

## SEMINÁŘ OSOBNOSTNÍHO ROZVOJE 6.ročník

Výstup	Učivo	Průřezová témata	Poznámky
<p>Žák přikládá slova(věty) k odpovídajícím obrázkům. Odpovídá na otázky a umí sám otázky vztahující se k textu vytvořit. Snaží se o co nejvýstižnější reprodukci přečteného. Plní úkoly s využitím poznatků z textu. Trénuje „předvídání“(žák přečte větu nebo část odstavce a odhaduje, co bude následovat.) Zlepšuje čtení slov se zvyšující se náročností obsahovou i hláskovou stavbou. Snaží se co nejlépe ve škole i doma plnit zadané úkoly na procvičení sluchové percepce (sluchová pozornost, sluchová analýza a syntéza, diferenciací) a zrakové percepce(zraková paměť,zraková analýza a syntéza, rozlišování reverzních figur, očních pohybů), P-L a prostorové orientace. Zlepšuje svůj rukopis. Rozšiřuje kvalitu komunikativních dovedností a rozsah slovní zásoby.</p>	<p>Náprava specifických poruch učení (reedukace funkcí, které společně podmiňují poruchu, zlepšování dovedností správně psát a číst – technika a porozumění čtenému textu )</p>	<p>OSV – rozvoj schopností poznávání (cvičení smyslového vnímání, pozornosti a soustředění, dovednosti řešení problémů, dovedností pro učení), zdokonalování základních kognitivních funkcí ( paměti, představivosti a fantazie, myšlenkových operací ap.), sebepoznání a sebepojetí (já jako zdroj informací o sobě, druhí jako zdroj informací o mně, moje tělo, moje psychika (temperament, postoje, hodnoty), moje vztahy k druhým lidem i k sobě samému, sebeorganizace a seberegulace (cvičení sebekontroly a sebeovládání), plánování a organizace (stanovování vlastních cílů a kroků k jejich dosažení, organizace vlastního času, psychohygienu (relaxace, vizualizace), kreativita,</p>	<p>Pokorná,V.:Teorie a náprava SPU a chování Zelinková,O.:Poruchy učení Čtení mě baví</p>

<p>Snaží se přenášet poznatky a dovednosti získané ve škole do svého každodenního života (např. při řešení problémů doma i ve škole, při tělesné a psychické únavě...)</p> <p>Přijímá zavedený rituál celého cvičení jógy i relaxačních technik. Poznává a učí se porozumět svému tělu, zbytečně je nepoškozovat, ovládat své pohyby.</p> <p>Prostřednictvím cvičení se zbavují nežádoucího napětí, obav, strachu, úzkosti.</p> <p>Rozvíjí sebedůvěru a víru ve vlastní schopnosti, pozitivní emoce, fantazii.</p> <p>Dokáží přijímat kritiku a nechápou jí jako útok na sebe. Učí se vyjadřovat svá přání, názory, záměry jasně a přitom tak, aby to neublížilo ostatním.</p> <p>Cvičí se v získávání sociálně přiměřené pozici ve skupině.</p> <p>Pracují na uvědomění si vlastní hodnoty i hodnoty každého jedince, na ocenění vlastností společných i odlišných.</p> <p>Prohlubují svou schopnost diskutovat, vnímat i mimoslovní(neverbální) prvky</p>	<p>Relaxační techniky -jóga (techniky koncentrace, dechová cvičení, ásany, sastavy..), řízená imaginace, vizualizace, prvky autogenního tréninku</p> <p>Osobnostní rozvoj - aktivity pro posílení psychické odolnosti, odpovědnosti a sebedůvěry</p>	<p>komunikace (cvičení na rozvoj verbálního i neverb. vyjadřování, výtvarné nebo hudební vyjádření), kooperace a kompetice, morální rozvoj (rozhodování z hlediska různých typů problémů a sociálních rolí)</p> <p>MKV- vede k pochopení odlišností mezi lidmi (národnosti, náboženství) a vede žáka k toleranci a respektu jinakosti</p>	<p>Krejčí,M.:Joga v praxi pedagoga Mihulová,m. Abeceda jógy</p> <p>Šimanovský,Z.:Hry pro zvládnání agresivity a neklidu Canfield,J.:Hry pro výchovu k odpovědnosti a sebedůvěře Portmannová,R.:Hry pro posílení psychické odolnosti</p>
---	--	---	---

<p>komunikace, naslouchání, zvládání konfliktů a nesnází, řešení problémů. Rozvíjí kooperativní postoje a dovednosti. Objevují své silné stránky a pokouší se je využívat ve prospěch všech a zároveň poznávat i své slabé stránky a snaží se je zlepšit.</p> <p>Lépe poznává sebe i druhé. Společně s ostatními žáky budují ve skupině atmosféru otevřenosti a důvěry. Snaží se o asertivní prosazení. Učí se vyjadřovat své pocity, myšlenky, dojmy i jinak než slovně.(pohybem, výtvarně, hudebně, dramatickou formou..)</p>	<p>Prvky muzikoterapie a arteterapie (Sousoší, Hudba si kreslí sama, Roztančená zrcadla, V jeskyni u moře, Na derviše, Dialogy nástrojů, Procházka nitrem těla, Malování při hudbě, Zpíváme na čas, Tátova zamilovaná....)</p>		<p>Šimanovský,Z.:Hry s hudbou a techniky muzikoterapie</p>
---	--	--	--