

Školní vzdělávací program



6. verze, dodatek II

s platností od 1.9. 2026, upravuje učební osnovy některých nepovinných předmětů
na nižším i vyšším stupni gymnázia

ŠVP – osmileté studium

(zpracováno dle RVP ZV a RVP G)

DUHOVÁ ŠKOLA

Barvy duhy jsou spojeny v jediné kompaktní spektrum. Podobně kompaktně působí i vzdělání poskytované naší školou – přispívá k vytvoření spektra poznatků z jednotlivých oborů, upevňuje mezipředmětové vztahy a přispívá k všestrannému rozvoji osobnosti každého jedince.



1. Identifikační údaje

PŘEDKLADATEL:

Název školy	GYMNÁZIUM BYSTRICE NAD PERNŠTEJNEM
REDIZO	
IČ	48895466
Adresa školy	Nádražní 760, 593 01 Bystřice nad Pernštejnem
Ředitel	Mgr. Libor Veselý
Kontakty	732 155 096
Telefon	566 55 29 20
E-mail	reditel@gybnp.cz
www	www.gybnp.cz
Fax	566552310



ZŘIZOVATEL:

Název	KRAJSKÝ ÚŘAD KRAJE VYSOČINA
Adresa zřizovatele	KÚ Kraje Vysočina OŠMS, Žižkova 57, Jihlava, 587 33, tel. 564 602 854, 564 602 843



Platnost dokumentu	od 1.9. 2026, 6. verze – upravuje učební osnovy některých nepovinných předmětů - Enviromentální výchova, Chemický kroužek, Třídnická výchova
--------------------	--

Mgr. Libor Veselý, ředitel

Obsah

1. Identifikační údaje	2
Soupis změn a úprav	4
4.11. NEPOVINNÉ předměty	5
4.11.4 Enviromentální výchova	5
4.11.5 Chemický kroužek.....	9
4.11.6. TŘÍDNICKÁ VÝCHOVA	14

SOUPIS ZMĚN A ÚPRAV

Tato kapitola obsahuje přehled změn a úprav ve vztahu k příslušné verzi školního vzdělávacího programu.

Změny a úpravy:

Enviromentální výchova– zavádí se proto, aby měl jako oficiální součást kurikula garantovanou časovou dotaci i závazné výstupy pro systematické rozvíjení ekologického povědomí žáků a udržitelného jednání.

Chemický kroužek – v nabídce volitelných předmětů vzniká jako volitelný předmět pro žáky nižšího gymnázia z důvodu rozšíření nabídky vzdělávání žáků, především nadaných žáků s přírodovědným zaměřením.

Třídnická výchova - zavádí se, aby měla jako formální předmět garantovanou časovou dotaci i závazné cíle pro systematické rozvíjení dobrého klimatu třídy a prevenci rizikového chování.

4.11. NEPOVINNÉ PŘEDMĚTY

4.11.4 ENVIROMENTÁLNÍ VÝCHOVA

Ročník	Prima	Sekunda	Tercie	Kvarta	Kvinta	Sexta	Septima	Oktáva
Dotace	1	1	1	1	-	-	-	-

CHARAKTERISTIKA VYUČOVACÍHO PŘEDMĚTU

Vyučovací předmět Enviromentální výchova vychází ze vzdělávací oblasti Člověk a příroda.

Je určen žákům především nižšího gymnázia. Časová dotace pro tento předmět je jedna hodina týdně rozdělená na 2 jednododinové bloky. V prvním žáci absolvují rozšiřující výuku biologie, v druhém pak ekologie

Výuka probíhá v odborné učebně, která je vybavena digitálními technologiemi, mikroskopy a dalšími pomůckami. Jedná se o volitelný předmět.

V předmětu je rozvíjeno, prohlubováno a doplňováno učivo biologie, ekologie a enviromentalistiky, které je nadstandardní a pro ostatní studenty méně využitelné.

Výuka je určena pro žáky, kteří se zajímají o danou problematiku a chtějí se do budoucna věnovat přírodovědným oborům.

Žák se naučí využívat principy badatelské výuky, místně zakotveného učení, zážitkové pedagogiky a poté prezentovat své znalosti a názory před skupinou spolužáků, vystupovat sebevědomě a obhajovat svá tvrzení.

Výchovné a vzdělávací strategie

Kompetence k učení

- učitel zadáváním problémů a úkolů podporuje u žáků rozvoj abstraktního a logického myšlení
- učitel uvádí věci do souvislostí a propojuje širší celky v rámci předmětů biologie, ekologie
- učitel vede žáky k samostatnému vyvozování závěrů důležitých i pro reálný život
- učitel podněcuje žáky vytvářet grafy, diagramy a využívat další dostupné informační prostředky
- učitel zadáváním jednotlivých témat vede žáky k získávání, třídění a prezentování informací
- učitel rozvíjí schopnost samostatného plánování a organizování vlastní pracovní činnosti a následné využívání jako prostředku pro seberealizaci a osobní rozvoj
- učitel vede žáky ke kritickému přístupu ke zdrojům informací, informace tvořivě zpracovávají a studenti je dále využívají při svém studiu a praxi
- učitel pracuje s nadanými žáky a připravuje je na biologické a ekologické soutěže

Kompetence k řešení problému

- učitel s žáky řeší úlohy a příklady, které později vedou i k samostatnému řešení problému v praxi
- učitel při seznamování s biologickými ději učí žáky hledat jejich příčiny a důsledky
- učitel využívá chyby studentů k ukázání cesty ke správnému řešení
- učitel při řešení problémů uplatňuje vhodné metody a dříve získané vědomosti a dovednosti, kromě analytického a kritického myšlení využívá i myšlení tvořivé s použitím představivosti

Kompetence komunikativní

- učitel učí žáky užívat současnou biologickou a ekologickou terminologii a spisovný český jazyk
- učitel od žáků požaduje kultivovaný projev písemný i ústní, logické a výstižné vyjadřování
- učitel studenty vede k používání odborného jazyka a symbolického a grafického vyjádření informací různého typu
- studenti prezentují vhodným způsobem svou práci i sami sebe před známým i neznámým publikem

Kompetence sociální a personální

- učitel se snaží se o vytvoření kritického přístupu k informacím
- učitel navozuje při výuce dobrou pracovní atmosféru
- učitel studenty motivuje k aktivní spolupráci při stanovování a dosahování společných cílů (skupinová práce)
- učitel studentům předkládá různé odborné materiály, aby se mohli rozhodovat na základě vlastního úsudku a odolávat mediálním tlakům
- učitel vlastním chováním studenty motivuje k vytváření a udržování hodnotných
- mezilidských vztahů založených na vzájemné úctě, toleranci a empatii

Kompetence občanská

- učitel se žáky řeší ekologické problémy místním i globálním, upozorňuje na nebezpečí porušení rovnováhy v přírodě a její důsledky
- učitel se snaží u žáků vybudovat kladný vztah k ochraně přírody
- učitel na základě teoretických znalostí i praktických dovedností vede studenty k tomu, aby neohrožovali a nepoškozovali přírodu a životní prostředí
- učitel se studenty diskutuje o zodpovědném chování v krizových situacích a v situacích ohrožujících život a zdraví. Seznamuje studenty se zásadami poskytnutí první pomoci.

Kompetence k podnikavosti

- učitel u studentů podporuje aktivní přístup a iniciativu zadáváním samostatných referátů a prezentací
- učitel studenty podporuje v cílevědomém a zodpovědném rozhodování o dalším vzdělávání a budoucím pracovním zaměření
- učitel studenty podněcuje k aktivnímu přístupu, vlastní iniciativě a tvořivosti (práce na referátech a prezentacích).

NIŽŠÍ GYMNÁZIUM - DOTACE: 1, VOLITELNÝ (1. VOLITELNÝ PŘEDMĚT)

EKOLOGICKÉ VZTAHY

VÝSTUPY	UČIVO
- vysvětlí základní ekologické pojmy jako ekosystém, biodiverzita,... - rozpozná ekologické vztahy mezi organismy - prozkoumává vybraný ekosystém v terénu, popisuje podmínky prostředí a vysvětluje provázanost výskytu daného organismu se zdrojem potravy - kriticky hodnotí dopady lidské činnosti na životní prostředí na lokální i globální úrovni - navrhuje konkrétní opatření pro udržitelný rozvoj ve škole, obci nebo regionu (např. zelené technologie, úsporná opatření, třídění odpadu,..)	Vztahy mezi organismy, ekologie, badatelská činnost

ZMĚNY KLIMATU A VLIV NA PŘÍRODU

VÝSTUPY	UČIVO
- vyjmenuje konkrétní projevy změny klimatu (např. vyšší teploty, extrémní počasí, tání ledovců) a popíše dopady změny klimatu na přírodu (např. ohrožení živočišných druhů, vysychání vodních ploch). - diskutuje o možnostech, jak člověk může zmírnit dopady změny klimatu (např. výsadba stromů, omezení emisí). - analyzuje konkrétní dopady změny klimatu na přírodní ekosystémy (např. narušení potravních řetězců vlivem zvýš. teploty, změny v biodiverzitě – invazní rostliny). - formuluje návrhy na adaptační opatření v přírodě a krajině (např. obnova mokřadů, ochrana ohrožených druhů).	Ekologie a enviromentální výchova, badatelská činnost, místně zakotvené učení

--	--

OBNOVITELNÉ ZDROJE ENERGIE

VÝSTUPY	UČIVO
- vyjmenuje hlavní typy obnovitelných zdrojů energie (slunce, vítr, voda, biomasa, geotermální energie). - popíše výhody obnovitelných zdrojů (např. nevyčerpávají se, neznečišťují ovzduší) a nevýhody (závislost na počasí, vyšší pořizovací náklady) - kriticky hodnotí výhody a nevýhody jednotlivých typů obnovitelných zdrojů v konkrétních podmínkách (např. region) - formuluje návrhy na využití obnovitelných zdrojů v obci, škole nebo domácnosti a diskutuje o nich.	Ekologie

MIKROSKOPOVÁNÍ

VÝSTUPY	UČIVO
- zná základní postupy při mikroskopování - dokáže připravit dočasný preparát	Stavba buňky Rostlinná pletiva Živočišné tkáně

PÉČE O ŠKOLNÍ ZAHRADU

VÝSTUPY	UČIVO
- zná základní druhy rostlin a stromů - dodržuje BOZP při práci	Nahosemenné a krytosemenné rostliny

4.11.5 CHEMICKÝ KROUŽEK

Ročník	Prima	Sekunda	Tercie	Kvarta	Kvinta	Sexta	Septima	Oktáva
Dotace	1	1	1	1	-	-	-	-

CHARAKTERISTIKA VYUČOVACÍHO PŘEDMĚTU

Chemický kroužek je nepovinným předmětem určeným žákům nižšího stupně osmiletého gymnázia, tedy primy až kvarty. Vychází ze vzdělávací oblasti Člověk a příroda a svým obsahem doplňuje a rozšiřuje povinný předmět Chemie, který se na naší škole vyučuje od sekundy. Kroužek je otevřen i žákům primy, kteří se s chemií jako samostatným předmětem ještě nesetkali, a slouží jim jako přirozený, na pokusu a pozorování založený úvod do oboru.

Žáci primy, sekundy, tercie a kvarty navštěvují kroužek společně, ve věkově smíšené skupině – ročníky nižšího gymnázia jsou sloučeny. Časová dotace předmětu činí 1 vyučovací hodinu týdně; z organizačních důvodů (delší příprava, provedení a úklid pokusů) je výuka realizována formou dvouhodinových bloků jednou za dva týdny (2 vyučovací hodiny za 14 dní), čímž je zachována průměrná týdenní dotace 1 hodina. Výuka probíhá v odborné učebně chemie vybavené demonstračním stolem, přívodem vody a plynu a základním laboratorním vybavením.

Vzhledem ke sloučení všech čtyř ročníků nižšího gymnázia je obsah kroužku koncipován jako dvouletý cyklus tematických bloků; žák tak může kroužek navštěvovat po celou dobu studia na nižším gymnáziu, aniž by se učivo ve stejné podobě opakovalo. Náročnost úkolů a míra samostatnosti při práci je přizpůsobena věku a dosavadním zkušenostem žáka – mladší žáci pracují především pozorováním a s vedením staršího spolužáka či vyučujícího, starší žáci postupně přebírají roli badatele, který si pokus sám naplánuje, provede a vyhodnotí.

Kroužek je koncipován prakticky a zážitkově – jeho těžištěm jsou jednoduché a bezpečné chemické pokusy a badatelské činnosti, které u žáků rozvíjejí zájem o přírodní vědy, schopnost pozorovat, klást otázky a hledat na ně odpovědi. Velký důraz je kladen na bezpečnost práce, dodržování laboratorního řádu a zásad první pomoci. Do vyučovacího předmětu jsou začleněna průřezová témata Osobnostní a sociální výchova, Environmentální výchova a Mediální výchova.

CÍL PŘEDMĚTU

Probudit a rozvíjet přirozený zájem žáků o chemii a přírodní vědy formou vlastního pozorování a experimentu.

Naučit žáky bezpečně a samostatně pracovat s běžným laboratorním vybavením a jednoduchými chemikáliemi.

Rozvíjet dovednost formulovat otázku, navrhnout postup jejího ověření, provést pokus a vyhodnotit jeho výsledek.

Ukázat žákům chemické děje, se kterými se běžně setkávají v domácnosti, v kuchyni a v přírodě.

Podporovat spolupráci žáků různého věku ve smíšené skupině a vzájemné učení mladších od starších.

Připravit zájemce na účast v chemických soutěžích a olympiádách a na plynulý přechod k povinné výuce chemie od sekundy.

Výchovné a vzdělávací strategie

Kompetence k učení

- Učitel vede žáky k pozorování a k zaznamenávání postupu a výsledků pokusu do jednoduchého pracovního deníku / protokolu.
- Učitel motivuje žáky ukázkami zajímavých jevů a souvislostí chemie s běžným životem.
- Učitel vede starší žáky k vyhledávání doplňujících informací v odborné literatuře a na ověřených internetových zdrojích.

Kompetence k řešení problému

- Učitel předkládá žákům jednoduché badatelské otázky a vede je k navržení vlastního postupu jejich ověření.
- Učitel podporuje žáky v hledání příčin neočekávaného výsledku pokusu a v návrhu jeho zopakování či úpravy.

Kompetence komunikativní

- Učitel vede žáky k tomu, aby srozumitelně popsali postup a výsledek svého pokusu ostatním členům kroužku.
- Učitel podporuje kladení otázek a diskusi nad pozorovanými jevy.

Kompetence sociální a personální

- Učitel zařazuje činnosti ve dvojicích a skupinách složených z žáků různých ročníků, kde starší žáci pomáhají mladším.
- Učitel vede žáky k odpovědnosti za svěřené pomůcky a ke vzájemnému respektu při práci ve skupině.

Kompetence občanská a k podnikavosti

- Učitel vede žáky k odpovědnému chování k životnímu prostředí při nakládání s chemikáliemi a odpady.
- Učitel upozorňuje na význam chemie a chemického průmyslu pro společnost i na rizika jejich zneužití.
- Učitel vede žáky k dodržování zásad bezpečnosti a hygieny práce v laboratoři.
- Učitel zapojuje žáky do přípravy pomůcek, úklidu pracovního místa a do přípravy ukázek pro školní akce (den otevřených dveří, jarmark).

Kompetence digitální

- Učitel vede žáky k vyhledávání informací o chemických látkách a jevech pomocí digitálních technologií.
- Učitel podporuje zpracování fotografické či video dokumentace pokusů a jejich prezentaci formou jednoduché prezentace či plakátu.

BEZPEČNOST PRÁCE A CHEMICKÁ LABORATOŘ

VÝSTUPY	UČIVO
- dodržuje řád kroužku a zásady bezpečnosti práce v chemické laboratoři - rozpozná a pojmenuje základní laboratorní sklo, nádobí a pomůcky - orientuje se ve výstražných symbolech (piktogramech) na chemikáliích a v domácnosti - poskytne základní první pomoc při drobném poranění či potřísnění pokožky - zaznamená postup a výsledek jednoduchého pokusu do pracovního deníku	Řád kroužku, zásady bezpečnosti a hygieny práce Ochranné pomůcky (brýle, rukavice, plášť) Základní laboratorní sklo a nádobí Výstražné symboly (piktogramy) nebezpečných látek Zásady první pomoci při drobném úrazu v laboratoři Pracovní deník / protokol o pokusu

LÁTKY A JEJICH VLASTNOSTI

VÝSTUPY	UČIVO
- vyjmenuje konkrétní projevy změny klimatu (např. vyšší teploty, extrémní počasí, tání ledovců) a popíše dopady změny klimatu na přírodu (např. ohrožení živočišných druhů, vysychání vodních ploch). - diskutuje o možnostech, jak člověk může zmírnit dopady změny klimatu (např. výsadba stromů, omezení emisí). - analyzuje konkrétní dopady změny klimatu na přírodní ekosystémy (např. narušení potravních řetězců vlivem zvýš. teploty, změny v biodiverzitě – invazní rostliny). - formuluje návrhy na adaptační opatření v přírodě a krajině (např. obnova mokřadů, ochrana ohrožených druhů).	Skupenství látek a jejich přeměny (tání, tuhnutí, vypařování, kapalnění, sublimace) Fyzikální vlastnosti látek Směsi a chemicky čisté látky Měření objemu, hmotnosti a teploty Jednoduché pokusy s vodou a vzduchem

SMĚSI A JEJICH DĚLENÍ – MALÝ BADATEL

VÝSTUPY	UČIVO
- navrhne a použije vhodnou metodu dělení směsi (usazování, filtrace, odpařování, destilace) - vysvětlí na jednoduchém příkladu princip papírové chromatografie - připraví nasycený roztok a pozoruje vznik krystalů - vysvětlí pojem rozpustnost a uvede faktory, které ji ovlivňují - zpracuje jednoduchý badatelský protokol (otázka – postup – pozorování – závěr)	Metody dělení směsí: usazování, filtrace, odpařování, jednoduchá destilace vody Papírová chromatografie barviv Krystalizace, pěstování krystalů Rozpustnost látek a faktory ovlivňující rozpouštění Badatelský postup: otázka, hypotéza, pokus, závěr

KYSELINY, ZÁSADY A BAREVNÁ CHEMIE

VÝSTUPY	UČIVO
- rozliší kyselý, neutrální a zásaditý roztok pomocí indikátoru - připraví přírodní indikátor (např. z červeného zelí) a otestuje jím běžné látky z domácnosti - vysvětlí na základní úrovni význam pojmu pH - pod vedením vyučujícího bezpečně provede a pozoruje jednoduchou barevnou chemickou reakci - popíše vlastními slovy pozorovaný chemický děj	Kyselost a zásaditost roztoků Indikátory, přírodní indikátor z červeného zelí pH a jeho praktický význam Testování běžných látek z domácnosti Efektní barevné reakce (např. reakce jedlé sody s octem)

CHEMIE V DOMÁCNOSTI, PŘÍRODĚ A ŽIVOTNÍM PROSTŘEDÍ

VÝSTUPY	UČIVO
- uvede příklady chemických dějů, se kterými se setkává v běžném životě, v kuchyni a v domácnosti - popíše na jednoduchém příkladu proces hoření a kvašení	Hoření a jeho podmínky, požární prevence Kvašení (na příkladu kynutého těsta) Chemie v kuchyni (kypřicí prášek, jedlá soda, ocet)

- rozliší vhodné a nevhodné nakládání s chemickými přípravky a odpady v domácnosti - zhodnotí vliv vybraných látek na životní prostředí a lidské zdraví - navrhne, jak lze v domácnosti postupovat ekologičtěji	Domácí chemie – čisticí a kosmetické přípravky, jejich bezpečné používání Třídění a recyklace odpadu, ochrana životního prostředí
---	---

CHEMICKÉ REAKCE, POKUSY A PŘÍPRAVA NA SOUTĚŽE

VÝSTUPY	UČIVO
- rozliší fyzikální a chemickou změnu látky na konkrétních příkladech - pozoruje a vlastními slovy popíše průběh vybrané chemické reakce - samostatně nebo ve skupině naplánuje, bezpečně provede a vyhodnotí jednoduchý efektní pokus - prezentuje výsledky své práce ostatním členům kroužku, případně na školní akci - řeší úlohy z chemických soutěží a olympiád přiměřené svým znalostem a věku	Fyzikální a chemická změna látky Exotermické a endotermické děje na příkladu jednoduchých pokusů Efektní pokusy (např. „chemický semafor“, „sopka“, chemické hodiny) Zásady přípravy a prezentace vlastního pokusu Úlohy Chemické olympiády kategorie D a dalších soutěží a korespondenčních seminářů

4.11.6. TŘÍDNICKÁ VÝCHOVA

Ročník	Prima	Sekunda	Tercie	Kvarta	Kvinta	Sexta	Septima	Oktáva
Dotace	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5

CHARAKTERISTIKA VYUČOVACÍHO PŘEDMĚTU

Nižší stupeň osmiletého gymnázia (Prima – Kvarta) Vyučovací předmět Třídnická výchova vytváří bezpečný a strukturovaný prostor pro formování zdravého třídního kolektivu, adaptaci na gymnaziální studium, rozvoj sebepoznání a nácvik efektivní mezilidské komunikace. Hlavním posláním předmětu je systematická prevence rizikového chování (šikana, kyberšikana, sociální vyloučení), budování vzájemného respektu, tolerance k odlišnostem a zvládání emočně náročných i zátěžových situací spojených s dospíváním. Předmět je koncipován ryze prakticky a zážitkově. Využívá interaktivní metody: komunitní a diskusní kruhy, sociometrické a kooperativní hry, modelové situace, rolové hry, případové studie a techniky řízené sebereflexe a vzájemné zpětné vazby. Žáci se přímo podílejí na tvorbě a revizi třídních pravidel, organizaci třídních akcí a zapojují se do chodu školy prostřednictvím zástupců ve studentském parlamentu. Vyšší stupeň osmiletého gymnázia (Kvinta – Oktáva) Na vyšším stupni gymnázia se Třídnická výchova soustředí na prohlubování osobnostní zralosti, psychohygienu, zvládání akademického stresu, time-management a kritickou orientaci v mediálním i digitálním prostoru. Reflektuje měnící se dynamiku dospívajícího kolektivu, podporuje partnerskou komunikaci, vedení dialogu, týmovou spolupráci a leadership. V předmaturitních a maturitních ročnících (Septima, Oktáva) slouží předmět jako platforma pro profesní a kariérní orientaci, plánování další životní a akademické dráhy po ukončení gymnázia, bilancování společného osmiletého studia a upevňování občanské i osobní odpovědnosti dospělého člověka.

CÍL PŘEDMĚTU

Vytvořit a dlouhodobě udržovat bezpečné, vstřícné a otevřené klima ve třídě založené na důvěře a respektu.

Rozvíjet sociální inteligenci žáků, empatii, toleranci k odlišnostem a schopnost konstruktivně řešit konflikty.

Poskytnout praktické nástroje pro zvládání stresu, psychohygienu, regulaci emocí a prevenci duševních obtíží.

Vést žáky k odpovědnému a etickému chování v reálném i digitálním světě.

Podporovat aktivní participaci žáků na životě třídy i školy, schopnost nést odpovědnost za společná rozhodnutí a realizované projekty.

Výchovné a vzdělávací strategie

Kompetence k učení

- Učitel vede žáky k poznávání vlastního učebního stylu a volbě efektivních strategií samostudia.
- Učitel podporuje techniky plánování času, stanovování realistických cílů a reflexi vlastního studijního pokroku.

Kompetence k řešení problému

- Učitel předkládá žákům reálné i modelové sociální situace z třídního života, vede je k analýze příčin konfliktů a hledání konsenzuálních řešení.
- Učitel vytváří prostor pro bezpečné vyjádření neshod a trénink deeskalačních technik.

Kompetence komunikativní

- Učitel uplatňuje formu komunitního kruhu, kde platí pravidla aktivního naslouchání a práva na vyjádření vlastního názoru.
- Učitel učí žáky formulovat asertivní sdělení, podávat a přijímat konstruktivní zpětnou vazbu bez agrese či manipulace.

Kompetence sociální a personální

- Učitel zařazuje kooperativní skupinové aktivity vyžadující dělbu rolí, vzájemnou pomoc a odpovědnost za společný výsledek.
- Učitel posiluje sebeúctu, sebepojetí a emocionální seberegulaci žáků, vytváří atmosféru podpory pro žáky s SVP či sociálním znevýhodněním.

Kompetence občanská a k podnikavosti

- Učitel podporuje demokratické rozhodování o třídních záležitostech, volbu zástupců do studentského parlamentu a přebírání odpovědnosti za společná pravidla.
- Učitel kultivuje respekt k lidským právům, diverzitě a odmítavý postoj ke všem formám diskriminace, šikany a násilí.
- Učitel vede žáky k plánování a realizaci třídních projektů, exkurzí a výletů od rozpočtu po časový harmonogram. Ve vyšších ročnících učitel systematicky podporuje sebepoznání v kontextu budoucí profesní orientace a přípravy na trh práce.

Kompetence digitální

- Učitel vytváří prostor pro kritické zhodnocení komunikace ve třídních online skupinách a na sociálních sítích.
- Učitel rozvíjí zásady digitálního wellbeingu, bezpečnosti dat, autorských práv a prevence kybergroomingu či digitální agrese.

NÍŽŠÍ GYMNÁZIUM - DOTACE: 1, VOLITELNÝ (1. VOLITELNÝ PŘEDMĚT)

PRIMA - ADAPTACE A BUDOVÁNÍ KOLEKTIVU

VÝSTUPY	UČIVO
- seznámí se se spolužáky, prostředím školy a školním řádem - aktivně se podílí na formulaci společných pravidel třídy a jejich dodržování - pojmenuje své silné stránky a očekávání spojené se studiem na gymnáziu - uplatňuje pravidla bezpečného chování ve škole i v online komunikaci	Vstup na gymnázium: Seznamovací aktivity, orientace v budově, tradice školy, role třídního učitele. Třídní pravidla: Tvorba „Ústavy třídy“, smysl dohod, důsledky jejich porušování. Moje identita: Kdo jsem, co mě baví, mé silné stránky, zvládání obav z nového prostředí. Třídní komunikace: Zásady slušného chování, vzájemné oslovení, třídní chat a jeho kultura. Spolupráce a role: Týmové seznamovací hry, rozdělení třídních služeb a funkcí.

SEKUNDA - VZTAHY, EMOCE A SPOLUPRÁCE

VÝSTUPY	UČIVO
- rozpozná základní emoce u sebe i druhých a zvolí vhodný způsob jejich vyjádření - aplikuje techniky aktivního naslouchání a zpětné vazby v modelové situaci - popíše mechanismy vzniku běžného konfliktu a navrhne způsob smírného řešení - identifikuje projevy vyčleňování z kolektivu a nabídne pomoc spolužákovi	Emoční gramotnost: Rozpoznávání a pojmenování emocí (hněv, strach, radost, zklamání), seberegulace. Mezilidská komunikace: Aktivní naslouchání, „Jávýroky“, technika ocenění a konstruktivní kritiky. Konflikty v kolektivu: Příčiny hádek, nedorozumění, strategie win-win, role nestranného prostředníka. Kamarádství a tolerance: Přátelské vazby, přijetí odlišností v kolektivu, prevence skrytého vyčleňování. Plánování třídní akce: Společná organizace jednodenního výletu, dělba rolí a odpovědnosti.

TERCIE - IDENTITA, DIGITÁLNÍ SVĚT A VRSTEVNICKÝ TLAK

VÝSTUPY	UČIVO
---------	-------

• posoudí vliv sociálních sítí na vnímání sebe sama a své sebevědomí • rozpozná projevy manipulace a nátlaku vrstevnické skupiny a dokáže říci „ne“ • rozliší neškodné škádlení od cílené šikany či kyberšikany a zná postupy obrany • aplikuje základní pravidla psychohygieny při zvýšené školní zátěži	Sebepojetí a dospívání: Hledání vlastní identity, tělesné a psychické změny, budování zdravého sebevědomí. Tlak vrstevníků (peer pressure): Konformita vs. vlastní postoj, asertivní odmítnutí nevhodného chování. Bezpečí na síti: Digitální stopa, kyberšikana, trolling, ochrana soukromí, bezpečné sdílení. Prevence rizikových jevů: Návykové látky (alkohol, nikotin, energetické nápoje), rizikové výzvy na internetu. Psychohygiena a denní režim: Organizace času mezi školou, kroužky a odpočinkem, spánková hygiena.
--	--

KVARTA - ZODPOVĚDNOST, HODNOTY A KLIMA TŘÍDY

VÝSTUPY	UČIVO
• analyzuje sociální klima ve třídě a navrhne konkrétní opatření k jeho zlepšení • rozpozná znaky toxických vztahů a manipulativního jednání v reálném i online životě • reflektuje své hodnoty a etická dilemata každodenního života • aktivně se zapojí do bilancování konce nižšího gymnázia a formuluje své další cíle	Třídní diagnostika a reflexe: Analýza vztahů v kolektivu, anonymní dotazníky klimatu, komunitní kruh řešení problémů. Vztahy a hranice: Partnerské a přátelské vztahy v dospívání, respektování osobních hranic, souhlas, manipulace. Hodnotová orientace: Osobní hodnoty, morální dilemata, zodpovědnost za vlastní činy a jejich dopad na druhé. Zodpovědnost za komunitu: Participace na školních projektech (Den studentstva, charitativní sbírky). Přechodový rituál na vyšší gymnázium: Reflexe čtyř let studia, silné a slabé stránky kolektivu, stanovení společných vizí.

KVINTA - ADAPTACE NA VYŠŠÍM STUPNI, TIME-MANAGEMENT A ZVLÁDÁNÍ STRESU

VÝSTUPY	UČIVO
• adaptuje se na vyšší nároky středoškolského studia a vytvoří si efektivní studijní plán • využívá praktické techniky zvládání stresu, trémy a prevence vyhoření	Středoškolská identita: Přechod na vyšší stupeň gymnázia, nové studijní nároky, prevence prokrastinace. Time-management a plánování: Matice priorit (Eisenhowerův princip), plánování

• uplatňuje zásady asertivní komunikace při jednání s vyučujícími a vrstevníky • analyzuje rizikové faktory závislostního chování (digitální závislosti, návykové látky)	zkouškových období, rovnováha mezi učením a volným časem. Stres a jeho zvládání: Fyziologie stresu, dechová a relaxační cvičení, zvládání zkouškové trémy, kognitivní přerámování. Asertivita a komunikace: Principy partnerské komunikace, asertivní práva, řešení studijních nedorozumění. Prevence rizikového chování na vyšším stupni: Závislosti nového typu (gaming, sociální sítě, vaping, energetické stimulanty).
---	--

SEXTA - DUŠEVNÍ ZDRAVÍ, SPOLEČENSKÁ ZODPOVĚDNOST A MEDIÁLNÍ REALITA

VÝSTUPY	UČIVO
• orientuje se v problematice duševního zdraví a ví, jak vyhledat odbornou pomoc (krize, deprese, úzkosti) • kriticky hodnotí dezinformace, manipulace a polarizaci v digitálním prostředí • projevuje občanskou angažovanost a podílí se na organizaci celoškolské akce • respektuje odlišné názory a vede kultivovanou diskuzi na kontroverzní společenské témata	Duševní zdraví a wellbeing: Destigmatizace duševních onemocnění, varovné signály u sebe a u vrstevníků, linky důvěry a krizová intervence. Digitální a mediální zodpovědnost: Algoritmy sociálních sítí, bubliny, dezinformace, etika vyjadřování na internetu, hate speech. Společenská a ekologická odpovědnost: Třídní dobrovolnictví, podpora solidarity, ekologické návyky třídy (Myslíme ekologicky). Kultura dialogu a argumentace: Debata o celospolečenských a etických tématech, oddělení věcných argumentů od osobních útoků. Třídní projekt: Spolupráce na třídním či školním projektu (např. Třídní almanach, organizace Vánoční besídky).

SEPTIMA - KARIÉRNÍ VOLBA, LEADERSHIP A PŘÍPRAVA NA BUDOUCNOST

VÝSTUPY	UČIVO
• zhodnotí své studijní i osobnostní předpoklady pro volbu vysoké školy a budoucího povolání • orientuje se v systému terciárního vzdělávání v ČR i v zahraničí	Sebepoznání pro kariéru: Osobnostní a profesní testy, silné stránky, hodnoty v práci, motivace pro studium.

• sestaví profesionální životopis a motivační dopis a zvládne modelový přijímací pohovor • uplatňuje týmové role a vedení při koordinaci komplexních třídních projektů	Systém vysokých škol: Typy fakult, přijímací řízení, SCIO testy, studium v zahraničí (Erasmus+ a jiné programy). Vstup na pracovní trh: Tvorba strukturovaného CV, LinkedIn, motivační dopis, simulace přijímacího pohovoru. Leadership a týmová dynamika: Vedení lidí, delegování úkolů, řešení krizí v týmu. Příprava maturitního ročníku: Organizace stužkovacího/maturitního plesu ve spolupráci s SRPŠ a vedením školy.
---	--

OKTÁVA - SAMOSTATNÝ ŽIVOT, BILANCOVÁNÍ A MATURITNÍ PODPORA

VÝSTUPY	UČIVO
• uplatňuje efektivní strategie zvládání dlouhodobé psychické zátěže před maturitou • orientuje se v základních právních a finančních povinnostech po ukončení střední školy • kriticky bilancuje své osmileté působení na gymnáziu a formuluje osobní vizi do budoucna • aktivně přispívá k důstojnému a soudržnému uzavření společného studia třídy	Maturitní psychohygiena: Práce s úzkostí, mentální příprava na zkoušku dospělosti, podpora v třídní komunitě. Přechod do dospělosti: Právní odpovědnost, zdravotní a sociální pojištění, studentský status, samostatné bydlení a hospodaření. Krizové situace a adaptabilita: Zvládání neúspěchu, resilience, flexibilita při změně studijních či životních plánů. Bilancování a rozloučení: Reflexe osmiletého růstu třídního kolektivu, předávání zkušeností mladším ročníkům gymnázia. Ukončení studia: Slavnostní zakončení, maturitní rituály, udržování vazeb s absolventskou komunitou gymnázia.

