

Napo pro učitele



O těle chytrě s postavičkou Napo - Záda

Scene URL: <https://prod.napofilm.net/cs/learning-with-napo/napo-for-teachers/be-body-wise-napo-back>

Introductory text

Tento modul seznamuje děti s důležitostí ochrany kůže a zad před poškozením či úrazem, ke kterým může dojít kdykoliv. Na příkladech řady úkonů a činností se modul zaměřuje na rozpoznávání rizik při nebezpečném chování, kterému můžeme předejít, předcházet podobným rizikům v obdobných situacích a na vysvětlení, jak jim lze předejít.

Cíle výuky

Rozeznávat rizika pro fyzické zdraví a bezpečnost

Předpovědět podobná rizika v nových situacích

Vysvětlit, jak předcházet těmto rizikům

Úvod hodiny

5 minut

Možné úkoly jsou:

- Ukažte dětem obrázek anebo fotografii kostry

Žáci mají za úkol odhadnout odpověď na následující otázku: Kolik kostí má naše tělo? (Odpověď: 280 kostí)

- Promluvte si dětmi o tom, zda ony (nebo jejich rodiče) měli problémy se zády

Činnosti

40/45 minut

Shlédněte film o Napovi poskytnutý k této lekci: [Posviťme si na břemena](#)

Rozděluj a panuj

Protáhni se

Kdo z koho

scénka s počítačem

- Vedte s dětmi diskusi o těle a o tom, jak může být tělo náchylné na poškození zdraví nesprávným sezením, zdviháním břemen či stáním. Promyslete, jak si chránit záda před

Napo pro učitele



O těle chytře s postavičkou Napo - Záda

poškozením, a jak přecházet těmto rizikům. Na obrázku tvaru těla děti umístí varování o rizicích pro záda a vysvětlení, jak si udržet tělo zdravé.

NAVAZUJÍCÍ PRÁCE-Napova nebezpečná dovolená

- Napište nebo si zahrajte divadelní hru o tom, jak Napo jede na dovolenou a dozví se o rizicích ohrožujících jeho tělo se zvláštním důrazem na záda.

Příběh může zahrnovat:

- Zdvihání těžkého kufru
- Příliš dlouhé hraní počítačových her

Hodnocení

Každý žák vysvětlí ostatním dětem ve třídě, co znamená být vyškolený v ochraně těla se zvláštním zřetelem na záda a uvede příklady.

Vyzkoušejte, do jaké míry žáci splnili učební cíle.

Učitel a žáci posoudí nové znalosti pomocí tohoto nástroje:

- **Zlato:** Umím vysvětlit alespoň tři druhy rizika pro záda a jak jimi předejít.
- **Stříbro:** Umím vysvětlit alespoň dva druhy rizika pro záda a jak jimi předejít.
- **Bronz:** Umím vysvětlit alespoň jeden druh rizika pro záda a jak mu předejít.

Požadované zdroje a pomůcky

- Šablona lidského těla
- Čistý papír a tužky
- Varovné značky, např.: Nehrbte se u počítače
- Drobné rady, které se nalepí na vzor těla, např.: Sedte zpříma
- Pomocný list pro učitele: nebezpečí spojená se zády
- [O těle chytře s postavičkou Napo - Záda](#)

Dostupné materiály si můžete stáhnout zde: [Knihovnička pomůcek](#)

Návaznost na témata/osnovy

Osobnostní rozvoj, sociální a zdravotní výchova

Pravidla a způsoby, jak se nedostat do nebezpečí

Napo pro učitele



O těle chytře s postavičkou Napo - Záda

Uvědomit si, jak mé chování může mít vliv na druhé

Nauka o těle

Posoudit riziko jakékoliv fyzické činnosti a reagovat preventivním jednáním

Věda

Rozeznávání varovných signálů, štítků a všímání si jich

Občanská nauka

Rozeznání ohrožení, posouzení následných rizik a kontrola rizik

Cizí/rodný jazyk

Psaní jednoduchých vět k vytvoření příběhu se strukturou úvod, jádro příběhu a závěr