

POPIS VZDĚLÁVACÍHO MODULU – PŘÍKLAD
A. VSTUPNÍ ČÁST
1. Název: Péče o duševní zdraví (I, II, III, IV)
2. Kód:
3. Kategorie/obor vzdělání: 78-42-M/08 Lyceum
4. Typ vyučovací jednotky: vzdělávací modul
4. Délka výuky – doporučený počet vyučovacích hodin: Péče o duševní zdraví I – 1. ročník - 16 hodin Péče o duševní zdraví II - 2. ročník - 12 hodin Péče o duševní zdraví III - 3. ročník - 12 hodin Péče o duševní zdraví IV - 4.ročník - 8 hodin
5. Platnost: 1.9.2025 Zpracovatelský tým: Petr Chaluš, NPI
6. Vstupní předpoklady: očekávané výsledky učení dle RVP ZV Doporučené umístění v učebním plánu: kontinuální výuka 2 hod (v bloku) týdně ve vymezeném celkovém rozsahu dle ročníku
B. JÁDRO VYUČOVACÍ JEDNOTKY
1. Charakteristika Vzdělávací modul se zaměřuje na emocionální rozvoj a psychohygienu. Podporuje všímavost k vlastnímu prožívání, vnímání emocí u sebe i druhých, empatii. Rozvíjí dovednosti předcházení a regulace stresu. Věnuje se péči o duševní zdraví, prevenci rizik spojených s ohrožením duševního zdraví (závislosti, aj.), vyhledání pomoci ve svém blízkém okolí i odborné pomoci.
2. Očekávané výsledky učení vč. indikátorů Rozvíjí svou psychickou odolnost, uplatňuje strategie prevence a redukce stresu - reflektuje své emoce a zvyšuje svou všímavost ke svému prožívání - aplikuje různorodé seberegulační techniky pro zvládání stresu a posilování odolnosti a vyhodnotí jejich účinek - řeší v modelové situaci náročné situace a reflektuje jejich dopad na sebe (pozn.: tyto výsledky učení a indikátory dosahuje v 1.-4. ročníku postupně)
3. Podpora rozvoje klíčových kompetencí a základních gramotností - KK k učení, osobnostní a sociální, komunikační
4. Obsah vzdělávání Předmětem modulu jsou praktické aktivity s následujícím obsahem: - psychohygienu - seberegulace - rozvoj vlastní odolnosti - empatie, vnímání emocí druhých - vyhledání pomoci v oblasti duševního zdraví

- prevence závislostí

5. Vzdělávací strategie

Vzdělávací modul je založen na zážitkově reflexivním učení. Zahrnuje

- praktické aktivity individuální i skupinové podporující zkušenost, reflexi a zpětnou vazbu;
- modelové situace, které umožňují získání zkušenosti,
- práci s vlastním osobním a kariérovým portfoliem.

Portfolio si vede každý žák v průběhu celého studia, zaznamenává do něj svůj pokrok a zkušenosti vč. jejich reflexe týkající se zejména vzdělávacích modulů se zaměřením na osobnostní, sociální a kariérový rozvoj. V rámci portfolia si může evidovat i další úspěchy v rámci školní i mimoškolní činnosti.

C. VÝSTUPNÍ ČÁST

1.Způsob ověřování dosažených výsledků	max. počet bodů	2. Kritéria hodnocení	váha
Průběžné - zpětnovazebné rozhovory	100	Aktivní účast v aktivitách	30%
Sumativní - samostatně vedené osobní a kariérové portfolio žáka	100	kompetence k učení, osobnostní a sociální, komunikační	40%
Reflexe - zpětnovazebný rozhovor s učitelem a spolužáky o výsledcích učení	100	reflexe zkušenosti: aktivní účast na reflexi	30%

Závěrečné hodnocení modulu je váženým průměrem hodnocení z jednotlivých způsobů-částí ověřování. Žák prospěl, jestliže získal alespoň 40 bodů z průběžného a 40 bodů ze sumativního hodnocení. Používá se slovní hodnocení zahrnující sebehodnocení žáka.

3.Doporučená studijní literatura, odkazy na ilustrační zdroje

Jeřábková, K. Učíme se být v pohodě každý sám se sebou. *Tematický okruh OSV - rozvoj schopností poznávání*. Praha: Projekt Odyssea, 2007.

Metodiky RRRR - Society for all

Valenta, J. *Učit se být*. 2. vyd. Praha – Kladno : STROM – AISIS 2003

4. Poznámky