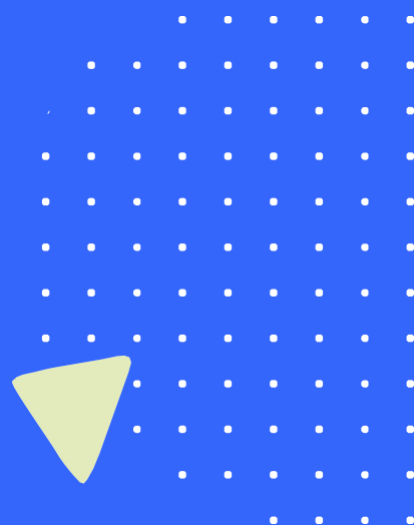




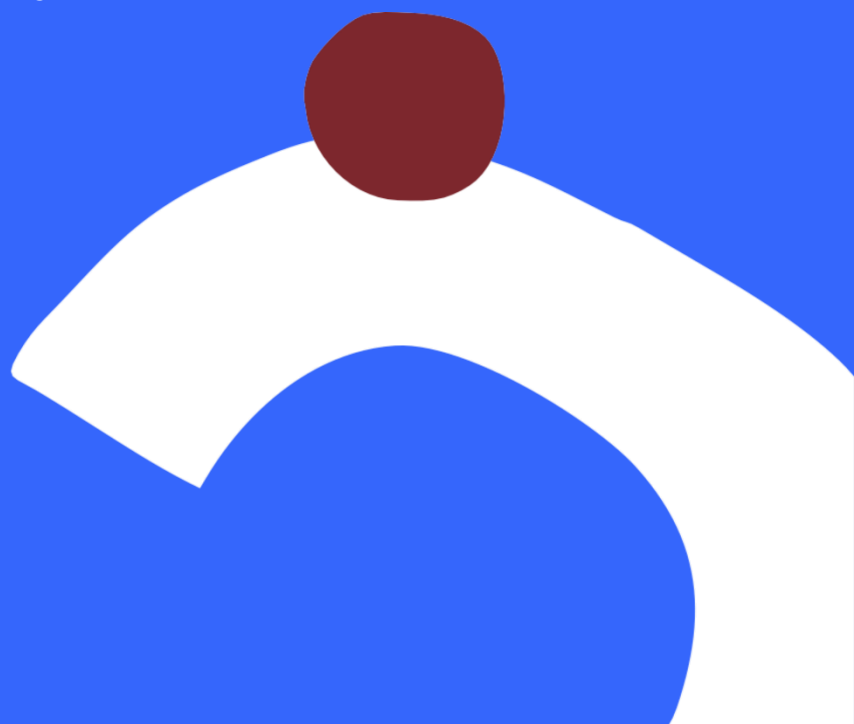
Národní pedagogický institut
České republiky



Výchova ke zdraví a bezpečí

ukázkový ŠVP dle RVP ZŠS

2026



Charakteristika předmětu

Vyučovací předmět	Výchova ke zdraví a bezpečí
Využité vzdělávací obory	Výchova ke zdraví a bezpečí
Průřezová témata (PT)	Péče o sebe a druhé Společnost pro všechny
Klíčové kompetence (KK)	— k učení — komunikační — osobnostní a sociální — k občanství a udržitelnosti — pracovní — k řešení problémů — kulturní — digitální
Základní gramotnosti (ZG)	Čtenářská a pisatelská Logicko-matematická
Informace o pojetí předmětu	Vyučovací předmět Výchova ke zdraví a bezpečí se skládá ze tří na sebe navazujících a myšlenkově propojených tematických okruhů. Tematický okruh Ochrana a podpora zdraví směřuje k rozpoznávání základních životních potřeb a jejich naplňování v každodenním životě, k uplatňování základních zásad ochrany zdraví, k vnímání vlastního zdravotního stavu i zdravotního stavu vrstevníků a k uvědomování si vlastních zdravotních potíží a problémů. Zahrnuje také změny související s obdobím dospívání a seznamuje žáky se základními způsoby ochrany reprodukčního a sexuálního zdraví. Tematický okruh Denní režim je zaměřen na popis denního režimu žáků, uplatňování zásad zdravého životního stylu a osvojování správných stravovacích návyků. Současně směřuje k využívání osvojených zásad tělesné a intimní hygieny v každodenním životě. Tematický okruh Osobní bezpečí vede žáky k rozpoznávání základních situací ohrožujících tělesné a duševní zdraví jejich vlastní i zdraví ostatních a k osvojování poznatků o možnostech jejich prevence. Zaměřuje se také na bezpečné chování při komunikaci s neznámými lidmi i v digitálním prostředí a na dodržování pravidel bezpečnosti a ochrany v důležitých oblastech jejich života.
Informace o obsahu předmětu	Vzdělávací obsah vychází z RVP ZŠS ze vzdělávacího oboru Výchova ke zdraví a bezpečí v Dílu I. Školní očekávané výsledky učení jsou vzhledem k možnostem žáků formulované ve tvaru infinitivu, kterému předchází formulace: „Žák by měl“.
Časová dotace	2. stupeň: 0 + 0 + 1 + 1
Organizace výuky předmětu	Výuka probíhá převážně ve standardní učebně vybavené didaktickou technikou, která umožňuje názornou prezentaci učiva. Vhodnou součástí výuky je také využití počítačové učebny, zejména při procvičování bezpečného chování v digitálním prostředí, a školní kuchyňky, kde žáci získávají základní dovednosti v oblasti zdravé výživy a přípravy jednoduchých pokrmů. Součástí vzdělávacího procesu jsou rovněž tematické exkurze a vzdělávací akce mimo školu, realizované ve spolupráci s externími odborníky. Tyto aktivity podporují praktické osvojování zásad bezpečnosti a ochrany zdraví. Dále jsou zařazovány školní projekty, které slouží k aktivnímu zapojení žáků, upevňování znalostí a rozvoji praktických dovedností v oblasti zdraví a bezpečí.

Podmínky pro výuku předmětu

Podmínky pro realizaci předmětu Výchova ke zdraví a bezpečí vyžadují bezpečné a přehledné prostředí přizpůsobené potřebám žáků. Výuka probíhá s využitím názorných pomůcek, modelových situací, praktických činností a ICT technologií, které podporují porozumění učivu a rozvoj bezpečného chování v digitálním prostředí. Důležité je respektování individuálního tempa žáků a pravidelné opakování klíčových bezpečnostních zásad. Praktické ukázky a exkurze jsou plánovány s důrazem na bezpečnost a na reálnou přípravu žáků pro běžný život.

Vzdělávací strategie

Vyučovací předmět	Výchova ke zdraví a bezpečí	
Využité vzdělávací obory	Výchova ke zdraví a bezpečí	
Průřezová témata (PT)	Péče o sebe a druhé Společnost pro všechny	
Klíčové kompetence (KK)	— k učení — komunikační — osobnostní a sociální — k občanství a udržitelnosti — pracovní — k řešení problémů — kulturní — digitální	
Základní gramotnosti (ZG)	Čtenářská a pisatelská Logicko-matematická	
Klíčové kompetence rozvíjíme zejména s využitím těchto vzdělávacích strategií:		
KUA	Klíčová kompetence k učení	• Nastavujeme pravidelné učební rituály a funkční stereotypy učení a směřujeme k jejich osvojení; • pracujeme s reálnými předměty, obrázky, piktogramy a modely, čímž podporujeme porozumění učivu a jeho zapamatování; • vytváříme modelové i reálné situace a propojujeme výuku se zkušenostmi žáků; • poznatky přenášíme do praxe a opakujeme je prostřednictvím her a jednoduchých úkolů, které členíme na malé kroky; • podporujeme aktivní podíl žáka na učení a jeho spolupráci s dospělým.
KKA	Klíčová kompetence komunikační	• Vedeme žáky k vyjádření jejich základních životních potřeb (jídlo, pití, odpočinek, hygiena, bezpečí) přiměřeně jejich komunikačním možnostem; • učíme žáky sdělovat své pocity a zdravotní obtíže a reagovat na otázky týkající se jejich zdraví a denního režimu; • rozvíjíme schopnost žáků vyjádřit souhlas a nesouhlas, zejména v situacích týkajících se osobních hranic a bezpečí; • podporujeme žáky v zapojení se do jednoduchého dialogu; • učíme žáky respektovat pravidla komunikace; • vedeme žáky k naslouchání druhým a k přiměřené reakci na jejich zdravotní či osobní situaci.
KSA	Klíčová kompetence osobnostní a sociální	• S podporou obrázků, piktogramů nebo jednoduchých otázek navozujeme situace, které vedou ke vzájemnému sdílení pocitů, základních potřeb a aktuálního rozpoložení (např. únava, žízeň, hlad, bolest); • propojujeme výuku s přípravou jednoduchých pokrmů a se stolováním, čímž podporujeme spolupráci a respekt k druhým; • zařazujeme pravidelný nácvik osobní, tělesné a intimní hygieny a pracujeme na utváření pozitivního vztahu žáků k sobě samým; • realizujeme společný nácvik jednoduchých dechových a relaxačních cvičení s cílem navození tělesné a duševní pohody a pocitu uvolnění;

		• společně plníme jednoduché úkoly (např. péče o třídu, úklid hraček a pomůcek, třídění odpadu), čímž budujeme a prohlubujeme pocit sounáležitosti; • rozvíjíme kontakt se žáky z ostatních tříd ve škole při školních akcích.
KBA	Klíčová kompetence k občanství a udržitelnosti	• Učíme žáky chovat se odpovědně k sobě, druhým lidem i k přírodnímu prostředí a podílet se na péči o společný prostor; • vedeme žáky k pochopení významu péče a ochrany života; • vysvětlujeme dohodnutá pravidla třídy a podporujeme přebírání odpovědnosti za vlastní jednání; • vysvětlujeme žákům souvislost mezi zdravým prostředím a zdravím člověka; • vedeme žáky ke spolupráci při skupinových činnostech a k respektování potřeb druhých; • v modelových situacích žáky učíme řešit důsledky svého chování (např. omluva, náprava situace); • učíme žáky poskytovat pomoc druhému a zároveň o pomoc vhodně požádat; • učíme žáky ohleduplnosti k ostatním.
KPA	Klíčová kompetence pracovní	• Rozvíjíme schopnost žáků samostatně vykonávat jednoduché pracovní úkoly (např. péče o květiny, příprava jednoduché svačiny, utírání stolu); • rozvíjíme každodenní pracovní návyky a schopnost dodržovat jednoduché pracovní postupy; • využíváme k výuce jednoduché manipulace s předměty a rozvíjíme přesnost, koncentraci a schopnost dokončit zadaný úkol; • vytváříme modelové situace bezpečného chování a dodržování hygieny při praktických činnostech, čímž podporujeme pracovní návyky a zodpovědnost; • zapojujeme žáky do společných praktických aktivit, například při přípravě jednoduchých pokrmů, stolování a úklidu prostor učeben; • vedeme žáky k respektování jednoduchých pravidel a ke spolupráci s dospělým.
KRA	Klíčová kompetence k řešení problémů	• Vedeme žáky k rozpoznávání problémů v modelových i reálných situacích a k využívání dostupných možností jejich řešení; • opakovaným nácvikem učíme žáky osvojovat si jednoduché strategie řešení problémů; • podporujeme samostatné rozhodování, využíváme cvičení typu: „Vyber správně“ nebo „Co uděláš?“; • pracujeme s obrázkovými pokyny a návody; • simulujeme každodenní situace mimo školu (např. bezpečný přechod silnice, orientace v prostoru) a rozvíjíme samostatnost; • zabýváme se hledáním řešení v hygienických úkonech (např. špinavé ruce, nepořádek, rozlitý nápoj).
KLA	Klíčová kompetence kulturní	• Vedeme žáky ke vnímání kulturních podnětů prostřednictvím smyslů a k slovní či neverbální reakci; • zapojujeme žáky do výtvarných, hudebních, pohybových a dramatických činností podle jejich možností s cílem navodit příjemné uvolňující pocity, které přispívají k jejich osobní pohodě; • učíme žáky vyjadřovat své pocity a nálady tvořivým způsobem; • vedeme žáky k respektování pravidel chování při návštěvě veřejných a kulturních míst, například zásady stolování v restauraci; • učíme žáky chápat, že příjemné a kulturní prostředí přispívá k duševnímu zdraví, lepší kvalitě života a osobní pohodě; • podporujeme estetické cítění žáků při přípravě pokrmů a při stolování; • učíme žáky společně tvořit, například velkoformátová malba na téma moje tělo / zdravý den / moje rodina.

KDA	Klíčová kompetence digitální	• Učíme žáky používat digitální zařízení bezpečně a podle stanovených pravidel; • vedeme žáky k rozlišování mezi bezpečným a rizikovým chováním v online prostředí; • vedeme žáky k ochraně osobních údajů, fotografií i informací o jejich zdravotním stavu; • vysvětlujeme žákům, které informace mohou sdílet a které si mají ponechat pro sebe; • učíme žáky respektovat soukromí druhých osob; • v modelových situacích vedeme žáky k vytvoření bezpečného hesla v digitálním prostředí.
-----	-------------------------------------	--

Obsah předmětu

9. ročník

OVU vzdělávacích oborů – 10. ročník		Školní OVU pro 9. ročník	Vazby na související OVU ZG	Vazby na související OVU KK	Vazby na související OVU PT	Vazby na další OVU vzdělávacích oborů	Učivo k dosažení OVU
Kód	Popis OVU z RVP ZŠS						
CZA-VZB-001-110-001	Rozpoznat důležité životní potřeby ve svém každodenním životě.	Rozpoznat důležité životní potřeby a v běžných situacích jednoduše vyjádřit aktuálně pociťovanou potřebu.	ZGC-ZGC-000-110-002 Reprodukovat krátký text pomocí návodných otázek nebo obrázků.	KSA-KOA-000-110-001 Spolupracovat při utváření osobní pohody.	PTP-000-000-110-001 Vyjádřit vlastní potřeby při utváření vzdělávacího prostředí a současně vnímat i potřeby ostatních.	CAP-CAP-003-110-005 Poznat části lidského těla a pozorovat základní životní funkce.	• základní životní potřeby (např. potřeba bezpečí a jistoty, sociální potřeby) • fyziologické potřeby (jídlo, pití, spánek, vylučování, dýchání) • potřeba bezpečí a jistoty • potřeba sounáležitosti a lásky
CZA-VZB-001-110-002	Uplatňovat v praktických modelových situacích základní zásady ochrany zdraví.	X	X	X	X	X	X
CZA-VZB-001-110-003	Vnímat zdravotní stav svůj i svých vrstevníků a dát najevo své zdravotní potíže a problémy.	Vnímat zdravotní stav svůj i svých vrstevníků, rozpoznat a vhodným způsobem sdělovat své zdravotní potíže a problémy.	X	KSA-KOC-000-110-001 Tolerovat odlišnosti druhých osob ve školním prostředí. KSA-KOS-000-110-001 Požádat jednoduchým způsobem o pomoc. KKA-VYJ-000-110-001 Vést verbální nebo neverbální komunikaci s partnerem.	PTP-000-000-110-002 Volit nabízené aktivity péče o sebe na základě vlastních zkušeností. PTS-000-000-110-001 Vybrat příklady obtížných životních situací a možností vzájemné pomoci.	CAP-CAP-003-110-005 Poznat části lidského těla a pozorovat základní životní funkce. CPA-CSP-001-110-001 Pečovat o své tělo a svůj zevnějšek. CZA-TEV-001-110-001 Uplatňovat přiměřené aplikované pohybové aktivity odpovídající aktuálnímu zdravotnímu stavu.	• zdraví a péče o něj • zdravotní stav (např. únava, bolest hlavy) • preventivní a lékařská péče • ochrana před přenosnými a nepřenosiými nemocemi • chronické nemoci • zdravotní obtíže • rozpoznávání zdravotních obtíží pomocí obrázků (např. dítě kašle, dítě má teplotu, dítě si odřelo koleno) • vhodná reakce na zdravotní obtíže pomocí obrázků (např. pomoc, zavolání dospělého, nabídka odpočinku) • možnosti péče o zdraví (např. relaxační techniky, pohyb, změna jídelníčku) • vyjádření aktuálních pocitů a nálad a vnímání emocí – aktivita emoční teploměr

CZA-VZB-001-110-004	Rozpoznávat změny v období dospívání.	X	X	X	X	X	X
CZA-VZB-001-110-005	Poznávat vhodné a nevhodné sexuální chování v modelových situacích z každodenního života.	X	X	X	X	X	X
CZA-VZB-001-110-006	Rozlišovat základní metody ochrany reprodukčního a sexuálního zdraví.	X	X	X	X	X	X
CZA-VZB-002-110-001	Popsat svůj denní režim a používat v praktických modelových situacích zásady zdravého životního stylu.	Popsat základní části svého denního režimu a používat v praktických modelových situacích zásady zdravého životního stylu.	ZGC-ZGC-000-110-002 Reprodukovat krátký text pomocí návodných otázek nebo obrázků.	KSA-KOA-000-110-001 Spolupracovat při utváření osobní pohody. KLA-KKT-000-110-001 Vyjadřovat své emoce a prožitky v individuální i skupinové tvůrčí činnosti.	PTP-000-000-110-002 Volit nabízené aktivity péče o sebe na základě vlastních zkušeností.	CPA-CSP-006-110-004 Připravit jednoduchý pokrm podle daných postupů s přihlédnutím k zásadám zdravé výživy. CPA-OSV-001-110-005 Rozlišit na konkrétních příkladech povinné činnosti a volný čas. CPA-OSV-001-110-006 Osvojit si základní dovednosti pro smysluplné trávení volného času. MAA-MAT-003-110-001 Orientovat se v čase, určit čas s přesností na půlhodiny v analogovém a digitálním formátu.	• režim dne s využitím obrázků a fotografií (např. ranní vstávání, hygiena, odchod do školy, oběd, hra, sport, večeře, spánek) • práce a odpočinek (např. psaní úkolů, úklid x sledování pohádky, hry v přírodě, spánek) • volný čas a smysluplné trávení času pomocí modelových situací • pohyb pro zdraví • otužování • spánek a odpočinek • pravidelnost během dne (obrázková osa dne) • exkurze do chráněné dílny

CZA-VZB-002-110-002	Osvojovat si správné stravovací návyky a podle svých možností je využívat v běžném životě.	Osvojovat si správné stravovací návyky a podle svých možností je využívat v modelových situacích a v běžném životě.	ZGM-ZGC-000-110-001 Uplatňovat zkušenost s opakovaně řešenými matematickými úlohami.	KPA-KPP-000-110-001 Přispívat k realizaci aktivity podle zavedených postupů.	PTP-000-000-110-002 Volit nabízené aktivity péče o sebe na základě vlastních zkušeností.	CPA-CSP-006-110-001 Provádět základní pracovní úkony v domácnosti včetně využití kuchyňského inventáře. CPA-CSP-006-110-003 Upravit vhodným způsobem stůl pro stolování. CPA-CSP-006-110-004 Připravit jednoduchý pokrm podle daných postupů s přihlédnutím k zásadám zdravé výživy.	• pitný režim a jeho význam pro život • vhodné nápoje pro dodržování pitného režimu • vliv prostředí na zdraví • vliv způsobu stravování na zdraví • rozlišování zdravých a nezdravých potravin (např. ovoce, zelenina, sladkosti, chipsy) • společná příprava zdravé svačiny (např. chléb s pomazánkou, ovoce, zelenina)
CZA-VZB-002-110-003	Uplatňovat osvojené zásady tělesné a intimní hygieny v praktickém životě.	Uplatňovat osvojené zásady tělesné a intimní hygieny v každodenních situacích praktického života.	X	KPA-KPP-000-110-001 Přispívat k realizaci aktivity podle zavedených postupů. KRA-KRP-000-110-001 Vybrat z nabízených možností vhodný způsob řešení běžného osobního problému.	PTP-000-000-110-002 Volit nabízené aktivity péče o sebe na základě vlastních zkušeností.	CAP-CAP-003-110-005 Poznat části lidského těla a pozorovat základní životní funkce. CPA-CSP-001-110-001 Pečovat o své tělo a svůj zevnějšek.	• základní části lidského těla (např. hlava, ruce, nohy, břicho, záda) • ukazování částí těla • odlišování intimních částí těla • základní hygienické návyky (např. čištění zubů, mytí rukou, sprchování, česání, stříhání nehtů, výměna spodního prádla, použití toaletního papíru, použití menstruačních pomůcek) • nácvik každodenní tělesné hygieny v modelových situacích • zásady osobní a intimní hygieny • základy duševní hygieny
CZA-VZB-003-110-001	Rozpoznat v modelových situacích nebezpečné situace v běžném životě.	X	X	X	X	X	X

10. ročník

OVU vzdělávacích oborů – 10. ročník		Školní OVU pro 10. ročník	Vazby na související OVU ZG	Vazby na související OVU KK	Vazby na související OVU PT	Vazby na další OVU vzdělávacích oborů	Učivo k dosažení OVU
Kód	Popis OVU z RVP ZŠS						
CZA-VZB-001-110-001	Rozpoznat důležité životní potřeby ve svém každodenním životě.	X	X	X	X	X	X
CZA-VZB-001-110-002	Uplatňovat v praktických modelových situacích základní zásady ochrany zdraví.	Uplatňovat v praktických modelových situacích základní zásady ochrany zdraví a chovat se přiměřeně ke svému zdravotnímu stavu.	X	KBA-KOC-000-110-001 Sdílet odpovědnost za své chování ve školním prostředí. KDA-KDI-000-110-001 Dodržovat pravidla obsluhy a bezpečného zacházení s digitálními zařízeními. KUA-KKF-000-110-001 Používat osvojené stereotypy učení.	PTP-000-000-110-002 Volit nabízené aktivity péče o sebe na základě vlastních zkušeností.	CAP-CAP-003-110-005 Poznat části lidského těla a pozorovat základní životní funkce. CPA-CSP-001-110-001 Pečovat o své tělo a svůj zevnějšek. CZA-TEV-001-110-006 Podílet se na pohybových aktivitách spolu s ostatními žáky a vnímat význam pohybových aktivit pro zdraví.	- rozlišování pojmů zdraví a nemoc - trvalá změna zdravotního stavu - ochrana zdraví a bezpečné chování v situacích úrazů a život ohrožujících stavů - úraz v domácnosti, při sportu, ve škole, v dopravě - ochrana zdraví v digitálním prostředí - nebezpečné situace pro vznik úrazů (např. kluzká podlaha, horký hrnec, přechod silnice) - nácvik správného chování v nebezpečných situacích prostřednictvím modelových situací - první pomoc v jednoduchých modelových situacích - vliv prostředí na zdraví člověka
CZA-VZB-001-110-003	Vnímat zdravotní stav svůj i svých vrstevníků a dát najevo své zdravotní potíže a problémy.	X	X	X	X	X	X

CZA-VZB-001-110-004	Rozpoznávat změny v období dospívání.	Znát základní tělesné a psychické změny spojené s obdobím dospívání a vnímat je jako přirozenou součást lidského vývoje.	X	KSA-KOA-000-110-001 Spolupracovat při utváření osobní pohody. KSA-KOC-000-110-001 Tolerovat odlišnosti druhých osob ve školním prostředí.	PTP-000-000-110-002 Volit nabízené aktivity péče o sebe na základě vlastních zkušeností.	CAP-CAP-003-110-005 Poznat části lidského těla a pozorovat základní životní funkce. CPA-CSP-001-110-001 Pečovat o své tělo a svůj zevnějšek.	• období vývoje člověka – dětství, puberta, dospívání, dospělost, stáří • změny člověka v jednotlivých obdobích života • tělesné změny v období dospívání (např. růst ochlupení, pocení, změny tělesné stavby, menstruace) • péče o tělo v období dospívání (např. používání deodorantu, častější sprchování, výměna prádla, výměna hygienických pomůcek) • duševní změny v období dospívání (např. radost, vztek, smutek, stud) • dodržování soukromí a respektu k druhým (např. při převlékání, na toaletě)
CZA-VZB-001-110-005	Poznávat vhodné a nevhodné sexuální chování v modelových situacích z každodenního života.	Poznávat vhodné a nevhodné projevy chování v oblasti sexuálních vztahů, intimity a osobní hranice sebe i druhých v modelových situacích z každodenního života.	X	KRA-KRP-000-110-001 Vybrat z nabízených možností vhodný způsob řešení běžného osobního problému. KSA-KOD-000-110-001 Podílet se na rozvoji vztahů s druhými osobami. KSA-KOS-000-110-001 Požádat jednoduchým způsobem o pomoc.	PTS-000-000-110-001 Vybrat příklady obtížných životních situací a možností vzájemné pomoci.	X	• dodržování osobního prostoru • využívání gest k vyjádření respektu druhým • bezpečný a nebezpečný dotyk (např. obejmutí, kopnutí, podání ruky) • sexualita jako součást dospívání za využití výukových programů od spolupracujících organizací • masturbace • prevence rizikového sexuálního chování v reálném a digitálním prostředí

CZA-VZB-001-110-006	Rozlišovat základní metody ochrany reprodukčního a sexuálního zdraví.	Znát základní metody ochrany reprodukčního a sexuálního zdraví a vnímat jejich význam v každodenním životě.	X	KRA-KRP-000-110-001 Vybrat z nabízených možností vhodný způsob řešení běžného osobního problému.	PTP-000-000-110-002 Volit nabízené aktivity péče o sebe na základě vlastních zkušeností.	CAP-CAP-003-110-005 Poznat části lidského těla a pozorovat základní životní funkce. CPA-CSP-001-110-001 Pečovat o své tělo a svůj zevnějšek.	• vysvětlení pojmu menstruace a seznámení s hygienickými pomůckami (např. vložky, menstruační kalhotky) • vysvětlení pojmu antikoncepce (např. kondom, hormonální antikoncepce) • odpovědné sexuální chování • problematika těhotenství a rodičovství • umělé přerušování těhotenství • onemocnění přenášená pohlavním stykem a ochrana před nimi • aktivity pro podporu zdraví • zapojení do programů od spolupracujících organizací
CZA-VZB-002-110-001	Popsat svůj denní režim a používat v praktických situacích zásady zdravého životního stylu.	X	X	X	X	X	X
CZA-VZB-002-110-002	Osvojovat si správné stravovací návyky a podle svých možností je využívat v běžném životě.	X	X	X	X	X	X
CZA-VZB-002-110-003	Uplatňovat osvojené zásady tělesné a intimní hygieny v praktickém životě.	X	X	X	X	X	X

CZA-VZB-003-110-001	Rozpoznat v modelových situacích nebezpečné situace v běžném životě.	Rozpoznat v modelových situacích nebezpečné situace v běžném životě.	X	KDA-KDB-000-110-001 Respektovat pravidla bezpečného chování v digitálním prostředí. KRA-KRP-000-110-001 Vybrat z nabízených možností vhodný způsob řešení běžného osobního problému. KSA-KOS-000-110-001 Požádat jednoduchým způsobem o pomoc.	PTS-000-000-110-001 Vybrat příklady obtížných životních situací a možností vzájemné pomoci.	CAS-CAS-004-110-003 Osvojit si nezbytné dovednosti potřebné k ochraně osob za mimořádných událostí. CPA-OSV-001-110-004 Vyhledat pomoc v zátěžové situaci. CZA-TEV-001-110-010 Rozpoznat nebezpečné situace a na základě osobních zkušeností na ně vhodně reagovat.	• bezpečné chování v reálném a digitálním prostředí (např. při komunikaci s vrstevníky a s neznámými lidmi) • nebezpečné situace (např. v domácnosti, v dopravě, při sportu, během požáru) a správné reakce na ně (např. zavolání dospělého) • dodržování pravidel bezpečnosti v běžných situacích a v silničním provozu • exkurze na dopravní hřiště • formy šikany • formy násilí a zneužívání (i sexuálního) • závislosti na návykových látkách a jejich zdravotní a sociální rizika • pomáhající organizace a komunikace se službami odborné pomoci • zapojení do programů od spolupracujících organizací
---------------------	--	--	---	---	--	--	---



Národní pedagogický institut
České republiky

Praha, březen 2026
www.npi.cz