

Dodatek č. 3
ke Školnímu vzdělávacímu programu pro základní
vzdělávání zpracovaného podle RVP ZV
„Škola pro všechny, škola pro život“
č. j. FZŠHOL-OL/974/2026

FZŠ a MŠ Olomouc, Holečkova 10, Olomouc

Platnost: od 1. září 2026

Dodatek č. 3 ke Školnímu vzdělávacímu programu byl v souladu s § 168 odst. 1 písm. a) zákona č. 561/2004 Sb. (školský zákon) projednán Školskou radou, která k předloženému dodatku vydala ke dni 3. 7. 2026. souhlasné vyjádření.

Ředitelka školy: Mgr. Zonna Bařinková

1. Ve ŠVP č. j. FZŠHOL-OL/883/2024 se mění Učební plán pro 2. stupeň a Poznámky k Učebnímu plánu:

4. Učební plán

4. 2. Druhý stupeň ZŠ

Učební plán pro 6. – 9. ročník základního vzdělávání							
Vzdělávací oblast	Vyučovací předmět	Ročník				Minimální časová dotace	Disponibilní hodiny
		6.	7.	8.	9.		
Jazyk a jazyková komunikace	český jazyk	4	3 + 2	4	4+1	15	+3
	anglický jazyk německý jazyk	3	3 + 1 2	3 2	3 2	18	+1
Matematika a její aplikace	matematika	4	3 + 1	4+1	4+1	15	+3
Informatika	informatika	1	1	1	1	4	
Člověk a společnost	dějepis	1 + 1	1	2	2	10	+1
	výchova k občanství	1	1	1	1		
Člověk a příroda	fyzika	1 + 1	2	1	2	20	+4
	chemie			2	2		
	přírodopis	1 + 1	1 + 1	2	1		
	zeměpis	2	1 + 1	1	1		
Umění a kultura	hudební výchova	1	1	1	1	9	0
	výtvarná výchova	2	1	1	1		
Člověk a zdraví	výchova ke zdraví			1	1	10	+5
	tělesná výchova	2 + 1	2	2	2		
	osobnostní a sociální výchova	+1	+1	+1	+1		
Člověk a svět práce	pracovní činnosti	1	1	+1	1	3	+1
Týdenní hodinová dotace a disponibilní hodiny		24 + 5	23 + 7	28 + 3	29 + 3	104	+18
Celkový týdenní počet hodin – maximum týdně		29	30	31	32	122	

Poznámky k učebnímu plánu

V učebním plánu ŠVP jsou dodrženy tyto podmínky:

- povinná časová dotace na 2. stupni 122 hodin.
- od 6. ročníku je zařazen nový vyučovací předmět – Osobnostní a sociální výchova v dotaci 1 hodina týdně
- předmět je zařazen do učebního plánu úpravou využití disponibilní časové dotace. Časová dotace je zajištěna v 6. ročníku z předmětu Anglický jazyk, v 7. ročníku z předmětu Výtvarná výchova, v 8. ročníku z předmětu Fyzika a v 9. ročníku z předmětu Zeměpis.
- celkový počet vyučovacích hodin stanovený rámcovým učebním plánem zůstává zachován.

- na 1. stupni není Osobnostní a sociální výchova vyučována jako samostatný vyučovací předmět. Je realizována jako průřezové téma napříč vzdělávacími oblastmi a vyučovacími předměty v souladu s potřebami žáků a cíli školního vzdělávacího programu.

2. Ve ŠVP č. j. FZŠHOL-OL/883/2024 vzniká samostatný předmět Osobnostní a sociální výchova v 6. - 9. ročníku

5. 8. Člověk a zdraví

5. 8. 3. Osobnostní a sociální výchova

2. stupeň

Obsahové, časové a organizační vymezení

Předmět Osobnostní a sociální výchova se vyučuje jako samostatný předmět od 6. ročníku do 9. ročníku – v časové dotaci 1 hodina týdně.

Vzdělávání ve vyučovacím předmětu Osobnostní a sociální výchova je zaměřeno na:

- rozvoj sebepoznání a pozitivního vztahu k sobě samému
- posilování schopnosti seberegulace a odpovědného rozhodování
- rozvoj komunikačních dovedností a kultivovaného vyjadřování
- vytváření a upevňování pozitivních mezilidských vztahů
- rozvoj schopnosti spolupráce, tolerance a respektu k odlišnostem
- osvojování dovedností pro řešení konfliktů a náročných životních situací
- podporu empatie, vzájemné pomoci a prosociálního chování
- rozvoj schopnosti kritického myšlení a reflexe vlastního jednání
- posilování duševní pohody a zdravého životního stylu
- přípravu na aktivní a odpovědné zapojení do života společnosti

Charakteristika předmětu

Předmět Osobnostní a sociální výchova je součástí vzdělávací oblasti Člověk a zdraví. Zaměřuje se na rozvoj osobnosti žáků, podporu zdravých mezilidských vztahů, utváření hodnotových postojů a rozvoj dovedností potřebných pro odpovědný a aktivní život. Vede žáky k sebepoznání, sebezdokonalování, rozvoji sebekontroly, odpovědnosti za vlastní jednání a schopnosti zvládat náročné životní situace.

Významnou součástí předmětu je rozvoj sociálních dovedností, zejména schopnosti vytvářet a udržovat pozitivní vztahy, respektovat odlišnosti mezi lidmi, spolupracovat s druhými a vnímat potřeby svého okolí. Žáci se seznamují s tématy souvisejícími s dospíváním, osobními hodnotami, životními prioritami, tlakem vrstevníků, postavením jedince ve společnosti a významem rodinných vztahů.

Předmět dále podporuje rozvoj empatie, tolerance, poctivosti, osobního nasazení a ochoty pomáhat druhým. Vede žáky k zamyšlení nad otázkami životního směřování, osobních hodnot, spirituality, štěstí a osobního růstu. Současně rozvíjí schopnost kriticky uvažovat o vlastních postojích a rozhodnutích a přispívá k vytváření pozitivního klimatu třídního kolektivu.

Formy realizace

Výuka probíhá převážně v kmenových učebnách, případně v dalších prostorách školy vhodných pro skupinovou práci, diskusi a realizaci zážitkových aktivit.

V řadě činností je využívána práce ve dvojicích a menších skupinách, která podporuje komunikaci, spolupráci, vzájemný respekt a sdílení zkušeností. Žáci jsou vedeni k aktivnímu zapojení do výuky, vyjadřování vlastních názorů a hledání řešení modelových i reálných životních situací.

Výuka je zaměřena především na praktické činnosti a osobní zkušenost žáků. Využívány jsou zejména diskuse, situační a rolové hry, modelové situace, kooperativní činnosti, práce s příběhem, řízená reflexe, sebezkušenostní aktivity, projektová výuka a prezentace vlastních názorů a zkušeností.

Důraz není kladen na pamětné osvojování faktů, ale na rozvoj dovedností, postojů a kompetencí využitelných v každodenním životě.

Výchovné a vzdělávací strategie pro rozvoj klíčových kompetencí žáků

Kompetence k učení

- poznávání vlastních schopností, dovedností a možností osobního rozvoje
- stanovování osobních cílů a plánování kroků k jejich dosažení
- využívání získaných zkušeností v běžných životních situacích
- hodnocení vlastního pokroku a výsledků své práce

Kompetence k řešení problémů

- hledání různých způsobů řešení problémových situací
- posuzování důsledků vlastního jednání a rozhodování
- samostatnému řešení přiměřených životních situací
- přijímání odpovědnosti za vlastní rozhodnutí

Kompetence komunikativní

- formulování a vyjadřování vlastních názorů a postojů
- naslouchání druhým a respektování odlišných názorů
- využívání vhodných způsobů komunikace v různých situacích
- kultivované a respektující vystupování

Kompetence sociální a personální

- spolupráce ve dvojicích a skupinách
- vytváření pozitivních mezilidských vztahů
- respektování odlišností mezi lidmi
- poskytování a přijímání zpětné vazby
- rozvíjení empatie, tolerance a vzájemné pomoci

Kompetence občanské

- respektování pravidel soužití ve škole i mimo ni
- odpovědné chování vůči sobě i druhým
- aktivnímu zapojování do života školy a svého okolí
- respektování lidské důstojnosti, odlišností a práv druhých lidí

Kompetence pracovní

- odpovědné plnění svých povinností
- dokončování započaté práce
- vytrvalosti při dosahování stanovených cílů
- využívání získaných dovedností v každodenním životě

Kompetence digitální

- bezpečné a odpovědné využívání digitálních technologií
- kritické posuzování informací získaných z digitálních zdrojů
- dodržování zásad bezpečného chování v online prostředí
- využívání digitálních technologií k získávání informací, komunikaci a osobnímu rozvoji

Oblast: Člověk a zdraví	Předmět: Osobnostní a sociální výchova	Období: 6. ročník
Očekávané výstupy Žák podle svých schopností:	Učivo	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy Projekty, kurzy

Já a můj rozvoj - pojmenuje své silné stránky a oblasti, ve kterých se chce zlepšovat - vybere osobnost, kterou považuje za svůj vzor, a zdůvodní svůj výběr - stanoví si osobní cíl v oblasti vlastního rozvoje - navrhne kroky vedoucí k dosažení zvoleného cíle	- vnímání sebe sama - hledání osobních vzorů - význam vzorů v životě člověka - sebezdokonalování	
Já a druzí - uvede způsoby vytváření a udržování dobrých mezilidských vztahů - popíše situaci z pohledu jiné osoby - uvede příklady rozdílů mezi lidmi - vysvětlí, jak mohou rozdíly mezi lidmi obohacovat společné soužití	- budování vztahů - zájem o situaci druhých lidí - přijetí rozdílů mezi lidmi	
Humor a každodenní život - rozliší příklady zdravého humoru a zesměšňování - popíše dopady zesměšňování na mezilidské vztahy - sestaví jednoduchý plán organizace svého času	- zdravý smích a humor - organizace času	
Hledání životní rovnováhy - uvede příklady projevů spirituality v životě člověka - uvede příklady různých náboženských tradic - porovná vybrané prvky různých náboženských tradic - použije jednoduchou techniku zklidnění nebo meditace	- spiritualita - náboženská tolerance - meditace a zklidnění	
Lidé se znevýhodněním - uvede příklady bariér, se kterými se mohou setkávat lidé se znevýhodněním - popíše dopady vybraného znevýhodnění na každodenní život člověka - navrhne způsoby podpory lidí se znevýhodněním	- handicap a znevýhodnění - citlivost k lidem se zdravotním či jiným znevýhodněním	

Oblast: Člověk a zdraví	Předmět: Osobnostní a sociální výchova	Období: 7. ročník
Očekávané výstupy Žák podle svých schopností:	Učivo	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy Projekty, kurzy
Já a moje osobnost - pojmenuje své silné stránky a své nadání - uvede možnosti rozvoje vlastního nadání - rozpozná situace vyžadující sebekontrolu - navrhne způsoby zvládání náročných situací - uvede vlastnosti dobrého lídra - rozliší vhodné a nevhodné způsoby vedení lidí	- sebevědomí - sebekontrola - rozvoj nadání - kvality lídra	
Dospívání a změny v životě člověka - popíše změny, které přináší období dospívání - pojmenuje faktory ovlivňující jeho sebevědomí - uvede způsoby posilování zdravého sebevědomí - vysvětlí význam odpovědného chování vůči sobě samému	- dospívání - změny v sebepojetí - vztah k sobě samému	
Moje místo ve společnosti - uvede příklady pomoci v domácnosti odpovídající jeho věku - uvede přínosy vlastní práce pro druhé - navrhne způsob, jak přispět ke zlepšení svého okolí - uvede důvody, proč je důležité pečovat o prostředí, ve kterém žije	- pomoc v domácnosti - práce pro druhé - místo, na kterém mi záleží - vážím si svého okolí	
Krása a hodnoty - uvede příklady různých pojetí krásy - porovná vliv prostředí, kultury a médií na vnímání krásy - uvede faktory ovlivňující vnímání krásy	- původ krásy - vnímání krásy - ideály krásy	

Oblast: Člověk a zdraví	Předmět: Osobnostní a sociální výchova	Období: 8. ročník
Očekávané výstupy Žák podle svých schopností:	Učivo	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy Projekty, kurzy

Já a moje budoucnost - porovná své současné priority s cíli do budoucna - sestaví přehled krátkodobých a dlouhodobých osobních cílů - popíše souvislost mezi rozhodováním a osobní odpovědností - uvede příklady situací, ve kterých přebírá odpovědnost za své jednání	- včera, dnes a zítra - dospívání - moje priority - přijetí odpovědnosti	
Vztahy a soužití - popíše role jednotlivých členů rodiny - uvede příklady podpory a spolupráce v rodině - rozliší přirozenou a nepřiměřenou autoritu - uvede příklady situací, ve kterých lidé respektují autoritu	- rodinné vztahy - postoj k autoritám	
Já a ostatní - popíše situace, ve kterých může docházet k vylučování jednotlivce ze skupiny - uvede způsoby začlenění nového nebo osamocенého člena kolektivu - navrhne řešení modelové situace spojené s odmítáním nebo izolací jednotlivce	- začlenění druhých - outsider	
Charakter a osobní růst - uvede příklady projevů sebekázně v každodenním životě - navrhne postup vedoucí k dosažení vybraného osobního cíle - vysvětlí význam důvěry v mezilidských vztazích - uvede příklady situací založených na vzájemné důvěře	- sebekázeň - důvěra a víra	
Služba druhým - uvede příklady pomoci druhým lidem ve svém okolí - navrhne způsob zapojení do aktivit prospěšných druhým - popíše přínos dobrovolné pomoci pro jednotlivce i komunitu - vytvoří návrh aktivity zaměřené na pomoc druhým nebo zlepšení okolního prostředí	- služba pro druhé lidi - jak mohu pomoci svému okolí a druhým	

Oblast: Člověk a zdraví	Předmět: Osobnostní a sociální výchova	Období: 9. ročník
Očekávané výstupy Žák podle svých schopností:	Učivo	Průřezová témata Mezipředmětové vztahy Projekty, kurzy

Já a můj život - formuluje vlastní pojetí štěstí - pojmenuje své silné stránky a oblasti osobního rozvoje - stanoví si cíle podporující jeho osobní růst - navrhne způsoby zvládání neúspěchu v běžných životních situacích - porovná různé způsoby reakce na neúspěch - vyhodnotí přínos neúspěchu pro osobní rozvoj	- štěstí – co pro mě znamená – přijetí sebe sama - růst osobnosti - zvládání neúspěchu	
Vztahy a společenské vlivy - popíše význam rodinných vztahů pro život člověka - rozliší pozitivní a negativní vlivy vrstevnické skupiny - navrhne způsob řešení situace spojené s tlakem vrstevníků - vysvětlí význam autority v různých životních situacích	- vztahy v rodině - tlak vrstevníků - respekt k autoritě	
Hodnoty a charakter - uvede příklady tolerantního jednání v každodenním životě - vysvětlí význam odpuštění pro mezilidské vztahy - rozpozná poctivé a nepoctivé jednání v modelových situacích - zdůvodní význam poctivosti v osobním i společenském životě	- tolerance - odpuštění - poctivost	
Osobní nasazení a vytrvalost - uvede příklady situací vyžadujících osobní nasazení - popíše přínosy vytrvalosti při dosahování cílů - navrhne postup vedoucí k dosažení vybraného osobního cíle - uvede přínosy aktivního přístupu při řešení životních situací - porovná důsledky aktivního a pasivního přístupu k řešení problémů - zdůvodní význam osobního nasazení při dosahování dlouhodobých cílů	- osobní nasazení	