

VII. Výchova ke zdraví

(středa 28. 4. 2021)

1) Zopakujeme, co víte o šikaně. Co to je? Jak ji poznáme? Kdo je agresor a kdo je oběť? Lze se šikaně bránit? Kdo může pomoci šikanovanému?

2) Zjistěte a napište si do sešitu, co je **asertivní chování**.

3) Abychom se byli schopni bránit šikaně, musíme mít **zdravé sebevědomí**.

Každý si do sešitu napište:

1) Jaký jsem: (pište svoje kladné vlastnosti)

2) V čem jsem dobrý, co dobře umím:

(samostatná práce – ke každému aspoň 5 položek – inspirace ze s. 108)