému, nachází jejich shodné, podobné a odlišné znaky, využívá získané vědomosti a dovednosti k objevování různých variant řešení, nenechá se odradit případným nezdarem a vytrvale hledá konečné řešení problému

Žák samostatně řeší problémy; volí vhodné způsoby řešení; užívá při řešení problémů logické, matematické a empirické postupy

Žák ověřuje prakticky správnost řešení problémů a osvědčené postupy aplikuje při řešení obdobných nebo nových problémových situací, sleduje vlastní pokrok při zdolávání problémů

Žák kriticky myslí, činí uvážlivá rozhodnutí, je schopen je obhájit, uvědomuje si zodpovědnost za svá rozhodnutí a výsledky svých činů zhodnotí

