

## Osobnostní rozvoj

ročník	výsledky vzdělávání, žák:	učivo	průřezová témata
G1	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ uplatňuje vhodné způsoby sociální interakce ve skupině v modelových situacích</li> <li>→ reflektuje své emoce a emoční prožívání druhých a využívá seberegulaci v interakci s druhým</li> <li>→ využívá efektivní strategie a reflektuje své potřeby při učení</li> <li>→ kriticky hodnotí a vhodně koriguje své chování a jednání</li> <li>→ uplatňuje vhodné způsoby chování a komunikace v různých životních situacích</li> </ul>	<p>bezpečné prostředí, důvěra, spoluodpovědnost za blízké prostředí</p> <p>otevřená komunikace, aktivní naslouchání</p> <p>přijetí vlastní jedinečnosti, ocenění druhého člověka, přijetí odlišnosti druhého</p> <p>práce se stresem, vlastní silné stránky, vlastní emoce, emoce druhých</p> <p>pracovitost, týmová spolupráce, sebereflexe učení, práce s chybou, růstové a fixní myšlení</p> <p>křesťanství liturgický rok mše a slavení domov</p> <p>naše škola – život ve škole, práva a povinnosti žáků, význam a činnost žakovské samosprávy, společná pravidla a normy; vklad vzdělání pro život</p> <p>vnitřní svět člověka – vnímání, prožívání, poznávání a posuzování skutečnosti, sebe i druhých lidí, systém osobních hodnot, sebehodnocení; stereotypy v posuzování druhých lidí</p> <p>vztahy mezi lidmi – osobní a neosobní vztahy, mezilidská komunikace; konflikty v mezilidských vztazích, problémy lidské nesnášenlivosti</p>	<p>→ OSV osobnostní, sociální, morální rozvoj</p>
G2	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ stanoví si plán osobnostního rozvoje, realizuje postupné kroky k dosažení stanovených cílů a vyhodnotí jejich dosažení</li> <li>→ prezentuje sám sebe v různých situacích s využitím sebehodnocení a zpětné vazby druhých uplatňuje efektivní strategie sociální komunikace a řešení konfliktu v modelových situacích</li> <li>→ respektuje pravidla etického chování a uplatňováním prosociálního chování přispívá k utváření podporujících vztahů</li> <li>→ zdůvodní svůj žebříček hodnot a způsoby jeho uplatňování v různých životních situacích</li> <li>→ reflektuje význam udržování rovnováhy mezi pracovním a osobním životem, různými rolami v životě</li> <li>→ charakterizuje společenské role, do kterých se ve svém životě dostává, a posoudí, co pro něj znamená příslušnost k rodině, ke škole, ke kultuře, k náboženství, ke genderu, k obci, k národu, ke státu</li> </ul>	<p>zpětná vazba, klíčové myšlenky, mluvní sdělení</p> <p>agresivní, submisivní a asertivní chování, argumentační fauly, nenásilná komunikace</p> <p>zlaté pravidlo, skupinová dynamika</p> <p>perfekcionismus a prokrastinace</p> <p>vnitřní svoboda, ctnosti, dobré svědomí, vina a odpuštění</p> <p>spoluodpovědnost za planetu, hodnota lidského života</p> <p>laskavost, bezpodmínečná láska</p> <p>zásady lidského soužití – morálka a mravnost, svoboda a vzájemná závislost, pravidla chování</p>	<p>→ OSV osobnostní, sociální, morální rozvoj</p>

<p><b>G3</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ reflektuje svůj vztah k sobě a druhým, uplatňuje sebezpoznaní a zpětnou vazbu ve svém jednání</li> <li>→ reflektuje ve vztazích společné znaky a odlišnosti u sebe a druhých, předchází možným chybám ve vnímání druhých, zhodnotí, co nebo kdo má vliv na něj a na jeho rozhodování ve fyzickém a v digitálním prostředí</li> <li>→ rozpozná předsudky a stereotypy v komunikaci a jednání a zaujímá k nim kritický přístup</li> <li>→ objasní, jak může realističtější poznání a hodnocení vlastní osobnosti a potenciálu pozitivně ovlivnit jeho rozhodování, vztahy s druhými lidmi i kvalitu života</li> <li>→ rozpoznává netolerantní, rasistické, xenofobní a extremistické projevy v chování lidí a zaujímá aktivní postoj proti všem projevům lidské nesnášenlivosti</li> <li>→ objasní potřebu tolerance ve společnosti, respektuje kulturní zvláštnosti i odlišné názory, zájmy, způsoby chování a myšlení lidí, zaujímá tolerantní postoje k menšinám</li> </ul>	<p>stereotypy v komunikaci v širších komunitách, život v digitálním světě, vlivy na rozhodování, kritické myšlení, mediální výchova, empatie, popisný jazyk, komunikační šum, porozumění různým sociálním skupinám, sociální zodpovědnost za širší komunitu, svatost (opravdovost) a její rozvoj, posilování odolnosti, zaměřenost na dobro, zdravé sebevědomí, hodnoty, utrpení, spasitelské dílo a dary Ducha Svatého, svátosti, popíše, jak lze usměrňovat a kultivovat charakterové a volní vlastnosti, rozvíjet osobní přednosti, překonávat osobní nedostatky a pěstovat zdravou sebedůvěru, podobnost a odlišnost lidí – projevy chování, rozdíly v prožívání, myšlení a jednání; osobní vlastnosti, dovednosti a schopnosti, charakter; vrozené předpoklady, osobní potenciál, lidská setkání – přirozené a sociální rozdíly mezi lidmi, rovnost a nerovnost, rovné postavení mužů a žen; lidská solidarita, pomoc lidem v nouzi, potřební lidé ve společnosti</p>	<p>→ OSV osobnostní, sociální, morální rozvoj</p>
<p><b>G4</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ uplatňuje strategie zvládnutí zátěže, předcházení a řešení náročných situací, včetně vyhledání pomoci</li> <li>→ reflektuje význam práce a přínosy aktivního zapojení do světa práce pro sebe, komunitu, společnost a přírodu</li> <li>→ využívá pro svůj kariérový rozvoj různé informační zdroje, vztahy a sítě ve fyzickém a digitálním prostředí</li> <li>→ ve svých kariérových plánech zohledňuje vzdělávací a pracovní příležitosti, které jsou mu otevřené</li> <li>→ tvoří osobní kariérové portfolio, které využívá v modelových situacích zájmu o vzdělávací a pracovní příležitosti</li> <li>→ posoudí vliv osobních vlastností na dosahování individuálních i společných cílů, objasní význam vůle při dosahování cílů a překonávání překážek</li> </ul>	<p>komunikace zaměřená na cíl, sebestříjetí, moderování diskuse, kladení otevřených otázek, rozpoznání manipulativních technik, porozumění principům mezilidské komunikace, skupinové konstruktivní řešení problémů, ekumenismus, mezináboženský dialog, time management, osobní zodpovědnost, identifikace vlastních potřeb skrze sebereflexi, sebestříje, profesní směřování, krizové situace, práce s únavou, trojjediný Bůh, úcta k sobě, druhým, Životu, osobní spása, služba, poslání, církev – formy života jedince v církvi, tradice, osobní rozvoj – životní cíle a plány, životní perspektiva, adaptace na životní změny, sebestříje; význam motivace, aktivity, vůle a osobní kázně při sebestříje</p>	<p>→ OSV osobnostní, sociální, morální rozvoj</p>