

**Základní škola praktická Halenkov**

**VY\_32\_INOVACE\_03\_02\_04**

**Výchova ke zdraví – Péče o dítě**



**INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ**

<b>Číslo projektu</b>	CZ.1.07/1.4.00/21.3185
<b>Klíčová aktivita</b>	III/2 Inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT
<b>Zařazení učiva v rámci ŠVP</b>	8. a 9. roč. ZŠ praktické
<b>Ověřeno</b>	30. 1. 2013 / zapsáno do TK/
<b>Název DUMu</b>	Výchova ke zdraví – Péče o dítě
<b>Anotace</b>	Tento DUM je určen žákům 8. a 9 roč. praktických tříd (žáci s LMP) a je součástí předmětu Výchova ke zdraví. Pro učivo tohoto předmětu na ZŠ praktických dosud neexistuje žádná učebnice, ani PS, které by umožnily naplnit požadavky RVP pro žáky s LMP. Vytvořená sada DUMů má proto za cíl, být učebnicí a pracovním sešitem v jednom a umožnit výuku tohoto předmětu alespoň na základní úrovni. DUM seznamuje žáky s vývojem člověka od narození do dospělosti, zásadami péče o dítě a mimořádným významem této péče pro celý život. Součástí DUMu je i pracovní list pro upevnění a zopakování nové látky.
<b>Autor</b>	Mgr. Ladislav Mlčoch
<b>Očekávaný výstup</b>	Osvojení nové látky a její ověření a zopakování pracovním listem.
<b>Druh učebního materiálu</b>	Výklad nové látky + pracovní list.
<b>Použitý zdroj:</b>	obr. 1: <a href="http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Newborn_infant.jpg">http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Newborn_infant.jpg</a> obr. 2: <a href="http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Niemowle.JPG">http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Niemowle.JPG</a> obr. 3: <a href="http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Little_girl_03.jpg">http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Little_girl_03.jpg</a> obr. 4: <a href="http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Bubble_wrap_play.jpg">http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Bubble_wrap_play.jpg</a> obr. 5: <a href="http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Education_in_Iraq_-_one_laptop_per_child.jpg">http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Education_in_Iraq_-_one_laptop_per_child.jpg</a> obr. 6: <a href="http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Diversity_of_youth_in_Oslo_Norway.jpg">http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Diversity_of_youth_in_Oslo_Norway.jpg</a>

# VÝVOJ ČLOVĚKA

Vývoj každého člověka, stejně jako všech živočichů, probíhá podle biologických zákonitostí jako je přijímání potravy, rozmnožování, růst atd. Lidé však ještě navíc potřebují od prvních dnů života speciální péči, která umožní rozvoj lidských duševních schopností jako je:

- řeč
- inteligence a myšlení
- city
- tvořivost

## CO OVLIVŇUJE VÝVOJ ČLOVĚKA

- **geny po rodičích**- každý dědí po rodičích jejich vlastnosti: typ postavy, barvu kůže, inteligenci, náchylnost k nemocem atd.
- **prostředí, ve kterém dítě vyrůstá**- prostředí bez podnětů zabraňuje rozvoji lidských duševních vlastností
- **rodina** – rodina vytváří u dítěte žebříček hodnot, způsoby řešení problémů, dítě se postupně naučí chovat stejným způsobem jako rodiče
- **proces učení / napodobování** – tento proces je vázán na rodinu a výsledkem by měl být plnohodnotný duševní vývoj jedince

# VÝVOJOVÉ FÁZE DĚTSTVÍ

Dětství je vývojová etapa člověka od narození po dospělost. Je to nejdůležitější část lidského života – co se v této době nenaučíš, pravděpodobně už nikdy nedoženeš. Dospělost je v ČR stanovena k 18. roku života.

Dětství se dělí na období:

- novorozenecké
- kojenecké
- batolecí
- předškolní věk
- školní věk
- období dorostové

## PAMATUJ !

**Jen zdravá maminka rodí zdravá miminka. V těhotenství**

**\* zdravě jez**

**\* nepij alkohol, nekuř**

**\* hodně spi**

**\* nestresuj se**

**Text v rámečku zapiš do sešitu.**

## NOVOROZENEK – 0 až 1měsíc



➔ velikost okolo 50 cm, váha 3- 4 kg

➔ nevnímá plně okolní svět, nevidí

➔ reflexy: sací, úchopový

➔ potřeby:

- spánek 20 hod. denně
- teplo
- mateřské mléko – kojení je nejlepší způsob výživy
- klid, mazlení, doteky rodičů

➔ projevy:

- pláč, vrnění

## KOJENEC - 1 měsíc až 1 rok



➔ velikost okolo 60 - 75 cm, váha okolo 10 kg

➔ první mléčný zub

➔ rozlišuje barvy, hlasy

➔ potřeby:

- spánek 15 hod. denně
- hra, mluvení
- mléko, sunar, smetanáček, krupice

➔ projevy:

- pláč, křik, smích, umí 3 až 5 slov
- myšlení – medvídek se hýbá, když do něj strčím



## BATOLE - 1 rok až 3 roky



- ➔ **váha až 15 kg**
- ➔ **osamostatňuje se**
- ➔ **učí se základním hygienickým a společenským návykům**
- ➔ **potřeby:**
  - **spánek**
  - **hračky, pohyb, činnosti, knížky**
  - **jídlo 5x denně (maso, mléko, ovoce, zelenina, pečivo, nesolit, nekořenit)**

➔ projevy:

- leze a chodí
- umí až 1000 slov, umí písničky, básničky
- myslí, je šikovný, kreslí, obléká se
- silná závislost na rodičích, nepotřebuje jiné děti
- zlobí, uráží se, zkouší, co ještě může, přivlastňuje si „to jsou moje hračky“
- má strach z cizích lidí, tmy, samoty

**PAMATUJ !**

**Batolecí věk je NEJDŮLEŽITĚJŠÍ období života, v tomto období se rozvíjí cit, rozum a schopnosti.**



## PŘEDŠKOLÁK - 3 roky až 6 let



➔ rozvíjí se paměť, řeč, myšlení, představy

➔ váha velmi rozdílná, mění se mléčné zuby za trvalé

➔ **potřeby:**

- **hračky, pohyb, činnosti, knížky**
- **mateřská škola**
- **jídlo 5x denně / maso, ovoce, zelenina, pečivo/**
- **pohádky – ty vytváří city a mezilidské vztahy**
- **potřeba řádu, usměrňování i zákazů**

➔ **projevy:**

- **chce být s kamarády, vydrží bez rodičů, dokáže se ovládat, rychle se učí nové věci**
- **umí lhát, přetvařovat se, ví, co se nemá**
- **zná až 3000 slov, klade otázky PROČ?**
- **všechno zkouší, napodobuje**
- **dokáže modelovat, šít, navlékat, počítat**

## ŠKOLÁK – 6 až 15 let



### Mladší školní věk – 6 let až 12 let:

- ➔ **zdokonalení řeči – zná asi 5000 slov a všemu rozumí**
- ➔ **růst mozku**
- ➔ **vázání na authority (paní učitelka, spolužák)**
- ➔ **škola střed školákova světa - učí děti myslet – logika, paměť, zvyšování inteligence**

➔ **potřeby:**

- **nástup do školy, dítě se těší do 1. třídy**
- **musí se pravidelně učit, dodržovat časový rozvrh, má povinnosti**
- **složité hračky – stavebnice, počítač**
- **sport, kroužky, koníčky, výlety**
- **potřeba pocitu bezpečí a jistoty – úplná rodina**

➔ **projevy:**

- **soutěživost, spolupráce**
- **je schopen starat se o mladšího sourozence**
- **projevují se poruchy učení: dyslexie, dyskalkulie, dysgrafie, dysortografie**
- **je optimistický, zvědavý, těší se na vše nové**

## Starší školní věk - 12 do 15 let (puberta)

➔ **prudký růst, váha až 70 kg, výška až 170 cm**

➔ **družnost, radostnost, bezstarostnost, hovornost, nekázeň**

➔ **je schopen logicky, racionálně myslet**

➔ **potřeby:**

- **pohyb, aktivita**
- **kamarádi, spolužáci**
- **očekává pochvalu, odměnu za práci, splnění školních úkolů**
- **vydatná strava – „jí za dva“**

➔ **projevy:**

- **veškeré chování ovlivňuje puberta – dítě se mění v dospělého**
- **aktivují se pohlavní žlázy a hormony**

- vytvářejí se druhotné pohlavní znaky (vousy, ochlupení, poprsí, menstruace, změna hlasu, svalstvo)
- typická činnost – parta, zájem o erotiku, zvědavost
- prodlužování končetin – neobratnost, ztráta koordinace pohybů
- citová nevyváženost, labilita, podrážděnost
- odmítání autorit - vzdor, parta má větší vliv než rodina a škola
- napodobuje pop idoly, celebrity
- módu a vzhled považuje za mimořádně důležité
- zkouší cigarety, alkohol, drogy

## OBDOBÍ DOROSTOVÉ – 15 až 18 let



- nejkritičtější rizikové období života
- zcela se mění tělesné, biologické, duševní a sociální potřeby



- je dosaženo pohlavní dospělosti, vyhledává vztahy s opačným pohlavím
- jedinec hledá vlastní identitu, chce být odlišný od ostatních a vytváří si svůj vztah ke společnosti
- základní touha – stát se dospělým a samostatným
- chybí zkušenost a odpovědnost pro samostatný život
- podceňování nebo přeceňování sebe sama
- náchylnost k závadnému chování

## DĚTSKÁ HRA

Hra je tak důležitá pro vývoj dítěte, že ji nelze ničím nahradit. Umožňuje dětem:

- **fyzický rozvoj** (běh, skákání, lezení)
- **intelektuální rozvoj** (tvořivost, představivost, sociální dovednosti, společenské normy, etika a vědomosti)
- **citový rozvoj** (soucit, spravedlnost, přátelství)
- především neřízená hra, bez vlivu dospělých, dovoluje dětem naučit se, jak chovat ve skupině, dělit se, vyjednávat, řešit konflikty

***Hra je považována za tak důležitou podmínku pro vývoj dítěte, že je Vyšší komisí OSN pro lidská práva uznána jako právo každého dítěte.***

## NEJČASTĚJŠÍ CHYBY RODIČŮ

- ➔ dítě se nemá o nic starat, nemá doma pomáhat, pracovat
- ➔ dítěti se nemá nic zakazovat, nemá se trestat, v ničem se nemá omezovat
- ➔ dítě má dostat vše, co si přeje, má mít drahé hračky a dárky, jeho přání má mít vždy přednost
- ➔ k dítěti se chovejme jako k dospělému

***Zamysli se a popiš, co tyto způsoby výchovy mohou způsobit.***



## PRACOVNÍ LIST - PÉČE O DÍTĚ

### Úkol č. 1

1							
2							
3							
4							
5							
6							

1. V kojeneckém období vyrůstá první z..
2. Náhrada mléka s....
3. Kolektiv kamarádů p....
4. Narození dítěte p....
5. Základní potrava kojence m....
6. Po rodičích dědíme g...

**Zapiš tajenku:**

### Úkol č. 2

*Zapiš do sešitu text:*

**Dětství je doba od narození do dosažení dospělosti. Dospělý je v ČR člověk od 18 let. Dětství se dělí na období novorozenecké, kojenecké, batolecí, předškolní, školní, dorostové. Nejdůležitější je období batolecí, nerizikovější dorostové. Dobou velkých změn je puberta. Základní potřebou dítěte je hra.**

### Úkol č. 3

*Spoj čarou:*

<b>mateřské mléko</b>	<b>18 let</b>
<b>dospělost</b>	<b>kojenec</b>
<b>potřeba dítěte</b>	<b>puberta</b>
<b>doba velkých změn</b>	<b>hra</b>

### Úkol č. 4

*Podtrhni pravdivé věty:*

**Dospělý je v ČR člověk od 15 let.**

**V mateřském mléce jsou látky důležité pro zdraví dítěte.**

**Kojenec zná až 100 slov.**

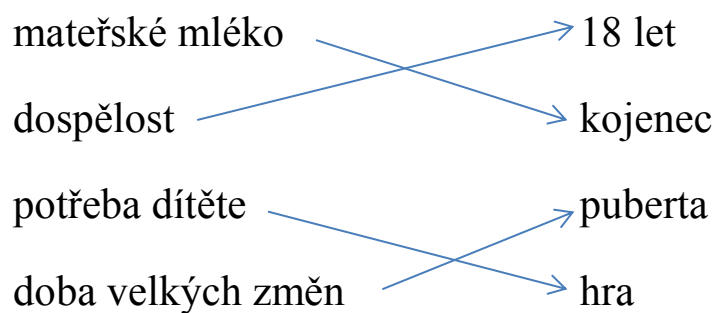
**Základní potřebou dítěte je jídlo.**

**Po rodičích dědíme geny.**

### ŘEŠENÍ ÚKOLU Č. 1

1		Z	U	<b>B</b>			
2	S	U	N	<b>A</b>	R		
3	P	A	R	<b>T</b>	A		
4	P	O	R	<b>O</b>	D		
5			M	<b>L</b>	É	K	O
6			G	<b>E</b>	N	Y	

### ŘEŠENÍ ÚKOLU Č. 3



## ŘEŠENÍ ÚKOLU Č. 4

Dospělý je v ČR člověk od 15 let.

V mateřském mléce jsou látky důležité pro zdraví dítěte.

Kojenec zná až 100 slov.

Základní potřebou dítěte je jídlo.

Po rodičích dědíme geny.