



Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o.
735 72 Petrovice u Karviné 570

ŠKOLNÍ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM

69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Délka a forma studia: <i>tříleté denní studium a tříleté dálkové studium</i> Stupeň vzdělání: <i>střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3</i> Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

1 ÚVODNÍ IDENTIFIKAČNÍ ÚDAJE

Název a adresa:	Střední odborné učiliště DAKOL, s. r. o. 735 72 Petrovice u Karviné 570
Zřizovatel:	Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Název školního vzdělávacího programu:	Rekondiční a sportovní masér
Kód a název vzdělání:	69-53-H/01 <i>Rekondiční a sportovní masér</i>
Stupeň poskytovaného vzdělání:	střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3
Délka a forma studia:	tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Jméno ředitele:	Mgr. Vladimír Kolder
Kontakty pro komunikaci se školou:	tel: 595 391 022, fax: 595 391 037, e-mail: kaniova.lenka@dakol-karvina.cz web: http://www.dakol-karvina.cz
Platnost ŠVP:	od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025
Schvaluji:	Mgr. Vladimír Kolder

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

2 OBSAH ŠKOLNÍHO VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU

1	ÚVODNÍ IDENTIFIKAČNÍ ÚDAJE	2
2	OBSAH ŠKOLNÍHO VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU	3
3	PROFIL ABSOLVENTA ŠVP	5
3.1	POPIS UPLATNĚNÍ ABSOLVENTA V PRAXI.....	5
3.2	VÝČET OČEKÁVANÝCH KOMPETENCÍ ABSOLVENTA	5
3.3	ZPŮSOB UKONČENÍ VZDĚLÁVÁNÍ A POTVRZENÍ DOSAŽENÉHO VZDĚLÁNÍ A MOŽNOSTI DALŠÍHO VZDĚLÁVÁNÍ	10
4	CHARAKTERISTIKA ŠKOLNÍHO VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU	11
4.1	POJETÍ (KONCEPCE) VZDĚLÁVÁNÍ.....	11
4.2	ORGANIZACE VÝUKY	21
4.3	HODNOCENÍ ŽÁKŮ	22
4.4	VZDĚLÁVÁNÍ ŽÁKŮ SE SPECIÁLNÍMI VZDĚLÁVACÍMI POTŘEBAMI A ŽÁKŮ MIMOŘÁDNĚ NADANÝCH	24
4.5	POŽADAVKY NA BEZPEČNOST A OCHRANU ZDRAVÍ PŘI PRÁCI, HYGIENU PRÁCE A POŽÁRNÍ OCHRANU.....	27
4.6	PODMÍNKY PRO PŘIJETÍ KE STUDIU	29
4.7	UKONČOVÁNÍ VZDĚLÁVÁNÍ	30
5	CHARAKTERISTIKA ŠKOLNÍHO VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU PRO DÁLKOVOU FORMU VZDĚLÁVÁNÍ	31
5.1	PODMÍNKY PRO PŘIJETÍ KE STUDIU	31
5.2	CELKOVÉ POJETÍ VZDĚLÁVÁNÍ V DANÉM PROGRAMU	31
5.3	ORGANIZACE VÝUKY	31
5.4	HODNOCENÍ, KLASIFIKACE	32
5.5	UKONČOVÁNÍ VZDĚLÁVÁNÍ	32
6	UČEBNÍ PLÁN	33
7	PŘEHLED ROZPRACOVÁNÍ OBSAHU VZDĚLÁVÁNÍ V RVP DO ŠVP.....	36
8	UČEBNÍ OSNOVY	38
9	PERSONÁLNÍ A MATERIÁLNÍ ZABEZPEČENÍ VZDĚLÁVÁNÍ	180

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: <i>Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder</i> Školní vzdělávací program: <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Kód a název oboru vzdělávání: <i>69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér</i> Délka a forma studia: <i>tříleté denní studium a tříleté dálkové studium</i> Stupeň vzdělání: <i>střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3</i> Datum platnosti ŠVP: <i>od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025</i>	
9.1	PERSONÁLNÍ PODMÍNKY	180
9.2	MATERIÁLNÍ PODMÍNKY	181
10	CHARAKTERISTIKA SPOLUPRÁCE SE SOCIÁLNÍMI PARTNERY	183

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Délka a forma studia: <i>tříleté denní studium a tříleté dálkové studium</i> Stupeň vzdělání: <i>střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3</i> Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	---	--

3 PROFIL ABSOLVENTA ŠVP

3.1 *Popis uplatnění absolventa v praxi*

Absolvent školního vzdělávacího programu *Rekondiční a sportovní masér* se uplatní v povolání masér při poskytování profesionálních masérských služeb v provozovnách, studiích a salonech. Bude poskytovat poradenské služby z hlediska péče o tělo, správné životosprávy a zdravého životního stylu..

Absolvent se uplatní na trhu práce při výkonu povolání Masérské rekondiční a regenerační služby..
Jednou z dalších možností vzdělávání je pro absolventy školního vzdělávacího programu nástavbové studium.

3.2 *Výčet očekávaných kompetencí absolventa*

Vzdělávání v daném oboru směřuje v souladu s cíli středního odborného vzdělávání k tomu, aby si žáci vytvořili následující klíčové a odborné kompetence.

Klíčové kompetence:

Absolvent by měl:

- mít pozitivní vztah k učení a vzdělávání;
- ovládat různé techniky učení, umět si vytvořit vhodný studijní režim a podmínky;
- uplatňovat různé způsoby práce s textem (zvláště studijní a analytické čtení), umět efektivně vyhledávat a zpracovávat informace; být čtenářsky gramotný;
- s porozuměním poslouchat mluvené projevy (např. výklad, přednášku, proslov), pořizovat si poznámky;
- využívat ke svému učení různé informační zdroje, včetně svých zkušeností i zkušeností jiných lidí;
- sledovat a hodnotit pokrok při dosahování cílů svého učení, přijímat hodnocení výsledků svého učení od jiných lidí;
- znát možnosti svého dalšího vzdělávání, zejména v oboru a povolání.
- porozumět zadání úkolu nebo určit jádro problému, získat informace potřebné k řešení problému, navrhnout způsob řešení, popř. varianty řešení, a zdůvodnit jej, vyhodnotit a ověřit správnost zvoleného postupu a dosažené výsledky;
- uplatňovat při řešení problémů různé metody myšlení (logické, matematické, empirické) a myšlenkové operace;
- volit prostředky a způsoby (pomůcky, studijní literaturu, metody a techniky) vhodné pro splnění jednotlivých aktivit, využívat zkušenosti a vědomosti nabyté dříve;

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

- spolupracovat při řešení problémů s jinými lidmi (týmové řešení).
- vyjadřovat se přiměřeně účelu jednání a komunikační situaci v projevech mluvených i psaných a vhodně se prezentovat;
- formulovat své myšlenky srozumitelně a souvisle, v písemné podobě přehledně a jazykově správně;
- účastnit se aktivně diskusí, formulovat a obhajovat své názory a postoje;
- zpracovávat administrativní písemnosti, pracovní dokumenty i souvislé texty na běžná i odborná témata;
- dodržovat jazykové a stylistické normy i odbornou terminologii;
- zaznamenávat písemně podstatné myšlenky a údaje z textů a projevů jiných lidí (přednášek, diskusí, porad apod.);
- vyjadřovat se a vystupovat v souladu se zásadami kultury projevu a chování;
- dosáhnout jazykové způsobilosti potřebné pro komunikaci v cizojazyčném prostředí nejméně v jednom cizím jazyce;
- dosáhnout jazykové způsobilosti potřebné pro pracovní uplatnění podle potřeb a charakteru příslušné odborné kvalifikace (např. porozumět běžné odborné terminologii a pracovním pokynům v písemné i ústní formě);
- chápat výhody znalosti cizích jazyků pro životní i pracovní uplatnění, být motivováni k prohlubování svých jazykových dovedností v celoživotním učení.
- posuzovat reálně své fyzické a duševní možnosti, odhadovat důsledky svého jednání a chování v různých situacích;
- stanovovat si cíle a priority podle svých osobních schopností, zájmové a pracovní orientace a životních podmínek;
- reagovat adekvátně na hodnocení svého vystupování a způsobu jednání ze strany jiných lidí, přijímat radu i kritiku;
- ověřovat si získané poznatky, kriticky zvažovat názory, postoje a jednání jiných lidí;
- mít odpovědný vztah ke svému zdraví, pečovat o svůj fyzický i duševní rozvoj, být si vědomi důsledků nezdravého životního stylu a závislostí;
- adaptovat se na měnící se životní a pracovní podmínky a podle svých schopností a možností je pozitivně ovlivňovat, být připraveni řešit své sociální i ekonomické záležitosti, být finančně gramotní;
- pracovat v týmu a podílet se na realizaci společných pracovních a jiných činností;
- přijímat a odpovědně plnit svěřené úkoly;
- podněcovat práci týmu vlastními návrhy na zlepšení práce a řešení úkolů, nezaujatě zvažovat návrhy druhých;
- přispívat k vytváření vstřícných mezilidských vztahů a k předcházení osobním konfliktům, nepodléhat předsudkům a stereotypům v přístupu k druhým.
- jednat odpovědně, samostatně a iniciativně nejen ve vlastním zájmu, ale i ve veřejném zájmu;
- dodržovat zákony, respektovat práva a osobnost druhých lidí (popř. jejich kulturní specifika), vystupovat proti nesnášenlivosti, xenofobii a diskriminaci;
- jednat v souladu s morálními principy a zásadami společenského chování, přispívat k uplatňování hodnot demokracie;

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

- uvědomovat si – v rámci plurality a multikulturního soužití – vlastní kulturní, národní a osobnostní identitu, přistupovat s aktivní tolerancí k identitě druhých;
- zajímat se aktivně o politické a společenské dění u nás a ve světě;
- chápat význam životního prostředí pro člověka a jednat v duchu udržitelného rozvoje;
- uznávat hodnotu života, uvědomovat si odpovědnost za vlastní život a spoluodpovědnost při zabezpečování ochrany života a zdraví ostatních;
- uznávat tradice a hodnoty svého národa, chápat jeho minulost i současnost v evropském a světovém kontextu;
- podporovat hodnoty místní, národní, evropské i světové kultury a mít k nim vytvořen pozitivní vztah.
- mít odpovědný postoj k vlastní profesní budoucnosti, a tedy i vzdělávání; uvědomovat si význam celoživotního učení a být připraveni přizpůsobovat se měnícím se pracovním podmínkám;
- mít přehled o možnostech uplatnění na trhu práce v daném oboru; cílevědomě a zodpovědně rozhodovat o své budoucí profesní a vzdělávací dráze;
- mít reálnou představu o pracovních, platových a jiných podmínkách v oboru a o požadavcích zaměstnavatelů na pracovníky a umět je srovnávat se svými představami a předpoklady;
- umět získávat a vyhodnocovat informace o pracovních i vzdělávacích příležitostech, využívat poradenské a zprostředkovatelské služby jak z oblasti světa práce, tak vzdělávání;
- vhodně komunikovat s potenciálními zaměstnavateli, prezentovat svůj odborný potenciál a své profesní cíle;
- znát obecná práva a povinnosti zaměstnavatelů a pracovníků;
- rozumět podstatě a principům podnikání, mít představu o právních, ekonomických, administrativních, osobnostních a etických aspektech soukromého podnikání; dokázat vyhledávat a posuzovat podnikatelské příležitosti v souladu s realitou tržního prostředí, se svými předpoklady a dalšími možnostmi.
- správně používat a převádět běžné jednotky;
- používat pojmy kvantifikujícího charakteru;
- provádět reálný odhad výsledku řešení dané úlohy;
- nacházet vztahy mezi jevy a předměty při řešení praktických úkolů, umět je vymezit,
- popsat a správně využít pro dané řešení;
- číst a vytvářet různé formy grafického znázornění (tabulky, diagramy, grafy, schémata apod.);
- aplikovat znalosti o základních tvarech předmětů a jejich vzájemné poloze v rovině i prostoru;
- efektivně aplikovat matematické postupy při řešení různých praktických úkolů v běžných situacích.
- pracovat s běžným základním a aplikačním programovým vybavením;
- učit se používat nové aplikace;

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

Odborné kompetence

Absolvent by měl:

- chápat bezpečnost práce jako nedílnou součást péče o zdraví své i spolupracovníků (i dalších osob vyskytujících se na pracovištích, např. klientů, zákazníků, návštěvníků) i jako součást řízení jakosti a jednu z podmínek získání či udržení certifikátu jakosti podle příslušných norem;
- znát a dodržovat základní právní předpisy týkající se bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a požární prevence;
- osvojit si zásady a návyky bezpečné a zdravé neohrožující pracovní činnosti včetně zásad ochrany zdraví při práci u zařízení se zobrazovacími jednotkami (monitory, displeji apod.), rozpoznali možnost nebezpečí úrazu nebo ohrožení zdraví a byli schopni zajistit odstranění závad a možných rizik;
- znal systém péče o zdraví pracujících (včetně preventivní péče, uměli uplatňovat nároky na ochranu zdraví v souvislosti s prací, nároky vzniklé úrazem nebo poškozením zdraví v souvislosti s vykonáváním práce);
- byl vybaven vědomostmi o zásadách poskytování první pomoci při náhlém onemocnění nebo úrazu a dokázali první pomoc sami poskytnout;
- uměl vypracovat provozní řád masérské provozovny
- chápal kvalitu jako významný nástroj konkurenceschopnosti a dobrého jména organizace;
- dodržoval stanovené normy (standardy) a předpisy související se systémem řízení jakosti zavedeným na pracovišti;
- dbal na zabezpečování parametrů (standardů) kvality procesů, výrobků nebo služeb, zohledňovali požadavky klienta (zákazníka, občana).
- znal význam, účel a užitečnost vykonávané práce, její finanční, popř. společenské ohodnocení;
- zvažoval při plánování a posuzování určité činnosti (v pracovním procesu i v běžném životě) možné náklady, výnosy a zisk, vliv na životní prostředí, sociální dopady;
- efektivně hospodařil s finančními prostředky;
- nakládal s materiály, energiemi, odpady, vodou a jinými látkami ekonomicky a s ohledem na životní prostředí.
- volil vhodný druh a postup masáže v souladu s požadavky a zdravotním stavem klienta, technologickými postupy a novými vědeckými poznatky;
- obsluhoval dokonale přístrojové vybavení provozovny a prováděli běžnou údržbu používaných zařízení a pomůcek;
- poskytoval poradenskou službu, propagovali nové postupy a přípravky pro masérské služby a doporučovali zdravý životní styl;
- dodržoval pracovní kázeň, samostatně organizovali svou práci;
- vedl kartotéku klientů;

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

- sledoval nové předpisy vztahující se k jejich činnosti – zákony, vyhlášky, předpisy, novely stávajících předpisů;
- zvyšoval soustavně svou odbornou úroveň studiem odborné literatury a časopisů a návštěvami odborných kurzů, seminářů a předváděcích akcí.
- volil vhodné přípravky podle jejich vlastností a možností použití;
- bezpečně manipuloval s přípravky a volil vhodné podmínky a způsoby jejich uskladnění;
- dodržoval správné dávkování přípravků a způsoby bezpečné likvidace po skončení jejich životnosti;
- sledoval průběžně nabídku nových přípravků a možnosti jejich použití a vhodným způsobem je doporučovali klientům.
- udržoval pracoviště čisté, esteticky upravené a účelně zařízené;
- posuzoval možnost poskytnutí masérských služeb z hlediska aktuálního zdravotního stavu klienta a rozhodovali, kdy zdravotní stav klienta vyžaduje návštěvu lékaře;
- důsledně dodržoval zdravotně-hygienické předpisy a zásady osobní a provozní hygieny.
- vystupoval profesionálně a kultivovaně ve vztahu ke klientům, spolupracovníkům a obchodním partnerům;
- vhodně navazoval kontakt s klienty, uměl s nimi hovořit a naslouchat jim;
- řešil nezvyklé a problémové situace ve styku s klienty, spolupracovníky i obchodními partnery;
- uměl se vyrovnat se stresovými situacemi, regulovali své chování, aby nedocházelo ke konfliktům a napětí mezi lidmi, pečovali o své duševní zdraví;
- pečoval soustavně o rozvoj své osobnosti, o svůj vzhled a osobní hygienu.
- využíval marketingové nástroje k prezentaci firmy a nabídce masérských služeb, organizoval průzkum trhu a výsledky vyhodnocoval a aplikovali;
- orientoval se v ekonomicko-právním zabezpečení provozu;
- sjednával nákup přípravků používaných při poskytování masérských služeb;
- zhotovoval ceníky úkonů a kalkulovali spotřebu a prodejní cenu nabízených přípravků;
- vyhotovoval obchodní písemnosti v souladu s normalizovanou úpravou;
- používal počítačové programy pro vedení kartotéky a výkon dalších administrativních prací.

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

Digitální kompetence

Vzdělávání směřuje k tomu, aby absolventi byli schopni se orientovat v digitálním prostředí a využívat digitální technologie bezpečně, sebejistě, kriticky a tvořivě při práci, při učení, ve volném čase i při svém zapojení do společenského života, tzn. že absolvent:

- ovládá potřebnou sadu digitálních zařízení, aplikací a služeb, včetně nástrojů z oblasti umělé inteligence, využívá je ve školním a pracovním prostředí i při zapojení do veřejného života; digitální technologie a způsob jejich použití nastavuje a mění podle toho, jak se vyvíjejí dostupné možnosti a jak se mění jeho vlastní potřeby nebo pracovní prostředí a nástroje;
- získává, posuzuje, spravuje, sdílí a sděluje data, informace a digitální obsah v různých formátech v osobní či profesní komunitě; k tomu volí efektivní postupy, strategie a způsoby, které odpovídají konkrétní situaci a účelu;
- vytváří, vylepšuje a propojuje digitální obsah v různých formátech; vyjadřuje se za pomoci digitálních prostředků;
- navrhuje prostřednictvím digitálních technologií taková řešení, která mu pomohou vylepšit postupy či technologie či jejich části; dokáže poradit ostatním s běžnými technickými problémy;
- vyrovnává se s proměnlivostí digitálních technologií a posuzuje, jak vývoj technologií ovlivňuje společnost, osobní a pracovní život jedince a životní prostředí, zvažuje rizika a přínosy;
- předchází situacím ohrožujícím bezpečnost zařízení i dat, situacím ohrožujícím jeho tělesné a duševní zdraví i zdraví ostatních; při spolupráci, komunikaci a sdílení informací v digitálním prostředí jedná eticky, s ohleduplností a respektem k druhým.

3.3 Způsob ukončení vzdělávání a potvrzení dosaženého vzdělání a možnosti dalšího vzdělávání

Vzdělávání je ukončeno závěrečnou zkouškou, která se koná a organizuje podle platných předpisů MŠMT. Dokladem o dosažení stupně vzdělání je vysvědčení o závěrečné zkoušce a výuční list. Úspěšné vykonání závěrečné zkoušky a získání výučního listu umožňuje absolventovi ucházet se o studium navazujících studijních vzdělávacích programů ve středních odborných školách a středních odborných učilištích, čímž může získat úplné střední vzdělání. Absolvent je připraven prohlubovat si specifické znalosti v oboru různými školeními a kurzy.

Stupeň dosaženého vzdělání:

- ✓ střední vzdělání s výučním listem
- ✓ Kvalifikační úroveň EQF3

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Délka a forma studia: <i>tříleté denní studium a tříleté dálkové studium</i> Stupeň vzdělání: <i>střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3</i> Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	---	--

4 CHARAKTERISTIKA ŠKOLNÍHO VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU

4.1 *Pojetí (koncepce) vzdělávání*

V centru pozornosti stojí v tomto systému příjemce vzdělávací služby - žák a jeho co nejširší podíl na tvorbě a zkvalitňování vzdělávacího programu. Vzdělávací strategie školy počítá s trvalým procesem zjišťování a vyhodnocování vzdělávacích potřeb žáků. Klíčovým principem uplatňovaným v rámci daného modelu řízení kvality je princip trvalého zlepšování, který provází všechny činnosti a aktivity školy.

Pedagogická koncepce školy důsledně vychází z principu spoluzodpovědnosti žáků za vlastní vzdělání podle § 2 zákona 561/2004 Sb., jehož uplatnění rozvíjí žákovské osobnostní kompetence – potřeba pracovat na vlastním rozvoji, plánovat sebezdokonalování, chápat nutnost celoživotního vzdělávání ve znalostní společnosti třetího tisíciletí.

Vzdělávací strategie školy je založena na těsném propojení teoretické výuky s praxí a s konkrétní praktickou zkušeností žáků. Výuka je členěna podle časové dotace jednotlivých předmětů do týdenních bloků teoretického vyučování a odborného výcviku.

Obsah školního vzdělávacího programu je koncipován jako systém, poskytující na jejím počátku základní vědomosti a dovednosti. Další fáze přípravy pak tento základ rozšiřuje. Postupná orientace umožňuje přípravu na povolání *rekondiční a sportovní masér*.

Vzdělávací program je tvořen kombinovaně, tzn. že všeobecné předměty jsou zpracovány předmětově a s učebními osnovami. Odborné teoretické předměty a odborný výcvik modulově. Odborné předměty i předmět Odborný výcvik je strukturován do jednotlivých modulů, které mají vertikální propustnost mezi jednotlivými stupni vzdělávání masérských povolání.

Odborné vzdělávání je strukturováno do tří etap. První etapa, realizována v 1. ročníku přípravy, má obecnější charakter a tvoří základ, který je z větší části společný všem masérským oborům. Jejím hlavním cílem je seznámení žáků s cíli přípravy, se základními prostředky masáže, zejména však s pracovním prostředím, s obsahem a charakterem činností vykonávaných v povoláních v masérství.

Druhou etapou je širěji koncipována základní příprava na masérská povolání, jejichž obsahem jsou především činnosti vyskytující se převážně při masérských činnostech.

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

Ve třetí etapě, realizované převážně ve 3. ročníku, se vědomosti a dovednosti žáků dále prohlubují, lze je však také rozlišovat určitým směrem, což představuje první fázi profesní specializace.

Metody a formy vzdělávání

Metody a formy vzdělávání volí vyučující se zřetelem k charakteru situace v pedagogickém procesu i s ohledem na možnosti školy. Při sestavování obsahu vzdělávání jsou respektovány požadavky sociálních partnerů příslušné odbornosti. Učivo odborných předmětů je vybráno s ohledem na možnosti pracovního uplatnění absolventa v různých tuzemských i zahraničních masérských provozovnách.

Cílem vzdělávacího programu je poskytnout žákům určité množství všeobecných a odborných poznatků a dovedností pro práci maséra.

Všeobecně vzdělávací předměty rozšiřují a prohlubují všeobecné znalosti a dovednosti žáka a vytvářejí předpoklady pro odborné vzdělávání.

Jazykové vzdělávání zahrnuje výuku mateřského jazyka, jeho správné používání i v mimoškolním životě, vzbuzení zájmu žáků o četbu. Rozvíjí především komunikativní dovednosti žáků, tj. schopnost vyjadřovat se samostatně a souvisle, vysvětlit a zdůvodnit svůj názor.

Společenskovední vzdělávání se realizuje v předmětu Občanská nauka. Jeho cílem je přispět k přípravě žáků na jejich osobní i občanský život v demokratickém státě tak, aby se žáci lépe orientovali ve společnosti a mohli se zapojit do ovlivňování veřejných záležitostí a dokázali řešit i své soukromé problémy.

Matematické vzdělávání se podílí na rozvíjení samostatného a logického myšlení. Žák se naučí využívat vědomosti a jednoduché matematické dovednosti získané na základní škole při řešení různých situací v pracovním i osobním životě.

Rozvoj tělesné kultury je zaměřen na rozvíjení fyzických dispozic žáků a na vytváření návyků směřujících k péči o tělo a zdraví.

Obsah *odborného vzdělávání* je vymezen a uspořádán tak, aby žákům poskytl ucelený soubor nejnужnějších vědomostí a s ohledem na vzdělatelnost žáků především odborných kompetencí a návyků potřebných pro jejich budoucí pracovní zařazení. Velká pozornost je proto věnována účelnému propojení a návaznosti odborných předmětů a odborný výcvik. Odborný výcvik je zajišťován tak, aby žáci poznali celý technologický proces.

Vzdělávání žáků se specifickými vzdělávacími potřebami (dyslexií, dysgrafií) je organizováno vhodnými metodami, formami výuky a hodnocením výuky. Je voleno individuální tempo, nahrazení psaní dlouhých textů testy, u PC – korektury textů, speciální formy učení. Vyučovací proces ve školním vzdělávacím programu směřuje ve všech svých fázích k osvojení, rozvoji a upevnění klíčových kompetencí.

Rozvoj klíčových kompetencí ve výuce

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

Žák je učitelem motivován k vlastní aktivitě a kreativitě, je mu umožněno bezprostředně aplikovat teoretické poznatky i praktické dovednosti v komplexně projektovaných praktických úkolech, co nejvíce podobných reálným pracovním úkonům. Kompetence a jejich rozvoj budou směřovat k propojení teorie a praxe tak, aby žák nebyl pouze pasivním příjemcem, ale aby aktivně rozvíjel získané poznatky. Dále je kladen důraz na dílčí odborné úkoly a získávání pracovních zkušeností směřujících k samostatnosti a uplatnitelnosti ve světě práce.

Vyučovací proces ve školním vzdělávacím programu směřuje ve všech svých fázích k osvojení, rozvoji a upevnění klíčových kompetencí:

- Kompetence k učení
- kompetence k řešení problémů
- komunikativní kompetence
- Personální a sociální kompetence
- Občanské kompetence a kulturní povědomí
- Kompetence k pracovnímu uplatnění a podnikatelským aktivitám
- Matematické kompetence
- Digitální kompetence

Tyto klíčové kompetence se jako základní postoje, návyky a dovednosti žáků průběžně rozvíjejí:

- v procesu teoretického vyučování;
- v procesu odborného vyučování;
- při mimo vyučovacích a dobrovolných aktivitách;
- při uplatnění mezipředmětových vztahů a vazeb;
- při realizaci mezipředmětových týmových projektů;
- při všech formách implementace školního vzdělávacího programu do praxe;

Odborné kompetence

- BOZP
- Usilovat o nejvyšší kvalitu své práce
- Jednat ekonomicky a v souladu se strategií udržitelného rozvoje
- Vykonávat odborné činnosti při poskytování masérských služeb
- Volit a používat přípravky v souladu s technologickými postupy
- Uplatňovat zdravotní hlediska a zásady hygieny při poskytování masérských služeb
- Vykonávat obchodně-podnikatelské aktivity v masérských službách

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

Odborné kompetence absolventa zohledňují rovněž požadavky trhu práce vycházející z NSK – ze standardů úplné profesní kvalifikace a charakterizují požadované kompetence absolventa na výstupu. Lze jich dosahovat průběžně při postupném zvyšování znalostí a dovedností v průběhu vzdělávacího procesu, zejména při praktické přípravě s ohledem na kvalitu výsledků vzdělávání.

Celkový způsob života školy, všechny procesy, činnosti a aktivity školy, přístupy týmu vyučujících i ostatních pracovníků školy jsou založeny na principech demokratické občanské společnosti, na zásadách a principech trvale udržitelného rozvoje, na pravidlech pro profesní uplatnění v rámci moderního dynamického trhu práce i na strategii všestranné aplikace digitálních technologií ve všech oblastech práce školy.

4.2 Průřezová témata

jsou nedílnou součástí koncepce školy a jejich zásady, principy a hodnoty si žáci osvojují a průběžně je aktivně uplatňují při vědomí nutnosti stálých inovací:

při zapojení do konkrétních školních aktivit a projektů v běžném každodenním životě školy průběžně ve výuce jednotlivým předmětům při vlastních i mezipředmětových projektech a prezentacích

Z realizace průřezových témat vyplývá i osvojení základních kompetencí absolventa:

- kompetence občana v demokratické společnosti
- kompetence k environmentálnímu, občanskému i profesnímu jednání v souladu se strategií trvale udržitelného rozvoje
- kompetence k pracovnímu uplatnění
- kompetence k práci s informacemi v oblasti digitálních technologií

Začleňování průřezových témat

Zařazení průřezových témat do výuky je zaměřeno tak, aby si žák uvědomil vzájemnou použitelnost a souvislost znalostí a dovedností z různých vzdělávacích oblastí. Průřezová témata výrazně formují charakter žáků a jejich postoje. Průřezová témata jsou zařazována do všech ročníků vždy podle vhodné vazby na učivo.

Občan v demokratické společnosti **Charakteristika tématu**

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

Výchova k demokratickému občanství se zaměřuje na vytváření a upevňování takových postojů a hodnotové orientace žáků, které jsou potřebné pro fungování a zdokonalování demokracie. Nejde však pouze o postoje, hodnoty a jejich preference, ale také o budování občanské gramotnosti žáků, tj. osvojení si faktické, věcné a normativní stránky jednání odpovědného aktivního občana.

Výchova k demokratickému občanství se netýká jen společenskovední oblasti vzdělávání, v níž se nejvíce realizuje, ale prostupuje celým vzděláváním a nezbytnou podmínkou její realizace je demokratické klima školy, otevřené rodičům a k širší občanské komunitě v místě školy.

Přínos tématu k naplňování cílů rámcového vzdělávacího programu

K odpovědnému a demokratickému občanství je třeba mít dostatečně rozvinuté klíčové kompetence (komunikativní a personální kompetence, kompetence k řešení problémů a k práci s informacemi), proto je jejich rozvíjení při výchově demokratickému občanství velmi významné.

Kromě toho jsou žáci vedeni k tomu, aby:

- měli vhodnou míru sebevědomí, sebe-zodpovědnosti a schopnost morálního úsudku;
- byli připraveni si klást základní existenční otázky a hledat na ně odpovědi a řešení;
- a její rozvoj;
- pro všední den (potřebné právní minimum pro soukromý a občanský život).

Těžiště realizace průřezového tématu se předpokládá v/ve:

- vytvoření demokratického klimatu školy (např. dobré přátelské vztahy mezi učiteli a žáky a mezi žáky navzájem);
- náležitým rozvržení prvků průřezového tématu do jednotlivých částí kurikulárních rámců školního vzdělávacího programu včetně plánované činnosti žáků mimo vyučování, která směřuje k poznání, jak demokracie funguje v praxi, zvláště na úrovni obcí a občanské společnosti;
- cílevědomém úsilí o dobré znalosti a dovednosti žáků, které jsou nezbytně potřebné pro informované a odpovědné politické a jiné občanské rozhodování a jednání;

- promyšleném a funkčním používání aktivizujících metod a forem práce ve výuce, tj. např. problémové a projektové učení, rozvoj funkční gramotnosti žáků

(schopnost číst textový materiál s porozuměním, interpretovat jej a hodnotit, využívat jej), diskusní a simulační metody a podobně;

- realizaci mediální výchovy.

Člověk a životní prostředí

Charakteristika tématu

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	---	--

Zákon o životním prostředí uvádí, že výchova, osvěta a vzdělávání mají vést k myšlení a jednání, které je v souladu s principem trvale udržitelného rozvoje, k vědomí odpovědnosti za udržení kvality životního prostředí a jeho jednotlivých složek a k účtě k životu ve všech jeho formách.

Přínos tématu k naplňování cílů rámcového vzdělávacího programu

Téma Člověk a životní prostředí vychází z komplexního chápání vztahů člověka a prostředí a integruje poznatky zahrnuté do jednotlivých složek, oblastí a okruhů vzdělávání. Většinou se jedná o okruhy zaměřené na materiálové a energetické zdroje, kvalitu pracovního prostředí, vlivy pracovních činností na prostředí a zdraví a na řídicí činnosti, ale i technologické metody a pracovní postupy.

Obsah tématu a jeho realizace

Téma Člověk a životní prostředí integruje poznatky a dovednosti začleněné do jednotlivých složek, oblastí a okruhů všeobecného i odborného vzdělávání. Obsah tématu je možno rozdělit do níže uvedených obsahových celků.

Jedná se o tyto obsahové okruhy:

- základní biologické poznatky (stavba, funkce a typy buněk, děje v buňkách, základy genetiky, vlastnosti organismů);
- základy obecné ekologie (organismus a prostředí, adaptace a tolerance organismů, a biotické podmínky života v přírodě, zdroje energie a látek v přírodě, koloběh látek v přírodě, výživa a potravní vztahy, koncentrace škodlivin v potravním řetězci,
- jedinec, druh, populace a jejich vztahy, početnost populace, společenstva, ekosystémy, biosféra, základy krajinné ekologie, ovlivňování krajiny člověkem);
- ekologie člověka (vývoj člověka, vliv činností člověka na prostředí, růst lidské populace a globální problémy, demografie, vlivy prostředí na lidské zdraví, ochrana zdraví, dobrovolná a vynucená zdravotní rizika, problematika drog, význam zdravé životosprávy, hodnotové orientace člověka a mezilidských vztahů pro celkový životní styl jedince a společnosti);
- životní prostředí člověka (vymezení pojmu životní prostředí, monitoring, životní
- prostředí člověka, vlivy člověka na ovzduší a klima, skleníkový jev, ozónová vrstva, znečištění ovzduší – plyny, kyselé srážky, smog, znečištění ovzduší vnitřních prostorů, emise, imise, využívání a znečišťování vody, čištění vody, zdravotní rizika ze znečištěné vody, půda a její složení, změna struktury půdy a její poškozování, ochrana půdy, produkce potravin, zdroje energie a látek, vztah zdroje a suroviny, rozdělení přírodních zdrojů z hlediska jejich obnovitelnosti a vyčerpatelnosti, odpady
- vznik, druhy, zneškodňování, způsoby minimalizace vzniku odpadu, vliv člověka na živou přírodu – devastace lesů, kácení tropických lesů, snižování druhové rozmanitosti);
- ochrana přírody, prostředí a krajiny (biologická rozmanitost Země, utváření pocitu osobní, občanské a profesní odpovědnosti za stav životního prostředí, úloha státu při řešení problémů životního prostředí, ochrana rostlin a živočichů, ochrana přírody a krajiny, chráněná území, nástroje

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

společnosti na ochranu prostředí, právní předpisy ČR a EU, mezinárodní úmluvy, strategie trvale udržitelného rozvoje, realizace péče o životní prostředí);

- ekologické aspekty pracovní činnosti v odvětvích a povoláních zahrnutých v daném oboru vzdělání.

Cíle environmentální výchovy a vzdělávání je možno realizovat ve třech rovinách:

- informativní, směřující k získání potřebných znalostí a dovedností, jejich chápání a hodnocení;
- formativní, zaměřené zejména na vytváření hodnot a postojů ve vztahu k životnímu prostředí (etických, citových, estetických apod.);
- sociálně-komunikativní, zaměřené na rozvoj dovedností, vyjadřovat a zdůvodňovat své názory, zprostředkovávat informace, obhajovat řešení problematiky životního prostředí a působit pozitivním směrem na jednání a postoje druhých lidí.

V 1. Ročníku žáci absolvují povinný modul **Kurz environmentální výchovy**.

Člověk a svět práce

Charakteristika tématu

Průřezové téma Člověk a svět práce doplňuje znalosti a dovednosti žáka získané v odborné složce vzdělávání o nejdůležitější poznatky a dovednosti související s jeho uplatněním ve světě práce, které by mu měly pomoci při rozhodování o další profesní a vzdělávací orientaci, při vstupu na trh práce a při uplatňování pracovních práv.

Přínos tématu k naplňování cílů rámcového vzdělávacího programu

Téma Člověk a svět práce přispívá k naplňování cílů vzdělávání, zejména v rozvoji následujících obecných kompetencí:

- identifikace a formulování vlastních priorit a cílů;
- práce s informacemi, vyhledávání, vyhodnocování a využívání kariérových informací;
- odpovědné rozhodování na základě vyhodnocení získaných informací;
- aktivní a tvořivý přístup při vytváření profesní kariéry;
- verbální komunikace při důležitých jednáních a sebe prezentace;
- otevřenost vůči celoživotnímu učení.

Hlavním cílem průřezového tématu je vybavit žáka znalostmi a kompetencemi, které mu pomohou optimálně využít svých osobnostních a odborných předpokladů pro úspěšné uplatnění na trhu práce a pro budování profesní kariéry.

Uskutečňování tohoto cíle předpokládá:

- vést žáka k osobní odpovědnosti za vlastní život;
- naučit žáka formulovat své profesní cíle, plánovat a cílevědomě vytvářet profesní kariéru podle svých potřeb a schopností;

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	---	--

- motivovat žáka k celoživotnímu učení pro udržení konkurenceschopnosti na trhu práce a pro aktivní osobní i profesní rozvoj;
- seznámit žáka s globalizovaným světem práce a rozvojem pracovních příležitostí;
- naučit žáka vyhledávat v relevantních informačních zdrojích a kriticky posuzovat informace o profesních příležitostech a možnostech dalšího vzdělávání;
- naučit žáka efektivní sebe prezentaci při jednání s potenciálními zaměstnavateli;
- seznámit žáka se základními aspekty pracovního vztahu, právy a povinnostmi zaměstnanců a zaměstnavatelů i aspekty soukromého podnikání, včetně klíčových právních předpisů;
- představit žákům služby kariérového poradenství a služby zaměstnanosti.

Obsah tématu a jeho realizace

Obsah tématu je možné rozdělit do následujících obsahových okruhů:

1. Individuální příprava na pracovní trh

- sebereflexe ve vztahu k osobním profesním a vzdělávacím plánům, mimoškolním aktivitám, přístupu k učení a studijním výsledkům, schopnostem, vlastnostem i zdravotním předpokladům, vytvoření osobního portfolia dovedností i se zkušenostmi z informálního učení;
- písemná i verbální prezentace v prostředí trhu práce – formy aktivního hledání práce, zpracování žádosti o zaměstnání, formy životopisů a motivačních dopisů a jejich vytvoření, praktická příprava na jednání s potenciálním zaměstnavatelem, přijímací pohovor a výběrové řízení;
- vyhledávání zaměstnání, informační zdroje a jejich vyhodnocení;
- aktivní plánování a projektování profesní kariéry, dosahování cílů podle stanoveného plánu.

2. Svět vzdělávání

- význam celoživotního učení jako požadavku pro osobní růst a udržení konkurenceschopnosti a profesní restart;
- formální a neformální vzdělávací příležitosti, možnosti vzdělávání v zahraničí, návaznosti vzdělávání po absolvování střední školy, rekvalifikace;
- ověřené kariérové informace jako podmínka při rozhodování o profesních a vzdělávacích záměrech
- informační zdroje, posuzování informací o vzdělávání, pracovních nabídkách, trhu práce.

3. Svět práce

- trh práce z hlediska globalizace i regionální ekonomiky, jeho ukazatele, všeobecné vývojové trendy, požadavky zaměstnavatelů;
- nové formy a podmínky práce, pracovní mobilita, možnosti zaměstnání v zahraničí;

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

Člověk a digitální svět

Charakteristika tématu

Digitální technologie přinášejí vzdělávání řadu nových příležitostí. Schopnost bezpečně, sebejistě, kriticky a tvořivě využívat digitální technologie pro učení, vzdělávání se a zvyšování vlastní kvalifikace, stejně jako při práci, občanských aktivitách i ve volném čase je jedna z klíčových kompetencí a je nezbytná pro schopnost celoživotního učení i zapojení absolventů do společenského a pracovního života.

Cílem tématu je začlenit digitální technologie do výuky a do života školy a propojit formální výuku se zkušenostmi žáků z jejich neformálních vzdělávacích aktivit a učení mimo školu. Důležitým předpokladem rozvoje digitálních dovedností žáků i formování jejich postojů a hodnot souvisejících s využíváním digitálních technologií je promyšlené a plánované využívání digitálních technologií ve výuce různých předmětů tak, aby měli žáci dostatek příležitostí učit se s nimi bezpečně a tvořivě pracovat a diskutovat o možnostech i rizicích jejich využití. Přínos tématu k naplňování cílů rámcového vzdělávacího programu.

Hlavním cílem průřezového tématu je vybavit žáky digitálními kompetencemi, ty mají podpůrný charakter ve vztahu ke všem složkám kurikula.

Digitální kompetence chápeme jako průřezové klíčové kompetence, tj. kompetence, bez kterých není možné u žáků plnohodnotně rozvíjet další klíčové kompetence. Jejich základní charakteristikou je aplikace – využití digitálních technologií při nejrůznějších činnostech, při řešení nejrůznějších problémů.

Zařazení MPP v rámci výuky

Prevence rizikového chování je součástí vlastního školního vzdělávacího programu.

Cílem prevence je výchova dětí ke zdravému způsobu života, začíná od nejútlejšího věku a pokračuje i v době středoškolského studia, jak ve složce tělesné, duševní tak i sociální, tzn. osvojování si pozitivního sociálního chování a rozvíjení osobnosti dítěte/žáka.

Témata prevence jsou ve výchovně vzdělávacím procesu vhodně začleněna do jednotlivých předmětů v rámci výuky.

Oblast vzdělávání	Předmět	Ročník	Téma
Český jazyk, ZSV	Český jazyk	1.	Záškoláctví
		2.	Zdravý životní styl
		3.	Formy manipulace a způsoby obrany
	Literární výchova	1.	Intolerance
		2.	Závislostní chování

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

	Občanská nauka	1. 2. 3.	Negativní působení sekt, radikalismus, extremismus Agrese, násilí, šikana, závislostní chování Antisemitismus, extremismus, rasismus, xenofobie, terorismus
	Profesní komunikace a psychologie	1. 2. 3.	Rizikové formy komunikace prostřednictvím multimédií, závislostní chování Sexuální rizikové chování, agrese, šikana Poruchy příjmu potravy, zdravý životní styl
Přírodní vědy	Matematika	1. 2. 3. 4.	Záškoláctví - výpočet procentuální absence žáků Grafické sledování vývoje nezaměstnanosti Statistika hospodářské kriminality Ošidnost pyramidových her
	ZPV-Chemie	1. -3.	Vznik, výroba a účinky návykových látek a jejich vliv na člověka
	ZPV-Biologie	1. -3.	Nákazy, antikoncepce, lidské tělo, sex. Výchova, zdravé životní návyky, účinky návykových látek na organismus, třídění odpadu
	Základy ekologie	1.	Ochrana přírody, třídění odpadu
Cizí jazyk	AJ	1. – 3.	Jídlo – zdravý životní styl. Škola – záškoláctví, šikana. Volný čas – drogové závislosti . Média – kyberšikana.
Ekonomika	Ekonomika	1. – 3.	Hospodářská kriminalita a korupce
TV	Tělesná výchova	1. 2. 3.	Zdraví jedince, zdravý životní styl (strava, pohyb, regenerace), První pomoc Využití volného času formou sportu (nabídka školních i mimoškolních aktivit), První pomoc Aktivní socializace (skupinové formy aktivit vedoucí ke kvalitě mezilidských vztahů)
IT	Informatika	1. 2.	Kyberšikana, Vyhledávání inter. stránek organizací poskytující pomoc dětem Sociální síť, krádež identity, Násilí ve hrách a na internetu

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

		3.	Bezpečné chování na internetu, závislost na PC a na internetu
Zdravotnictví	Somatologie	1. 2. 3.	Rizikové sporty Sexuálně rizikové chování Zdravá výživa
	První pomoc	2. 3.	Bezpečné poskytnutí PP Sociální dovednosti, Empatie
	Teorie masáží	1. 2. 3.	Záškoláctví Šikana Nebezpečné nástrahy na internetu
	Odborný výcvik- RS	1. 2. 3.	Rizika práce maséra Jednání s agresivním klientem Návykové látky a závislosti

4.2 Organizace výuky

Studium je organizováno jako tříleté denní. Je ukončené závěrečnou zkouškou podle příslušných právních norem a poskytuje střední vzdělání s výučním listem. Teoretická výuka je organizována v budově školy, odborný výcvik probíhá v odborných učebnách a na smluvních pracovištích u právnických osob i fyzických osob v regionu.

Výuka je členěna podle časové dotace jednotlivých předmětů do týdenních bloků teoretického vyučování a odborného výcviku.

Smluvní zajištění praktického vyučování žáků oboru *Rekondiční a sportovní masér* je realizováno v souladu s ustanovením § 65 školského zákona v podnikové sféře u právnických a fyzických osob na základě smlouvy o výuce. Smlouva je uzavírána obvykle na 1 školní rok.

Výuka u smluvních partnerů probíhá pod vedením instruktorů z řad zkušených pracovníků těchto firem a je kontrolována vedoucím učitelem odborného výcviku a zástupcem ředitele pro praktické vyučování.

Odborný výcvik v odborných učebnách (masérnách) škol zajišťují učitelé odborného výcviku a je organizován tak, aby žáci poznali celý technologický proces. Proto je nutné rozdělit třídu na učební skupiny. Obě skupiny se během školního roku střídají ve všech pracovních činnostech. V rámci odborného výcviku se žáci seznámí s alternativními masážními technikami (baňkování, lávové kameny, thajskou masáž).

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	---	--

Odborný výcvik prováděn formou zařazení studentů na tzv. individuální praxi ve vybraných masérských provozovnách pod dohledem instruktorů je organizován tak, aby se žáci podle předem stanoveného harmonogramu vystřídali na všech pracovištích.

V rámci výcviku je realizována praxe po skupinách 2-4 žáků, kteří vyjíždějí průběžně na pracoviště sociálních partnerů v období školního roku. Harmonogram pravidelně stanovuje mistr UOV. Průběh se uskutečňuje v několikadenních blocích v průběhu 2. a 3. ročníku na pracovištích fyzických a právnických osob. Obsahem jsou činnosti prováděné v běžném lázeňském procesu na pracovištích sociálních partnerů pod vedením odborných pracovníků. Doba strávená v reálném pracovním nebo modelovém prostředí je 12. týdnů.

Odborné kompetence jsou rozvíjeny i v předmětu *Profesní komunikace*.

Odborné kompetence jsou dále rozvíjeny nejnovějšími trendy v oboru a prezentovány prostřednictvím těchto organizačních forem výuky:

Exkurze - během studia vykonají žáci několik odborných exkurzí do masážních salónů, relaxačních studií a lázeňských zařízení, kde se jim naskytne příležitost na vlastní oči vidět provoz a běžný chod centra poskytující masérské, relaxační a regenerační služby.

Žáci mohou klást otázky personálu, vyzkoušet si různé technické a masážní pomůcky a pozorovat, jak probíhá jednání s klientem. Na závěr napíší krátkou zprávu o průběhu exkurse.

Konkrétně se jedná o následující zařízení:

- Centrum sociálních služeb - Hrabyně
- Wellness hotel Harmonie Luhačovice
- Lázně Velké Losiny
- Lázně Klimkovice
- Domov s pečovatelskou službou Sene Cura Havířov
- Další zařízení dle aktuální domluvy.

4.3 Hodnocení žáků

Při hodnocení průběžné i celkové klasifikace pedagogický pracovník uplatňuje přiměřenou náročnost a pedagogický takt vůči žákovi.

Na ostatní pravidla a podmínky, které nejsou ve vnitřních předpisech školy řešeny (školní řád a příloha č. 1 školního řádu-„Nové formy práce pedagogického pracovníka s cílem zvýšení kvality vzdělávání“), se v plném znění uplatní příslušné paragrafy zákona č. 561/2004 Sb. a vyhlášky č. 13/2005 Sb. ve znění novel. Různé formy hodnocení – písemné, ústní, testy s uzavřenými nebo otevřenými úlohami, sebehodnocení spolu s různým způsobem hodnocení – známkování, slovní hodnocení, bodový systém – směřuje k posouzení zvládnutí základních kompetencí.

Způsoby hodnocení teoretického vyučování.

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

Hodnocení ve všeobecně vzdělávacích předmětech a v teoretické výuce odborných předmětů se provádí formou ústní a písemnou. Písemné hodnocení je formou otevřených úloh nebo testu. Kromě faktických znalostí se hodnotí i forma vyjadřování a vystupování. U písemných prací se zohledňuje i grafická stránka. Dále se hodnotí samostatné domácí práce a referáty i aktivita žáků při vyučování.

Způsoby hodnocení odborného výcviku

V odborném výcviku ve škole se uplatňuje individuální hodnocení žáků. K hodnocení kvality jednotlivých pracovních úkolů se používá bodový systém obdobný tomu, který se používá pro hodnocení odborných soutěží a závěrečných zkoušek. Na odloučených pracovištích, kde vykonávají praxi celé skupiny žáků pod vedením učitele odborného výcviku (UOV), je způsob hodnocení stejný jako ve školních dílnách. Hodnocení žáků na provozních pracovištích probíhá na základě komunikace mezi vedoucím UOV a instruktorem, zaměstnancem firmy. Hodnocení žáků je zcela individuální, převládá zde slovní hodnocení a sebehodnocení.

Způsoby hodnocení klíčových kompetencí.

Hodnocení klíčových kompetencí se provádí v jednotlivých vyučovacích předmětech. Jedná se o komplexnější posouzení a hodnocení toho, jak žák komunikuje, jak je schopen spolupracovat interaktivně v kolektivu, jak využívá výpočetní techniku a numerické znalosti a jak je schopen své znalosti a dovednosti prezentovat.

Společné zásady při hodnocení:

Hlavní funkce hodnocení je informační a diagnostická; důležité je, aby nehodnotil jen sám učitel – má vést žáka k sebehodnocení a kolektivnímu hodnocení; hodnocení musí dát perspektivu všem žákům – zvláště těm slabým a žákům s SVP; základem pro hodnocení je partnerský, komunikativní přístup k žákům; respektování práva žáka na individuální rozvoj; učitel není jen ten, kdo stále určuje a hodnotí, ale vede na cestě poznání, inspiruje a pomáhá; chyba již není pokládána za nežádoucí jev, ale za přirozený, průvodní znak poznávání.

Hodnocení výsledků vzdělávání:

Žáci jsou hodnoceni vždy za příslušné období školního roku. Každý vyučující předmětu je povinen před zahájením výuky seznámit žáky s programem výuky včetně řazení názvů a rámcového obsahu jednotlivých modulů. Součástí také bude: anotace cílů vyučovaného předmětu, požadavky kladené na žáky v průběhu období, jakož i podmínky stanovené pro uzavírání modulů a seznam doporučené literatury ke studiu.

Hodnocení výsledků žáků vychází ze zákona o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání č. 561/2004 Sb., vyhlášky MŠMT o středním vzdělávání a vzdělávání v konzervatoři č. 13/2005 Sb., a pravidel hodnocení žáků, která jsou součástí školního řádu – příloha č. 1 školního řádu. Hodnoceny jsou výsledky vzdělávání žáka v jednotlivých povinných předmětech a jeho chování.

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	---	--

4.4 Vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a žáků mimořádně nadaných

Vzdělávání těchto žáků probíhá v souladu se zákonem č. 561/2004 Sb. a vyhlášky MŠMT č. 27/2016Sb., ve znění pozdějších předpisů. Ve škole se vzdělávají žáci se specifickými vývojovými poruchami učení, žáci se specifickými poruchami chování, žáci sociálně znevýhodnění a žáci ohrožení sociálně patologickými jevy.

Metody práce s žáky se specifickou vývojovou poruchou učení, specifickou poruchou chování a žáky sociálně znevýhodněné

Při práci s žáky se SVP postupujeme dle vyhlášky č. 27/2016 Sb., žáci jsou individuálně integrováni do běžné třídy. K žákům, kteří absolvovali speciální pedagogické vyšetření v poradenském zařízení (PPP, SPC), pak přistupujeme s ohledem na doporučení poradenského zařízení o volbě vhodného výchovného postupu. Práce s žáky se sociálním znevýhodněním spočívá především v jejich motivaci ke studiu a ve volbě vhodného výchovného postupu. Tito žáci jsou dlouhodobě sledováni a vedeni třídními učiteli ve spolupráci s výchovným poradcem a eventuálně s vychovateli domova mládeže. Všichni vyučující jsou v potřebném rozsahu informováni o žácích s SVP, které učí. Při péči o žáky s SVP spolupracuje škola s následujícími institucemi a organizacemi:

- PPP, SPC v regionu
- praktičtí lékaři pro děti a dorost
- výchovní poradci ZŠ, ze kterých žáci přicházejí
- SPC při VOŠ DAKOL A SŠ DAKOL, o.p.s.

Naše speciálně pedagogické centrum vyhledává žáky se zdravotním postižením, provádí speciálně pedagogickou a psychologickou diagnostiku, zabývá se strategií komplexní podpory žáka. Poskytuje sociálně právní poradenství, podporuje metodickou činnost pro zákonné zástupce a pedagogy. Všeestranně podporuje optimální psychomotorický a sociální vývoj žáků, zaměřuje se na tvorbu kariérového poradenství pro žáky se zdravotním postižením.

Individuální vzdělávací plán žáka se speciálními vzdělávacími potřebami

Individuální vzdělávací plán zpracovává škola, vyžadují-li to speciální vzdělávací potřeby žáka. Individuální vzdělávací plán se zpracovává na základě doporučení školského poradenského zařízení a vychází ze školního vzdělávacího programu příslušné školy.

Individuální vzdělávací plán je závazným dokumentem pro zajištění speciálních vzdělávacích potřeb žáka a je součástí dokumentace žáka.

Individuální vzdělávací plán obsahuje jméno pedagogického pracovníka školského poradenského zařízení, se kterým bude škola spolupracovat při zajišťování speciálních vzdělávacích potřeb žáka, a údaje o:

- úpravách obsahu vzdělávání žáka,
- časovém a obsahovém rozvržení vzdělávání,

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

- úpravách metod a forem výuky a hodnocení žáka,
- případné úpravě výstupů ze vzdělávání, pokud jde o žáka s mentálním, tělesným, zrakovým nebo sluchovým postižením,
- skladbě druhů a stupňů podpůrných opatření poskytovaných v kombinaci s ním.

Individuální vzdělávací plán je vypracován bez zbytečného odkladu, nejpozději však **jeden měsíc ode dne, kdy škola obdržela žádost zákonného zástupce o IVP na daný školní rok a na základě platného doporučení SPC nebo PPP**. Individuální vzdělávací plán může být doplňován a upravován v průběhu celého školního roku podle potřeby žáka. Kontrola IVP probíhá 2x do roka / po uzavření pololetní a závěrečné klasifikace /. IVP zpracovává třídní učitel ve spolupráci s ostatními učiteli, výchovným poradcem, speciálním pedagogem a odborníkem na inkluzivní vzdělávání. Všichni vyučující žáka jsou s vypracováním IVP prokazatelně seznámeni.

Přehled všech doporučení ze SPC, PPP, lékařských zpráv a PLPP zpracovává školní speciální pedagog. Informuje o žácích, kteří splňují podmínky pro IVP a nastoupili v průběhu školního roku nebo v průběhu školního roku absolvovali vyšetření školního poradenského zařízení všechny ŘŠ, ZŘ a třídní učitele informační zprávou emailem vždy do konce kalendářního měsíce.

Plán pedagogické podpory / PLPP /

PLPP sestavuje třídní učitel nebo učitel konkrétního vyučovacího předmětu za pomoci výchovného poradce, speciálního pedagoga, odborníka na inkluzi a ostatních pedagogických pracovníků. PLPP má písemnou podobu. Před jeho zpracováním probíhá konzultace s jednotlivými vyučujícími, s cílem stanovení např. metod práce s žákem, způsobů kontroly osvojení znalostí a dovedností. Školní speciální pedagog stanoví termín přípravy PLPP a

organizuje společné schůzky s rodiči, pedagogy, vedením školy i žákem samotným / na tvorbě PLPP se může podílet samotný žák/. Nejpozději do tří měsíců PLPP vyhodnotí třídní učitel ve spolupráci se školním poradenským pracovištěm a ostatními pedagogy, kteří se podílejí na vzdělávání žáka. Navrhnu další postup / pokračovat v PLPP, doporučit vyšetření v PPP /.

Jako podpůrná opatření pro žáky se speciálními vzdělávacími potřebami jsou v naší škole využívána podle doporučení školského poradenského zařízení a přiznaného stupně podpory zejména:

- a) v oblasti metod výuky:
 - respektování odlišných stylů učení jednotlivých žáků
 - metody a formy práce, které umožní častější kontrolu a poskytování zpětné vazby žákovi
 - důraz na logickou provázanost a smysluplnost vzdělávacího obsahu
 - respektování pracovního tempa žáků a poskytování dostatečného času k zvládnutí úkolů

- b) v oblasti organizace výuky:

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

- střídání forem a činností během výuky
- využívání skupinové výuky
- postupný přechod k systému kooperativní výuky
- v případě doporučení může být pro žáka vložena do vyučovací hodiny krátká přestávka

Školní poradenské pracoviště naší školy je tvořeno výchovným poradcem, metodikem prevence a odborníkem na inkluzi. Výchovný poradce je pedagogickým pracovníkem, který je pověřen spoluprací se školským poradenskými zařízeními. Školní poradenské pracoviště pravidelně konzultuje a spolupracuje ze SPC a PPP které doporučují podpůrná opatření žáků školy.

Zabezpečení výuky žáků mimořádně nadaných

možnosti, jak škola podporuje rozvoj mimořádně nadaných žáků:

- ✓ nabízí odměny/stipendia
- ✓ spolupracuje s odborníky
- ✓ využívá soutěže
- ✓ zadává specifické úkoly žákovi
- ✓ zajišťuje spolupráci se školským poradenským zařízením
- ✓ zajišťuje učební pomůcky

- ✓ zajišťuje učebnice
- ✓ zapojuje tyto žáky do výuky spolužáků
- ✓ zapojuje žáka do samostatných a rozsáhlejších prací a projektů

Individuální vzdělávací plán mimořádně nadaného žáka sestavuje třídní učitel ve spolupráci s učiteli vyučovacích předmětů, ve kterých se projevuje mimořádné nadání žáka, s výchovným poradcem a školským poradenským zařízením. IVP mimořádně nadaného žáka má písemnou podobu a při jeho sestavování spolupracuje třídní učitel s rodiči mimořádně nadaného žáka. Při sestavování IVP vycházíme z obsahu IVP stanoveného v § 28 vyhlášky č. 27/2016 Sb. Práce na sestavování IVP jsou zahájeny okamžitě po obdržení doporučení školského poradenského zařízení. IVP je sestaven nejpozději do jednoho měsíce od obdržení doporučení školského poradenského zařízení. Součástí IVP je termín vyhodnocení naplňování IVP a může též obsahovat i termín průběžného hodnocení IVP, je-li to účelné. IVP může být zpracován i pro kratší období než je školní rok. IVP může být doplňován a upravován v průběhu školního roku .

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	---	--

4.5 Požadavky na bezpečnost a ochranu zdraví při práci, hygienu práce a požární ochranu

Problematika bezpečnosti práce, hygieny práce a požární ochrany je součástí teoretického i praktického vyučování. Vychází z požadavku platných právních předpisů – zákonů, vyhlášek, technických norem i předpisů ES pro danou oblast. Prostory, ve kterých je prováděna výuka, musí odpovídat vyhlášce č. 410/2005 Sb.

Prostory školy a smluvních pracovišť jsou v souladu s platnými hygienickými předpisy. Škola provádí organizační a technická opatření k eliminaci všech rizik.

Žáci jsou na začátku školního roku poučeni o základních pravidlech při výuce tělesné výchovy, praxe ve školních dílnách a odborné praxe na pracovištích firem, při mimoškolních akcích, s ročním programem MPP, dlouhodobou strategií PP pokrývající patologické společenské jevy, rizikové chování - šikana, záškoláctví a závislosti.

Podle Školského zákona poskytuje škola nezbytné informace k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví a o nebezpečí rizik prostřednictvím Školního řádu; Provozních řádů odborných učeben; Pokynů k výuce tělesné výchovy a průběhu sportovních výcvikových kurzů; Pokynů k praxi a Pokynů k průběhu exkurzí, případně zahraničních praxí. S těmito dokumenty jsou žáci a žákyně na začátku každého školního roku prokazatelně seznámeni. Všechny uvedené dokumenty vycházejí vždy z platných právních předpisů.

Prevence rizikového chování probíhá ve škole podle Minimálního preventivního programu a Strategie primární prevence vypracovaných školním metodikem prevence.

Základní podmínky bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a požární prevence jsou zaměřeny na:

- důsledné seznámení žáků s předpisy BOZP, PO, technologickými postupy,
- používání technického vybavení, strojů a zařízení, které odpovídají bezpečnostním a protipožárním předpisům,
- používání pracovního oblečení a osobních ochranných pracovních prostředků v souladu s platnými předpisy,
- vykonávání určeného dozoru.

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

Žáci prvních ročníků jsou na začátku školního roku proškoleni a poučeni průkazným způsobem pověřeným pracovníkem dle stanovené osnovy.

Na začátku třetího ročníků je prováděno tímto pracovníkem periodické školení.

Na toto navazuje poučení a seznámení žáků třídním učitelem ve všech ročnících po zahájení školního roku. Žáci jsou podrobně, srozumitelně a průkazným způsobem seznámeni se školním řádem, zásadami BOZP a požární prevence, evakuačním řádem školy. Jsou poučeni o škodlivosti kouření, požívání alkoholu a jiných omamných a psychotropních látek. Před každou akcí školy – exkurzí, vycházkou, výletem, návštěvou divadla, kina apod. jsou žáci proškoleni o bezpečnosti a chování na silnici, v dopravních prostředcích aj. Toto školení provádí zpravidla třídní učitel nebo učitel odborného výcviku, případně učitel, který na akci žáky doprovází. O poučení je záznam v třídní knize, event.v deníku odborného výcviku.

Při drobných poraněních či úrazu jsou rovněž všichni žáci poučeni o prevenci a předcházení úrazům.

Škola provádí technická i organizační opatření k eliminaci všech rizik spojených zejména s odborným výcvikem. Se všemi riziky jsou žáci podrobně seznámeni. Rizika, která nelze eliminovat, jsou částečně řešena osobními ochrannými prostředky, které žáci dostávají bezplatně na základě Směrnice ředitele a jejichž používání se důsledně kontroluje.

Problematika bezpečnosti práce je podrobně popsána v organizačním řádu teoretického i praktického vyučování, se kterým jsou žáci seznámeni. Je zpracována osnova vstupního školení bezpečnosti práce a požární ochrany pro žáky, se kterou jsou žáci seznamováni a prokazatelně poučeni vždy při zahájení školního roku a v úvodních hodinách jednotlivých předmětů.

V OV dále předchází každému novému tématu proškolení z BOZP. Žáci jsou prokazatelně seznamováni s návody k obsluze jednotlivých strojů a zařízení a s místními provozně bezpečnostními předpisy. Na smluvních pracovištích je problematika BOZP smluvně ošetřena v souladu s Nařízením vlády č. 108/94 Sb., je stanoven systém vykonávání dozoru nad žáky při teoretickém i praktickém vyučování i na akcích pořádaných mimo areál školy.

Základními podmínkami bezpečnosti a ochrany zdraví při práci se rozumí:

1. důkladné seznámení žáků s předpisy o bezpečnosti a ochraně zdraví při práci, s protipožárními předpisy, s technologickými postupy,
2. používání technického vybavení, které odpovídá bezpečnostním a protipožárním předpisům,
3. používání osobních ochranných pracovních prostředků podle platných předpisů,
4. vykonávání stanoveného dozoru.

Práce pod dozorem – vyžaduje trvalou přítomnost osoby pověřené dozorem, která dozírá na dodržování BOZP a pracovního postupu. Tato osoba musí všechna pracovní místa zrakově obsáhnout tak, aby mohla bezprostředně zasáhnout v případě porušení bezpečnostních předpisů a pracovních pokynů nebo ohrožení zdraví.

Práce s dohledem – osoba pověřená dohledem zkontroluje pracoviště před zahájením práce a pokud všechna pracovní místa zrakově neobsáhne, pak je v průběhu prací obchází a kontroluje.

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

4.6 Podmínky pro přijetí ke studiu

Podmínky pro přijímání ke vzdělávání

1. Podání přihlášky pro zvolený obor se všemi čitelně vyplněnými kolonkami.
2. Lékařský posudek o zdravotní způsobilosti ke vzdělávání.
3. Doporučení školského poradenského zařízení, pokud žák má již ze ZŠ.
4. Ukončení povinné školní docházky.
5. Doklad o splnění povinné školní docházky, jde-li o uchazeče, který ukončil nebo ukončí povinnou školní docházku v zahraniční škole, vydaný zahraniční školou, nebo osvědčení o uznání rovnocennosti zahraničního vysvědčení vydaného zahraniční školou nebo rozhodnutí o uznání platnosti zahraničního vysvědčení.
6. Přijímání ke vzdělávání se řídí zákonem č. 561/2004 Sb., ve znění pozdějších předpisů.

Forma přijímacího řízení: bez přijímací zkoušky.

Kritéria přijetí žáka

Uchazeči budou přijímáni bez přijímací zkoušky až do naplnění kapacity příslušného oboru vzdělávání na základě bodového vyhodnocení:

- u uchazečů vycházejících přímo ze základní školy - průměru prospěchu za poslední dvě pololetí;
- u uchazečů, kteří se nehlásí přímo ze základní školy (např. ze střední školy, úřadu práce aj.) - průměr prospěchu z posledního ročníku na základní škole;
- podle ročníku ukončení povinné školní docházky;
- známky z chování za poslední pololetí;
- účasti na školní soutěži, olympiádě atd.,

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Délka a forma studia: <i>tříleté denní studium a tříleté dálkové studium</i> Stupeň vzdělání: <i>střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3</i> Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

- v případě rovnosti bodů rozhodne lepší známka z českého jazyka (matematiky, cizího jazyka,...) v posledním pololetí.
 - ukončení základního vzdělání;
 - zdravotní způsobilost uchazeče (stanovena vládním nařízením);
 - splnění kritérií přijímacího řízení stanovených pro daný školní rok.

4.7 Ukončování vzdělávání

Vzdělání se ukončuje závěrečnou zkouškou dle JZZZ. Závěrečná zkouška se skládá z písemné zkoušky, praktické zkoušky z odborného výcviku a ústní zkoušky z odborných předmětů. Je organizována v souladu s vyhláškou 47/2005 Sb. o ukončování vzdělávání ve středních školách závěrečnou zkouškou, zákonem č. 561/2004 Sb. (školský zákon) , ve znění pozdějších předpisů a metodiky ke konání závěrečné zkoušky podle JZZZ centra pro zjišťování výsledků vzdělávání (Cermat). Závěrečná zkouška probíhá v prostorách teoretického vyučování školy a na praktických pracovištích školy.

Zkouška se skládá ze tří částí:

1. *Písemná zkouška* – čas na vypracování max. 240 minut
2. *Praktická zkouška* – Žák si vylosuje jedno téma skládající se ze dvou částí, ve kterých se kombinují klasická masáž, masáž sportovní a reflexní. Během 15-ti minutové přípravy (30 min. pro žáky se zrakovým postižením) si může oživit a zaznamenat na papír sled hmatů a technologický postup masáže jednotlivých partií těla. Během provádění masáže však není žádoucí nahlížet do těchto poznámek – dochází k narušení celkové plynulosti masáže i návaznosti jednotlivých hmatů. Pokud se žák cítí připraven, nemusí plně vyčerpat stanovený čas na přípravu a může přejít rovnou k masáži.
3. *Ústní zkouška* – obsahuje 25-30 komplexněji formulovaných témat, z nichž si žák jedno téma vylosuje

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

5 CHARAKTERISTIKA ŠKOLNÍHO VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU PRO DÁLKOVOU FORMU VZDĚLÁVÁNÍ

5.1 *Podmínky pro přijetí ke studiu*

Předpokladem pro přijetí ke studiu je úspěšné ukončení základního vzdělání a zdravotní způsobilost. Posouzení zdravotního stavu uchazeče, že je způsobilý příslušný registrovaný praktický lékař.

5.2 *Celkové pojetí vzdělávání v daném programu*

Pojetí a obsah vzdělávacího programu se odvíjí od pojetí programu pro denní studium. Celé vzdělávání je založeno na samostudiu spojeném s pravidelnými konzultacemi v teoretických předmětech. Praktické vyučování, jež úzce souvisí s odbornými předměty, vyžaduje nácvik pod vedením učitele v odborných učebnách.

Cílem vzdělávacího programu je poskytnout určité množství všeobecných a odborných poznatků a dovedností pro práci v oboru.

Všeobecně vzdělávací předměty rozšiřují a prohlubují všeobecné znalosti žáka a vytvářejí předpoklady pro odborné vzdělávání. Obsah odborných předmětů je předmětně koordinován s odborným výcvikem.

Obecným cílem vzdělávacího programu je připravit pracovníka, který se dobře umístí na trhu práce a bude schopen reagovat na měnící se podmínky trhu práce.

5.3 *Organizace výuky*

Studium je organizováno v tříleté dálkové formě. Je ukončené závěrečnou zkouškou podle příslušných právních norem a poskytuje střední vzdělání s výučním listem. Teoretická výuka probíhá formou samostudia spojeného s pravidelnými konzultacemi, odborný výcvik probíhá formou konzultací v odborných učebnách a v provozovnách regionu u smluvních organizací.

Teoretická výuka je organizována v budově školy, odborný výcvik i odborná praxe probíhají v odborných učebnách a na smluvních pracovištích u právnických osob i fyzických osob v regionu.

Součástí plánu jsou zejména konzultace s vyučujícím, případná individuální prezentace výstupů, časové rozložení studia s vlastním harmonogramem požadovaných výstupů a dalších opatření. Koordinátorem vzdělávání dálkové formy studia je třídní učitel.

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Délka a forma studia: <i>tříleté denní studium a tříleté dálkové studium</i> Stupeň vzdělání: <i>střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3</i> Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 , Čj.: 3/SOU/03/2025	
--	--	--

5.4 *Hodnocení, klasifikace*

Při hodnocení průběžné i celkové klasifikace pedagogický pracovník uplatňuje přiměřenou náročnost a pedagogický takt vůči studentovi.

Na ostatní pravidla a podmínky, které nejsou řešeny ve školním řádu a příloze č.1 školního řádu, se v plném znění uplatní příslušné paragrafy zákona č. 561/2004 Sb. a vyhlášky č. 13/2005 Sb. ve znění novel.

5.5 *Ukončování vzdělávání*

Vzdělání se ukončuje závěrečnou zkouškou dle JZZZ. Závěrečná zkouška se skládá z písemné zkoušky, praktické zkoušky z odborného výcviku a ústní zkoušky z odborných předmětů. Je organizována v souladu s vyhláškou 47/2005 Sb. o ukončování vzdělávání ve středních školách závěrečnou zkouškou, zákonem č. 561/2004 Sb. (školní zákon) , ve znění pozdějších předpisů a metodiky ke konání závěrečné zkoušky podle JZZZ centra pro zjišťování výsledků vzdělávání (Cermat). Závěrečná zkouška probíhá v prostorách teoretického vyučování školy a na praktických pracovištích školy.

Zkouška se skládá ze tří částí:

1. *Písemná zkouška* – čas na vypracování max. 240 minut
2. *Praktická zkouška* – zkouška probíhá v odborných masérských učebnách odborného výcviku, Žák si vylosuje jedno téma skládající se ze dvou částí, ve kterých se kombinují klasická masáž, masáž sportovní a reflexní. Během 15-ti minutové přípravy (30 min. pro žáky se zrakovým postižením) si může oživit a zaznamenat na papír sled hmatů a technologický postup masáže jednotlivých partií těla. Během provádění masáže však není žádoucí nahlížet do těchto poznámek – dochází k narušení celkové plynulosti masáže i návaznosti jednotlivých hmatů. Pokud se žák cítí připraven, nemusí plně vyčerpat stanovený čas na přípravu a může přejít rovnou k masáži.
3. *Ústní zkouška* – obsahuje 25 - 30 komplexněji formulovaných témat, z nichž si žák jedno téma vylosuje.

6 UČEBNÍ PLÁN

UČEBNÍ PLÁN

Oboru vzdělání: Rekondiční a sportovní masér podle RVP 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér denní studium, od 1.9.2025						
Kategorie a názvy vyučovacích předmětů	Počet týdenních vyučovacích hodin					
1. Předměty povinného základu	zkratka	1. ročník	2. ročník	3. ročník	celkem	na dělení
Všeobecně vzdělávací předměty						
Český jazyk	ČJ	1	1	1	3	
Cizí jazyk	AJ	2	2	2	6	6
Literární výchova	LV	1	1	-	2	
Občanská nauka	ON	1	1	1	3	
Základy přírodních věd	ZPV	1	1	1	3	
Matematika	M	1	1	1	3	
Matematika v praxi	MaP	-	-	1	1	
Tělesná výchova	TV	1	1	1	3	
Informatika	IT	1	1	1	3	3
Ekonomika	E	-	1	1	2	
Celkem VVP		9	10	10	29	
Odborné předměty						
Teorie masáže	TMa	2	2	2	6	
Epidemiologie a hygiena	EH	1	0	0	1	
Somatologie	Soma	2	2	1	5	
Výživa a stravování	VaS	1	0	0	1	
Regenerace a rekondice	RR	1	1	1	3	
Psychologie ve službách	PvS	1	0	0	1	
Profesní komunikace	PK	0	1	1	2	
Celkem OP		8	6	5	19	
Odborný výcvik	OV	15	17	16	48	48
Celkem povinného základu		32	33	31	96	

Poznámky k učebnímu plánu

1. Konkretizovaný ŠVP schválí ředitel školy, a tím se stává součástí povinné učební dokumentace školy.
2. Ve výuce cizího jazyka pokračují žáci ve studiu toho jazyka, kterému se učili na ZŠ.
3. K zařazení nových poznatků a aktuálních otázek může učitel provést v ŠVP jednotlivých předmětů úpravy obsahu učiva až do výše třiceti procent.
4. Dělení hodin ve vyučovacích předmětech je v pravomoci ředitele školy, který musí postupovat v souladu s předpisy stanovenými MŠMT ČR.
5. Při organizování sportovního výcvikového kurzu postupuje vedení školy podle platných metodických pokynů MŠMT ČR.
6. Závěrečné zkoušky se připravují a organizují podle platné legislativy.



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder

Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér

Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér

Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium

Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3

Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 počínaje 1. ročníkem, Čj.:3/SOU/03/2022

7. V souvislosti s konkrétním obsahem každého vyučovacího předmětu se musí každý učitel průběžně zabývat otázkou bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a hygieny práce, soustavně se zaměřovat na důslednou výchovu žáků k ochraně životního prostředí a aktualizovat učivo o nové poznatky vědy a techniky.
8. Délka školního roku je v prvním až třetím ročníku čtyřicet týdnů. Vyučovací doba se využije podle níže uvedené tabulky.
9. Minimální počet vyučovacích hodin za studium je 96, maximální 105. Minimální týdenní počet vyučovacích hodin v ročnících je 29, maximální počet hodin (v souladu se školským zákonem).
10. Do odborných předmětů jsou zařazeny povinné kurzy. V 1.ročníku žáci absolvují Kurz environmentální výchovy, absolvování tohoto kurzu je podmínkou k postupu do 2.roč. V 2.roč. Kurz kinesiotaping, v 3.roč. Kurz první pomoci, ukončené praktickou zkouškou z probraných témat. Kurzy budou uskutečněny v rámci předmětu Odborný výcvik.

UČEBNÍ PLÁN

Oboru vzdělání: Rekondiční a sportovní masér podle RVP 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér dálkové studium, od 1.9.2025					
Kategorie a názvy vyučovacích předmětů	Počet konzultací				
1. Předměty povinného základu	zkratka	1. ročník	2. ročník	3. ročník	celkem
Všeobecně vzdělávací předměty					
Český jazyk	ČJ	10	10	10	30
Cizí jazyk	AJ	15	15	15	45
Literární výchova	LV	10	10	-	20
Občanská nauka	ON	10	10	10	30
Základy přírodních věd	ZPV	10	10	10	30
Matematika	M	10	10	10	30
Matematika v praxi	MaP	-	-	5	5
Informatika	IT	10	10	10	30
Ekonomika	E	-	10	10	20
Celkem VVP		75	85	80	240
Odborné předměty					
Teorie masáže	TMa	20	20	20	60
Epidemiologie a hygiena	EH	10	0	0	10
Somatologie	Soma	20	30	30	50
Výživa a stravování	VaS	10	0	0	10
Regenerace a rekondice	RR	10	10	10	30
Psychologie ve službách	PvS	10	0	0	10
Profesní komunikace	PK	0	10	10	20
Celkem OP		80	70	70	220
Odborný výcvik	OV	45	45	50	140
Celkem povinného základu		200	200	200	600

Přehled využití týdnů v období září – červen školního roku

Akce / týden	I.	II.	III.
Vyučování podle rozpisu učiva	32	32	32
Lyžařský výcvikový kurz, sportovně turistický kurz	1	1	-
Závěrečná zkouška	-	-	2
Výchovně vzdělávací akce, časová rezerva	7	7	6
Celkem týdnů	40	40	40

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 počínaje 1. ročníkem, Čj.: 3/SOU/03/2022	
--	---	--

7 PŘEHLED ROZPRACOVÁNÍ OBSAHU VZDĚLÁVÁNÍ V RVP DO ŠVP

Škola:		Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o.			
Kód a název RVP:		69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér			
Název ŠVP:		Rekondiční a sportovní masér			
RVP			ŠVP		
Vzdělávací oblasti a obsahové okruhy	Minimální počet vyuč. hodin za studium		Vyučovací předmět	Počet vyučovacích hodin za studium	
	Týdenních	Celkový		týdenních	Celkový
Jazykové vzdělávání - český jazyk	3	96	Český jazyk	3	96
Jazykové vzdělávání - cizí jazyk	6	192	Cizí jazyk	6	192
Společensko-vědní vzdělávání	3	96	Občanská nauka	3	96
Přírodovědné vzdělávání	3	96	Základy přírodních věd	3	96
Matematické vzdělávání	4	128	Matematika	3	96
			Matematika v praxi	1	32
Estetické vzdělávání	2	64	Literární výchova	2	64
Vzdělávání pro zdraví	3	96	Tělesná výchova	3	96
Informatické vzdělávání.	3	96	Informatika	3	96
Ekonomické vzdělávání	2	64	Ekonomika	2	64
Masérská péče	40	1 280	Teorie masáží	6	192
			Odborný výcvik	34	1088
Zdravověda	7	224	Epidemiologie a hygiena	1	32
			Somatologie	5	160
			Výživa a stravování	1	32
Rekondice a regenerace	3	96	Regenerace a rekondice	3	96
Psychologie a kom. ve službách	2	64	Psychologie ve službách	1	32



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025 počínaje 1. ročníkem, Čj.: 3/SOU/03/2022

			Profesní komunikace	2	64
Disponibilní hodiny	15	480	Odborný výcvik	14	448
Celkem	96	3 072	Celkem	96	3 072
Kurzy	1 týden		Kurzy	1 týden	

8 UČEBNÍ OSNOVY

název předmětu:	Český jazyk			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	1	1	1	3

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

Prvořadým předpokladem úspěšnosti žáka na trhu práce je dobrá schopnost komunikace. Cílem předmětu je tedy rozvoj komunikativních schopností žáka, vhodné využívání slovní zásoby v rozmanitých komunikačních situacích, ať už v mluvené či písemné podobě. Cílem je také funkční využití možností digitálních technologií a AI pro učení i pro praktický život.

Charakteristika učiva

Vzdělávací oblast – jazykové vzdělávání, komunikace
Vyučuje se v 1., 2., 3. ročníku – 1 hodina týdně
Klíčovou činností je práce s textem, která má vést k porozumění (žáci vyhledají požadované informace v textu, rozliší podstatné od nepodstatného, dokážou rozpoznat hlavní myšlenku, formulovat téma), žáci budou postupně pracovat se všemi typy textů, budou schopni rozlišit základní funkční styly, spisovné a nespisovné texty; dalším úkolem je poučení o systému a jazykových normách, orientace v nich a paměťové upevnění základů jazyka ze základní školy.

Pojetí výuky

Práce s textem – vyhledávání informací, jejich zobecnění, transformace textu, lze realizovat individuálně, v párech, frontálně i ve skupinách. Práce s internetovými zdroji, posouzení jejich věrohodnosti, rozlišení názorů od faktů, bezpečné sdílení.
Prezentace konkrétních výsledků mluvenou či psanou podobou, možno také v elektronické podobě, je-li možno a potřeba, využití textových editorů.
Kratší projevy, mluvené i psané, jsou připravovány ve škole i doma jako individuální práce, jsou prezentovány většinou ústní formou, hodnoceny nejen učitelem, ale i spolužáky s použitím objektivní argumentace.
Při procvičování a upevňování pravopisného a gramatického učiva bude užívána individuální, frontální, skupinová práce, didaktická hra, on-line kvízy, bude využívána práce s chybou, digitální platformy a on-line cvičení a AI.
Úzké sepestí s předměty společenskovedního zaměření, psychologii zaměřenou na projevy verbální i mimoverbální komunikaci, literární výchovou, která se soustředí na konkrétní umělecká díla, s cizími jazyky, správný český překlad z cizího jazyka s jiným systémem a normami, s odbornými předměty, texty odborného stylu a praktické užití terminologie studovaného oboru. Zařazovány budou také texty s problematikou environmentální výchovy, které mají žáky vést k uvědomělejšímu vnímání životního prostředí a péči o něj.

Hodnocení výsledků žáků

- Důraz kladen na vstřícný přístup studentů, míru samostatného zapojení při plnění úkolů, dostatečnou rychlost při jednotlivých typech úloh, správnost řešení, snaha o objektivní argumentaci
- Při prezentaci výsledků práce snaha o objektivní sebehodnocení před třídou a vyučujícím, vzájemné hodnocení obsahující i zdůvodnění, práce s textem hodnocena převážně společně frontální formou
- Zvlášť je oceňována originalita při zpracovávání slohových témat, schopnost adekvátní komunikace v různých situacích
- Po ukončení každého tematického celku následuje test, pololetní a závěrečné práce
- Průběžně stylistická cvičení a samostatné práce

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence: pojetí výuky, charakteristika učiva i způsob hodnocení koresponduje s rozvojem těchto kompetencí: **kompetence k učení, pracovní kompetence, kompetence k řešení problémů a občanské kompetence, digitální kompetence** – díky nim žák kriticky hodnotí důvěryhodnost webových stránek, relevantnost a pravdivost informací, pozná manipulaci v mediální komunikaci a na sociálních sítích. Rozlišuje fakta od názorů. Žák se orientuje v digitálním prostředí, digi techniku používá bezpečně, kriticky a tvořivě při práci, učení, ve volném čase. V rozborech odborných a publicistických textů je zahrnuta environmentální výchova. Využití digitálních technologií při zpracovávání samostatných prací týkajících se ostatních průřezových témat.

Průřezová témata: klíčový je rozvoj komunikativních kompetencí v rámci průřezových témat **Člověk a společnost, Člověk a svět práce, a digitálních kompetencí v rámci tématu Člověk a digitální svět.**

Pravidla českého pravopisu, Internetová jazyková příručka
Mapa české gramatiky
Didaktis, Maturita
Pracovní listy, didaktické testy CERMAT
Interaktivní pracovní listy, on-line testy

Doporučená literatura a pomůcky

ROZPIS UČIVA A REALIZACE KOMPETENCÍ

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
Žák	32	
- je seznámen s vrstvami národního jazyka, je schopen rozlišit slovní zásobu spisovnou a nespisovnou, pozná regionální odlišnosti, je schopen rozpoznat základní stylově příznakové jevy v textu (citovou a slohovou zabarvenost), je seznámen se zákl. normativními příručkami ve fyzické i elektronické podobě, je schopen vyhledat informace ve slovnících i na		Národní jazyk a jeho útvary, obecné poučení o jazyce

internetu, má přehled o denním tisku, ví o existenci reálně podložených a bulvárních informací, zná časopisy zabývající se jeho oborem; má přehled o knihovnách a jejich službách; - uplatňuje zásady českého pravopisu při tvoření vlastních textů a rozpozná pravopisné nedostatky v textu /mě – mně, ě – je, i – y/, umí využít normat. příručky při práci s textem, k procvičování využívá on-line cvičení		Grafická stránka jazyka a pravopis
- rozlišuje slova ohebná a neohebná, rozpozná jména /podstatná, přídavná, zájmena/, tvoří a určuje jmenné kategorie, rozpozná a vhodně nahradí nevhodný tvar /v běžných případech/ - rozlišuje větu jednoduchou a souvětí, je poučen o interpunkci, je schopen vyhledat základní skladební dvojici /syntakticky nenáročné texty/, rozlišuje v textu řeč přímou a nepřímou, ví, v jakých situacích je použít, umí je vzájemně nahrazovat a je poučen o interpunkci - samostatně vytváří vlastní text příběhu /kratší i delší/, reprodukuje příběh na základě četby uměleckých i neuměleckých textů, vytvoří osnovu a z ní vlastní text, využívá znalostí z ostatních jazykovědných disciplín, rozlišuje příběh a prostý popis, je schopen kombinovat oba útvary, je poučen o používání jazykových prostředků obohacujících vypravování - je poučen o funkčních stylech, rozpozná základní útvary stylu prostě sdělovacího, vytvoří zprávu i oznámení orientuje se v textu, ovládá různé techniky čtení;	32	Morfologie a morfologický pravopis Syntax a syntaktický pravopis Využití textů s problematikou environmentální výchovy Vypravování, narativní postupy, vypravování v uměleckém stylu, verbální a neverbální prostředky Styl prostě sdělovací
2. ročník		
- prostřednictvím přídavných jmen a příslovčí vyjadřuje různou míru vlastnosti, je poučen o skloňování jmen, příjmení, cizích jmen a slov, vyhledá a opraví nevhodný tvar /běžné případy/, ovládá skloňování číslovek, jejich pravopis a čtení v textu - rozlišuje předpony a předložky, zná pravidla jejich psaní /s, z, s-, z-/ , zná pravidla užívání i-y v koncovkách podstatných a přídavných jmen, v přičestí minulém a snaží se je uplatňovat v psaném textu, - je poučen o psaní interpunkce v jednoduché větě /v základních případech dokáže použít/ a v souvětí		Morfologie a morfologický pravopis Pravopis a interpunkce

- používá druhy rozvíjejících větných členů, je poučen o jejich vztazích, rozlišuje je v nepřliš složitých případech, rozpozná druhy vět a souvětí ze syntaktického hlediska, těchto znalostí využívá při psaní interpunkce - rozlišuje věty podle postoje mluvčího, ovládá jejich využití v psané i mluvené podobě - rozpozná v rámci textu nadpis, předmluvu, doslov, poznámky atd. a uspořádá text podle logické návaznosti /v jednoduchém textu je schopen smysluplně doplnit jeho chybějící část a odhadnout nadpis/ - je seznámen se základními způsoby tvoření a obohacování slovní zásoby v češtině; umí odvozovat /rozlišuje předpony, slovní základ a přípony/, pozná slovo složené /z jakých základů se skládá/ a je poučen o zkratkových slovech. V textu posoudí vhodnost použití slovní zásoby /slovosled, spojovací výrazy/ - rozlišuje strukturu slovní zásoby z různých hledisek - vysvětlí význam slov a jejich použití v daném kontextu, dokáže posoudit vhodnost použití daného slova a nahradit ho jiným, do vlastního projevu volí odpovídající jaz. prostředky, užívá odbornou terminologii, kde je třeba - rozlišuje přímá a obrazná pojmenování, citovou zabarvenost, ke slovům dokáže vytvořit synonyma a antonyma, nejčastěji používaná cizí slova nahradí českými ekvivalenty - snaží se různým způsobem pojmenovat a vystihnout vlastnosti osoby - na základě četby i vlastních zkušeností a po dílčích cvičeníh dokáže vytvořit vlastní text vystihující vzhled a povahu člověka v kladné i záporné podobě, porovná svůj text s textem, který vytvořila AI - pozná reportážní postup, má zkušenosti z tisku i jiných médií, pokouší se vytvořit vlastní reportáž z prostředí, která jsou mu známá /škola, praxe/, vyhledává poutavé titulky a následně je sám obměňuje - uvědomuje si úlohu a účinnost reklamy, snaží se vytvořit poutavou reklamu		Syntax Využití textů s problematikou enviromentální výchovy Lexikologie Slovní zásoba, sémantika, význam, rozsah, syn., ant., atd. Popis a charakteristika Publicistický styl – reportáž, reklama (projekt)
3. ročník	32	
- rozlišuje slovesné kategorie, určuje základní z nich /osoba, číslo, čas, způsob, rod, vid/, slovesné tvary vhodně používá v různých		Morfologie

zadáních, aplikuje znalosti psaní i-y v mluvnické shodě /příčestí minulé/ - je schopen rozpoznat a vhodně používat v textu neohebné slovní druhy - využívá on-line cvičení - Upevňuje si znalosti z pravopisu /i-y, mně-mě, ě-je, s/z, obtížné souhláskové skupiny/, zná zásady psaní velkých písmen a snaží se je užívat v praxi - je poučen o fonetickém systému češtiny, zásadách spisovné výslovnosti, vhodně pracuje se zvukovými prostředky řeči, ovládá a používá také prvky neverbální komunikace a dokáže je v cizím projevu rozpoznat a vyhodnotit - rozlišuje esteticky působivé užívání hlásek, rozpozná v textu zvukomalbu, rýmy - vědomě užívá znalostí větné stavby v češtině, posoudí vhodnost použitých jazykových prostředků, dokáže je nahradit adekvátními - je schopen správně a logicky rozčlenit jednoduchý text, vytvořit osnovu, nadpis - dokáže rozpoznat v textu jiný text a sám ho správně použít /citace/ - přednese krátký monologický projev na předem dané téma /připravený/ s využitím základních principů rétoriky - prezentuje se prostřednictvím verbálních i nonverbálních prostředků komunikace - ovládá základní pravidla psaní úřední korespondence, napíše žádost, strukturovaný životopis, běžný životopis, motivační dopis, rozlišuje podstatné a nepodstatné informace využívá AI pro tvorbu textu, porovná se svým, dokáže vyplnit objednávku, dotazník - rozpozná podle základních znaků odborný text, dokáže vysvětlit a použít odbornou terminologii studovaného oboru, vytvoří syntakticky a morfologicky správně věty v odborné popisu, přičemž využívá dříve získaných znalostí /zejména trpný rod/ - je schopen vytvořit návod /popis pracovního postupu/ týkající se studijního oboru nebo zájmové činnosti		Grafická a zvuková stránka národního jazyka Syntax, lexikologie a rétorika Využití textů s problematikou environmentální výchovy Administrativní styl /projekt/ Průřezové téma Člověk a svět práce Styl odborný
---	--	--

název předmětu:	Cizí jazyk			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	2	2	2	6

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

Rozvíjení komunikační kompetence žáka/žákyně s ohledem na jejich budoucí profesní směřování
Osvojení jazykových kompetencí vedoucích k dorozumívání v běžných situacích osobního i pracovního života, včetně schopnosti pracovat s informačními zdroji a technologiemi.
Hlavní důraz kladen na uplatňování principů Evropského jazykového portfolia (EJP).

Charakteristika učiva

Obsah předmětu vychází z obsahového okruhu RVP – *Jazykové vzdělávání a komunikace*
1. - 3. ročník 2 hodiny týdně
Žáci/žákyně se seznámí s EJP, zaznamenáváním výsledků do jazykového pasu (včetně mimoškolních interkulturních zkušeností)
Osvojení řeč. Dovedností na úrovni A2 dle Společenského evropského referenčního rámce pro jazyky

Pojetí výuky

- autodidaktické metody, motivace k dalšímu samostudiu (internet, speciální jazyk, literatura, apod.)
- dialog. Metody při nácviku komunikační dovedností souvisejících s profesní orientací žáků
- týmová, skupinová, projektová práce ukončena prezentací, stejně tak i výsledky prací samostatné.
- návaznost výuky jazykové na výuku odborných předmětů
- podporováno vědomí vícejazyčnosti (schopnost transferu)
- možnost upevnit a rozšířit komunikační kompetence na zahraničních praxích, při účasti na mezinárodních projektech nebo navštěvováním speciálních kurzů vypsanych jazykovou školou
- konverzační soutěže (AJ, NJ, FJ)
- možnost realizace distanční online výuky
- využívání digitálních materiálů (digitální kniha, výukové programy, e- learning)
- Kriticky přistupuje k informacím z internetových zdrojů a ověřuje si jejich důvěryhodnost.
- Vhodně používá a vytváří citace a správně je sdílí.

Hodnocení výsledků žáků

- vlastní sebehodnocení (EJP - viz výše)
- ústní zkoušení (formou konverzace na probrané téma)
- po ukončení lekce/tematického celku písemné opakování (min. 50% úspěšnost)



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- samostatné práce, výsledky skupinové či párové práce hodnoceny zejména ústně
- při celk. klasifikaci významně zohledňován aktivní a samostatný. přístup k výuce cizího jazyka

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence:

Komunikativní kompetence

- v rámci tematických okruhů týkajících se: mezilidských vztahů, životního prostředí, specifických témat daných zájmem, zaměřením a budoucími potřebami žáků s ohledem na profesní orientaci žáků (volba správného technolog. A pracovního postupu při poskytování služby)

Personální kompetence - uvědomit si své přednosti i nedostatky, stanovit si cíle a priority, přijímat radu a kritiku, reagovat na kritiku konstruktivně tak, aby přispěla k rozvoji kompetencí pro svůj osobní rozvoj a pro rozvoj společnosti

Průřezová témata:

Občan v demokratické společnosti - vytvořit demokratické prostředí ve třídě, založené na vzájemném respektování a spolupráci. Podporovat multikulturní výchovu sociokulturními znalostmi vztahujícími se ke každodennímu životu, životním podmínkám, mezilidským vztahům, hodnotám

Člověk a životní prostředí - je možno využít ve smyslu ekologické výchovy následujícím způsobem:

- Cestování: vliv dopravy na životní prostředí u nás a v zemích studovaného jazyka
- Zdraví: nemoci způsobené špatným životním prostředím a životosprávou, jejich předcházení
- Vzdělávání: vliv vzdělání na ekologické chování člověka a jeho postoj k závažným celosvětovým ekologickým problémům

Kompetence digitální: žák ovládá digitální zařízení, aplikace a služby včetně nástrojů z oblasti umělé inteligence především v oblasti vyhledávání a zpracování nejrozličnějších, žák umí pomocí digitálních zařízení a služeb zpracovat témata a informace, žák dokáže poradit ostatním s běžnými technickými problémy, umí se vyrovnat s proměnlivostí digitálních technologií

Doporučená literatura

English File Fourth Edition Pre-Intermediate – Oxford English Course (1. – 3)
- jazyková učebnice pro SŠ

ROZPIS UČIVA A REALIZACE KOMPETENCÍ

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin 192	Tematický celek
Žák: 1. ročník		ČLOVĚK A SPOLEČNOST Mezilidské vztahy
- charakterizuje sebe, svou rodinu a přátele (osob. Údaje, vzhled, zájmy, vztahy) - dle pokročilosti a vlastního výběru: sociální role, společenské problémy - popíše průběh všedního a svátečního dne, rozdělení rolí a prací v rodině - pomocí využití digitálních technologií vytvoří jednoduchý rodokmen		1. Já a lidé v mém okolí

- popíše svůj domov včetně okolí, umí pojmenovat základní zařízení bytu, zhodnotí svou současnou situaci a zamyslí se nad vlastními plány do budoucna - porovná výhody a nevýhody bydlení na venkově a ve městě		2. Bydlení a můj domov
- vysvětlí, jaké možnosti nakupování existují (druhy obchodů a služeb, možnost placení) - charakterizuje svůj vztah k nakupování - zvláštní pozornost věnuje nákupu jednotlivým druhům pomocných materiálů - orientuje se v online objednávkách a předchází rizikům s tím spojených		3. Nakupování (včetně pomocného materiálu (krytin) popř. hmot pro asfaltové nátěry apod.)
- nastíní možnosti využití volného času, vysvětlí, kterým aktivitám (zejména sportovním, kulturním) dává přednost - poukáže na negativní jevy (např. doping) a zhodnotí význam sportu a význam kultury pro rozvoj osobnosti (fyzický i duševní)		4. Volný čas
- zná druhy dopravních prostředků, názvy zemí důležitých pro danou jazykovou oblast - reaguje v rozhovoru na jednoduché otázky		5. Komunikace a cestování
- v průběhu 1. ročníku se seznamuje se základními pojmy oboru		6. Odborný jazyk
2. ročník		Sociokulturní aspekty
- nastíní možnosti kultury ve svém okolí, vyjádří svůj vztah ke kultuře - seznámí se s kulturou zemí, jejichž jazyk se učí - vyhledává online informace ke kulturním akcím ve svém okolí		7. Můj kulturní život
- vyjmenuje základní zimní a letní oblečení - specifikuje rozdíl v pánské a dámské módě - navrhne oblečení pro různé příležitosti - zmíní i způsob oblékání v souvislosti s profesní orientací - orientuje se v online objednávkách a předchází rizikům s tím spojených		8. Móda, oblečení
- naváže na znalosti z 1. ročníku a rozšíří je - problémy v rodině, ve společnosti (kriminálnictví, záškoláctví, drogová závislost)		9. Já a lidé v mém okolí II
- zaměří se především na sport a jeho význam v životě člověka - vytvoří pozvánku na party, program - vypracuje strukturovanou písemnou práci na téma: Já a volný čas		10. Volný čas
- na základě znalosti frazeologie z 1. ročníku si rozšíří slovní zásobu k danému oboru		11. Odborné dovednosti

- osvojí si i sociolingvistické odlišnosti daných jazyků (např. rakouské němčiny, americké angličtiny)		
3. ročník		Člověk ve společnosti
- uvede a popíše základní druhy nemocí, návštěvu u lékaře a způsob léčby - zaměří se na problematiku nezdravých návyků (kouření, alkohol, apod.) - zformuluje svou představu zdravého životního stylu, uvede kladné i záporné příklady ze svého okolí		12. Zdraví a nemoci, předcházení úrazům, první pomoc
- seznámí ostatní se svým dosavadním vzděláním, dalšími studijními plány - popíše svou nynější školu, její vybavení, odborné možnosti, stáže, zhodnotí svůj výběr a přínos této školy pro profesní i společenskou orientaci - vyjádří svůj vztah ke své třídě a lidem v blízkém okolí - vypracuje přehled českého školství a porovná ho se systémem příslušné jazykové oblasti		13. Moje škola, školství u nás
- osvojení základní terminologie z oblasti podnikání - popíše typy obchodů pro nákup profesních pomůcek a materiálů - nácvik rozhovorů, vypracování objednávky - vytvoří si pomocí digitálních technologií své portfolio včetně CV		14. Ve firmě, komunikace se zákazníkem
- student charakterizuje zvyky a tradice dané jazykové oblasti		15. Realie příslušných jazykových oblastí
- Sloveso – základní časy (AJ – přítomný, předpřítomný, minulý, předminulý, budoucí, prosté i průběhové formy, pravidelná a nepravidelná slovesa, souslednost časová) (NJ – přítomný, budoucí, préteritum, perfektum, plusquamperfektum, pravidelná a nepravidelná slovesa) (FJ – přítomný, jednoduchý budoucí, minulý složený, imperfektum, vyjadřování blízké budoucnosti, souslednost časová) - o Infinitivy, participia - o Trpný rod - o Zvratná slovesa - o Základní slovesné vazby - Podstatná jména - o členy, počitatelnost - o nepravidelnost množného čísla - o rod	*	16. Morfologie



Střední odborné učiliště

DAKOL, s.r.o.,

735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder

Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér

Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér

Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium

Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3

Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

○ analogie českých pádů - Přídavná jména a příslovce ○ stupňování pravidelné a nepravidelné, srovnávání ○ vztah přídavné jméno – příslovce ○ NJ – skloňování přídavných jmen - Zájmena a číslovky ○ osobní, zvrtná, přivlastňovací, ukazovací (zástupná), neurčitá, vztažná zájmena ○ typy číslovek, vyjadřování kvantity, času (data, letopočty, zlomky) - Předložky ○ osvojení předložek v rámci odlišného systému vyjadřování časových, prostorových a dalších vztahů - Spojky souřadící a podřadící		
--	--	--

* gramatika je probírána průběžně dle tematického plánu, který je vypracován na základě tohoto ŠVP

název předmětu:	Občanská nauka			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	1	1	1	3

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

- Žáci jsou systematicky připravováni na aktivní občanský život v demokratické společnosti
- Jedním z cílů je pozitivně ovlivnit jejich hodnotovou orientaci, aby se stali slušnými lidmi informovanými o aktuálním dění ve společnosti
- Jsou vedeni k odpovědnému jednání ve prospěch sebe i celé společnosti
- Učí se žít v souladu se společenskými normami
- Dalším z cílů je seznámit žáky se základy práva a zajistit proces vytváření právního vědomí studentů
- Žáci získávají absolvováním předmětu kompetence v oblasti základních právních pojmů a základní kompetence z odvětví práva občanského, správního a trestního
- Žáci jsou rovněž seznamováni s enviromentální výchovou a vzděláním, v jejímž rámci navštěvují exkurze s aktuální problematikou a zúčastňují se aktivit týkajících se životního prostředí

Charakteristika učiva

- Učivo je rozděleno do tematických okruhů, jež se pak dále člení
- První ročník obsahuje učivo z oblasti sociologie, politologie, náboženství
- Důraz je kladen na otázku aktuálního politického života společnosti a participace v něm, je vytvářeno filozofické a náboženské povědomí žáka
- Druhý ročník je zaměřen jednak na právní oblast, studenti se seznamují např. s právy a povinnostmi dětí, rodičů, manželů..., dále pak se základními právními pojmy – právo, právní řád, právní normy, právní vztahy a skutečnosti
- V průběhu studia je žák systematicky seznamován s fungováním rodin ve společnosti, se sociálními dávkami a jinými typy státní pomoci
- Žák se učí využívat vědomosti a dovednosti nabyté v předmětu Občanská nauka ve svém praktickém životě
- Žákovi je vštěpována potřeba práce s různými zdroji a informacemi a jejich hodnocení, bezpečné chování na internetu, uvědomění si, že digitální technika i AI je pomocníkem při studiu i práci.
- Část druhého ročníku a celý třetí ročník je zaměřen na oblast hospodářství, kde jsou studenti seznamováni s trhem a jeho fungováním, s právy a povinnostmi zaměstnance, s pojištěním, s daněmi apod., dále pak se žáci seznamují se sousedy ČR, s globalizací
- Závěrečná část třetího ročníku se zabývá tématem Člověk a životní prostředí, které má přispět k tomu, že si žáci uvědomí důležitost životního prostředí a jeho ochrany. Žáci budou seznámeni se zdravým životním stylem a budou vedeni ke zodpovědnosti za svůj život a se základními principy šetrného a odpovědného přístupu k životnímu prostředí v osobním a profesním jednání
- Zapojí se sami do aktivního poznávání svého prostředí a rovněž se budou aktivně podílet na



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

řešení environmentálních problémů našeho regionu.

- Celková dotace hodin v každém ročníku = 32

Pojetí výuky

- Frontální výuka – výklad
- Prezentace
- Samostatná činnost studentů – referáty, aktuality, seminární práce
- Práce s internetem – vyhledávání portálů s právními informacemi
- Řešení problémových úloh
- Skupinová práce
- Exkurze

Hodnocení výsledků žáků

- Žák je hodnocen podle výsledků dosažených v/ve:
- Vědomostních testech (minimálně 2 za pololetí)
- Aktivitách ve výuce
- Účasti ve výuce
- Samostatné činnosti – referát, seminární práce
- Při výuce bude podporován rozvoj sebehodnocení a kolektivního hodnocení

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

- **Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat:**
Výuka práva tvoří nedílnou součást společenskovedního vzdělání. Žáci využijí svých dosavadních společenskovedních vědomostí a dovedností při řešení problémových úkolů společenského a právního charakteru, mimo jiné získávají právní minimum pro soukromý a občanský život. Předmět souvisí s průřezovými tématy *Občan v demokratické společnosti* a *Člověk a digitální svět*.
- **Vzdělávání v předmětech ON usiluje o formování a posilování těchto postojů, hodnot a preferencí:**
- **Sociální a personální kompetence:**
 - Být odpovědný za své jednání
 - Vážít si lidského života, uznávat individualitu jiných lidí
 - Snažit se být aktivním občanem, uvědomovat si výhody demokracie a podporovat ji
- **Komunikativní kompetence:**
 - Schopnost samostatného úsudku, nenechat sebou manipulovat, diskutovat, respektovat názory druhých
- **Ochrana zdraví a životního prostředí:**
 - Zlepšovat a chránit životní prostředí
 - Bojovat proti kriminalitě, korupci, projevům nesnášenlivosti
- **Digitální kompetence:**
 - Kriticky přistupovat k informacím z internetových zdrojů i AI a ověřovat si jejich důvěryhodnost. Vhodně používat a vytvářet citace a správně je sdílet.
- **Rozvoj finanční gramotnosti:**
 - Schopnost řešit své sociální a finanční záležitosti, odpovědně spravovat osobní a rodinný rozpočet, využívat spořicí, úvěrové a pojišťovací produkty
- **Rozvoj mediální gramotnosti:**



Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- vysvětlí základní principy demokracie, objasní rozdíl mezi demokratickým systémem a nedemokratickým systémem - vysvětlí základní funkce Ústavy - uvede konkrétní příklady porušování či ohrožování demokracie - vybere nejvýznamnější politické strany a vysvětlí základní principy, přiřazuje konkrétní jména k jednotlivým stranám - popíše fungování veřejné správy a samosprávy, objasní princip svobodných voleb v ČR, definuje právo volit, vysvětlí občanskou povinnost volit - vysvětlí pojmy politický radikalismus a extremismus, objasní současnou situaci u nás, definuje, proč jsou extremistické názory a jednání nebezpečné - vyjmenuje státní symboly - na základě zpráv jmenuje příklady extremismu, radikalismu v ČR, debatuje o nich - dokáže debatovat o porušování práv u konkrétních známých kauz - uvede známá občanská sdružení, základní lidská práva, popíše, kam se obrátit v případě jejich ohrožení - vyjmenuje jiné typy státu a rozlišuje je - vysvětlí, proč je nutné zobrazení světa, událostí v médiích vnímat kriticky - kriticky hodnotí digitální obsah: důvěryhodnost webových stránek, relevantnost a pravdivost informací, pozná argumentační fauly a manipulaci v mediální komunikaci a na sociálních sítích. Rozlišuje fakta od názorů.	2.1 Stát a jeho funkce 2.2 Ústava, politický systém ČR 2.3 Struktura veřejné správy, obecní a krajská samospráva 2.4 Politické strany ČR 2.5 Volby, právo volit 2.6 Politický radikalismus a extremismus, mládež a extremismus, aktuálně 2.7 Státní symboly 2.8 Občanská společnost, demokracie a multikulturní soužití 2.9 Základní hodnoty a principy demokracie 2.10 Lidská práva (obhajování, zneužívání) 2.11 Práva dětí, veřejný ochránce práv 2.12 Svobodný přístup k informacím, média a jejich role
2.ročník	3 Klasifikace, opakování, exkurze
Žák: - vysvětlí pojem právo a jeho vznik, objasní roli práva v životě jednotlivce - provede rozbor právních vztahů - rozlišuje rozdíl mezi právní subjektivitou-způsobilostí k právním úkonům - definuje, kdy je člověk způsobilý k právním úkonům	1 Člověk a právo 1.1 Právo a spravedlnost 1.2 Právní stát 1.3 Právní ochrana občanů 1.4 Právní vztahy
- dokáže reklamovat koupené zboží nebo služby - popíše soustavu soudů v ČR	2 Soudní moc 2.1 Soustava soudů v ČR

- vyjmenuje a rozlišuje právníká povolání, jejich funkce, popíše, čím se zabývá policie, soudy, advokacie a notářství - definuje pojem odpovědnost za škodu - dokáže vyjmenovat náležitosti konkrétních smluv, z běžné smlouvy vyčte, jaké mu z ní vyplývají povinnosti a práva (koupě zájezdu) - interpretuje práva a povinnosti vlastníků		2.2 Právníká povolání (advokáti, notáři, soudci) 2.3 Právo a mravní odpovědnost v běžném životě 2.4 Vlastnictví, smlouvy 2.5 Odpovědnost za škodu
- vyjmenuje podmínky pro uzavření manželství - vysvětlí práva a povinnosti ve vztahu rodiče - děti - vyjmenuje práva manželů - definuje pojem společné jmění manželů - navrhne, jak se zachovat, stane-li se svědkem nebo obětí kriminálního jednání (šikana, lichva, násilí, vydírání)		3 Rodinné právo 3.1 Manželé a partneři, společné jmění manželů 3.2 Práva a povinnosti rodičů 3.3 Práva a povinnosti dětí 3.4 Domácí násilí
- vyjádří vlastními slovy, kdy je člověk způsobilý k právním úkonům a kdy je trestně zodpovědný, oba pojmy rozlišuje - vyjmenuje možné formy trestu - popíše, čím se zabývá policie, soudy, advokacie a notářství, rozlišuje jejich úkoly		4 Trestní právo 4.1 Trestní odpovědnost 4.2 Tresty a ochranná opatření 4.3 Orgány činné v trestním řízení (policie, státní zastupitelství, vyšetřovatel, soud)
- objasní, co ovlivňuje cenu zboží - dokáže vyhledat nabídky zaměstnání, - kontaktovat zaměstnavatele či úřad práce, prezentuje pravdivě své schopnosti, zkušenosti - interpretuje údaje v náležitostech pracovní smlouvy - navrhne, kde vyhledat pomoc v oblasti pracovněprávních záležitostí - vyjmenuje, jakými způsoby a za jakých podmínek může být ukončen pracovní poměr ze strany zaměstnance i zaměstnavatele		5 Člověk a hospodářství 5.1 Trh a jeho fungování (zboží, nabídka, poptávka, cena) 5.2 Hledání zaměstnání, úřad práce 5.3 Nezaměstnanost, rekvalifikace, podpora 5.4 Zánik, změna a ukončení pracovního poměru
3. ročník		Klasifikace, opakování, exkurze
Žák: - objasní práva a povinnosti zaměstnance i zaměstnavatele - rozlišuje druhy škod, definuje odpovědnost za ně - sám si dokáže zřídit peněžní účet, provede bezhotovostní platbu, sleduje pohyb peněz na		1 Zaměstnání 1.1 Povinnosti a práva zaměstnance a zaměstnavatele 1.2 Druhy škod, odpovědnost za škodu 1.3 Hotovostní a bezhotovostní peněžní styk

- svém účtu, využívá služeb internetu - dokáže určit, zda jeho mzda obsahuje vše potřebné a zda to odpovídá jeho pracovnímu zařazení - odůvodní povinnost občanů platit sociální a zdravotní pojištění - vysvětlí povinnost občanů platit daně, zdůvodní nutnost daňového přiznání a rozlišuje, kterých osob se týká - dokáže samostatně zjistit, co který ústav nabízí a sám posoudí, zda je to pro něj výhodné, nutné či únosné - uvědomuje si nutnost finančního zajištění na stáří a vysvětlí, jakými způsoby je to možné; vysvětlí důsledky nesplácení úvěrů, hrozba exekuce; navrhně možnosti řešení tíživé finanční situace;	1.4 Mzda časová a úkolová 1.5 Sociální a zdravotní pojištění 1.6 Daně, daňové přiznání 1.7 Služby peněžních ústavů
- dokáže vyhledat pomoc v tíživé soc. situaci, jmenuje, kam se může obrátit	1.8 Státní pomoc, charitativní instituce
- rozčlení svět na základě dostupných informací na země chudé a bohaté - z médií reprodukuje současnou situaci ve světě, identifikuje ohniska napětí, dokáže je ukázat na mapě - vyjmenuje všechny země sousedící s Českou republikou - vyjmenuje všechny státní symboly - vysvětlí pojem globalizace - uvede problémy rozvojových zemí známé z médií - vyjmenuje teroristické organizace, na konkrétních příkladech demonstuje nejznámější případy - vysvětlí, k jakým nadnárodním uskupením ČR patří, jaké má závazky	2 Postavení ČR v Evropě a ve světě 2.1 Současný svět, rozdělení zemí dle majetku 2.2 Ohniska napětí soudobého světa 2.3 Sousedy České republiky 2.4 České státní a národní symboly 2.5 Globalizace 2.6 Potíže a perspektivy rozvojových zemí 2.7 Nebezpečí terorismu ve světě 2.8 ČR a evropská integrace
	3 Člověk a životní prostředí
- jmenuje zásadní globální problémy dnešního světa - vysvětlí a interpretuje, jak může prostředí formovat lidský život - uvede příklady enviromentálních problémů svého regionu - kriticky hodnotí digitální obsah: důvěryhodnost webových stránek, relevantnost a pravdivost informací, pozná argumentační fauly a manipulaci v mediální komunikaci a na sociálních sítích. Rozlišuje	3.1 Globální problémy 3.2 Vlivy prostředí na život člověka 3.3 Regionální enviromentální problémy



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

fakta od názorů.		
		3.4 Exkurze
		4 Opakování, klasifikace

název předmětu:	Základy přírodních věd (biologie a ekologie, fyzika, chemie)			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	1	1	1	3

POJETÍ PŘEDMĚTU ZÁKLADY PŘÍRODNÍCH VĚD

Obecné cíle předmětu

- Žáky naučit využívat přírodovědné poznatky v profesním i občanském životě
- Žáky směřovat k zájmu o okolní svět a vyhledávat relevantní informace k jeho fungování

Charakteristika učiva

- Učivo je rozděleno do jednotlivých tematických celků, které jsou dále děleny na témata a podtémata
- Pro lepší pochopení učiva jsou využívány obrazové pomůcky (přehledy, nákresy, modely) a audiovizuální pomůcky (didaktická videa, přírodovědné seriály)
- Jednotlivá témata a podtémata jsou namířena tak, že vedou studenty k zamyšlení nad okolním světem a jeho fungování

Pojetí výuky

- Frontální vyučování
- Samostatná práce studentů
- Problémové a badatelsky orientované úkoly, práce ve skupinách, referáty
- Diskuse
- Promítání názorných ukázek – filmy, obrázky, prezentace

Hodnocení výsledků žáků

- Po ukončení témat či podtémat (záleží na jejich rozsahu) bude následovat písemný test na ověření základních znalostí.
- Velkou váhu bude mít samostatná práce studentů, případně představení výsledků svých badatelsky orientovaných úkolů před třídou.
- Bude přihlíženo k sebehodnocení a hodnocení kolektivem aplikace základních poznatků do běžného života.
 - Do celkového hodnocení bude zahrnuta také aktivita v hodinách

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence

Kompetence k učení – žáci byli schopni efektivně se učit, vyhodnocovat dosažené výsledky

Kompetence k řešení problémů – žáci byli schopni samostatně řešit pracovní úkoly

Komunikativní kompetence - vyjadřovat se v písemné i ústní formě v různých situacích (učebních,

životních, pracovních)

Digitální kompetence - kriticky přistupuje k informacím z internetových zdrojů a ověřuje si jejich důvěryhodnost. Vhodně používá a vytváří citace a správně je sdílí. Využívá digitální technologie při práci s fyzikálním modelem a při vyhodnocování a interpretaci výsledků řešení.

Personální a sociální kompetence – pečovat o své zdraví, spolupracovat s ostatními a přispívat k utváření dobrých mezilidských vztahů

Občanské kompetence a kulturní povědomí – jednali v souladu s udržitelným rozvojem a podporovali hodnoty národní, evropské i světové kultury

Matematické kompetence – funkčně využívat matematické dovednosti v různých situacích

Průřezová témata

Občan v demokratické společnosti - vytvořit demokratické prostředí ve třídě, založené na vzájemném respektování a spolupráci. Podporovat multikulturní výchovu sociokulturními znalostmi vztahujícími se ke každodennímu životu, životním podmínkám, mezilidským vztahům, hodnotám

Člověk a životní prostředí - je možno využít ve smyslu ekologické výchovy následujícím způsobem:

- vliv dopravy na životní prostředí u nás a v zemích studovaného jazyka
- nemoci způsobené špatným životním prostředím a životosprávou, jejich předcházení
- vliv vzdělání na ekologické chování člověka a jeho postoj k závažným celosvětovým ekologickým problémům

Dokáže formulovat své názory a požadavky jasně, věcně, srozumitelně a řešit problémy týkající se ekologie

Informační a komunikační technologie – ovládat příslušný software při badatelských úlohách, zpracovávat výsledky pomocí kancelářského softwaru, vyhledávat relevantní informace v internetových zdrojích

Doporučená literatura

- Fyzika pro netechnické obory SOŠ a SOU, Štoll Ivan Kvasničková D., Základy ekologie pro ZŠ a SŠ, Fortuna
- Přehled Středoškolské fyziky, Svoboda E.
- Fyzika I., Lepil, Bednařík
- Fyzika II., Lepil, Bednařík
- Braniš Martin, Základy ekologie a ochrany životního prostředí, Informatorium
- Zeměpis v Kostce I., II.
- Biologie v kostce I., II

ROZPIS UČIVA A REALIZACE KOMPETENCÍ

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
Žák	96	Biologie a ekologie
1.ročník	32	1. Základy biologie
- Zná základní informace o Zemi a naší Sluneční soustavě, kdy Země vznikla, jak,... - Umí vyjmenovat a stručně popsat jednotlivé éry vývoje života na Zemi (prahory, starohory...) - Popíše základní teorie vzniku života na Zemi		1.1 Země, život a evoluce - země jako planeta, vznik, sluneční soustava - geologický a biologický vývoj - evoluční teorie a evoluce člověka

a dokáže provést popis vývoje člověka		
- Charakterizuje jednotlivé geosféry, jejich složení a význam v životě organismů		1.2 Geosféry
- Popíše vlastními slovy základní projevy živých soustav		1.3 Vznik života
- Umí vyjádřit rozdíly mezi rostlinnou a živočišnou buňkou		- charakteristika života
- Popíše buňku jako základní stavební jednotku všeho živého kromě virů		- buňka
- Dokáže popsat základní podmínky nezbytné pro život organismů, ekosystémy, biomy		1.4 Rozmanitost a podmínky života
- Uvede základní skupiny organismů a porovná je, popíše základní prvky rozlišení		- ekosystémy
- Orientuje se v základních pravidlech genetiky a vnímá, v čem tkví její podstata		- biomy
- Popíše základní stavbu lidského těla a uvede funkci orgánů a orgánových soustav		1.5 Dědičnost a proměnlivost
- vysvětlí význam zdravé výživy a uvede principy zdravého životního stylu;		1.6 Biologie člověka
- uvede příklady bakteriálních, virových a jiných onemocnění a možnosti prevence;		1.7 Zdraví a nemoc
-		- zdravá výživa, správná životospráva
		- pojem: zdraví, nemoc
		- onemocnění a prevence
		2. Ekologie
- Vysvětlí základní ekologické pojmy		2.1 ekologické pojmy
- charakterizuje abiotické (sluneční záření, atmosféra, pedosféra, hydrosféra) a biotické faktory prostředí (populace, společenstva, ekosystémy);		2.2 Ekologické faktory prostředí
		- biotické
		- abiotické
- je schopen uvést příklad potravního řetězce		2.3 Vztahy mezi organismy
- charakterizuje jednotlivé vztahy mezi organismy, populacemi (př. Symbióza)		- potravní řetězce
		- vztahy mezi populacemi
- Popíše podstatu koloběhu látek v přírodě		2.4 Koloběhy a krajina
- Charakterizuje různé typy krajiny a možnosti využití člověkem		- koloběh látek v přírodě
		- typy krajiny
		3. Člověk a životní prostředí
- popíše historii vzájemného ovlivňování člověka a přírody a dovede zhodnotit vliv různých činností člověka na jednotlivé složky životního prostředí		3.1 vzájemné vztahy mezi člověkem a životním prostředím
- Charakterizuje působení životního prostředí na člověka a jeho zdraví		3.2 dopad lidské činnosti na životní prostředí
- Umí popsat přírodní zdroje surovin a energie z hlediska jejich obnovitelnosti a dokáže posoudit vliv jejich využívání na prostředí		3.3 zdroje surovin
- Dokáže popsat způsoby nakládání s odpady		- přírodní zdroje energie a surovin

-		- odpady
- Charakterizuje globální problémy na Zemi		3.4 globální problémy
- Zná základní znečišťující látky v ovzduší, ve vodě a v půdě		3.5 nástroje společnosti na ochranu ŽP
- Dokáže uvést příklady chráněných území v ČR a v regionu		- formy ochrany ŽP, znečišťující látky
- Vysvětlí udržitelný rozvoj jako integraci environmentálních, ekonomických, technologických a sociálních přístupů k ochraně životního prostředí a chápe odpovědnost každého jedince za ochranu přírody, krajiny a životního prostředí		- Chráněná území
- Na konkrétním příkladu ze života a odborné praxe navrhne řešení vybraného environmentálního problému.		- odpovědnost jednotlivce
- Kriticky přistupuje k informacím z internetových zdrojů a ověřuje si jejich důvěryhodnost, vhodně používá a vytváří citace a správně je sdílí		
Žák		Fyzika
2.ročník	32	1. Mechanika
- Rozliší druhy pohybů a řeší jednoduché úlohy na pohyb hmotného bodu		- pohyby přímočaré
- Určí síly, které působí na těleso a popíše, jaký druh pohybu tyto síly vyvolává		- pohyb rovnoměrný po kružnici
- Určí mechanickou práci a energii při pohybu tělesa působením stálé síly		- Newtonovy pohybové zákony, síly v přírodě a gravitace
- Vysvětlí na příkladech platnost zákona zachování mechanické energie		- mechanická práce a energie
- Dokáže vyjádřit výslednici sil působících na těleso		- posuvný a otáčivý pohyb, skládání sil
- Využívá digitální technologie při práci s fyzikálním modelem a při vyhodnocování a interpretaci výsledků řešení.		
-		2. Termika
- Vysvětlí význam teplotní roztažnosti látek v přírodě a v technické praxi		- teplota, teplotní roztažnost látek
- Dovede vysvětlit pojem vnitřní energie soustavy a způsoby její změny		- teplo a práce
- charakterizuje principy nejdůležitějších tepelných motorů		- tepelné motory
- Popíše přeměny skupenství látek a jejich význam v přírodě a praxi		- struktura pevných látek a kapalin, přeměny skupenství
-		3. Elektřina a magnetismus
- Popíše elektrické pole z hlediska jeho působení na bodový elektrický náboj		- elektrický náboj, síla, pole
- Určí magnetickou sílu v magnetickém poli		

vodiče s proudem - Popíše princip generování střídavých proudů a jejich využití v energetice - Řeší úlohy s použitím Ohmova zákona - Zná princip a použití polovodičových součástek z přechodem PN - Určí magnetickou sílu v magnetickém poli vodiče s proudem a popíše princip generování střídavých proudů a jejich využití v energetice - Využívá digitální technologie při práci s fyzikálním modelem a při vyhodnocování a interpretaci výsledků řešení.		- elektrický proud, polovodiče - magnetické pole, elektromagnetická indukce - vznik střídavého proudu, přenos elektrické energie střídavým proudem
-		4. Vlnění a optika
- Rozliší základní druhy mechanického vlnění a popíše jejich šíření - Charakterizuje základní vlastnosti zvuku, chápe negativní vliv hluku a zná způsoby ochrany sluchu - Charakterizuje světlo jeho vlnovou délkou a rychlostí v různých prostředích - Řeší úlohy na zobrazení zrcadly a čočkami, vysvětlí optickou funkci oka a korekci jeho vad - Popíše význam různých druhů elektromagnetického záření		- mechanické kmitání a vlnění - zvuk - světlo a jeho šíření - oko, zrcadla, čočky - druhy elektromagnetického záření, rentgenové záření
-		5. Fyzika atomu
- Zná strukturu elektronového obalu atomu - - Umí popsat stavbu atomového jádra a charakterizuje základní nukleony - Dokáže vysvětlit podstatu radioaktivity a popíše způsoby ochrany před jaderným zářením - Popíše princip získávání energie v jaderném reaktoru		- model atomu, laser - nukleony, radioaktivita, jaderné záření - jaderná energie a její využití
-		6. Vesmír
- Charakterizuje Slunce jako hvězdu - Kriticky přistupuje k informacím z internetových zdrojů a ověřuje si jejich důvěryhodnost, vhodně používá a vytváří citace a správně je sdílí - Popíše objekty ve sluneční soustavě - Zná příklady základních typů hvězd		- Slunce, planety, jejich pohyb, komety - hvězdy a galaxie, jejich typy
3.ročník	32	
Žák		Chemie
- Dokáže porovnat fyzikální a chemické		1. Obecná chemie

vlastnosti různých látek - Popíše stavbu atomu, vznik chemické vazby - Zná názvy, značky a vzorce vybraných chemických prvků a sloučenin - Popíše charakteristické vlastnosti nekovů, kovů a jejich umístění v periodické soustavě prvků - Popíše základní metody oddělování složek ze směsí a jejich využití v praxi - Vysvětlí podstatu chemických reakcí a zapíše jednoduchou chemickou reakci chemickou - rovnicí - Provádí jednoduché chemické výpočty, které lze využít v odborné praxi		- chemické látky a jejich vlastnosti - částicové složení látek, atom, molekula - chemická vazba - chemické prvky, sloučeniny - chemická symbolika - periodická soustava prvků - směsi a roztoky - chemické reakce, chemické rovnice - výpočty v chemii
- Vysvětlí vlastnosti anorganických látek - Tvoří chemické vzorce a názvy vybraných anorganických sloučenin - Charakterizuje vybrané prvky a anorganické sloučeniny a zhodnotí jejich využití v odborné praxi a v běžném životě a posoudí je z hlediska vlivu na zdraví a životní prostředí		2. Anorganická chemie - anorganické látky, oxidy, kyseliny, hydroxidy, soli - názvosloví anorganických sloučenin - vybrané prvky a anorganické sloučeniny v běžném životě a v odborné praxi
- Charakterizuje základní skupiny uhlovodíků a jejich vybrané deriváty a tvoří jednoduché chemické vzorce a názvy - Uvede významné zástupce jednoduchých organických sloučenin a zhodnotí jejich využití v odborné praxi a v běžném životě a posoudí je z hlediska vlivu na zdraví a životní prostředí		3. Organická chemie - vlastnosti atomu uhlíku - základ názvosloví organických sloučenin - organické sloučeniny v běžném životě a odborné praxi
- Charakterizuje biogenní prvky a jejich sloučeniny - Uvede a popíše nejdůležitější přírodní látky - Vysvětlí vybrané biochemické děje - Kriticky přistupuje k informacím z internetových zdrojů a ověřuje si jejich důvěryhodnost, vhodně používá a vytváří citace a správně je sdílí		4. Biochemie - chemické složení živých soustav - - přírodní látky, bílkoviny, sacharidy, lipidy, nukleové kyseliny, biokatalyzátory - - biochemické děje

název předmětu:	Matematika			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	1	1	1	3

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

- aplikovat matematické poznatky a postupy v odborné složce vzdělávání;
- využívat matematické poznatky a metody řešení v praktickém životě a v dalším vzdělávání;
- matematizovat jednoduché reálné situace, užívat matematický model a vyhodnotit výsledek řešení vzhledem k realitě;
- zkoumat a řešit problémy;
- účelně využít digitální technologie a zdroje informací při řešení matematických úloh;
- číst s porozuměním matematický text, kriticky vyhodnotit informace získané z různých zdrojů.

Charakteristika učiva

- Je rovnoměrně rozloženo do všech tří ročníků a pokrývá tematické celky RVP
- Obsah předmětu vychází ze vzdělávací oblasti RVP – Matematické vzdělávání
- Ve slovně zadaných úlohách je kladen důraz na analýzu a následnou syntézu problému

Pojetí výuky

- Základní metodou výuky je frontální způsob s důrazem na názornost (modely těles, sepětí s praxí, využití programů na PC)
- Nechybí problémové úlohy, u kterých sami žáci navrhnou postup řešení
- Procvičování s možností využití skupinové práce
- Pravidelná samostatná práce žáků s využitím aktivizačních prvků

Hodnocení výsledků žáků

- Hodnocení žáků vychází z pravidel pro hodnocení (hodnotící stupnice 1-5) – využití bodového systému
- Pololetní písemné práce
- Pravidelné malé testy úzce zaměřené k aktuálně probíranému učivu
- Zkoušení u tabule, hodnocení samostatné práce do sešitu
- Aktivita v hodinách
- Podporováno bude sebehodnocení a hodnocení kolektivem

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

- **Komunikativní kompetence:**
vede žáky ke zdůvodňování matematických postupů,
vede žáky ke komunikaci na odpovídající úrovni,
vede žáky ke správnému užívání osvojených základních matematických pojmů, vztahů a matematického aparátu,
vede žáky ke zpracování, používání a vyhledání potřebných informací v literatuře a na internetu
vede žáky k plánování postupů a úkolů,
vede žáky k aplikaci znalostí v ostatních vyučovacích předmětech a v reálném životě
vede žáky k užívání správné terminologie a symboliky
- **Kompetence sociální a personální:**
rozvíjet u žáků práci v týmu, schopnost spolupráce
hodnotit a respektovat práci vlastní i druhých
- **Kompetence pracovní (odborné):**
vede žáky ke zdokonalování grafického projevu,
vede žáky k využívání různých forem grafického znázornění (tabulky, grafy, diagramy apod.) v reálných situacích,
efektivně si organizovat vlastní práci,
zvolit si odpovídající matematické postupy a techniky a používání vhodných algoritmů
- **Digitální kompetence:**
Využívat digitální technologie při práci s matematickým modelem a při vyhodnocování a interpretaci výsledku řešení
- **Předmětem prolínají průřezová témata:**
Člověk a svět práce – úlohy o procentech, při řešení slovních úloh, funkce
Informační a komunikační technologie – práce s daty

Doporučená literatura

CALDA, Emil. *Matematika pro netechnické obory SOŠ a SOU, 1. díl.* Praha: Prometheus.
 CALDA, Emil. *Matematika pro netechnické obory SOŠ a SOU, 2. díl.* Praha: Prometheus.
 CALDA, Emil. *Matematika pro netechnické obory SOŠ a SOU, 3. díl.* Praha: Prometheus.
 CALDA, Emil. *Matematika pro netechnické obory SOŠ a SOU, 4. díl.* Praha: Prometheus.
 HUDCOVÁ, Milada a Libuše KUBIČÍKOVÁ. *Sbírka úloh z matematiky pro SOŠ, SOU a nástavbové studium.* 2. vyd. Praha: Prometheus

ROZPIS UČIVA A REALIZACE KOMPETENCÍ

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
	96	
Žák – žákyně provádí aritmetické operace v R; porovnává reálná čísla, určí vztahy mezi reálnými čísly; používá různé zápisy reálného čísla; určí řád reálného čísla; zaokrouhlí reálné číslo; znázorní reálné číslo na číselné ose; zapiše a znázorní interval;		1. Operace s čísly - číselný obor R - aritmetické operace v číselných oborech R - intervaly jako číselné množiny - operace s číselnými množinami (sjednocení, průnik) - různé zápisy reálného čísla - užití procentového počtu

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
provádí, znázorní a zapíše operace		- mocniny s celočíselným
- s intervaly (sjednocení, průnik); - určí druhou a třetí mocninu a odmocninu - čísla pomocí kalkulatoru; - řeší praktické úlohy z oboru vzdělávání za použití trojčlenky a procentového počtu; - provádí početní výkony s mocninami s celočíselným mocnitelem; - orientuje se v základních pojmech finanční matematiky: změny cen zboží, směna peněz, úrok, úročení, spoření, úvěry, splátky úvěrů; - provádí výpočty jednoduchých finančních záležitostí: změny cen zboží, směna peněz, úrok; - při řešení úloh účelně využívá digitální technologie a zdroje informací;		mocnitelem - odmocniny - základy finanční matematiky - slovní úlohy
- provádí operace s číselnými výrazy; - určí definiční obor lomeného výrazu; - provádí operace s mnohočleny (sčítání, odčítání, násobení) a výrazy; - rozloží mnohočlen na součin a užívá vzorce pro druhou mocninu dvojčlenu a rozdíl druhých mocnin; - modeluje jednoduché reálné situace užitím výrazů, zejména ve vztahu k danému oboru vzdělávání; - na základě zadaných vzorců určí: výsledné částky při spoření, splátky úvěrů; - interpretuje výrazy, zejména ve vztahu k danému oboru vzdělávání; - při řešení úloh účelně využívá digitální technologie a zdroje informací;		2. Číselné a algebraické výrazy - číselné výrazy - mnohočleny - lomené výrazy - algebraické výrazy - definiční obor lomeného výrazu - slovní úlohy
- řeší lineární rovnice o jedné neznámé v množině $\mathbb{R}$; - řeší v $\mathbb{R}$ soustavy lineárních rovnic; - řeší v $\mathbb{R}$ lineární nerovnice o jedné neznámé a jejich soustavy; - vyjádří neznámou ze vzorce; - užije řešení rovnic, nerovnic a jejich		3. Řešení rovnic a nerovnic - lineární rovnice a nerovnice s jednou neznámou - soustavy lineárních rovnic a nerovnic - rovnice s neznámou ve jmenovateli - úpravy rovnic

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
- soustav k řešení reálných úloh; při řešení úloh účelně využívá digitální technologie a zdroje informací; využívá digitální technologie při práci s matematickým modelem a při vyhodnocování a interpretaci výsledku řešení		- vyjádření neznámé ze vzorce - slovní úlohy
- dle funkčního předpisu sestaví tabulku a sestrojí graf funkce; - určí, kdy funkce roste, klesá, je konstantní; - rozlišuje jednotlivé druhy funkcí, určí jejich definiční obor a obor hodnot; - určí průsečíky grafu funkce s osami souřadnic; - v úlohách přiřadí předpis funkce ke grafu a naopak; - řeší reálné problémy s použitím uvedených funkcí zejména ve vztahu k danému oboru vzdělání; při řešení úloh účelně využívá digitální technologie a zdroje informací - využívá digitální technologie při práci s matematickým modelem a při vyhodnocování a interpretaci výsledku řešení		4. Funkce - pojem funkce, definiční obor a obor hodnot funkce, graf funkce - vlastnosti funkce - druhy funkcí: přímá a nepřímá úměrnost, lineární funkce, kvadratická funkce - slovní úlohy
- užívá pojmy úhel a jeho velikost; - vyjádří poměr stran v pravoúhlém trojúhelníku jako funkci $\sin \alpha$, $\cos \alpha$, $\tan \alpha$; - určí hodnoty $\sin \alpha$, $\cos \alpha$, $\tan \alpha$ pro $0^\circ < \alpha < 90^\circ$ pomocí kalkulačky; - řeší praktické úlohy s využitím trigonometrie pravoúhlého trojúhelníku; - při řešení úloh účelně využívá digitální technologie a zdroje informací; - využívá digitální technologie při práci s matematickým modelem a při vyhodnocování a interpretaci výsledku řešení		5. Goniometrie a trigonometrie - goniometrické funkce $\sin \alpha$, $\cos \alpha$, $\tan \alpha$ v intervalu $0^\circ < \alpha < 90^\circ$ - trigonometrie pravoúhlého trojúhelníku - slovní úlohy
- užívá pojmy a vztahy: bod, přímka, rovina, odchylka dvou přímek, vzdálenost bodu od přímky, vzdálenost dvou rovnoběžek, - úsečka a její délka; sestrojí trojúhelník, různé druhy rovnoběžníků a lichoběžníků; - řeší praktické úlohy s využitím trigonometrie pravoúhlého trojúhelníku a věty Pythagorovy;		6. Planimetrie - planimetrické pojmy - polohové vztahy rovinných útvarů - metrické vlastnosti rovinných útvarů - trojúhelníky - kružnice, kruh a jejich části - rovinné útvary – konvexní a nekonvexní

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
- graficky rozdělí úsečku v daném poměru; graficky změní velikost úsečky v daném poměru; - určí různé druhy rovnoběžníků a lichoběžníků a z daných prvků určí jejich obvod a obsah; určí obvod a obsah kruhu; - určí vzájemnou polohu přímky a kružnice; určí obvod a obsah složených rovinných útvarů; - užívá jednotky délky a obsahu, provádí převody jednotek délky a obsahu; při řešení úloh účelně využívá digitální technologie a zdroje informací;		- mnohoúhelníky, pravidelné mnohoúhelníky - složené útvary
- určuje vzájemnou polohu bodů a přímek, bodů a roviny, dvou přímek, přímky a roviny, dvou rovin; - určuje vzdálenost bodů, přímek a rovin; - určuje odchylku dvou přímek, přímky a roviny, dvou rovin; - charakterizuje tělesa: komolý jehlan a kužel, koule a její části; - určí povrch a objem tělesa včetně složeného tělesa s využitím funkčních vztahů a trigonometrie; využívá síť tělesa při výpočtu povrchu a objemu tělesa; - aplikuje poznatky o tělesech v praktických úlohách, zejména ve vztahu k danému oboru vzdělání; - užívá a převádí jednotky objemu; - při řešení úloh účelně využívá digitální technologie a zdroje informací		7. Stereometrie - polohové vztahy prostorových útvarů - metrické vlastnosti prostorových útvarů - tělesa a jejich sítě - složená tělesa - výpočet povrchu a objemu těles, složených těles
- užívá pojmy: náhodný pokus, výsledek náhodného pokusu, náhodný jev, opačný jev, nemožný jev, jistý jev; - určí pravděpodobnost náhodného jevu v jednoduchých případech; - při řešení úloh účelně využívá digitální technologie a zdroje informací;		8. Pravděpodobnost v praktických úlohách - náhodný pokus, výsledek náhodného pokusu - náhodný jev, opačný jev, nemožný jev, jistý jev - výpočet pravděpodobnosti náhodného jevu
- užívá pojmy: statistický soubor, znak, četnost, relativní četnost a aritmetický průměr; - porovnává soubory dat; - interpretuje údaje vyjádřené v diagramech,		9. Práce s daty v praktických úlohách - statistický soubor a jeho charakteristika - četnost a relativní četnost znaku



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
grafech a tabulkách; - určí aritmetický průměr; - určí četnost a relativní četnost znaku		- aritmetický průměr - statistická data v grafech a tabulkách
- čte, vyhodnotí a sestaví tabulky, diagramy a grafy se statistickými údaji; - při řešení úloh účelně využívá digitální technologie a zdroje informací. kriticky přistupuje k informacím - z internetových zdrojů a ověřuje si jejich důvěryhodnost		

název předmětu:	Matematika v praxi			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	0	0	1	1

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

- Výchova člověka, který bude umět používat matematiku v různých životních i pracovních situacích
- Upevnění a prohloubení matematických vědomostí a dovedností získaných na ZŠ a OU
- Podpora logického myšlení

Charakteristika učiva

- Pokrývá tematické celky RVP
- Obsah předmětu vychází ze vzdělávací oblasti RVP – Matematické vzdělávání
- Ve slovně zadaných úlohách je kladen důraz na analýzu a následnou syntézu problému

Pojetí výuky

- Základní metodou výuky je frontální způsob s důrazem na názornost (modely těles, sepětí s praxí, využití programů na PC)
- Využití problémových úloh, u kterých sami žáci navrhnou postup řešení
- Využití příkladů, s kterými se žáci mohou setkat v praktickém životě a při vykonávání zaměstnání
- Procvičování s možností využití skupinové práce
- Pravidelná samostatná práce žáků s využitím aktivizačních prvků

Hodnocení výsledků žáků

- Hodnocení žáků vychází z pravidel pro hodnocení (hodnotící stupnice 1-5) – využití bodového systému
- Pololetní písemné práce
- Pravidelné malé testy úzce zaměřené k aktuálně probíranému učivu
- Zkoušení u tabule, hodnocení samostatné práce do sešitu
- Aktivita v hodinách
- Podporováno bude sebehodnocení a hodnocení kolektivem

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

- **Komunikativní kompetence:**
vede žáky ke zdůvodňování matematických postupů,
vede žáky ke komunikaci na odpovídající úrovni,
vede žáky ke správnému užívání osvojených základních matematických pojmů, vztahů a matematického aparátu,
vede žáky ke zpracování, používání a vyhledání potřebných informací v literatuře a na internetu
vede žáky k plánování postupů a úkolů,
vede žáky k aplikaci znalostí v ostatních vyučovacích předmětech a v reálném životě
vede žáky k užívání správné terminologie a symboliky
- **Kompetence sociální a personální:**
rozvíjet u žáků práci v týmu, schopnost spolupráce
hodnotit a respektovat práci vlastní i druhých
- **Kompetence pracovní (odborné):**
vede žáky ke zdokonalování grafického projevu,
vede žáky k využívání různých forem grafického znázornění (tabulky, grafy, diagramy apod.) v reálných situacích,
efektivně si organizovat vlastní práci,
zvolit si odpovídající matematické postupy a techniky a používání vhodných algoritmů
- **Digitální kompetence:**
Využívat digitální technologie při práci s matematickým modelem a při vyhodnocování a interpretaci výsledku řešení
- **Předmětem prolínají průřezová témata:**
Člověk a svět práce – úlohy o procentech, při řešení slovních úloh, funkce
Informační a komunikační technologie – práce s daty

Doporučená literatura

CALDA, Emil. *Matematika pro dvouleté a tříleté učební obory SOU, 1. díl.*
CALDA, Emil. *Matematika pro dvouleté a tříleté učební obory SOU, 2. díl.*
CALDA, Emil. *Matematika pro dvouleté a tříleté učební obory SOU, 3. díl*

ROZPIS UČIVA A REALIZACE KOMPETENCÍ

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
	32	
Žák – žákyně - Provádí operace se zlomky a s desetinnými čísly		1. Zlomky a desetinná čísla
- Používá pojem procento a řeší úlohy s procenty		2. Procento - jednoduché slovní úlohy na výpočet počtu procent - procentové části a celku.

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
- Vyjadřuje poměr dvou a více veličin		3. Poměr
- Řeší úlohy na přímou a nepřímou úměrnost		4. Trojčlenka
- Vyjadřuje neznámou ze složitějších vzorců - Využívá teoretické vědomosti při řešení slovních úloh z praxe - využívá digitální technologie při práci s matematickým modelem a při vyhodnocování a interpretaci výsledku řešení		5. Rovnice - Vyjádření neznámé ze vzorce. - Řešení slovních úloh vedoucích na lineární rovnice (o směsích, pohybu, společné práci).
- Popisuje geometrické útvary a zná jejich základní vlastnosti - Řeší úlohy na obvody a obsahy jednotlivých útvarů - Na úlohách z praxe využívá Pythagorovu větu Zvládá řešit slovní úlohy z běžného a pracovního života		6. Planimetrie - základní geometrické útvary a jejich vlastnosti - úhel - Pythagorova věta - obvody a obsahy rovinných útvarů (čtverec, obdélník, trojúhelník, kruh, mnohoúhelník)
- Určuje povrch a objem elementárních těles - Řeší početní stereometrické úlohy v tělesech - Zvládá řešit slovní úlohy z běžného a pracovního života		7. Stereometrie - Tělesa - povrch a objem hranolu, válce - Řešení úloh z praxe na výpočty objemů a povrchů
- užívá pojmy: náhodný pokus, výsledek náhodného pokusu, náhodný jev, opačný jev, nemožný jev, jistý jev; - určí pravděpodobnost náhodného jevu v jednoduchých případech; - při řešení úloh účelně využívá digitální technologie a zdroje informací;		8. Pravděpodobnost v praktických úlohách - náhodný pokus, výsledek náhodného pokusu - náhodný jev, opačný jev, nemožný jev, jistý jev - výpočet pravděpodobnosti náhodného jevu
- užívá pojmy: statistický soubor, znak, četnost, relativní četnost a aritmetický průměr; - porovnává soubory dat; - interpretuje údaje vyjádřené v diagramech, grafech a tabulkách; - určí aritmetický průměr; - určí četnost a relativní četnost znaku; - čte, vyhodnotí a sestaví tabulky, diagramy a grafy se statistickými údaji; - při řešení úloh účelně využívá digitální technologie a zdroje informací; - kriticky přistupuje k informacím z internetových zdrojů a ověřuje si jejich důvěryhodnost.		9. Práce s daty v praktických úlohách - statistický soubor a jeho charakteristika - četnost a relativní četnost znaku - aritmetický průměr - statistická data v grafech a tabulkách



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: *Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder*
Školní vzdělávací program: *Rekondiční a sportovní masér*
Kód a název oboru vzdělávání: *69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér*
Délka a forma studia: *tříleté denní studium a tříleté dálkové studium*
Stupeň vzdělání: *střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3*
Datum platnosti ŠVP: *od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025*

název předmětu:	Literární výchova			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	1	1	0	2

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

- Cílem je kultivování emočních projevů žáků zaměřené na estetické vnímání a chápání v oblasti kulturního přehledu
- Dále je cílem vést žáka k zájmu o četbu, film a jiným kulturním aktivitám
- Dalším cílem je rozvíjet u žáka sociální a občanské kompetence, pomáhat formovat jeho postoje a životní hodnoty,

Charakteristika učiva

- Literární výchova je součástí estetického vzdělávání /viz RVP/, úzce souvisí s předmětem český jazyk
- 1. a 2. ročník – 1 hodina týdně
- Vytváří přehled o kulturním vývoji ve společenském kontextu, učivo je řazeno chronologicky,
- důraz je kladen na práci s textem typickým pro dané období, v každém ročníku jsou zařazovány hodiny zaměřené na aktuální tvorbu

Pojetí výuky

- Těžiště učiva spočívá v práci s textem, využívají se formy činnostně orientovaného učení /textový, zvukový a obrazový materiál/, autodidaktických metod a frontálního vyučování, kritické využívání digitálních zdrojů a AI./

Hodnocení výsledků žáků

- Hodnocení výsledků žáka je vyjádřeno klasifikací, do níž se promítají výsledky testů, mluveného projevu, aktivity ve výuce a schopnosti samostatné analýzy literárního textu

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

- Předmět je součástí estetického vzdělávání a prolíná jím především téma Člověk v demokratické společnosti, a téma Člověk a digitální svět.
- Literární výchova rozvíjí tyto kompetence: občanské, komunikativní, sociální, personální a digitální.

Doporučená literatura

Literatura pro 1., 2., 3., 4. ročník středních škol, pracovní sešit, Didaktis

Literatura pro 1., 2., 3., 4. ročník středních škol, učebnice, Didaktis

Čítanka pro SŠ 1-4

ROZPIS UČIVA A REALIZACE KOMPETENCÍ

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
1. ročník	32	
Žák rozlišuje literaturu jako samostatnou - vědeckou disciplínu, je seznámen se základními literárními pojmy - Rozlišuje základní literární druhy a žánry		Literatura – věda, umění
Pozná základní tvary lidové tvorby, chápe postavení ŮLS v rámci literatury a uvědomuje si její základní funkce, na internetu vyhledá příklady. -		Ústní lidová slovesnost /pohádka, pověst, mýtus, píseň, pranostika, přísloví/
Je seznámen s charakteristikou doby, uvědomuje si činitele, kteří ovlivňovali - starověkou tvorbu. /vliv náboženství a mýtů/, je seznámen se různými literárními teoriemi o vzniku světa a člověka		Starověká literatura /mýtus, epos, divadlo, bible/
Uvědomuje si obrovský vliv náboženské filozofie na život středověkého člověka a na kulturu obecně, dokáže vysvětlit tradici křesťanských svátků /Vánoce, Velikonoce/, je seznámen se základními principy křesťanství, zná stěžejní postavy z Bible - Je seznámen s okolnostmi vývoje české literatury /od staroslověnštiny po staročeštinu/ Pozná satirický – znevažující pohled na společnost, rozliší v textu ironii a nadsázku		Středověká literatura /Nový zákon – husitství/
Chápe změnu v myšlení, světový i český společenský a politický kontext, je informován o základních znacích renesanční literatury a snaží se je vyhledat v ukázkách, konkrétní literární dílo klasifikuje podle druhu a žánru, reprodukuje text, formuluje myšlenky, uplatňuje znalosti z literární teorie i jazyka -		Renesanční literatura /Boccaccio, Shakespeare/
Rozlišuje základní znaky uměleckých a myšlenkových směrů, nachází znaky v konkrétních dílech		Literatura období baroka, osvícenství a klasicismu /Komenský, Moliere, Defoe/
Uvědomuje si význam procesu národního obrození pro rozvoj české kultury, rozpozná znaky romantismu v konkrétním díle		Romantismus a národní obrození /Hugo, Puškin, Mácha, Erben/
Vytváří si přehled o současném kulturním dění - /kniha, film, televize, divadlo/		Současná kultura – čtenářské dílny – práce s knihou dle vlastního výběru

2. ročník	32	
Kompetence platné pro všechna témata 1. Orientuje se v společensko-kulturně-politickém kontextu - 2. Žák je seznámen se znaky jednotlivých uměleckých a literárních směrů a snaží se je v textech najít - 3. Umí zařadit autora do příslušného směru či skupiny - 4. Dokáže klasifikovat texty podle druhů a žánrů - 5. Uplatňuje znalosti z literární teorie i jazykového vyučování - 6. Snaží se vyjádřit hodnocení postav, formulovat základní myšlenky díla, uvědomuje si dopad doby na tvorbu autora - 7. Kriticky přistupuje k informacím z internetových zdrojů a ověřuje si jejich důvěryhodnost. Vhodně používá a vytváří citace a správně je sdílí.		Realismus ve světě i u nás do počátku 20. století 1. světová válka v literatuře Meziválečná literatura 2. světová válka v literatuře Poválečné období v české i světové literatuře do roku 1989 Literární současnost Současná kultura – film ve světě a u nás, čtenářské dílny – práce s vybranou knihou

název předmětu:	Tělesná výchova			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	1	1	1	3

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

- Navození kladného vztahu k pohybovým činnostem, zejména aerobního a prožitkového charakteru, jako předpokladu a motivaci pro zdravý životní styl.
- Předání maximálního množství informací z oblasti tělesné výchovy, sportu a tělesné kultury.
- Přiměřený rozvoj pohybových schopností a pohybových dovedností, hlavně v souvislosti s budoucím uplatněním při využívání volného času.

Charakteristika učiva

- Tělesná výchova je v oblasti vzdělávání specifickým předmětem, kde dochází ke kultivaci především fyzické stránky osobnosti žáka/žákyně.
- Obsah učiva je rozdělen do tematických celků, jejichž realizace je podmíněna sportovním prostředím, kde je prováděna.
- Výuka je zaměřena na rozvoj pohybových dovedností v těchto sportovních oblastech: gymnastika a tanec, kondiční cvičení, atletika, sportovní a pohybové hry, úpoly, plavání, lyžování, snowboard, bruslení, turistika a sporty v přírodě, in-line bruslení, cyklistika.

Pojetí výuky 98

- Vzdělávání v tělesné výchově zdůrazňuje roli žáka jako aktivního činitele.
- Respektuje výrazné pohybové a výkonnostní rozdíly dané vývojovými a pohlavními odlišnostmi, dosavadními pohybovými zkušenostmi a zájmy žáků a dále zahrnuje učivo k péči o vlastní zdraví, k bezpečnému jednání v krizových situacích a za mimořádných událostí, poskytnutí neodkladné první pomoci.
- Umožňuje diferencovat žáky nejen podle pohlaví, ale i podle jejich výkonnosti a zájmu v rámci třídy či skupiny.
Osnovy nemohou být postaveny na přesném členění do ročníku, ale na relativně volném výběru podle konkrétní úrovně žáků, jejich rozvojových a zdravotních potřeb a zájmů, podmínek školy, povětrnostních podmínek apod.
- Tělesná výchova je prováděna ve specifických podmínkách výchovného zařízení a přírody.
- Osnovy nemohou být postaveny na přesném členění do ročníku, ale na relativně volném výběru podle konkrétní úrovně žáků, jejich rozvojových a zdravotních potřeb a zájmů, podmínek školy, povětrnostních podmínek apod.

H Hodnocení výsledků žáků

- Při hodnocení předmětu tělesná výchova musíme brát na zřetel rozdílné předpoklady pohybové činnosti u jednotlivých žáků, vzhledem k biologickému věku, genetickým předpokladům a rozdílnému stupni rozvoje pohybových dovedností. Z těchto důvodů při hodnocení předmětu tělesná výchova postupujeme podle následujícího pořadí důležitosti.
 1. přístup k předmětu a snaha o splnění kladených požadavků
 2. Znalost a dodržování zásad bezpečnosti, pravidel, terminologie předmětu
 3. Subjektivní i objektivní zlepšení v požadovaných pohybových dovednostech a pohyb. schopnostech
 4. výkonnost

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

- Žák/žákyně chápe nezastupitelnou roli pohybových schopností a dovedností pro zdravý rozvoj osobnosti.
- Žák/žákyně si uvědomuje, že klíčové kompetence získané tímto vzděláním jsou předpokladem pro udržení zdravé společnosti.
- Žák/žákyně si dokáže stanovit sportovní cíle podle svých fyzických možností a chápe jejich vliv na svůj duševní a fyzický vývoj.
 - **digitální kompetence:**
 - používat aplikace a zařízení (chytré telefony, sportovní hodinky ke sledování a analýze pohybových aktivit
 - dokázat interpretovat data – jako je srdeční tep, spálené kalorie, nebo uběhnutá vzdálenost a vyvodit z nich závěry
 - sestavit a vizualizovat tréninkový plán pomocí digitálních nástrojů
 - vyhledávat výuková videa na platformách
 - využívat herní prvky v aplikacích například soutěže v počtu kroků, nebo virtuální závody

Průřezová témata:

Člověk a digitální svět: získat vhodné informace touto cestou a využít digitální technologie k zlepšení svého zdraví, kondice, zvýšení výkonnosti a k získání kladného vztahu ke sportu a pohybovým dovednostem

Doporučená literatura

Tělesná výchova:

Úvahy běžce, plavce, tenisty a jezdce na koni o pohybu, těle a mysli, (Šimečka, 2021)

Motoricko-funkční příprava v tělesné výchově, (Hájková, 2020)

Hodnocení ve školní tělesné výchově a postoje žáků k pohybové aktivitě, (Cihlář, Fialová, 2019)

První pomoc pro každého, (Petržela, 2016)

Zdravotní tělesná výchova (Strnad Pavel 2022)

Sportovní psychologie – Průvodce teorií a praxí pro mladé sportovce, jejich rodiče a trenéry (Štěrbova D, Pernicová H. 2022)

ROZPIS UČIVA A REALIZACE KOMPETENCÍ

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
- Žáci zvládají základní techniku běhů, startů - dosáhnou přiměřené výkonnosti při bězích - znají základní pravidla běžeckých závodů - žáci/žákyně zvládnou základní techniku skoku do dálky, znají základní pravidla - zvládnou základní techniku vrhu koule, znají základní pravidla - znají základní metodické postupy pro získání atletických dovedností - používají aplikace a zařízení (chytré telefony, sportovní hodinky ke sledování a analýze pohybových aktivit - dokážou interpretovat data – jako je srdeční tep, spálené kalorie, nebo uběhnutá vzdálenost a vyvodit z nich závěry	96	1. Atletika Běhy (rychlý, vytrvalý) Starty; skoky do výšky a do dálky; hody a vrhy koule
- Žáci zvládají základy kondičního cvičení s náčiním a nářadím - Žáci zvládají základní cviky a jednoduché sestavy v : . akrobacii . přeskoků . na hrazdě - Žáci jsou seznámeni s kondičními a tanečními programy jako jsou: aerobické a jeho formy, rytmická gymnastika tance		2. Gymnastika a tance Cvičení s náčiním, cvičení na nářadí, akrobacie, šplh; Rytmická gymnastika, pohybové činnosti a kondiční programy, cvičení s hudebním a rytmickým doprovodem, tanec
- Žáci zvládají základní pravidla a herní činnosti: - volejbalu - fotbalu - košíkové - házené - florbalu - frisbee - badminton využívají herní prvky v aplikacích například soutěže v počtu kroků, nebo virtuální závody		3. Hry Košíková, fotbal, házená, florbal, badminton, volejbal
- žáci znají čísla tísňového volání - znají signály - znají formy úkrytů pro různé situace mimořádných událostí - znají zásady a postupy při mimořádných situacích		4. Zásady jednání v situacích osobního ohrožení a za mimořádných událostí Osobní život a zdraví ohrožující situace; Mimořádné události (živelné pohromy, havárie, krizové situace)

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
		aj.) Základní úkoly ochrany obyvatelstva (varování, evakuace)
- Žáci znají první pomoc při: - stavění krvácení - život ohrožujících stavech - bezvědomí - při šoku - zlomeninách - otravě - popáleninách a omrzlinách - úpalu, úžehu - ovládá základní obvazové techniky - zvládá polohování a transport raněného - zvládne provádět resuscitaci - vyhledávají výuková videa na platformách		5. První pomoc Úrazy a náhlé zdravotní příhody; Poranění při hromadném zasažení obyvatel; Stavy bezprostředně ohrožující život.
- žáci chápou význam pohybových činností pro udržení zdraví a jako jednoho z možných prostředků nápravy zdravotního stavu - uvědomují si formy sportovního tréninku pro - upevňování zdraví - žáci znají zásady sportovního tréninku - chápou principy adaptace na tělesnou zátěž - znají principy rozvoje pohybových schopností - znají principy rozvoje techniky - chápou základy taktiky pro různá sportovní odvětví - chápou strukturu sportovního výkonu - znají právní aspekty přiměřené sebeobrany		6. Tělesná výchova – teoretické poznatky Význam pohybu pro zdraví; prostředky ke zvyšování síly, rychlosti, vytrvalosti, obratnosti a pohyblivosti; technika a taktika; zásady sportovního tréninku - Odborné názvosloví; komunikace - hygiena a bezpečnost; vhodné oblečení - cvičební úbor a obutí; záchrana dopomoc; zásady chování a jednání v různém prostředí; regenerace a kompenzace; relaxace. - pravidla her, závodů a soutěží; - rozhodování; zásady sestavování a vedení sestav všeobecně rozvíjejících nebo cíleně zaměřených cvičení; - zdroje informací.
- žáci absolvují UNIFIT-TESTY - specifické testy Zvládají sestavit a vizualizovat tréninkový plán pomocí digitálních nástrojů		7. Testování tělesné zdatnosti - Motorické testy

název předmětu:	Informatika			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	1	1	1	3

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

Předmět navazuje na oblast Informatika v základním vzdělávání zaměřenou na zvládnutí základní úrovně informační gramotnosti, tj. na dosažení znalostí a dovedností nezbytných k využití výpočetní techniky a jiných digitálních technologií pro komunikaci, práci s daty a informacemi v digitální podobě, ovládání informačních systémů příslušných pro daný obor a životní situace, tvorbu digitálního obsahu a elementárních programů s pomocí specializovaného softwaru nebo webových služeb.

Výuka předmětu směřuje k tomu, aby žáci dokázali prostřednictvím informatických nástrojů zautomatizovat rutinní a opakující se činnosti pomocí algoritmického přístupu k řešení problémů a zobecňování, a postupy a postoje získané v informatice přenášeli do jiných oblastí.

Ve výuce předmětu jsou žáci vedeni k systematické analýze, porovnání, volbě a následnému uplatnění postupů, které jsou optimální vzhledem ke stanoveným cílům, přičemž v průběhu analýzy je zvažována efektivita, náročnost a omezení jednotlivých možných řešení z hlediska technického, společenského nebo ekonomického. Veškeré tyto postupy jsou následně uplatňovány napříč probíranými tématy, školními předměty, v odborné praxi i v dalších vědních oborech.

Důraz je kladen především na aktivní přístup žáků při řešení problémů, ochotu experimentovat, nalézat nová řešení a především pozitivně pracovat s chybou.

Charakteristika učiva

Vyučovací předmět Informatika vychází ze vzdělávací oblasti Informatické vzdělávání dle RVP. Předmět připravuje žáky k tomu, aby byli schopni pracovat s digitálními technologiemi a dalšími prostředky a efektivně je využívali v jiných předmětech, v dalším studiu, v soukromém a občanském životě.

Žáci se orientují v základních pojmech a metodách informatiky, v problematice bezpečnosti v digitálním světě a bezpečnosti při práci s technologiemi obecně. Jsou schopni informace a data efektivně získat či vytvářet, analyzovat, uspořádat, strukturovat a dále zpracovávat. Žáci efektivně a bezpečně komunikují pomocí dostupných nástrojů, předávají data a informace v souladu s etickými hodnotami a právními normami. S využitím algoritmického přístupu žáci identifikují, popíší a zmapují procesy, které realizuje počítač či člověk v jakékoli roli. Z hlediska afektivních cílů žáci poznávají a učí se ovládnout efektivní metody učení, vnímat souvislosti, porovnávat, být kreativními, kriticky a kultivovaně hodnotit, kooperovat s ostatními žáky.

Strategie výuky

Výuka probíhá ve specializované učebně vybavené potřebným hardwarem, softwarem a dalšími



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

didaktickými pomůckami. V případě potřeby je třída dělena na dvě skupiny. Každý žák a žákyně má k dispozici vlastní pracoviště.

Stěžejní formou výuky je individuální práce žáka s digitálním zařízením s podporou pedagoga (mentora). Využívá se frontální způsob výuky (výklad s ukázkami), metoda řízeného rozhovoru, učení se ze zkušeností. Těžiště výuky spočívá v provádění praktických samostatných dílčích úkolů s cílem zapojit do výuky všechny žáky bez rozdílu. Důraz je také kladen na kooperaci mezi žáky při řešení praktických úloh.

Hodnocení výsledků žáků

- Základem pro hodnocení je průběžná klasifikace individuálně zadávaných úkolů. Důraz je kladen především na praktické dovednosti. Podkladem pro hodnocení žáků je klasifikační řád školy.
- K ověření znalostí jsou využívány testy a samostatné práce vytvořené podle předloh či zadaných požadavků a pravidel, ústní zkoušení nebo práce ve skupině
- Známkou je žák ohodnocen za samostatné vytvoření práce většího rozsahu na dané téma
- Hodnotí se i přístup k plnění zadaných úkolů.

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence:

Kromě ústřední klíčové kompetence digitální se v předmětu Informatika nejčastěji uplatňují následující klíčové kompetence:

kompetence k učení

- Žáci rozvíjejí schopnost analyzovat problémy, navrhnout řešení a kriticky hodnotit výsledky. To zahrnuje i práci s daty a jejich interpretaci.
- vyučující motivuje žáky k učení ukázkami využití v praxi, vyučující vede žáky k samostatnosti, sám do procesu vstupuje jako konzultant,
- Žáci se učí plánovat a organizovat svou práci, stanovovat si cíle a hodnotit svůj pokrok. Důraz je kladen na samostatné učení a zodpovědné využívání digitálních technologií.
- Vyučující učí žáky vyhledávat různé informační zdroje v podobě textu, grafických materiálů či mluveného slova. Podporuje žáky v jejich využívání a konzultuje s nimi možnosti použití nalezených materiálů.
- Žáci se učí, jak efektivně vyhledávat relevantní informační zdroje, hodnotit jejich důvěryhodnost a správně je využívat.
- Studenti získávají základní dovednosti v používání různých digitálních technologií a nástrojů, což zahrnuje i bezpečné a etické chování

kompetence komunikativní

- Vyučující vede žáky k jasnému a srozumitelnému vyjadřování nejen v písemných, ale i ústních projevech
- Vyučující vede žáky k dodržování pravidel slušného a bezpečného chování
- Vyučující používá odbornou terminologii na odpovídající úrovni a učí tomu své žáky
- Žáci se učí pravidlům a normám chování v online komunikaci, včetně respektování soukromí a autorských práv.

kompetence k řešení problémů

- vyučující vede žáky k rozpoznání podstaty problému, jeho analýze a nalezení vhodného řešení
- vyučující vede žáky k řešení problémů pomocí vhodných prostředků, metod a nástrojů digitálních technologií
- vyučující učí žáky být otevřený k jiným postupům a názorům druhých

kompetence sociální a personální

- Vyučující učí žáky odhadovat důsledky vlastního jednání a chování v osobní i pracovní rovině
- Vyučující vede žáky k smysluplné spolupráci s ostatními spolužáky, vyučujícími i institucemi
- Vyučující podporuje toleranci, projevy vzájemné úcty a empatie
- Vyučující učí žáky respektovat pravidla slušného chování

kompetence pracovní

- Vyučující vede žáky k tvorbě efektivního a estetického zpracování tiskových i digitálních materiálů pro osobní i pracovní život
- Vyučující učí žáky orientovat se v problematice pracovních nabídek v různých oborech
- Vyučující provede žáky možnostmi komunikace s orgány státní správy
- Vyučující vede žáky k posouzení vlastních možností při volbě profese
- Vyučující učí žáky cíleně rozvíjet svůj osobní i odborný potenciál

kompetence digitální

- Vyučující učí žáky používat potřebnou sadu digitálních zařízení, aplikací, služeb včetně nástrojů z oblasti umělé inteligence při školní práci i při zapojení do veřejného života a to BEZPEČNĚ, SEBEJISTĚ, KRITICKY A TVOŘIVĚ.
- Vyučující vede žáky k návrhům řešení prostřednictvím digitálních technologií, která mu pomohou vylepšit postupy či technologie
- Vyučující vede žáky k předcházení situacím ohrožujícím bezpečnost zařízení i dat, situacím ohrožujícím jejich tělesné a duševní zdraví
- Shromažďuje, hodnotí, spravuje, sdílí a předává data, informace a digitální obsah v různých formátech v osobním nebo profesním prostředí; k tomu vybírá efektivní postupy, strategie a metody, které odpovídají konkrétní situaci a účelu.
- Tvoří, zdokonaluje a propojuje digitální obsah v různých formátech; využívá digitální prostředky k vyjádření.
- Vedeme žáky k respektování autorských práv při využívání obrázků, videí a informací
- Vyučující vede žáky k neustálému zájmu o trendy v oblasti v digitálních technologiích

Průřezová témata:

- Přínos předmětu Informatika k průřezovému tématu **Občan v demokratické společnosti** spočívá zejména v seznámení žáka s internetovými portály různých státních institucí a jinými portály, kde mohou nalézt informace, potřebné pro běžný život občana v demokratické společnosti (např. zákony, návody na řešení životních situací apod.).
- Průřezové téma **Člověk a životní prostředí** je zastoupeno např. vyhledáváním internetových stránek o zdraví člověka a zdravém životním stylu, stavu ovzduší v místě bydliště apod. Seznamování se s aplikacemi, které mohou informace o zdraví, životním stylu, negativních vlivech pro zdraví uživatelům přednést. Cílem je připravit budoucí generace k myšlení a jednání v souladu s principy udržitelného rozvoje, k vědomí odpovědnosti za udržení kvality životního prostředí a uvědomění si a respektování negativních vlivů moderních digitálních technologií na společnost a na zdraví člověka.
- Přínosem pro průřezové téma **Člověk a svět práce** je zejména schopnost vyhledávat pracovní příležitosti pomocí prostředků informačních a komunikačních technologií (internet) a schopnost vyhledávat informace, užitečné pro rozhodování o další profesní či vzdělávací dráze žáka.
- Průřezové téma **Člověk a digitální svět** je zastoupeno napříč předmětem. Spočívá především

ve zdokonalování schopností žáků efektivně, bezpečně a eticky používat potřebnou sadu digitálních zařízení, aplikací a služeb v různých oblastech života k následnému řešení nejrůznějších i neinformatických problémů a činností. Průřezové téma Člověk a digitální svět je zásadní pro přípravu žáků na život v digitální éře. Rozvíjí nejen technické dovednosti, ale také kritické a informatické myšlení, etické povědomí a schopnost efektivně komunikovat a spolupracovat v digitálním prostředí.

Doporučená literatura

LESSNER, Dan; LÁNA, Martin; PODRÁZKA TOMKOVÁ, Michala a HAUT, Jiří. *Základy informatiky pro střední školy*. Online. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Pedagogická fakulta, 2020. ISBN 978-80-7394-785-9. Dostupné z: <https://imysleni.cz/ucebnice/zaklady-informatiky-pro-stredni-skoly>. [cit. 2024-11-05].

ROZPIS UČIVA A REALIZACE KOMPETENCÍ

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
	Σ 96 h	Učivo
Výsledky vzdělávání – Žák	1. ročník 32 hodin	Digitální technologie - Hardware a software
- identifikuje v historii vývoje hardwaru i softwaru zlomové události; ukáže, které koncepty se nemění a které ano;		zlomové události a technologie v historii a jejich vliv na obor, trh práce a společnost
- rozumí fungování hardwaru natolik, aby ho mohl efektivně a bezpečně používat a snadno se naučil používat nový;		současná výpočetní zařízení, technické parametry, komponenty;
- identifikuje a řeší technické problémy vznikající při práci s digitálními zařízeními; poradí druhým při řešení typických závad;		připojitelné periferie, zobrazovací zařízení, I/O zařízení, rozhraní a konektory;
- vysvětlí, jakým způsobem pracuje počítač s daty;		souborový systém a paměťová úložiště
- rozpozná různé druhy paměťových úložišť a popíše jejich základní principy, nastavuje sdílení a zálohování dat;		zařízení s operačním systémem;
- popíše, jakým způsobem operační systém zajišťuje své hlavní úkoly;		zařízení s vestavěnými systémy, virtuální realita
- popíše rozdíly mezi vestavěnými systémy a univerzálním počítačem vzhledem k oboru		
- na základě porozumění fungování softwaru efektivně a bezpečně využívá různá uživatelská prostředí;		
- efektivně a bezpečně využívá vhodné aplikace podle stanoveného cíle;		
- dokáže pracovat ve virtuálním prostředí a vykonávat zadané úlohy		
- popíše, jak mohou být AI nástroje využity pro		Umělá inteligence, prompty

- zjednodušení života - umí napsat jednoduchý prompt na základě struktury CRAFT (kontext, požadavek, akce, rámec, šablona) - dokáže používat AI pro různé činnosti - definuje základní aspekty etického a bezpečného používání AI		
		Aplikační software a jeho využití pro odborné činnosti – Textový editor
- na základě porozumění fungování softwaru efektivně a bezpečně využívá různá uživatelská prostředí; - efektivně a bezpečně využívá vhodné aplikace podle stanoveného cíle; - orientuje se v uživatelském prostředí - dokáže vyřešit konkrétní problémy - využívá další webové aplikace, nástroje a služby		Tvorba, editace a sdílení dokumentů Objekty, externí doplňky, interaktivní prvky Styly a jejich použití Automatické části dokumentu, záhlaví, zápatí Cloudová prostředí editorů Práce s dokumenty pomocí umělé inteligence
		Aplikační SW a jeho využití pro odborné činnosti – Tabulkový procesor
- na základě porozumění fungování softwaru efektivně a bezpečně využívá různá uživatelská prostředí; - efektivně a bezpečně využívá vhodné aplikace podle stanoveného cíle; - orientuje se v uživatelském prostředí - dokáže vyřešit konkrétní problémy a chyby - využívá další webové aplikace, nástroje a služby		Tvorba, formátování a editace tabulky Filtrování a řazení dat Základy vytváření vzorců Funkce Dynamické doplňování Komplexní výpočty a výpočty pomocí umělé inteligence Základy práce s grafy Import, export, sdílení a cloudová řešení
Výsledky vzdělávání – Žák	2. ročník 32 hodin	Aplikační SW a jeho využití pro odborné činnosti – Software pro tvorbu prezentací
- na základě porozumění fungování softwaru efektivně a bezpečně využívá různá uživatelská prostředí; - orientuje se v uživatelském prostředí - dokáže vyřešit konkrétní problémy a chyby - efektivně a bezpečně využívá vhodné aplikace podle stanoveného cíle; - využívá další webové aplikace, nástroje a služby - vytváří interaktivní výstupy		Zásady tvorby prezentace Použití programů pro tvorbu prezentací Práce se snímky, rozvržení, šablony, automatizace pomocí umělé inteligence Formátování a generování textu pomocí AI Grafické a další objekty, doplňky, využití AI Grafy a interaktivita

		Interaktivní prezentace, časování
		Digitální technologie - Počítačové sítě a síťové služby
- porovná jednotlivé způsoby propojení digitálních zařízení, charakterizuje počítačové sítě a internet; vysvětlí, pomocí čeho a jak je komunikace mezi jednotlivými zařízeními v síti zajištěna; - rozumí fungování sítí natolik, aby je mohl bezpečně a efektivně používat;		typy, vlastnosti různých sítí, internet věcí;
		používání základních příkazů pro práci v síti (ping, ipconfig, tracer);
		principy fungování webu a cloudových služeb;
		Digitální technologie - Bezpečnost v digitálním prostředí
- chrání digitální zařízení, digitální obsah i osobní údaje v digitálním prostředí před poškozením, přepisem/změnou či zneužitím; reaguje na změny v technologiích ovlivňujících bezpečnost;		způsoby útoků na technologie, základní prvky ochrany (např. aktualizace softwaru, antivir, firewall, VPN, šifrování);
		sociotechnické metody útoků na uživatele, bezpečné chování a nastavení prostředí (např. práce s hesly, 2FA, zálohování dat);
- s vědomím souvislostí fyzického a digitálního světa vytváří, spravuje a chrání jednu či více digitálních identit; kontroluje svou digitální stopu, ať už ji vytváří sám, nebo někdo jiný, v případě potřeby dokáže používat služby internetu anonymně;		digitální identita, elektronický podpis, eGovernment a státní informační systémy;
		digitální stopa – vědomá a nevědomá, logy, metadata, cookies a narušení soukromí při využívání technologií
- v případě personalizovaného obsahu dokáže identifikovat obsah generovaný algoritmy doporučovacích systémů. (např. rabbit hole).		sledování uživatele, algoritmy sociálních sítí a personalizace obsahu, doporučovací systémy.
		Data, informace a modelování
- uvede příklady dat, která ho obklopují a která mu mohou pomoci lépe se orientovat v jeho oboru; - posuzuje množství informace podle úbytku možností; interpretuje získané výsledky a závěry, vyslovuje předpovědi na základě dat, uvažuje při tom omezení použitých modelů;		data a informace, interpretace dat;
		informace a množství informace v datech;
		chyby v datech;
- porovná různé způsoby kódování z různých hledisek a vysvětlí proces a úskalí digitalizace;		kódování informací a dat;
		záznam, přenos a distribuce dat a informací v digitální podobě;
		datové formáty, kódování

		různých formátů dat (např. text, obraz, zvuk, video);
- převede data z jednoho modelu do jiného; najde nedostatky daného modelu a odstraní je; porovná různé modely s ohledem na kvalitu řešení daného problému; - formuluje problém a požadavky na jeho řešení; získává potřebné informace, posuzuje jejich využitelnost a dostatek (úplnost) vzhledem k řešenému problému; používá systémový přístup k řešení problémů; pro řešení problému sestaví model;		model jako zjednodušení reality (např. schéma, graf, diagram, pojmová a myšlenková mapa);
Výsledky vzdělávání – Žák	3. ročník 32 hodin	Aplikační SW a jeho využití pro odborné činnosti – Grafický software
- na základě porozumění fungování softwaru efektivně a bezpečně využívá různá uživatelská prostředí; - efektivně a bezpečně využívá vhodné aplikace podle stanoveného cíle;		Editory rastrové a vektorové grafiky
		Online editory rastrové a vektorové grafiky pro počítače a mobilní zařízení
- využívá umělou inteligenci a nástroje k tomu určené pro tvorbu grafických návrhů - rozumí a používá základní strukturu promptu CRAFT (kontext, požadavek, akce, rámec, šablona)		Tvorba grafických návrhů pomocí AI, základy promptování
		Aplikační software a jeho využití pro odborné činnosti – software pro oblast 3D technologií
- na základě porozumění fungování softwaru efektivně a bezpečně využívá různá uživatelská prostředí; - efektivně a bezpečně využívá vhodné aplikace podle stanoveného cíle; - Využívá umělou inteligenci pro tvorbu 3D objektů		Základní pojmy z oblasti 3D technologií
		Editory 3D grafiky
		Možnosti vytváření 3D objektů, Tvorba s pomocí umělé inteligence
		Tvorba, testování a provoz softwaru
- rozdělí problém na menší části, rozhodne, které je vhodné řešit algoritmicky, své rozhodnutí zdůvodní; sestaví a zapíše algoritmy pro řešení problému; - určí, zda je daný postup algoritmem; vysvětlí daný algoritmus, program; - zobecní řešení pro širší třídu problémů; ověří správnost, najde a opraví případnou chybu v algoritmu; - hodnotí algoritmy podle různých hledisek porovná a vybere pro řešený problém ten nejvhodnější; vylepší algoritmus podle zvoleného hlediska;		Návrh programu - zadání úlohy, vstup, výstup, podmínky řešení; - rozdělení problému na části, identifikace návazností dat, opakujících se vzorů a míst pro rozhodování; - pojem algoritmus, vlastnosti algoritmu, různé zápisy algoritmů;
- sestaví přehledný program v blokově orientovaném		Tvorba a vývoj programu

- nebo textovém jazyce, program otestuje a optimalizuje; - používá základní programové konstrukce; - rozumí základním pojmům z oblasti programování - dokáže identifikovat problém v programu - umí rozlišit programovací jazyky		- zápis algoritmu vhodnou formou (např. blokové schéma, přirozené a formální jazyky, skriptovací a programovací jazyk); - základní koncepce tvorby programů (např. proměnná a datový typ, řídicí příkazy, cykly); - volba nástroje podle zadání úlohy; - návrh programu;
		Testování programů - způsoby testování programu; - druhy chyb, chybové hlášky;
		Běh a provoz - verze programu, instalace a aktualizace programu; - hlášení a evidence závad; - nápověda a licence programu;
		Informační systémy
- vysvětlí, co je informační systém a co je databáze a k čemu slouží; - porovnává vybrané informační systémy z hlediska struktury a vzájemné provázanosti; - uvede příklady informačních systémů ve svém oboru; - vyhledává pomocí uživatelského rozhraní a navigace v informačním systému specifické informace podle zadání;		informační systém – data, jejich struktura a vazby, definované procesy, role uživatelů;
		informační systémy využívané v oboru;
- navrhne a vytvoří strukturu vzájemného propojení tabulek; - umí filtrovat data dle různého zadání - dokáže data vizualizovat		tabulka, její struktura – data, hlavička a legenda;
		řazení a filtrování velkých dat, rozpoznávání vzorů v datech, vizualizace dat;
- formuluje problém a požadavky na jeho řešení, specifikuje a stanoví požadavky na informační systém; - otestuje svoje řešení informačního systému se skupinou vybraných uživatelů, vyhodnotí výsledek testování, případně navrhne vylepšení, naplňuje kroky k plnému nasazení informačního systému do provozu, rozpozná chybový stav, zjistí jeho příčinu a navrhne způsob jeho odstranění; - navrhne procesy zpracování dat a roli/role jednotlivých uživatelů;		postup tvorby tabulky pro vlastní potřebu a pro potřeby týmu;
		návrh tabulky, atributy, identifikátor, číselník;

název předmětu:	Ekonomika			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	0	1	1	2

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

Cílem obsahového okruhu je vybavit žáky základními znalostmi pro ekonomické chování, jak v profesním, tak v osobním životě.
Nastínit podstatu podnikání, podmínek vedoucích k zahájení a provozu podnikatelské činnosti.
Osvojit si postupy živnostenského podnikání a prezentovat vhodnost jednotlivých právních forem podnikání.
Využívat možnosti moderních technologií digitální prostředí webových kalkulačů a případně možnosti umělé inteligence AI k osvojení ekonomických oblastí.

Charakteristika učiva

Obsah předmětu vychází z obsahového okruhu RVP – Ekonomické vzdělání
Učivo je rozděleno do tematických celků:
Podnikání – žák se seznámí s různými formami podnikání a se základními ekonomickými pojmy v oblasti trhu. Stanoví cenu a vypočítá DPH. Rozliší druhy nákladů a výnosů, z nich vypočítá HV (zisk/ztráta). Dále vypočítá čistou mzdu a vysvětlí zásady daňové evidence.
Finanční vzdělávání – žák se seznámí s měnou, orientuje se v platebním styku, naučí se disponovat s běžným účtem, také se orientuje v produktech pojišťovacího trhu a úvěrovými produkty.
Daně – žák se naučí charakterizovat jednotlivé daně a jejich význam a také úlohu státního rozpočtu, bude umět vyplňovat daňové a účetní doklady a vyhotoví daňové přiznání daně z příjmu (FO), bude umět vypočítat ZP a SP.

Pojetí výuky

- výuka probíhá ve dvou ročnících
- formy výuky: skupinové vyučování, frontální výuka, řízení problémových úloh, využívání digitálních technologií, práce s umělou inteligencí
 - při výuce je používána forma výkladu, řízeného rozhovoru, samostatné a skupinové práce žáků
 - žáci vykonávají činnost v on-line prostředí, využívají výhody digitálních technologií a sdílených úložišť
 - důraz je kladen na názornost a srozumitelnost s použitím různých vzorků, s využitím didaktických pomůcek – www, webové kalkulačky, sdílená úložiště, AI, projektory

Hodnocení výsledků žáků

- Ústní a písemné ověření pochopení problematiky – průběžně



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Podpora kolektivního hodnocení, hodnocení samostatných prací a cvičení
- Hodnocení činnosti v on-line prostředí, práce s webovými kalkulátory a AI
- Znalosti a dovednosti jsou ověřovány praktickým předvedením, ústním zkoušením a prací ve skupině po probrání jednotlivých tematických celků.
- Hodnotí se způsob zvládnutí problematiky, prezentace a porozumění.

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence:

kompetence komunikativní: žák formuluje a obhájí své myšlenky a názory, diskutuje a respektuje názory druhých, komunikuje za pomoci digitálních prostředků elektronickou poštou a využívá další prostředky komunikace, žák zpracovává a vytváří s pomocí AI běžné administrativní písemnosti a dokumenty

kompetence k pracovnímu uplatnění: žák vnímá možnosti, které nabízí trh práce, žák se orientuje v právních formách podnikání s využitím digitálních pomůcek nebo AI, žák zná obecná práva zaměstnavatelů i pracovníků, žák má reálnou představu o pracovních, platových a jiných podmínkách v oboru

kompetence matematické: žák provádí výpočty v oblasti daňové - řeší jednoduché výpočty daně z přidané hodnoty a daně z příjmu, žák pracuje s grafickým vyjádřením nákladů a výnosů, žák řeší jednoduché výpočty mezd, žák vyhledává a pracuje s kurzovním lístkem, žák řeší jednoduché výpočty výsledku hospodaření, žák stanoví cenu jako součet nákladů, zisku a DPH

digitální kompetence: žák ovládá digitální zařízení, aplikace a služby včetně nástrojů z oblasti umělé inteligence především v oblasti vyhledávání a zpracování nejrůznějších ekonomických informací, žák umí pomocí digitálních zařízení a služeb zpracovat daňová přiznání a informace pro další instituce, žák dokáže poradit ostatním s běžnými technickými problémy, umí se vyrovnat s proměnlivostí digitálních technologií

Průřezová témata:

člověk a svět práce: žáci vyhodnocují možnosti pracovního uplatnění, dle získaných dovedností, získávají orientaci v právních předpisech týkající se zaměstnaneckého poměru a případně pro podnikání v oboru

člověk a digitální svět: Využívá vhodné digitální nástroje pro výpočty ekonomických údajů (např. mzdy, RPSN, atd.) a jejich zobrazování (např. rozpočet, podnikatelský záměr, atd.) Používá dostupné aplikace k daňovým evidenčním povinnostem. Žák se seznámil s možnostmi AI, využívá její výhody v ekonomické oblasti.

občan v demokratické společnosti: vykazovat vhodnou míru sebevědomí, odpovědnosti a morálního úsudku, odolávat manipulaci, umět jednat s lidmi, vážit si materiálních a duchovních hodnot

Doporučená literatura

CHROMÁ, D. a kol. *Ekonomika- ekonomická a finanční gramotnost pro střední školy*. Praha: EDUKO, 2024. ISBN 978-80-88473-30-5
PORVICOVÁ, J. *Ekonomika pro SOU a SOŠ*. Praha: EDUKO, 2024. ISBN 978-80-88473-31-2.
ŠVARCOVÁ, J. a kol. *Ekonomie – stručný přehled. 2024-2025*. Zlín: CEED, 2024. ISBN 978-80-87301-29-6

ROZPIS UČIVA A REALIZACE KOMPETENCÍ

Výsledky vzdělávání a kompetence	Počet hodin	Tematický celek
Žák	64	
- Rozlišuje různé formy podnikání a vysvětlí jejich hlavní znaky - Vytvoří jednoduchý podnikatelský záměr a rozpočet - na příkladu vysvětlí základní povinnosti podnikatele - Stanoví ceny, náklady, zisk a DPH a vysvětlí, jak se cena liší podle zákazníka, místa a období - rozliší jednotlivé druhy nákladů a výnosů - vypočítá čistou mzdu - vysvětlí zásady daňové evidence		1 Podnikání - Formy podnikání - Základní povinnosti podnikatele - Podnikatelský záměr, zakladatelský rozpočet - Trh, tržní subjekty, nabídka, poptávka, zboží, cena - Náklady, výnosy, HV (zisk/ztráta) - Mzda časová a úkolová - Výpočet mzdy - Základy daňové evidence
- Orientuje se v platebním styku a směnění peníze podle kurzovního lístku - Vysvětlí, co jsou kreditní a debetní karty - Vysvětlí způsoby stanovení úrokových sazeb a rozdíl mezi úrokovou sazbou a RPSN - V on-line prostředí vyhledá aktuální výše úrokových sazeb na trhu - Orientuje se v produktech pojišťovacího trhu - Vysvětlí podstatu inflace a její důsledky na finanční situaci - Charakterizujte jednotlivé druhy úvěrů a jejich zjištění		2 Finanční vzdělání - Peníze, hotovostní a bezhotovostní platební styk - úrokování - pojištění, pojistné procesy - inflace - úvěrové produkty
- Vysvětlí úlohu státního rozpočtu v národním hospodářství - Charakterizuje jednotlivé daně a vysvětlí jejich význam pro stát - Provádí výpočty daní za pomoci digitálních nástrojů, webových kalkulaček - Vyhotoví daňové přiznání k dani z příjmu - FO, s využitím digitálních technologií, řeší způsoby podání včetně online formy - Proveďte výpočet zdravotního a sociálního pojištění s využitím on-line prostředí - Vyhotoví a zkontroluje daňový doklad v papírové i elektronické formě, využívá při tom aktuální, možnosti z oblastí digitálního světa		3 Daně - Státní rozpočet - Daně a daňová soustava - Výpočet daní - Přiznání k dani - Sociální pojištění - Daňové a účetní doklady

název předmětu:	Teorie masáží			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	2	2	2	6

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

Předmět teorie masáží poskytuje žákům teoretické vědomosti nezbytné pro provádění jednotlivých masážních technik a při poskytování masérských, regeneračních a relaxačních služeb. Žáci se seznámí s technickým vybavením provozoven, je jim vysvětlena příprava pracoviště, masážního stolu a masážních potřeb pro výkon určitého druhu masáže. Důraz je kladen na soustavné dodržování osobní i provozní hygieny, zákonných předpisů a hygienických požadavků souvisejících s provozováním a poskytováním masérských, rekondičních a regeneračních služeb.

Charakteristika učiva

Učivo je zaměřeno na získání teoretických vědomostí a praktických postupů nezbytných pro masérskou péči o klienta, osvojení si nejdůležitější masérské terminologie a know-how. Obsah učiva vychází z oblasti RVP – Masérská péče. Učivo zahrnuje manuální masáže, práci na masérské provozovně, reflexologii, diagnostiku pohybového aparátu, první pomoc a alternativní masážní techniky.

Pojetí výuky

Předmět je strukturován do modulů:		kód	roč.	poč. hod.
1.	Manuální masáže	RS/Tmas/MO1/1	1	32
2.	Práce na masérské provozovně	RS/ Tmas /MO2/1	1	32
3.	Reflexní masáže	RS/ Tmas /MO3/2	2	32
4.	Diagnostika pohybového aparátu I	RS/ Tmas /MO4/2	2	32
5.	První pomoc	RS/ Tmas /MO5/3	3	16
6.	Lymfodrenáž	RS/ Tmas /MO6/3	3	16
7.	Alternativní masážní techniky	RS/ Tmas /MO7/3	3	32

Formy výuky:

- Při výuce je používána forma výkladu, řízeného rozhovoru.
- Je podporována samostatná práce studentů – výstupy před třídou, referáty, seminární práce.
- Využití audiovizuální techniky - promítání názorných ukázek, prezentace, digitální technologie a AI
- Procvičování s možností využití skupinové práce.
- Distanční online výuka

Metody výuky:

- Základní metodou výuky je frontální způsob s důrazem na názornost (anatomické modely a

plakáty, sepětí s praxí, využití audiovizuální techniky).

- Důraz kladen na vstřícný přístup studentů, míru samostatnosti při plnění úkolů, dostatečnou rychlost při jednotlivých typech úloh, správnost řešení, schopnost objektivně argumentovat a obhájit svůj názor.
- Součástí metod výuky je samostatné studium odborné literatury, získávání dovedností a návyků, vyhledávání a účelné zpracování informací z odborné literatury, tisku nebo vyhledávání odborných informací v síti Internetu.

Hodnocení výsledků žáků

- Hodnocení studentů vychází z klasifikačního řádu (klasifikační stupnice 1-5).
- Průběžně se provádí ústní a písemné ověření pochopení probírané problematiky.
- Hodnocení jsou také za vypracování samostatného úkolu a za jeho veřejnou prezentaci.
- Při prezentaci výsledků práce ve třídě sebehodnocení, vzájemné hodnocení se zdůvodněním.
- Po ukončení každého tematického celku následuje písemný test.

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence:

Komunikativní kompetence – žák používá odborný slovník, vyjadřuje se a vystupuje v souladu se zásadami kultury projevu a chování, zpracovává věcně, správně a srozumitelně přiměřeně náročné souvislé texty odborná témata, pracovní písemnosti, vhodně se prezentuje při různých jednáních.

Personální kompetence – žák se vzdělává a pečuje o svůj fyzický i duševní rozvoj, využívá ke svému učení zkušenosti jiných lidí a učí se i na základě zprostředkovaných zkušeností. Přijímá odpovědnost za vlastní rozhodování a jednání a rozvíjí dovednost aplikovat získané poznatky.

Sociální kompetence – žák bude schopen přijímat a plnit odpovědně svěřené úkoly, učit se spolupracovat v kolektivu.

Kompetence k pracovnímu uplatnění a podnikatelským aktivitám - využívá znalosti a zkušenosti získané v jednotlivých vzdělávacích oblastech v zájmu vlastního rozvoje, uvědomuje si, že je nezbytné odvádět kvalitní práci a dodržovat stanovené bezpečnostní předpisy, účastnit se pravidelných školení.

Digitální kompetence

Studenti mohou používat aplikace a online platformy. Pro ověřování znalostí jsou používány online testy a kvízy. Také může být zaveden systém online úkolů a hodnocení, který studentům umožní okamžitou zpětnou vazbu.

Využívání AI ve výuce Teorie masáží. AI systémy mohou být využity k analýze výsledků studentů a poskytování individualizovaných učebních plánů. Mohou například analyzovat oblasti, kde studenti potřebují více praxe, a doporučit konkrétní cvičení. Využívání virtuálních chatbotů AI. Například AI chatbot může odpovědět na otázky týkající se odborných předmětů v rámci Teorie masáží. AI nástroje mohou být využívány pro analýzu odborných textů v oblasti hygieny masáží, diagnostiky pohybového aparátu a dalších.

Kompetence vykonávat odborné činnosti při poskytování masérských služeb - respektuje požadavky klienta spolu s zdravotním stavem. Volit a používat přípravky v souladu s technologickými postupy - sleduje nové výrobky na trhu, volí vhodný druh masážního prostředku s ohledem na typ masáže.

Kompetence uplatňovat zdravotní hlediska a zásady hygieny při poskytování masérských služeb - dodržuje proti epidemiologická opatření, zná jednotlivé indikace různých typů masáží.

Odborné kompetence:

Dbát na bezpečnost práce a ochranu zdraví při práci - aby absolventi: znali systém péče o zdraví pracujících (včetně preventivní péče, uměli uplatňovat nároky na ochranu zdraví v souvislosti s prací, nároky vzniklé úrazem nebo poškozením zdraví v souvislosti s vykonáváním práce); byli vybaveni



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

vědomostmi o zásadách poskytování první pomoci při náhlém onemocnění nebo úrazu a dokázali první pomoc sami poskytnout; uměli vypracovat provozní řád masérské provozovny.

Vykonávat obchodně-podnikatelské aktivity v masérských službách - aby absolventi: využívali marketingové nástroje k prezentaci firmy a nabídce masérských služeb, organizovali průzkum trhu a výsledky vyhodnocovali a aplikovali; orientovali se v ekonomicko-právním zabezpečení provozu; zhotovovali ceníky úkonů a kalkulovali spotřebu a prodejní cenu nabízených přípravků; vyhotovovali obchodní písemnosti v souladu s normalizovanou úpravou; používali počítačové programy pro vedení kartotéky a výkon dalších administrativních prací.

Průřezová témata:

Člověk a svět práce – vybavit žáka praktickými dovednostmi a informacemi pro jeho budoucí pracovní život tak, aby byl schopen efektivně reagovat na dynamický rozvoj trhu práce a měnící se požadavky na pracovníky. Prostřednictvím kariérového vzdělávání si žák osvojí znalosti a především dovednosti pro řízení své kariéry a života (Career Management Skills), které využije pro cílené plánování a odpovědné rozhodování o svém osobním rozvoji, dalším vzdělávání a seberealizaci v profesních záměrech. Zároveň se naučí přijímat změny ve své profesní kariéře jako běžnou součást života.

Člověk a digitální svět – vyhledávání a zpracovávání informací potřebných k výuce. Využívání digitálních nástrojů a platforem, jako jsou EDMONDO, GOOGLE, CLASSROOM, MOODLE. Tyto platformy lze využít pro organizaci výuky, sdílení materiálů a zadávání úkolů.

Člověk a životní prostředí – student bude schopen jednat hospodárně, uplatňovat nejen hledisko odborné, ekonomické, ale také ekologické a jednat v rámci udržitelného rozvoje.

Občan v demokratické společnosti – Výchova k demokratickému občanství se zaměřuje na vytváření a upevňování takových postojů a hodnotové orientace žáků, které jsou potřebné pro fungování a zdokonalování demokracie. Nejde však pouze o postoje, hodnoty a jejich preference, ale také o budování občanské gramotnosti žáků, tj. osvojení si faktické, věcné a normativní stránky jednání odpovědného aktivního občana.

Doporučená literatura

Klasické masáže – Stanislav Flandera, Poznáni, 1. vydání, Praha 2005
Masáže od A do Z – Jan Sedmík, Svoboda, 1. vydání, Praha 2008
Sportovní masáže – Stanislav Flandera, Poznáni, 1. vydání, Praha 2005
Sportovní masáž – Jan Jařabáč a kol., Prosport, 1. vydání, Praha 2000
Funkční diagnostika pohybového aparátu – Miroslav Tichý, 1. vydání, Praha 2000
Encyklopedie lidského těla – Tony Smith a kol., DK Book, 4. vydání, Praha 2005
Reflexologie - Jednoduché postupy pro domov, práci, cestování – Ann Gilanders, 1. vydání, Svojtka, Praha 2006
Svalové a funkční testy – Vladimír Janda a kol., Grada, Praha 2004
Baňkování a moxování pro maséry – Zdeněk Šos, Poznáni. Olomouc 2010
Záchranář – První pomoc – Jan Kaufman. VZS Český červený kříž. Praha 2007
Lymfatické masáže – Vladimír Tesař, Grada, Praha 2015
Somatologie – Ivan Dylevský, Stanislav Trojan, Avicenum, Praha 1990
Učebnice reflexní terapie – Julius Pataky, Fontána, Olomouc 1998



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		TEORIE MASÁŽÍ	
Název modulu:	Manuální masáže	Kód modulu:	RS/Tmas/M01/1
Délka modulu:	32 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Úvodní modul – nejsou vyžadovány žádné speciální znalosti		
Charakteristika modulu:			
Předmět je zaměřen na seznámení se žáků se základním masérským know-how. Jsou jim vysvětlena specifika masérského povolání, důraz se klade na teoretické zvládnutí základních masérských dovedností a znalostí a osvojení si nejdůležitější masérské terminologie. Dále jsou žákům představeny nejpoužívanější masážní prostředky, vysvětlena jejich aplikace a hospodárné a ekologické využívání, včetně bezpečné manipulace a likvidace po skončení doby životnosti.			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
Žák			
1. definuje pojem masáž, vyjmenuje jednotlivé druhy masáží, popisuje dějiny vzniku masáží, uvádí nejstarší známé písemnosti a nastiňuje vývoj masáže v České republice,			
2. objasňuje účinky masáže na lidský organismus a vysvětluje jednotlivé druhy účinků,			
3. ovládá celkové a místní kontraindikace masáže, uvádí výčet nejčastějších kontraindikací, posuzuje vhodnost daného druhu masáže pro klienta v souladu s jeho požadavky a aktuálním zdravotním stavem,			
4. charakterizuje nejčastěji používané masážní přípravky a objasní jejich působení v průběhu aplikace, vhodně volí masážní přípravek v souladu s technologickým postupem masáže, dodržuje jeho správné dávkování a vhodným způsobem je doporučuje klientovi, uvádí možnosti alergie a případné komplikace při použití masážních přípravků, orientuje se ve skladování masérských přípravků, pomůcek a přístrojů podle jejich charakteru v souladu s hygienickými normami, dodržuje způsoby bezpečné likvidace přípravků po skončení jejich životnosti,			
5. ovládá základní masérské hmaty a jejich praktické provedení,			
6. popíše směr a sled hmatů u klasické a sportovní masáže,			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. Definice pojmu masáž, úvod do problematiky, druhy masáží4			
2. Historie masáže, masáž v českých zemích4			
3. Výklad účinků masáže (mechanický, biochemický, reflexní) (místní, vzdálené, celkové)5			
4. Indikace a kontraindikace masáží, druhy kontraindikací5			
5. Pomocné masážní prostředky, jejich aplikace, objednávání a skladování5			
6. Systém základních masérských hmatů5			
7. Směr a sled hmatů4			
Doporučené postupy výuky:			
Hlavní část modulu tvoří výklad.			
Další část modulu tvoří promítání názorných ukázek s využitím audiovizuální techniky.			
Práce s digitálními platformami a simulace pomocí AI, Studenti jsou vedeni k vyhledávání a kritickému hodnocení informací na odborných zdravotnických webech či platformách (např. PubMed, Scholar). To jim pomůže rozvíjet schopnost vyhodnocovat kvalitu informací a zdrojů.			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1:			
▪ Definuj pojem masáž			

- Vyjmenuj jednotlivé druhy masážních technik.

Výsledek 2:

- Uveď nejstarší písemnosti týkající se masáže. Popiš vývoj masáže ve starověku s středověku.
- Kdo je považován za zakladatele masáže v ČR?

Výsledek 3:

- Jaké jsou účinky masáže na lidský organismus?
- Vysvětli jednotlivé druhy účinků (mechanický, biochemický, reflexní, vzdálené, místní, celkové)

Výsledek 4:

- Definuj pojem kontraindikace a indikace
- Uveď základní druhy a dělení kontraindikací

Výsledek 5:

- Vyjmenuj základní pomocné masážní prostředky, vysvětli jejich účinek a použití.
- Uveď praktické příklady objednávání masážních přípravků.
- Vysvětli skladování masážních přípravků a způsob jejich likvidace.

Výsledek 6:

- Popiš systém masérských hmatů
- Definuj úvodní tření, hnětení, roztírání/vytírání, tepání, chvění, závěrečné tření, pasivní pohyby.
- Uveď příklady úvodního tření, hnětení, roztírání/vytírání, tepání, chvění, závěrečného tření, pasivních pohybů.

Výsledek 7:

- Popiš řazení hmatů u klasické a sportovní masáže.

Postupy hodnocení:

Hodnocení se provádí dle počtu získaných bodů v závěrečném testu podle hodnotící tabulky na stupnici od jedné do pěti. Test vyhodnotí učitel odborného předmětu.

Pro ověřování znalostí jsou používány online testy a kvízy. Také může být zaveden systém online úkolů a hodnocení, který studentům umožní okamžitou zpětnou vazbu.

Závěrečné známka má následující váhy:

- | | |
|---|------|
| - Písemný test založený na výběru a doplňování správných odpovědí | 40 % |
| - Průběžné hodnocení vědomostí ústní i písemnou formou | 40 % |
| - Aktivita při diskusích | 20 % |

Doporučená studijní literatura:

Klasické masáže – Stanislav Flandera, Poznáni, 1. vydání, Praha 2005

Masáže od A do Z – Jan Sedmík, Svoboda, 1. vydání, Praha 2008

Masáž v 10 lekcích – Jennie Hardingová, Svojtka, 1. vydání, Praha 2008

Učebnice masáží – Ján Jánošdeák, Osveta, 1. vydání., Martin 2007

Velká kniha masáží a aromaterapie – Catherine Start, Grada, 1. vydání, Praha 2007

PŘEDMĚT		TEORIE MASÁŽÍ											
Název modulu:	Práce na masérské provozovně	Kód modulu:	RS/Tmas/M02/1										
Délka modulu:	32 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025										
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný										
Vstupní předpoklady:	Splnění modul Manuální masáže - RS/TeMa/MO1/1												
Charakteristika modulu:													
Žáci jsou seznámeni se zásadami pracovní činnosti na masérské provozovně. Důraz je kladen na soustavné dodržování osobní a provozní hygieny. Je jim vysvětlena příprava pracoviště, masážního stolu a masážních potřeb pro výkon určitého druhu masáže. Dále jsou vyjmenovány nejdůležitější zákonné předpisy a hygienické požadavky týkající se provozování a poskytování masérských, rekondičních a regeneračních služeb. Žáci v rámci teoretické přípravy vypracují řád masérské provozovny a popíše osobnost maséra.													
Předpokládané výsledky vzdělávání:													
Žák - dodržuje zásady osobní a provozní hygieny v průběhu pracovní činnosti na masérské provozovně, - vyjmenuje vybavení a popíše vzhled masérské provozovny dle zákonných předpisů, - připravuje pracoviště, masážní potřeby a pomůcky v souladu s technologickým postupem masáže, ovládá práci s masérským stolem, jež vhodně přizpůsobuje dle aktuálních potřeb klienta a druhu masáže, - připravuje klienta pro výkon zvoleného druhu masáže dle hygienických podmínek, - dbá na vzhled, stav svých rukou a celkovou osobnost maséra, dodržuje pracovní kázeň a samostatně si organizuje svou práci, - vypracuje provozní řád masérské provozovny.													
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:													
<table><tr><td>1. Zásady provozní hygieny masáží</td><td>7</td></tr><tr><td>2. Masážní místnost a masážní stůl, Příprava pracoviště</td><td>6</td></tr><tr><td>3. Hygiena a příprava maséra a masírovaného</td><td>6</td></tr><tr><td>4. Ruce jako pracovní nástroj maséra</td><td>6</td></tr><tr><td>5. Provozní řád zařízení poskytující masérské, rekondiční a regenerační služby</td><td>7</td></tr></table>				1. Zásady provozní hygieny masáží	7	2. Masážní místnost a masážní stůl, Příprava pracoviště	6	3. Hygiena a příprava maséra a masírovaného	6	4. Ruce jako pracovní nástroj maséra	6	5. Provozní řád zařízení poskytující masérské, rekondiční a regenerační služby	7
1. Zásady provozní hygieny masáží	7												
2. Masážní místnost a masážní stůl, Příprava pracoviště	6												
3. Hygiena a příprava maséra a masírovaného	6												
4. Ruce jako pracovní nástroj maséra	6												
5. Provozní řád zařízení poskytující masérské, rekondiční a regenerační služby	7												
Doporučené postupy výuky:													
Hlavní část modulu tvoří výklad, doplněný praktickými ukázkami. Další část modulu tvoří promítání názorných ukázek s využitím audiovizuální techniky. Studenti jsou vedeni k vyhledávání a kritickému hodnocení informací na odborných webech či platformách (např. PubMed, Scholar). To jim pomůže rozvíjet schopnost vyhodnocovat kvalitu informací a zdrojů. AI systémy mohou být využity k analýze výsledků studentů a poskytování individualizovaných učebních plánů. Mohou například analyzovat oblasti, kde studenti potřebují více praxe, a doporučit konkrétní cvičení.													
Kritéria hodnocení:													
Výsledek 1:													
Jaké jsou hlavní zásady osobní a provozní hygieny při práci na masérské provozovně?													
Výsledek 2:													
Popiš vybavení a interiér masérské provozovny dle zákonných předpisů.													
Výsledek 3:													
Na co nesmíme zapomenout při přípravě masérského pracoviště?													



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Popiš masérský stůl z hlediska jeho funkcí a požadavků.

Výsledek 4:

- Zásady přípravy klienta na klasickou a sportovní masáž dolních končetin, zad, šíje, hrudníku a břicha a horních končetin.
- Zásady přípravy a postup při celkové masáži

Výsledek 5:

- Popiš hygienu a osobnost maséra.
- Proč musíme dbát na vzhled svých rukou?

Výsledek 6:

- Jaké zákonné požadavky musí splňovat provozní řád masážního studia.
- Vypracuj provozní řád.

Postupy hodnocení:

Hodnocení se provádí dle počtu získaných bodů v závěrečném testu podle hodnotící tabulky na stupnici od jedné do pěti. Test vyhodnotí učitel odborného předmětu.

Žáci vypracují v rámci seminární práce řád masérské provozovny

Pro ověřování znalostí jsou používány online testy a kvízy. Také může být zaveden systém online úkolů a hodnocení, který studentům umožní okamžitou zpětnou vazbu.

Závěrečná známka má následující váhy:

- | | |
|---|------|
| - Písemný test založený na výběru a doplňování správných odpovědí | 40 % |
| - Vypracovaný řád masérské provozovny | 40 % |
| - Aktivita při diskusích | 20 % |

Doporučená studijní literatura:

Klasické masáže – Stanislav Flandera, Poznání, 1. vydání, Praha 2005

Masáže od A do Z – Jan Sedmík, Svoboda, 1. vydání, Praha 2008

Učebnice masáží – Ján Jánošdeák, Osveta, 1. vydání, Martin 2007

PŘEDMĚT		TEORIE MASÁŽÍ	
Název modulu:	Reflexologie	Kód modulu:	RS/Tmas/M03/2
Délka modulu:	32 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Splněny předchozí moduly – RS/TeMa/MO1/1 a RS/TeMa/MO2/1		
Charakteristika modulu:			
Reflexní masáž představuje proceduru, která slouží k upevňování tělesného i duševního zdraví, prostřednictvím aplikace specifických hmatů na povrch těla. Dále má vliv na posilování organismu, může vést ke zvýšení výkonnosti nebo k regeneraci po fyzické i psychické zátěži, ke zlepšení celkového stavu. Její hlavní indikací je však léčení nebo doléčení některých onemocnění a úrazových stavů. Reflexologie je doplňkovou terapií, jež aplikuje tlak na nohy nebo ruce a tím léčí řadu zdravotních potíží. Navozuje duševní pohodu a optimální zdraví. Nohy a ruce jsou považovány za zrcadla těla a tlak na přesná místa (reflexní body) podporuje léčbu jim odpovídajících částí těla. Žáci se seznámí s teoretickým základem Reflexních masáží (Segmentové masáže a reflexologie), osvojí si historické pozadí, zopakují si základní anatomické souvislosti, objasní si postupy segmentových masáží, vysvětlí si jejich účinek. V rámci Reflexologie vytvoří mapu reflexních bodů a zón plosky nohy, naučí se postupy při přípravné masáži a při úplném reflexologickém ošetření. Vypracují seminární práci, při níž budou aplikovat získané teoretické poznatky..			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
Žák: - orientuje se v historických souvislostech reflexní masáží, - dodržuje základní principy a techniky reflexních masáží, vyjmenuje kontraindikace reflexních masáží, - definuje segmentovou masáž - vysvětlí zásady provedení segmentové masáže - vyjmenuje masážní sestavy segmentové masáže - definuje reflexologii - rozdělí chodidlo na podélné a příčné zóny - vyjmenuje a rozpozná základní reflexní body a dráhy - objasní souvislost mezi reflexními body a orgány			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce	Historie reflexních masáží, úvod do problematiky		3
2. lekce	Účinky reflexních masáží a kontraindikace reflexních masáží		5
3. lekce	Masážní sestavy segmentových masáží a jejich využití v praxi		4
4. lekce	Anatomie chodidla, Hmaty používané v reflexologii a technika jejich provedení		5
5. lekce	Podélné a příčné zóny na chodidle		3
6. lekce	Mapa reflexních bodů a zón nohy		4
7. lekce	Ošetření chodidel před reflexologickým ošetřením		4
8. lekce	Ošetření reflexích bodů a zón na chodidlech		4
Doporučené postupy výuky:			
Část modulu tvoří výklad s ukázkami za použití multimediální techniky a praktického předvádění. Praktická cvičení se zaměří na provádění jednotlivých hmatů a správnou lokalizaci reflexních bodů. Studenti jsou vedeni k vyhledávání a kritickému hodnocení informací na odborných webech či platformách (např. PubMed, Scholar). To jim pomůže rozvíjet schopnost vyhodnocovat kvalitu informací a zdrojů.			

AI systémy mohou být využity k analýze výsledků studentů a poskytování individualizovaných učebních plánů. Mohou například analyzovat oblasti, kde studenti potřebují více praxe, a doporučit konkrétní cvičení. Další část modulu tvoří skupinová práce žáků pod vedením učitele.

Kritéria hodnocení:

Výsledek 1:

- Popiš historii vzniku reflexních masáží.

Výsledek 2:

- Vysvětlí princip působení reflexních masáží. Vyjmenuj kontraindikace reflexních masáží.

- Jaké jsou účinky reflexních masáží na lidský organismus.

Výsledek 3:

- Popíše hmaty a sestavy používané při segmentové masáži.
- Vyjmenuj a znázorni podélné a příčné zóny na těle a chodidle.

Výsledek 4:

- Lokalizuj a popiš hlavní reflexologické body a zóny na chodidle.

Výsledek 5:

- Proveď úplnou reflexní masáž plosky nohy

Výsledek 6:

- Proveď diagnostické vyšetření reflexních bodů.
- Navrhni vhodný postup při terapii.

Postupy hodnocení:

Hodnocení se provádí dle počtu získaných bodů v závěrečném testu podle hodnotící tabulky na stupnici od jedné do pěti. Test vyhodnotí učitel odborného předmětu.

Žáci vypracují seminární práci – mapu reflexních zón na noze.

Pro ověřování znalostí jsou používány online testy a kvízy. Také může být zaveden systém online úkolů a hodnocení, který studentům umožní okamžitou zpětnou vazbu.

Závěrečná známka má následující váhy

- | | |
|---|------|
| - Písemný test založený na výběru a doplňování správných odpovědí | 30 % |
| - Praktická aplikace a předvedení jednotlivých reflexologických hmatů | 40 % |
| - Seminární práce | 30 % |

Doporučená studijní literatura:

Masáže od A do Z – Jan Sedmík, Svoboda, 1. vydání, Praha 2008

Velká kniha masáží a aromaterapie – Catherine Start, Grada, 1. vydání, Praha 2007

Reflexologie - Jednoduché postupy pro domov, práci, cestování – Ann Gilanders, 1. vydání, Svojtka, Praha 2006

Učebnice reflexní terapie – Julius Pataky, Fontána, Olomouc 1998

PŘEDMĚT		TEORIE MASÁŽÍ																	
Název modulu:	Diagnostika pohybového aparátu I	Kód modulu:	RS/Tmas/M04/2																
Délka modulu:	32 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025																
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický																
Vstupní předpoklady:	Splněn modul Somatologie I.																		
Charakteristika modulu: Lidské tělo podává samo o sobě velké množství informací. Stačí se jen pozorně podívat. To jak člověk stojí a jaké má držení těla nám hodně napoví o délce končetin, o postavení pánve a o dysbalanci určitých svalů či celých svalových skupin. Mnohé rovněž odečteme z pohybů. Anatomické znalosti nám umožní najít viníka, kterým nejčastěji bývá zkrácený a na pohmat bolestivý sval. Mnohé informace vyčteme ze vzhledu těla a jeho pohybů, pohmatem si můžeme správnost své diagnózy potvrdit. Žáci v modulu Diagnostika pohybového aparátu pochopí, jak se na lidské tělo dívat a sahat tak, aby našli funkční poruchu ve svalectech a kloubech.																			
Předpokládané výsledky vzdělávání: Žák - se orientuje na lidském těle při pohledu zepředu i zezadu, - posuzuje plochost nohou a vysvětluje stavbu klenby nohy, - vyšetřuje zešíkmení pánve, její případný posun a klopení, - diagnostikuje u klienta skoliózu páteře, identifikuje vadné držení těla a svalové dysbalance, posuzuje hypermobilitu a svalovou ztuhlost, - testuje fázické a postulatní svaly,																			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí: <table><tr><td>1. Úvod do problematiky, Orientace na lidském těle (pohled zepředu, pohled zezadu)</td><td>4</td></tr><tr><td>2. Klenba nohy</td><td>5</td></tr><tr><td>3. Zešíkmení pánve, posun pánve a klopení pánve</td><td>4</td></tr><tr><td>4. Skolióza páteře</td><td>5</td></tr><tr><td>5. Vadné držení těla a svalová dysbalance</td><td>5</td></tr><tr><td>6. Posouzení hypermobility a svalové ztuhlosti</td><td>3</td></tr><tr><td>7. Testování fázických (ochabujících) svalů</td><td>3</td></tr><tr><td>8. Testování postulatních (zkracujících se) svalů</td><td>3</td></tr></table>				1. Úvod do problematiky, Orientace na lidském těle (pohled zepředu, pohled zezadu)	4	2. Klenba nohy	5	3. Zešíkmení pánve, posun pánve a klopení pánve	4	4. Skolióza páteře	5	5. Vadné držení těla a svalová dysbalance	5	6. Posouzení hypermobility a svalové ztuhlosti	3	7. Testování fázických (ochabujících) svalů	3	8. Testování postulatních (zkracujících se) svalů	3
1. Úvod do problematiky, Orientace na lidském těle (pohled zepředu, pohled zezadu)	4																		
2. Klenba nohy	5																		
3. Zešíkmení pánve, posun pánve a klopení pánve	4																		
4. Skolióza páteře	5																		
5. Vadné držení těla a svalová dysbalance	5																		
6. Posouzení hypermobility a svalové ztuhlosti	3																		
7. Testování fázických (ochabujících) svalů	3																		
8. Testování postulatních (zkracujících se) svalů	3																		
Doporučené postupy výuky: Hlavní část modulu tvoří výklad, doplněný praktickými ukázkami. Další část modulu tvoří promítání názorných ukázek s využitím audiovizuální techniky. Studenti jsou vedeni k vyhledávání a kritickému hodnocení informací na odborných webech či platformách (např. PubMed, Scholar). To jim pomůže rozvíjet schopnost vyhodnocovat kvalitu informací a zdrojů. AI systémy mohou být využity k analýze výsledků studentů a poskytování individualizovaných učebních plánů. Mohou například analyzovat oblasti, kde studenti potřebují více praxe, a doporučit konkrétní cvičení																			
Kritéria hodnocení: Výsledek 1: - Popiš kostru lidského těla při pohledu zepředu a při pohledu zezadu. Výsledek 2: - Poniš stavbu klenby nohy.																			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Podle jakých kritérií posuzujeme plochost nohou?

Výsledek 3:

- Proved' vyšetření pánve, urči její případný posun či klopení.

Výsledek 4:

- Definuj skoliózu.

- Diagnostikuj vadné držení těla a svalové dysbalance.

- Posud' hypermobilitu a případnou svalovou ztuhlost.

Výsledek 5:

Vysvětlí, jak provádíme testování fyzických a postulátních svalů.

Postupy hodnocení:

Hodnocení se provádí dle počtu získaných bodů v závěrečném testu podle hodnotící tabulky na stupnici od jedné do pěti. Test vyhodnotí učitel odborného předmětu.

Pro ověřování znalostí jsou používány online testy a kvízy. Také může být zaveden systém online úkolů a hodnocení, který studentům umožní okamžitou zpětnou vazbu.

Závěrečné známka má následující váhy:

- | | |
|---|------|
| - Písemný test založený na výběru a doplňování správných odpovědí | 40 % |
| - Průběžné hodnocení vědomostí ústní i písemnou formou | 40 % |
| - Aktivita při diskusích | 20 % |

Doporučená studijní literatura:

Funkční diagnostika pohybového aparátu – Miroslav Tichý, 1. vydání, Praha 2000

Encyklopedie lidského těla – Tony Smith a kol., DK Book, 4. vydání, Praha 2005

Svalové a funkční testy – Vladimír Janda a kol., Grada, Praha 2004



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		TEORIE MASÁŽÍ																	
Název modulu:	První pomoc	Kód modulu:	RS/Tmas/M05/3																
Délka modulu:	16 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025																
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný																
Vstupní předpoklady:	Splnění modul Somatologie I. a II.																		
Charakteristika modulu: Poskytnutí první pomoci osobě ohrožené na zdraví nebo na životě je jednou ze základních občanských povinností. Tato povinnost je nejen mravním a etickým imperativem, ale také povinností zákonnou. Důkladná znalost a praktická dovednost poskytnutí první pomoci je pro maséry více než samozřejmostí. V tomto modulu budou žákům vysvětleny teoreticky a prakticky předvedeny zásady poskytování první pomoci tak, aby v případě nutnosti uměli pohotově a profesionálně reagovat.																			
Předpokládané výsledky vzdělávání: Žák 1. definuje pojem první pomoc, vysvětluje postup při poskytování první pomoci 2. uvádí postiženého do stabilizované polohy, provádí dýchání z úst do úst a resuscitaci (KPCR), 3. poskytuje první pomoc při poruše vědomí, při zástavě dechu a při náhlé zástavě krevního oběhu, 4. rozlišuje příčiny krvácení a poskytuje první pomoc při krvácení, 5. poskytuje první pomoc při zlomeninách končetin, klíční kosti, stehenní kosti, pánve, lebky, čelisti, páteře, 6. ošetřuje poranění měkkých tkání, 7. definuje pojem termická traumata, vyjmenuje stupně hloubky popálení, ošetřuje popáleniny 8. předvádí obvazovou techniku a zpevňuje klouby pomocí tejpinku.																			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí: <table><tr><td>1. Obecné zásady a definice pojmu první pomoc, Postup, Přivolání pomoci</td><td>2</td></tr><tr><td>2. Stabilizovaná poloha a odsunové polohy, Dýchání z úst do úst, Kardio-pulmo-cerebrální resuscitace (KPCR)</td><td>2</td></tr><tr><td>3. První pomoc při poruše základních životních funkcí (vědomí, dýchání a krevní oběh)</td><td>2</td></tr><tr><td>4. První pomoc při krvácení</td><td>2</td></tr><tr><td>5. První pomoc při zlomeninách</td><td>2</td></tr><tr><td>6. Poranění měkkých tkání</td><td>2</td></tr><tr><td>7. Termická traumata</td><td>2</td></tr><tr><td>8. Obvazová technika a tejpink – prevence proti úrazům</td><td>2</td></tr></table>				1. Obecné zásady a definice pojmu první pomoc, Postup, Přivolání pomoci	2	2. Stabilizovaná poloha a odsunové polohy, Dýchání z úst do úst, Kardio-pulmo-cerebrální resuscitace (KPCR)	2	3. První pomoc při poruše základních životních funkcí (vědomí, dýchání a krevní oběh)	2	4. První pomoc při krvácení	2	5. První pomoc při zlomeninách	2	6. Poranění měkkých tkání	2	7. Termická traumata	2	8. Obvazová technika a tejpink – prevence proti úrazům	2
1. Obecné zásady a definice pojmu první pomoc, Postup, Přivolání pomoci	2																		
2. Stabilizovaná poloha a odsunové polohy, Dýchání z úst do úst, Kardio-pulmo-cerebrální resuscitace (KPCR)	2																		
3. První pomoc při poruše základních životních funkcí (vědomí, dýchání a krevní oběh)	2																		
4. První pomoc při krvácení	2																		
5. První pomoc při zlomeninách	2																		
6. Poranění měkkých tkání	2																		
7. Termická traumata	2																		
8. Obvazová technika a tejpink – prevence proti úrazům	2																		
Doporučené postupy výuky: Hlavní část modulu tvoří výklad, doplněný praktickými ukázkami. Další část modulu tvoří promítání názorných ukázek s využitím audiovizuální techniky. Digitální technologie a umělou inteligenci (AI) lze efektivně využít při výuce první pomoci k vytvoření interaktivního, personalizovaného a praktického vzdělávacího prostředí. Poskytuje vizuální návody přímo na tělo figuríny nebo člověka, například ukazuje správné místo pro resuscitaci. Mobilní aplikace mohou studenty provázet různými situacemi, nabízet rozhodovací možnosti a vysvětlovat následky. První pomoc lze učit pomocí her, kde studenti získávají body za správné rozhodnutí a jejich rychlost. Diskuzní fóra a skupinové simulace umožňují sdílení zkušeností, otázek a nápadů mezi studenty i lektory.																			
Kritéria hodnocení: Výsledek 1:																			

- Definuj pojem první pomoc.
- Vysvětli postup při poskytování první pomoci.

Výsledek 2:

- Popiš a demonstřuj stabilizovanou polohu.
- Popiš a demonstřuj dýchání z úst do úst a resuscitaci (KPCR).

Výsledek 3:

- Poskytování první pomoci při poruše základních životních funkcí.

Výsledek 4:

- Jaké jsou hlavní příčiny krvácení.
- Popiš poskytnutí první pomoci při krvácení.

Výsledek 5:

- Popiš poskytnutí první pomoci při zlomeninách končetin, klíční kosti, stehenní kosti, pánve, lebky, čelisti, páteře.

Výsledek 6:

- Popiš a předved' ošetření poranění měkkých tkání.

Výsledek 7:

- Definuj pojem termická traumata,
- Vyjmenuje stupně hloubky popálení a uved' příklady ošetření popálenin.

Výsledek 8:

- Předved' obvazovou techniku.
- Vysvětli principy zpevňování kloubů při tejpinku.

Postupy hodnocení:

Hodnocení se provádí dle počtu získaných bodů v závěrečném testu podle hodnotící tabulky na stupnici od jedné do pěti. Test vyhodnotí učitel odborného předmětu.

Pro ověřování znalostí jsou používány online testy a kvízy. Také může být zaveden systém online úkolů a hodnocení, který studentům umožní okamžitou zpětnou vazbu.

Závěrečné známka má následující váhy:

- Písemný test založený na výběru a doplňování správných odpovědí	40 %
- Průběžné hodnocení vědomostí ústní i písemnou formou	40 %
- Aktivita při diskusích	20 %

Doporučená studijní literatura:

Klasické masáže – Stanislav Flandera, Poznání, 1. vydání, Praha 2005



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		TEORIE MASÁŽÍ	
Název modulu:	Lymfodrenáž	Kód modulu:	RS/Tmas/M06/3
Délka modulu:	16 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Splněny předchozí moduly – TMa		
Charakteristika modulu: Lymfodrenáž je účinná moderní šetrná terapie mizního systému. Zároveň je vyhledávaná i pro své relaxační a kosmetické účinky. Pomáhá celkové regeneraci organismu po úrazu, operaci či přetížení, detoxikaci organismu, zlepšení buněčného metabolismu, zvýšení imunity. Pomocí lymfodrenáže jsou odstraňovány lemfedémy (otoky) především končetin. Využívá se v lékařské praxi, ale i v kosmetice a v masérských salonech jako prevence vzniku otoků a lipohypertrofie. Žáci se seznámí s funkcí lymfatického systému, pochopí, jak tento systém funguje a jak je možné jej zásahem zvenčí (lymfodrenáží) ovlivnit. Seznámí se s postupy a prováděním ruční i přístrojové lymfodrenáže.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: Žák: 1. Vysvětlí funkci lymfatického systému člověka 2. Definuje význam a využití lymfodrenáží v masérské praxi 3. Objasní indikace a kontraindikace lymfodrenáže 4. Vysvětlí postup a zásady provádění ruční lymfodrenáže 5. Definuje přístrojovou lymfodrenáž a vysvětlí její použití v masérské praxi. 6. Objasní postup při provádění přístrojové lymfodrenáže končetin 7. Vysvětlí využití lymfodrenáží při prevenci a léčení lypohypertrofie (celulitidy)			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			počet hodin
1. lekce	Lymfatická soustava, mizní cévy, mizní uzliny, mizní orgány		3
2. lekce	Lymfodrenýž v masérské a kosmetické praxi a její využití		2
3. lekce	Indikace lymfodrenáží u zdravých osob. Kontraindikace lymfodrenáží.		2
4. lekce	Postupyruční lymfodrenáže celého těla		3
5. lekce	Přístrojová lymfodrenáž, používané přístroje pro lymfodrenáž		2
6. lekce	Přístrojové lymfodrenáže končetin při lymfedémech a lipohypertrofii		2
7. lekce	Ruční a přístrojová lymfodrenáž při celulitidě		2
Doporučené postupy výuky: Výuka je realizována výkladem, demonstrací a je doplňována a propojována s odbornou praxí. Žáci pracují pod vedením učitele s internetem, literaturou a další didaktickou technikou. Studenti jsou vedeni k vyhledávání a kritickému hodnocení informací na odborných webech či platformách (např. PubMed, Scholar). To jim pomůže rozvíjet schopnost vyhodnocovat kvalitu informací a zdrojů. AI systémy mohou být využity k analýze výsledků studentů a poskytování individualizovaných učebních plánů. Mohou například analyzovat oblasti, kde studenti potřebují více praxe, a doporučit konkrétní cvičení			
Kritéria hodnocení: Výsledek 1: - Popíše funkci a stavbu lymfatické soustavy, vysvětlí funkci mizní uzliny - Vysvětlí princip lymfodrenáže a její využití. Výsledek 2:			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Popíše postup lymfodrenáže celého těla
- Vysvětlí rozdíl mezi ruční a přístrojovou lymfodrenáží.

Výsledek 3:

- Popíše postup při provádění přístrojové lymfodrenáže
- Zná přístroje využívané při přístrojové lymfodrenáže

Výsledek 4:

- Vysvětlí rozdíl mezi použitím lymfodrenáže při lymfedémech a lymfodrenáží kosmetickou
- Vysvětlí jak lze využít lymfodrenáž v masérské praxi

Postup hodnocení:

- Hodnocení se provádí dle počtu získaných bodů v závěrečném testu podle hodnotící tabulky na stupnici od jedné do pěti. Test vyhodnotí učitel odborného předmětu. Pro ověřování znalostí jsou používány online testy a kvízy. Také může být zaveden systém online úkolů a hodnocení, který studentům umožní okamžitou zpětnou vazbu. Závěrečné známka má následující váhy:
- Písemný test založený na výběru a doplňování správných odpovědí 40 %
- Průběžné hodnocení vědomostí ústní i písemnou formou 40 %
- Aktivita při diskusích 20 %

Doporučená studijní literatura:

Lymfatické masáže – Vladimír Tesař, Grada, Praha 2015
Somatologie – Ivan Dylevský, Stanislav Trojan, Avicenum, Praha 1990

PŘEDMĚT		TEORIE MASÁŽÍ	
Název modulu:	Alternativní masážní techniky	Kód modulu:	RS/Tmas/M07/3
Délka modulu:	32 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Splněny všechny předchozí moduly předmětu TeMa		
Charakteristika modulu:			
Modul seznamuje žáky s nejběžněji používanými alternativními masážními a terapeutickými technikami po teoretické stránce. Je vysvětlena podstata jednotlivých technik, používané hmaty a postupy a jejich nejvhodnější aplikace. Modul představuje teoretické východisko pro praktickou aplikaci v rámci odborného výcviku – modul Základy alternativních technik.			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
Žák			
1. popisuje účinky a kontraindikace havajské masáže, vysvětluje filozofii HUNA, provádí přípravu na masáž, vyjmenuje základní hmaty používané v havajské masáži,			
2. vysvětluje účinky a popisuje kontraindikace masáže lávovými kameny, vyjmenuje nejčastější druhy masáží lávovými kameny, identifikuje nejvhodnější místa pro přiložení kamenů,			
3. vysvětluje podstatu thajské masáže a její specifika, popisuje průběh thajské masáže, uvádí druhy thajských masáží, popisuje průběh hlavních energetických drah, ovládá základní body na plosce nohy.			
4. definuje pojem aromaterapie a popisuje historii její využívání, vyjmenuje využití silicových olejů v relaxačních technikách, vysvětluje přípravu olejů k následné aplikaci,			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. Havajská masáž Lomi Lomi 8			
2. Hot Stones – masáž lávovými kameny 8			
3. Tradiční thajská masáž a thajská masáž nohou 8			
4. Aromaterapie 8			
Doporučené postupy výuky:			
Hlavní část modulu tvoří výklad, doplněný praktickými ukázkami.			
Další část modulu tvoří promítání názorných ukázek s využitím audiovizuální techniky.			
Studenti jsou vedeni k vyhledávání a kritickému hodnocení informací na odborných webech či platformách (např. PubMed, Scholar). To jim pomůže rozvíjet schopnost vyhodnocovat kvalitu informací a zdrojů.			
AI systémy mohou být využity k analýze výsledků studentů a poskytování individualizovaných učebních plánů.			
Mohou například analyzovat oblasti, kde studenti potřebují více praxe, a doporučit konkrétní cvičení			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1:			
▪ Uved' hlavní účinky a kontraindikace havajské masáže.			
▪ Co je to HUNA? Vysvětlí pojem Lomi-Lomi. Slovně popiš základní masérské hmaty havajské masáže.			
Výsledek 2:			
▪ Vysvětlí účinky a definuj kontraindikace masáže lávovými kameny. Jaké jsou hlavní druhy masáže lávovými kameny?			
▪ Identifikui neivhodnější místa pro přiložení kamenů a vvsvětlí proč?			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Výsledek 3:

- V čem se odlišuje thajská masáž od jiných technik? Popiš průběh thajské masáže a uveď nejznámější druhy.
Co jsou to seny a kde se nacházejí. Popiš umístění a účinek hlavních bodů na plosce nohy.

Výsledek 4

- Co je to aromaterapie? Vysvětli účinky působení silicových olejů. Jaké je hlavní využití silicových olejů v relaxačních technikách.

Postupy hodnocení:

Hodnocení se provádí dle počtu získaných bodů v závěrečném testu podle hodnotící tabulky na stupnici od jedné do pěti. Test vyhodnotí učitel odborného předmětu. Pro ověřování znalostí jsou používány online testy a kvízy. Také může být zaveden systém online úkolů a hodnocení, který studentům umožní okamžitou zpětnou vazbu. Závěrečné známka má následující váhy:

- | | |
|---|------|
| - Písemný test založený na výběru a doplňování správných odpovědí | 40 % |
| - Průběžné hodnocení vědomostí ústní i písemnou formou | 40 % |
| - Aktivita při diskusích. | 20 % |

Doporučená studijní literatura:

Thajsko – jógová masáž – Kam Thye Chow, Poznání, 1. vydání, Praha 2002
Velká kniha masáží a aromaterapie – Catherine Stuart, Svojtka, 1. vydání, Praha 2008

název předmětu:	Epidemiologie a hygiena			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	1	0	0	1

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

Cílem je vybavit žáky znalostmi a dovednostmi potřebnými k preventivní i aktivní péči o zdraví a bezpečnost. Rozvinout a podpořit chování a postoje ke zdravému způsobu života a celoživotní odpovědnosti za své zdraví.

Charakteristika učiva

Obsah učiva vychází z okruhu vzdělávání RVP – Vzdělávání pro zdraví
Učivo zahrnuje obecnou a komunální hygienu, hygienu prostředí ve zdravotnických a sociálních zařízeních a hygienu práce; všeobecnou epidemiologii, infekční nemoci a jejich prevenci.
Vede žáky k tomu, aby znali potřeby svého těla, rozuměli tomu, jak působí výživa, životní prostředí, dodržování hygieny, pohybové aktivity, pozitivní emoce a jiné vlivy na zdraví. Důraz je kladen na výchovu proti závislostem (na alkoholu, tabákových výrobcích, drogách, hracích automatech, počítačových hrách aj.)

Pojetí výuky

Předmět je strukturován do modulů:		kód	roč.	poč. hod.
1.	Hygiena	EH/M01/1	1	16
2.	Epidemiologie a imunologie	EH/M02/1	1	16

Formy výuky:

- Při výuce je používána forma výkladu a řízeného rozhovoru
- Žáci vyhledávají informace v rámci předmětu na internetových stránkách, čímž je podporováno tvořivé myšlení a logické uvažování
- Je podporována samostatná práce studentů – výstupy před třídou, referáty, seminární práce
- Procvičování s využitím skupinové práce
- Poznatky z předmětu jsou propojovány s dalšími odbornými předměty
- V případě potřeby je využita distanční on-line výuka
- Využití audiovizuální, digitální a AI technologií

Metody výuky:

- Základní metodou je frontální způsob
- Důraz je kladen na vstřícný přístup studentů, míru samostatnosti při plnění úkolů, schopnost objektivně argumentovat a obhájit svůj názor
- Součástí metod výuky je samostatné studium odborné literatury, vyhledávání a účelné zpracování informací z odborné literatury, tisku nebo vyhledávání odborných informací na



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Internetu

Hodnocení výsledků žáků

Hodnocení studentů vychází z klasifikačního řádu (klasifikační stupnice 1- 5)
Průběžně se provádí hodnocení vědomostí ústní i písemnou formou
Hodnotí se aktivita při diskusích
Hodnocení referátů a seminárních prací
Závěrečný test

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence:

Kompetence k učení

- umět efektivně vyhledávat a zpracovávat informace
- s porozuměním poslouchat mluvené projevy
- využívat ke svému učení různé informační zdroje

Kompetence k řešení problémů

- samostatně řešit běžné pracovní i mimopracovní problémy
- spolupracovat při řešení problémů s jinými lidmi (týmové řešení)

Komunikativní kompetence

- formulovat své myšlenky srozumitelně a souvisle
- účastnit se aktivně diskusí, formulovat a obhajovat své názory a postoje

Personální a sociální kompetence

- reagovat adekvátně na hodnocení svého vystupování a způsobu jednání ze strany jiných lidí, přijímat radu i kritiku
- mít odpovědný vztah ke svému zdraví
- přijímat a odpovědně plnit svěřené úkoly

Občanské kompetence a kulturní povědomí

- chápat význam životního prostředí pro život člověka
- uvědomovat si odpovědnost za vlastní život

Kompetence využívat prostředky ICT a pracovat s informacemi

- pracovat s PC
- získávat informace z otevřených zdrojů
- schopnost posoudit důsledky komerčního vlivu médií na zdraví a k mediálním obsahům zaujmout kritický odstup

Kompetence digitální

- kriticky přistupuje k informacím z internetových zdrojů, AI o epidemiologických opatřeních a hygienických postupech a ověřuje jejich důvěryhodnost.

Průřezová témata:

Člověk a životní prostředí - žáci jsou v rámci výuky předmětu epidemiologie a hygiena vedeni k posuzování zdraví jako jedné z prvořadých hodnot potřebné ke kvalitnímu prožívání života a jeho cílevědomé ochraně, chápou postavení člověka a vlivy prostředí na jeho zdraví a život, zachází se surovinami hospodárně tak, aby v co nejmenší míře zatěžoval životní prostředí.

Znají způsob, jak chránit své zdraví i zdraví ostatních.

Doporučená literatura

Hygiena pro 2. Ročník SZŠ, Miloslav Menčík, SCIENTA MEDICA, s. r. o, 2. Vydání 2000



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: *Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder*
Školní vzdělávací program: *Rekondiční a sportovní masér*
Kód a název oboru vzdělávání: *69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér*
Délka a forma studia: *tříleté denní studium a tříleté dálkové studium*
Stupeň vzdělání: *střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3*
Datum platnosti ŠVP: *od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025*

Mikrobiologie, imunologie a epidemiologie pro 2. Ročník SZŠ, Josef Richter, SCIENTIA MEDICA,
s.r.o, 1.vydání, 1996

PŘEDMĚT		EPIDEMIOLOGIE A HYGIENA	
Název modulu:	Hygiena	Kód modulu:	EH/M01/1
Délka modulu:	16 hodin	Platnost od:	1.9.2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Úvodní modul - nejsou vyžadovány žádné speciální dovednosti		
Charakteristika modulu:			
Modul Hygiena seznámí žáky se základními hygienickými požadavky, vlivem životního prostředí a výživy na zdraví člověka a s nebezpečností drogové závislosti			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
Žák:			
1. Definuje pojmy veřejné zdraví, ochrana a podpora veřejného zdraví, infekční onemocnění, karanténní opatření, definuje vztah mezi hygienou a epidemiologií			
2. Vymezuje základní pojmy – dekontaminace, asanace, dezinfekce, sterilizace			
3. Vyjmenuje a charakterizuje hygienické požadavky na kvalitu složek životního prostředí (voda, vzduch, teplo, hluk, záření)			
4. Chápe vliv zdravé výživy na zdraví člověka			
5. Vysvětluje moderní trendy ve výživě			
6. Charakterizuje pracovní prostředí, popíše hygienické požadavky na provoz zdravotnických zařízení, charakterizuje ochranu a bezpečnost zdraví pracovníků ve zdravotnických zařízení			
7. Popisuje rozdělení návykových látek podle jejich vlivu na lidský organismus a chápe nebezpečnost vzniku závislosti			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce Vymezení základních pojmů			
2. lekce Obecná hygiena			
3. lekce Faktory působící na zdraví člověka			
4. lekce Základy dezinfekce a sterilizace			
5. lekce Vliv životního prostředí na zdraví člověka			
6. lekce Zásady hygieny na pracovišti			
7. lekce Vliv výživy na zdraví a prevenci onemocnění			
8. lekce Moderní trendy ve výživě			
9. lekce Dělení návykových látek a činností			
10. lekce Vznik a následky drogové závislosti			
Doporučené postupy výuky:			
Modul tvoří výklad, doplněný ukázkami pomocí multimediální techniky			
Samostatná práce žáků na PC (vyhledání doplňujících informací k danému tématu)			
Skupinová práce zaměřená na plnění zadaných úkolů			
Využití digitálních forem:			
Interaktivní studijní materiály – generování personalizovaných výukových textů a kvízů pomocí AI nástrojů (ChatGPT, Perplexity AI).			
AI vizualizace a simulace – modelování šíření bakterií a virů, analýza mikrobiologických			

procesů v reálném čase.

Virtuální laboratoře – AI řízené simulace mikroskopických preparátů a hygienických postupů.

Online testování s adaptivním hodnocením – AI generované testy a okamžitá zpětná vazba (Quizizz, Socrative).

Projektová výuka a výzkum – využití AI k analýze hygienických dat, rozpoznávání vzorců a predikci rizik v epidemiologii.

Kritéria hodnocení:

Výsledek 1:

- Definuj pojem veřejné zdraví, ochrana a podpora veřejného zdraví, infekční onemocnění, izolace

Výsledek 2:

- Popiš základní zásady provozní hygieny
- Popiš základní zásady osobní hygieny
- Uveď příklady chemických, fyzikálních a biologických faktorů působících na zdraví člověka

Výsledek 3:

- Definuj dekontaminaci, asanaci, dezinfekci a sterilizaci
- Uveď hlavní způsoby dezinfekce a vysvětli jejich provádění
- Popiš nejběžněji používané dezinfekční prostředky
- Jaké jsou hlavní způsoby sterilizace

Výsledek 4:

- Popiš vliv hluku na zdraví člověka
- Jmenuj druhy záření a jejich vliv na zdraví
- Vysvětli pojem ozón a jeho význam

Výsledek 5:

- Vysvětli vliv stravy na životní děje v lidském těle
- Jaký má význam ovoce a zelenina v lidské stravě
- Jmenuj moderní trendy ve výživě a popiš je

Výsledek 6:

- Uveď rozdělení návykových látek podle rychlosti vzniku závislosti
- Jaké mohou být následky užívání návykových látek
- Jaké mohou být následky užívání návykových látek

Postupy hodnocení:

Hodnocení se provádí podle počtu získaných bodů v závěrečném testu podle hodnotící tabulky na stupnici 1- 5. Test vyhodnotí učitel odborného předmětu

Závěrečná známka závisí na:

Písemném testu, založeném na výběru a doplňování správných odpovědí 40%

Průběžné hodnocení vědomostí ústní i písemnou formou 40%

Aktivitě při diskusích 20%

Doporučená studijní literatura:

Hygiena pro 2. Ročník SZŠ, Miloslav Menčík, SCIENTA MEDICA, s. r. o, 2. Vydání 2000
Informace z tisku a internetu

PŘEDMĚT		EPIDEMIOLOGIE A HYGIENA	
Název modulu:	Epidemiologie a imunologie	Kód modulu:	EH/M02/1
Délka modulu:	16 hodin	Platnost od:	1.9.20254
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Splněn modul Hygiena – EH/M01/1		
Charakteristika modulu: Žáci získají vybrané poznatky z mikrobiologie, epidemiologie a imunologie. Získají informace o nejčastějších infekčních nemocech a jejich prevenci			
Předpokládané výsledky vzdělávání: Žák: 1. Definuje pojmy mikrob, patogenita, popíše množení mikrobů 2. Vymezuje základní pojmy – imunitní systém, imunita, imunizace, alergie 3. Definuje pojem infekce a popíše průběh infekčního onemocnění 4. Rozlišuje typy preventivních opatření 5. Popíše význam očkování, charakterizuje typy očkování 6. Charakterizuje jednotlivá infekční onemocnění z hlediska původce, cesty nákazy a základních projevů			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí: 1. lekce Vymezení základních pojmů mikrob, patogenita, imunitní systém 2. lekce Funkce imunitního systému, specifická a nespecifická imunita, poruchy imunity 3. lekce Ovlivňování imunity a její poruchy, alergie 4. lekce Infekce a infekční onemocnění, průběh nákazy 5. lekce Proces šíření nákazy – zdroj nákazy, cesta přenosu 6. lekce Protiepidemická opatření 7. lekce Bakteriální onemocnění 8. lekce Virová onemocnění 9. lekce Parazitární onemocnění 10. lekce Mykotická onemocnění			
Doporučené postupy výuky: Modul tvoří výklad, doplněný ukázkami pomocí multimediální techniky Samostatná práce žáků na PC (vyhledání doplňujících informací k danému tématu) Skupinová práce zaměřená na plnění zadaných úkolů Využití digitálních forem: Interaktivní studijní materiály – generování personalizovaných výukových textů a kvízů pomocí AI nástrojů (ChatGPT, Perplexity AI). AI vizualizace a simulace – modelování šíření bakterií a virů, analýza mikrobiologických procesů v reálném čase. Virtuální laboratoře – AI řízené simulace mikroskopických preparátů a hygienických postupů. Online testování s adaptivním hodnocením – AI generované testy a okamžitá zpětná vazba			

(Quizizz, Socrative).

Projektová výuka a výzkum – využití AI k analýze hygienických dat, rozpoznávání vzorců a predikci rizik v epidemiologii.

Kritéria hodnocení:

Výsledek 1:

- Definuj pojem mikrob, patogenita
- Jmenuj dělení mikroorganismů v závislosti na jejich potřebách k růstu a rozmnožování

Výsledek 2:

- Popiš funkce imunitního systému, jak lze ovlivňovat imunitu
- Vysvětli, co je to alergie, alergen a uveď příklady alergenů

Výsledek 3:

- Vysvětli pojem imunizace
- Uveď hlavní rozdíl mezi aktivní a pasivní imunizací

Výsledek 4:

- Jmenuj formy infekčního onemocnění
- Vysvětli základní stádia onemocnění

Výsledek 5:

- Uveď, kdo nebo co může být zdrojem nákazy
- Vysvětli rozdíl mezi přímým a nepřímým přenosem nákazy (uveď příklady)
- Charakterizuj protiepidemická opatření

Výsledek 6:

- Popiš bakteriální onemocnění – zdroj, příznaky, léčba, prevence
- Popiš virová onemocnění – zdroj, příznaky, léčba, prevence
- Popiš parazitární onemocnění – zdroj, příznaky, léčba, prevence
- Popiš mykotická onemocnění – zdroj, příznaky, léčba, prevence

Postupy hodnocení:

Hodnocení se provádí podle počtu získaných bodů v závěrečném testu podle hodnotící tabulky na stupnici 1- 5. Test vyhodnotí učitel odborného předmětu

Závěrečná známka závisí na:

Písemném testu, založeném na výběru a doplňování správných odpovědí 40%

Průběžné hodnocení vědomostí ústní i písemnou formou 40%

Aktivitě při diskusích 20%

Doporučená studijní literatura:

Mikrobiologie, imunologie a epidemiologie pro 2. Ročník SZŠ, Josef Richter, SCIENTIA MEDICA, s.r.o, 1.vydání, 1996

Informace z tisku a internetu

název předmětu:	Somatologie			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	2	2	1	5

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

Seznámit žáky se základy poznatků somatologie a anatomie člověka a s důležitými aspekty v životě a vývoji lidského organismu. Cílem tohoto vzdělávání je vybavit žáky znalostmi a dovednostmi o stavbě a funkci lidského organismu. Předmět rozvíjí a upevňuje znalosti žáků o stavbě a funkci jednotlivých orgánů a orgánových soustav, popisuje kosti a svaly lidského těla. Umožňuje žákovi osvojit si odbornou terminologii a základy nomenklatury. Nabyté poznatky uplatní žák ve svém oboru, ale i v běžném životě.

Charakteristika učiva

Učivo je rozděleno do jednotlivých modulů, které se dále člení do jednotlivých lekcí. Vyučovací předmět somatologie poskytuje žákům informace o stavbě a fungování lidského organismu. Zabývá se stavbou a funkcí orgánů a orgánových soustav, obecnou a speciální osteologií a mytologií. Výuka vede žáky k pochopení základních vztahů a dějů odehrávajících se v lidském těle.

RVP – Zdravověda

Pojetí výuky

Předmět je strukturován do modulů:		kód	roč.	poč. hod.
1.	Obecná a speciální osteologie	RS/SomaM01/1	1	32
2.	Myologie obecná a speciální (svaly)	RS/Soma/M02/1	1	32
3.	Buňka, tkáň a trávicí systém	RS/Soma/M03/2	2	16
4.	Oběhová a mizní soustava	RS/Soma/M04/2	2	16
5.	Dýchací a vylučovací soustava:	RS/Soma/M05/2	2	16
6.	Pohlavní a kožní soustava	RS/Soma/M06/2	2	16
7.	Nervová soustava	RS/Soma/M07/3	3	32

Formy výuky:

- Frontální vyučování
- Skupinová, individuální
- Využití audiovizuální techniky, digitálních technologií, AI, promítání názorných ukázek, prezentace.
- Distanční online výuka

Metody výuky:

- Část bude tvořit výklad podporovaný ukázkami za použití multimediální techniky
- Motivační, výkladové, opakovací metody, slovní, využití multimediální techniky (internet) při samostatné práci žáků



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Ve výuce se kromě výkladu, práce s různými učebními texty uplatňují i další vyučovací metody jako např. samostatná a skupinová práce žáků, projektové vyučování. Žáci se učí pracovat s různými informač. zdroji. K lepšímu osvojování poznatků přispívá využívání odb. publikací, referátů, pomůcek – anatom. modely, plakáty, 3D obrázky. Výuku lze rovněž vhodně doplnit exkurzemi, besedami s odborníky, případně zadáváním žák. projektu ke zvolené tematice.

Hodnocení výsledků žáků

- Po dokončení modulů bude následovat písemný test nebo ústní prezentace znalostí.
- Žáci budou také hodnoceni za vypracování samostatného úkolu a jeho prezentaci, za aktivitu v hodinách.
- Vyučující zohledňuje úroveň odborných vědomostí, používání správné terminologie, samostatnost a plynulost projevu žáka, jeho aktivitu a schopnost aplikovat tyto vědomosti v odborných předmětech. Výsledky učení je nutno kontrolovat průběžně, zohledňovat žáky se specifickými poruchami učení.

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence:

Kompetence k učení - Vzdělávání směřuje k tomu, aby žák byl schopen efektivně se učit, vyhodnocovat dosažené výsledky a stanovoval si potřeby a cíle svého dalšího vzdělávání, s porozuměním, poslouchal mluvené projevy, pořizoval si poznámky a hodnotil pokrok při dosahování cílů svého učení. Využívat ke svému učení různé informační zdroje, včetně svých zkušeností i zkušeností jiných lidí. Znat možnosti svého dalšího vzdělávání, zejména v oboru a povolání.

Komunikativní kompetence - Žák věcně, správně a srozumitelně zpracovává přiměřeně náročné texty na odborná témata, dokáže prezentovat výsledky své práce, používá odborné názvosloví.

Kompetence k Informatickému vzdělávání - Vzdělávání směřuje k tomu, aby absolventi pracovali s osobním počítačem a jeho základním a aplikačním programovým vybavením, ale i s dalšími prostředky ICT a využívali adekvátní zdroje informací a efektivně pracovali s informacemi.

Digitální kompetence

Studenti mohou používat aplikace a online platformy pro modelování lidského těla (např. 3D anatomické atlasy, aplikace jako Visible Body nebo BioDigital Human). Tyto nástroje umožní lepší vizualizaci anatomických struktur a pochopení jejich funkcí. Pro ověřování znalostí jsou používány online testy a kvízy. Také může být zaveden systém online úkolů a hodnocení, který studentům umožní okamžitou zpětnou vazbu.

Využívání AI ve výuce Somatologie. AI systémy mohou být využity k analýze výsledků studentů a poskytování individualizovaných učebních plánů. Mohou například analyzovat oblasti, kde studenti potřebují více praxe, a doporučit konkrétní cvičení. Využívání virtuálních chatbotů AI. Například AI chatbot může odpovědět na otázky týkající se anatomie nebo funkcí lidského těla. Využívání simulace. Pomocí AI mohou být použity pro modelování lidských funkcí, například simulace fungování jednotlivých orgánových systémů v těle, což pomůže studentům lépe porozumět komplexním biologickým procesům. AI nástroje mohou být využívány pro analýzu medicínských obrazů.

Průřezová témata:

Člověk a svět práce – žák bude svými praktickými dovednostmi a informacemi připraven pro jeho budoucí pracovní život tak, aby byl schopen efektivně reagovat na dynamický rozvoj trhu práce a měnící se požadavky na pracovníky. Žák osvojí znalosti a především dovednosti pro řízení své kariéry a života (Career Management Skills), které využije pro cílené plánování a odpovědné rozhodování o svém osobním rozvoji, dalším vzdělávání a seberealizaci v profesních záměrech. Zároveň se naučí přijímat změny ve své profesní kariéře jako běžnou součást života.



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Občan v demokratické společnosti - cílevědomé úsilí o dobré znalosti a dovednosti studenta, student bude schopen přijímat odpovědnost za vlastní rozhodování a jednání a vytrvale rozvíjet své odborné dovednosti.

Člověk a digitální svět – vyhledávání a zpracovávání informací potřebných k výuce. Využívání digitálních nástrojů a platforem, jako jsou EDMONDO, GOOGLE, CLASSROOM, MOODLE. Tyto platformy lze využít pro organizaci výuky, sdílení materiálů a zadávání úkolů. Simulace pomocí AI pro modelování lidských funkcí, například simulace fungování jednotlivých orgánových systémů v těle.

Člověk a životní prostředí – vztahy vnitřního a vnějšího prostředí – závislost člověka na ŽP, z kterého čerpá zdroje energie pro život. Preferovat takový způsob života, aby byli zdraví ohrožující návyky, činnosti a situace co nejvíce eliminovány, využívat pravidelné pohybové aktivity v denním režimu a k celoživotní péči o zdraví.

Doporučená literatura

Učebnice pro zdravotnické školy a bakalářské studium: Prof. MUDr. Ivan Dylevský, DrSc.
SOMATOLOGIE, nakladatelství EPAVA, Olomouc, r. 2000

PŘEDMĚT		SOMATOLOGIE																						
Název modulu:	Obecná a speciální osteologie	Kód modulu:	RS/Soma/M01/1																					
Délka modulu:	32 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025																					
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický																					
Vstupní předpoklady:	Úvodní modul – speciální dovednosti nejsou požadovány																							
Charakteristika modulu: Popíše základní stavbu kosti, vysvětlí rozdělení kostí, popíše červenou, žlutou, šedou kostní dřev, vysvětlí růst kosti, popisuje druhy kloubů, vysvětlí funkci kloubní chrupavky, kloubních pouzder a vazů, popisuje kosti hlavy, horních a dolních končetin, kosti hrudníku, páteř a spoje.																								
Předpokládané výsledky vzdělávání: žák 1. Charakterizuje zákonitosti pohybu a funkcí lidského organismu 2. Popisuje druhy kloubů, vysvětlí funkci kloubní chrupavky, kloubních pouzder a vazů 3. Popisuje stavbu a funkci páteře 4. Popisuje stavbu a funkci hrudníku 5. Popisuje stavbu a funkci horní končetiny 6. Popisuje stavbu a funkci pánve a dolní končetiny																								
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí: <table><tr><td>1. lekce</td><td>Kosti – buňka, tkáň, stavba, rozdělení a růst kosti</td><td>4</td></tr><tr><td>2. lekce</td><td>Klouby – druhy a funkce jejich částí</td><td>2</td></tr><tr><td>3. lekce</td><td>Lebka a její části</td><td>4</td></tr><tr><td>4. lekce</td><td>Páteř – stavba a funkce</td><td>8</td></tr><tr><td>5. lekce</td><td>Hrudník – stavba a funkce</td><td>4</td></tr><tr><td>6. lekce</td><td>Horní končetina – popis a funkce</td><td>4</td></tr><tr><td>7. lekce</td><td>Pánev a dolní končetina – popis a funkce</td><td>6</td></tr></table>				1. lekce	Kosti – buňka, tkáň, stavba, rozdělení a růst kosti	4	2. lekce	Klouby – druhy a funkce jejich částí	2	3. lekce	Lebka a její části	4	4. lekce	Páteř – stavba a funkce	8	5. lekce	Hrudník – stavba a funkce	4	6. lekce	Horní končetina – popis a funkce	4	7. lekce	Pánev a dolní končetina – popis a funkce	6
1. lekce	Kosti – buňka, tkáň, stavba, rozdělení a růst kosti	4																						
2. lekce	Klouby – druhy a funkce jejich částí	2																						
3. lekce	Lebka a její části	4																						
4. lekce	Páteř – stavba a funkce	8																						
5. lekce	Hrudník – stavba a funkce	4																						
6. lekce	Horní končetina – popis a funkce	4																						
7. lekce	Pánev a dolní končetina – popis a funkce	6																						
Doporučené postupy výuky: Část modulu bude tvořit výklad s ukázkami za použití multimediální techniky Frontální vyučování Moderní formy výuky – prezentace, práce s digitálními platformami pro modelování lidského těla (např. 3D anatomické atlasy, aplikace jako Visible Body nebo BioDigital Human). Simulace pomocí AI pro modelování funkcí kosterní soustavy. Diskuze																								
Kritéria hodnocení: žák																								
Výsledek 1: ▪ Popíše základní stavbu, buňky a kosti ▪ Rozliší jednotlivé kosti ▪ Vysvětlí růst kostí																								
Výsledek 2: ▪ Popíše druhy kloubů ▪ Vysvětlí funkci kloubní chrupavky, kloubního pouzdra a vazů																								
Výsledek 3: ▪ Popíše stavbu a funkci páteře																								



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

▪ Popíše a vysvětlí funkce obratel, křížové a kostrční kosti, meziobratlové destičky a kloubů	
Výsledek 4:	▪ Popíše stavbu hrudníku jeho jednotlivé části
Výsledek 5:	▪ Vysvětlí funkci hrudníku
	▪ Vysvětlí funkce horní končetiny
Výsledek 6:	▪ Popíše ruku – zápěstní kosti, zápěstní kosti, spoje ruky
	▪ Popíše spoje paže a předloktí, ramenní a loketní kloub
Výsledek 6:	▪ Vysvětlí funkce pánve a dolní končetiny
	▪ Vysvětlí funkční anatomii pánevního pletence
Výsledek 6:	▪ Popíše nohu – zánártí, nárt, články prstů, hlezenní kost, patní kost, člunková kost,
	▪ loďková kost, klínovitá kost, krychlová kost
Postupy hodnocení:	
- Vědomostní test - 40 %	
- Aktivita na hodinách - 20 %	
- Průběžné hodnocení – ústní, písemné – 40%	
Doporučená studijní literatura:	
Učebnice pro zdravotnické školy a bakalářské studium: Prof. MUDr. Ivan Dylevský, DrSc.	
SOMATOLOGIE, nakladatelství EPAVA, Olomouc, r. 2000	



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		SOMATOLOGIE	
Název modulu:	Myologie obecná a speciální (svaly)	Kód modulu:	RS/Soma/M02/1
Délka modulu:	32 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Splněn modul RS/SOMA/M01/1		
Charakteristika modulu: Popíše stavbu kosterního svalu, sílu svalu, cévní zásobení svalu, inervaci svalu, regeneraci, transplantaci a růst svalu, Popíše, svaly hlavy, svaly krku, svaly zad, hrudní svaly, břišní svaly, svaly horní končetiny, svaly dolní končetiny.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: žák			
1. Popisuje základní stavební a funkční jednotku svalu 2. Popisuje jednotlivé svaly hlavy a krku a rozděluje je do skupin 3. Popisuje jednotlivé svaly zad, hrudníku a břicha a rozděluje je do skupin 4. Popisuje jednotlivé svaly horní a dolní končetiny, rozděluje je do skupin 5. Charakterizuje jednotlivá svalová onemocnění, vysvětlí problematiku svalových dysbalancí			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce	Obecná myologie: svalová buňka, svalové vlákno, typy svaloviny a pomocné svalové orgány		4
2. lekce	Speciální myologie, svaly hlavy (část obličejová, část mozková) a krku (svaly povrchové vrstvy, šikmé svaly, hluboké svaly šíje)		3
3. lekce	Speciální myologie, svaly zad (svaly spinohumerální, svaly spinokostální, hluboké svaly zad)		5
4. lekce	Speciální myologie, svaly hrudníku (svaly thorakohumerální, vlastní svaly hrudníku) a břicha (svaly přední, boční a zadní skupiny)		4
5. lekce	Speciální myologie, svaly končetin (svaly horní končetiny: svaly ramene a lopatky, svaly paže, svaly předloktí, svaly ruky)		6
6. lekce	Speciální myologie, svaly končetin (svaly dolní končetiny: svaly kyčelního kloubu, svaly stehna, svaly bérce, svaly nohy)		6
7. lekce	Onemocnění pohybového systému, svalová onemocnění, svalové dysbalance		4
Doporučené postupy výuky:			
Část modulu bude tvořit výklad s ukázkami za použití multimediální techniky a výukových modelů			
Frontální vyučování			
Moderní formy výuky – prezentace, práce s digitálními platformami pro modelování lidského těla (např. 3D anatomické atlasy, aplikace jako Visible Body nebo BioDigital Human). Simulace pomocí AI pro modelování funkcí svalové soustavy.			
Diskuze			
Kritéria hodnocení: žák			
Výsledek 1:			
▪ Popíše stavbu kosterního svalu, cévní zásobení svalu, inervaci svalu ▪ Vysvětlí regeneraci, transplantaci a růst svalu			
Výsledek 2:			
▪ Popíše mimické, žvýkací a hluboké šíjové svaly ▪ Vyjmenuje a popíše svaly krku			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder

Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér

Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér

Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium

Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3

Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Výsledek 3:

- Vyjmenuje a popíše břišní svaly
- Popíše hluboké a povrchové zádové svaly

Výsledek 4:

- Vyjmenuje a popíše svaly horní končetiny a dolní končetiny
- Vyjmenuje a popíše svaly pletence HK, svaly ramenního kloubu, svaly loketního kloubu, svaly kloubů ruky, popíše svaly kyčelního kloubu, svaly kolenního kloubu

Výsledek 5:

- Vyjmenuje onemocnění svalů
- popíše jednotlivá svalová onemocnění

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení – ústní, písemné – 40%

Doporučená studijní literatura:

Učebnice pro zdravotnické školy a bakalářské studium: Prof. MUDr. Ivan Dylevský, DrSc. SOMATOLOGIE, nakladatelství EPAVA, Olomouc, r. 2000



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		SOMATOLOGIE	
Název modulu:	Buňka, tkáň a trávicí systém	Kód modulu:	RS/Soma/M03/2
Délka modulu:	16 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Splněný modul RS/Soma/M02/1		
Charakteristika modulu: Modul seznamuje žáky se stavbou buněk a s druhy, stavbou a funkcemi tkání, orgánů a organismu, vysvětluje pojem trávení, vstřebávání, odstraňování, popisuje stavbu a funkci jednotlivých oddílů trávicí soustavy, uvádí onemocnění trávicího systému.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: žák			
1. Ovládá správnou odbornou terminologii a vhodně ji používá 2. Popíše stavbu, funkci, rozdělení jednotlivých tkání, uvede, kde se daná tkáň nachází, pojmenuje základní buňku jednotlivých tkání 3. Vysvětlí pojem trávení, vstřebávání, odstraňování 4. Popisuje stavbu a funkci jednotlivých oddílů trávicí soustavy 5. Uvádí onemocnění trávicího systému			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce Buňka: stavba, funkce3 2. lekce Tkáň: epitelová, pojivová, svalová, nervová, tekutá orgán, orgánová soustava,3 3. lekce Trávení, vstřebávání, odstraňování4 4. lekce Dutina ústní, hltan, jícen, žaludek3 5. lekce Tenké střevo, tlusté střevo, konečník, játra, slinivka břišní3			
Doporučené postupy výuky:			
Frontální vyučování, prezentace, diskuze Využíváme jak moderní tak i klasické metody výuky. Práce s digitálními platformami pro modelování lidského těla (např. 3D anatomické atlasy, aplikace jako Visible Body nebo BioDigital Human). Simulace pomocí AI pro modelování funkcí trávicí soustavy. Studenti jsou vedeni k vyhledávání a kritickému hodnocení informací na odborných zdravotnických webech či platformách			
Kritéria hodnocení: žák			
Výsledek 1:			
Popíše stavbu a funkci buňky, Vyjmenuje organely nacházející se v buňce			
Výsledek 2:			
Objasní regenerační schopnost tkání Popíše funkci a stavbu epitelu, pojivové tkáně, svalové tkáně, nervové tkáně Pojmenuje základní buňku jednotlivých tkání			
Výsledek 3:			
Definuje procesy trávení, vstřebávání a odstraňování			
Výsledek 4:			
Popíše význam a funkci dutiny ústní, hltanu			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Popíše význam jícnu, žaludku, tenkého střeva, tlustého střeva, konečníku, jater, slinivky břišní

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení – ústní, písemné – 40%

Doporučená studijní literatura:

Učebnice pro zdravotnické školy a bakalářské studium: Prof. MUDr. Ivan Dylevský, DrSc.
SOMATOLOGIE, nakladatelství EPAVA, Olomouc, r. 2000

PŘEDMĚT		SOMATOLOGIE																
Název modulu:	Oběhová a mízní soustava	Kód modulu:	RS/SOMA/M04/2															
Délka modulu:	16 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025															
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický															
Vstupní předpoklady:	Splněn modul RS/SOMA/M03/2																	
Charakteristika modulu: Popisuje malý a velký oběh, vysvětluje průtok krve srdcem, uvádí počet a funkci červených, bílých krvinek a krevních destiček, vysvětluje krevní skupiny, popisuje mízní systém, místa uložení mízních uzlin, uvádí onemocnění oběhového a mízního systému.																		
Předpokládané výsledky vzdělávání: - Popisuje malý a velký oběh, vysvětlí průtok krve srdcem - Uvádí počet a funkci červených, bílých krvinek a krevních destiček - Vysvětlí krevní skupiny - Popisuje mízní systém, ukáže místa uložení mízních uzlin - Uvádí onemocnění oběhového a mízního systému																		
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí: <table><tr><td>1. lekce</td><td>Malý a velký krevní oběh</td><td>3</td></tr><tr><td>2. lekce</td><td>Srdce, cévy</td><td>3</td></tr><tr><td>3. lekce</td><td>Krev, červené, bílé krvinky, krevní destičky, krevní skupiny</td><td>3</td></tr><tr><td>4. lekce</td><td>Mízní (lymfatická) soustava. Mízní uzliny, mízní orgány</td><td>4</td></tr><tr><td>5. lekce</td><td>Onemocnění oběhového a mízního systému</td><td>3</td></tr></table>				1. lekce	Malý a velký krevní oběh	3	2. lekce	Srdce, cévy	3	3. lekce	Krev, červené, bílé krvinky, krevní destičky, krevní skupiny	3	4. lekce	Mízní (lymfatická) soustava. Mízní uzliny, mízní orgány	4	5. lekce	Onemocnění oběhového a mízního systému	3
1. lekce	Malý a velký krevní oběh	3																
2. lekce	Srdce, cévy	3																
3. lekce	Krev, červené, bílé krvinky, krevní destičky, krevní skupiny	3																
4. lekce	Mízní (lymfatická) soustava. Mízní uzliny, mízní orgány	4																
5. lekce	Onemocnění oběhového a mízního systému	3																
Doporučené postupy výuky: Část modulu bude tvořit výklad s ukázkami za použití multimediální techniky Frontální vyučování Moderní formy výuky – prezentace, práce s digitálními platformami pro modelování lidského těla (např. 3D anatomické atlasy, aplikace jako Visible Body nebo BioDigital Human). Simulace pomocí AI pro modelování funkcí oběhové a mízní soustavy. Diskuze																		
Kritéria hodnocení: Výsledek 1: - Popíše malý a velký oběh, - Vysvětlí průtok krve srdcem Výsledek 2: - Definuje pojem srdce, cév, červených a bílých krvinek, krevních destiček - Popíše funkci srdce, cév, červených a bílých krvinek, krevních destiček Výsledek 3: - Vysvětlí pojem krevní skupiny - Popíše a vysvětlí funkci mízní (lymfatické) soustavy Výsledek 4: - Uvede druhy onemocnění mízního systému - Předvede na modelu uložení mízních uzlin																		



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení – ústní, písemné – 40%

Doporučená studijní literatura:

Učebnice pro zdravotnické školy a bakalářské studium: Prof. MUDr. Ivan Dylevský, DrSc.
SOMATOLOGIE, nakladatelství EPAVA, Olomouc, r. 2000



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		SOMATOLOGIE	
Název modulu:	Dýchací a vylučovací soustava	Kód modulu:	RS/Soma/M05/2
Délka modulu:	16 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Splněn modul RS/SOMA/M04/2		
Charakteristika modulu: Vysvětluje rozdíl mezi vnitřním a vnějším dýcháním, popisuje stavbu a funkci jednotlivých oddílů dýchací soustavy, uvádí onemocnění dýchacího systému, definuje pojem vitální kapacita plic a dechový objem, popisuje nefron, stavbu a funkci jednotlivých oddílů vylučovací soustavy, uvádí onemocnění vylučovacího systému.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: žák			
1. Rozlišuje vnitřní a vnější dýchání			
2. Popisuje stavbu a funkci jednotlivých oddílů dýchací soustavy			
3. Uvede onemocnění dýchacího systému			
4. Definuje pojem vitální kapacita plic a dechový objem			
5. Popisuje nefron, stavbu a funkci jednotlivých oddílů vylučovací soustavy			
6. Uvádí onemocnění vylučovacího systému			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce	Zevní a vnitřní dýchání		2
2. lekce	Dutina nosní, hrtan, průdušnice, průdušky		2
3. lekce	Plíce		3
4. lekce	Vitální kapacita plic, dechový objem		2
5. lekce	Nefron		2
6. lekce	Stavba a funkce jednotlivých oddílů vylučovací soustavy		3
7. lekce	Onemocnění vylučovacího systému		2
Doporučené postupy výuky:			
Část modulu bude tvořit výklad s ukázkami za použití multimediální techniky			
Frontální vyučování, moderní formy výuky – prezentace			
Práce s digitálními platformami pro modelování lidského těla (např. 3D anatomické atlasy, aplikace jako Visible Body nebo BioDigital Human). Simulace pomocí AI pro modelování funkcí dýchací a vylučovací soustavy.			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1:			
▪ Vysvětlí rozdíl mezi vnitřním a vnějším dýcháním			
Výsledek 2:			
▪ Popíše stavbu a funkci jednotlivých oddílů dýchací soustavy			
▪ Vysvětlí význam dýchací soustavy			
Výsledek 3:			
▪ Vyjmenuje onemocnění dýchacího systému			
Výsledek 5:			
▪ Popíše nefron			
▪ Vysvětlí stavbu a funkci jednotlivých oddílů vylučovací soustavy			
Výsledek6:			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder

Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér

Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér

Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium

Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3

Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Vyjmenuje onemocnění vylučovacího systému

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 30 %
 - Aktivita na hodinách - 10 %
 - Průběžné hodnocení – ústní, písemné – 30%
 - Žáci budou také hodnoceni za vypracování samostatného úkolu a jeho prezentací, za aktivitu v hodinách – 30%
- Pro ověřování znalostí jsou používány online testy a kvízy. Také může být zaveden systém online úkolů a hodnocení, který studentům umožní okamžitou zpětnou vazbu.

Doporučená studijní literatura:

Učebnice pro zdravotnické školy a bakalářské studium: Prof. MUDr. Ivan Dylevský, DrSc.
SOMATOLOGIE, nakladatelství EPAVA, Olomouc, r. 2000



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		SOMATOLOGIE	
Název modulu:	Pohlavní a kožní soustava	Kód modulu:	RS/Soma/M06/2
Délka modulu:	16 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Splnění modul RS/SOMA/M05/2		
Charakteristika modulu: Popisuje stavbu a funkci ženských a mužských pohlavních orgánů, informuje o délce a průběhu těhotenství, porodu a možnostech antikoncepce, uvádí onemocnění pohlavního systému, popisuje stavbu a funkce kůže, vyjmenovává přídatné kožní orgány, osvětluje funkci potu a mazu, uvádí onemocnění kožní soustavy.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: žák			
1. Popisuje stavbu a funkci ženských a mužských pohlavních orgánů			
2. Vysvětlí průběh těhotenství, porod a možnosti antikoncepce			
3. Charakterizuje onemocnění pohlavního systému			
4. Popisuje stavbu a funkce kůže a vyjmenuje přídatné kožní orgány			
5. Poznává kožní choroby vylučující poskytování masérských služeb			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce	Ženské pohlavní orgány (stavba, funkce)		3
2. lekce	Mužské pohlavní orgány (stavba, funkce),		3
3. lekce	Těhotenství, porod, antikoncepce		2
4. lekce	Stavba a funkce kůže		3
5. lekce	Přídatné kožní orgány, pot a maz		2
6. lekce	Onemocnění kožní soustavy		3
Doporučené postupy výuky:			
Část modulu bude tvořit výklad s ukázkami za použití multimediální techniky			
Frontální vyučování			
Moderní formy výuky – prezentace, práce s digitálními platformami pro modelování lidského těla (např. 3D anatomické atlasy, aplikace jako Visible Body nebo BioDigital Human). Simulace pomocí AI pro modelování funkcí rozmnožovací a kožní soustavy.			
Diskuze			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1:			
▪ Popíše stavbu ženských a mužských pohlavních orgánů			
▪ Vysvětlí funkce ženských a mužských pohlavních orgánů			
Výsledek 2:			
▪ Vysvětlí průběh a délku těhotenství			
▪ Popíše průběh porodu			
▪ Vysvětlí význam antikoncepce			
Výsledek 3:			
▪ Vyjmenuje onemocnění pohlavního systému			
Výsledek 4:			
▪ Popíše stavbu a funkci kůže			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Výsledek 5:**
- Vyjmenuje přídatné kožní orgány a popíše jejich funkci
 - Vyjmenuje možnosti onemocnění kožní soustavy
 - Vysvětlí funkci potu a mazu

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení – ústní, písemné – 40%
- Pro ověřování znalostí jsou používány online testy a kvízy. Také může být zaveden systém online úkolů a hodnocení, který studentům umožní okamžitou zpětnou vazbu.

Doporučená studijní literatura:

Učebnice pro zdravotnické školy a bakalářské studium: Prof. MUDr. Ivan Dylevský, DrSc.
SOMATOLOGIE, nakladatelství EPAVA, Olomouc, r. 2000

PŘEDMĚT		SOMATOLOGIE	
Název modulu:	Nervová soustava	Kód modulu:	RS/Soma/M07/3
Délka modulu:	32 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Splněny moduly 1. a 2. ročníku		
Charakteristika modulu:			
Modul žáky seznamuje se stavbou a funkcí neuronu, CNS – mozek, páteřní mícha, PNS – mozkové, míšní, vegetativní nervy, onemocnění nervové soustavy a smyslové orgány, mechanoreceptory (hmatové receptory, sluchový orgán), fotoreceptory (oko, přídatné orgány), chemoreceptory, termoreceptory, nociceptory, endokrinní soustavou. Vede k poznatkům důležité pro profesi maséra, cílem je žákům vysvětlit názvy, stavbu, funkci a jednotlivé problémy související s nervovou soustavou.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: žák			
1. Charakterizuje stavbu a funkci nervové soustavy 2. Poznává rozdíly mezi CNS a PNS a zařazuje jednotlivé oddíly mozku do jeho jednotlivých částí 3. Popisuje všechny mozkové nervy a jejich průběh, vysvětlí funkci vegetativní nervů 4. Charakterizuje jednotlivá nervová onemocnění 5. Popíše stavbu a funkci lidského ucha a oka 6. Vysvětlí rozdíl mezi hormonální a nervovou soustavou a popíše funkci jednotlivých hormonů			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce Nervová soustava: stavba a funkce neuronu, reflexní oblouk 4 2. lekce CNS – mozek, páteřní mícha 4 3. lekce PNS – mozkové, míšní, vegetativní nervy 4 4. lekce Onemocnění nervové soustavy 2 5. lekce Smyslová soustava – zrak, sluch, hmat, čich, chuť 10 6. lekce Endokrinní soustava 8			
Doporučené postupy výuky:			
Část modulu bude tvořit výklad s ukázkami za použití multimediální techniky a výukových modelů			
Frontální vyučování			
Moderní formy výuky – prezentace, práce s digitálními platformami pro modelování lidského těla (např. 3D anatomické atlasy, aplikace jako Visible Body nebo BioDigital Human). Simulace pomocí AI pro modelování funkcí mozku a míchy.			
Diskuze			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1:			
▪ Popíše stavbu a funkci neuronu ▪ Rozliší podmíněné a nepodmíněné reflexy ▪ Vysvětlí reflexní oblouk			
Výsledek 2:			
▪ Vysvětlí rozdíl mezi CNS a PNS ▪ Popíše stavbu a funkci páteřní míchy ▪ Zařadí jednotlivé oddíly mozku do přední, zadní a střední části			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder

Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér

Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér

Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium

Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3

Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Výsledek 3:

- Popíše všechny mozkové nervy
- Vysvětlí funkci vegetativní nervů

Výsledek 4:

- Popíše cévní mozkovou příhodu, meningitidu, klíšťovou encefalitidu, borreliozu, sclerosis multiplex, Parkinsonovu nemoc, epilepsii, Alzheimerovu nemoc

Výsledek 5:

- Popíše stavbu a funkci lidského ucha a oka

Výsledek 6:

- Vysvětlí rozdíl mezi hormonální a nervovou soustavou
- Uvede hormony, které produkuje přední a zadní lalok hypofýzy, pojmenuje hormony štítné žlázy, příštítných tělísek, nadledvin, slinivka břišní, placenty, šišinky a brzlíku

Postupy hodnocení:

- Po dokončení modulů bude následovat písemný test nebo ústní prezentace znalostí
- Žáci budou také hodnoceni za vypracování samostatného úkolu a jeho prezentaci
- Pro ověřování znalostí jsou používány online testy a kvízy. Také může být zaveden systém online úkolů a hodnocení, který studentům umožní okamžitou zpětnou vazbu
- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení – ústní, písemné – 40%

Doporučená studijní literatura:

Učebnice pro zdravotnické školy a bakalářské studium: Prof. MUDr. Ivan Dylevský, DrSc. SOMATOLOGIE, nakladatelství EIPA, Olomouc, r.2000

název předmětu:	Výživa a stravování			
ročník:	I.	II.	III.	celkem
počet hodin:	1	0	0	1

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

Obecným cílem předmětu je poskytnout žákům ucelenou soustavu vědomostí o výživě lidského organismu, která vychází ze základních znalostí anatomie a fyziologie orgánových soustav, které jsou spjaty s trávicími procesy. Vybavení znalostmi a dovednostmi potřebnými k preventivní a aktivní péči o zdraví tak rozvíjí a podporuje chování a postoje ke zdravému způsobu života a celoživotní odpovědnost za své zdraví, vede k uznání výživy jako jediného zdroje látek, z kterých se organismus tvoří a obnovuje.

Charakteristika učiva

Výuka probíhá 1 hodinu týdně, žáci si vytvářejí požadované kompetence nezbytné pro praxi. Na výchozí biologický základ navazují odborné kompetence o přeměně látek a energií, důraz je kladen na trávicí a biochemické procesy, zahrnuje kompetence o doporučených výživových dávkách a jejich uplatňování ve výživě člověka. Učivo vyúsťuje v pochopení zásad racionální výživy a v chápání preventivního významu výživy ve vztahu k civilizačním chorobám. V rámci předmětu jsou zahrnuty zásady péče o zdraví, zdravotní stav obyvatelstva. Učební osnovy vychází ze vzdělávacího okruhu RVP – Zdravověda. Důraz je kladen nejen na vytváření správných stravovacích návyků a jejich uplatňování v osobním i profesním životě, ale i na podtržení role žáka jako aktivního činitele při provádění a zapojení do rozhodovacích procesů řízení příslušných aktivit.

Pojetí výuky

Předmět je strukturován do modulů:		kód	roč.	poč. hod.
1.	Výživa člověka	M 01	1	32
Formy výuky: - frontální výuka - výuka bude probíhat modulárně Metody výuky: - metoda projektového vyučování, metoda týmové práce - referáty žáků k dané problematice - dialogové slovní metody - problémová výuka - užití informačních technologií – multimediální učebna - Využití audiovizuální, digitální a AI technologií				

Hodnocení výsledků žáků



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Hodnocení vyplývá z dílčí klasifikace, sleduje se aktivita žáka při hodinách a na akcích školy. Hodnocení žáků je prováděno kombinací slovního a numerického hodnocení.
- Známkou je žák ohodnocen za samostatné práce a za vytvoření práce na dané téma – sestavení jídelního lístku, zapojení se do projektů školy.
- Další hodnocení je prováděno na základě písemného opakování jednotlivých učebních celků a jednotlivých témat. Písemné opakování je prováděno formou testu, doplňování do textu a popisováním nákrešů. Kriteria vychází z Klasifikačního řádu SOU DAKOL, s.r.o.

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence:

Kompetence k ICT - sledování nových trendů při zpracování potravin a práce s informacemi nutnými pro co nejefektivnější zpracování potravin

Kompetence personální a sociální – při výuce je uplatňována zásada týmové práce při řešení úkolů a zpracování prací, žáci se naučí ohodnotit své schopnosti v týmové práci a pozici v týmu. Žák rozvíjí dovednost aplikovat získané poznatky

Komunikativní kompetence – žák věcně, správně a srozumitelně zpracovává přiměřeně náročné texty na odborná témata, dokáže prezentovat výsledky své práce, používá odborné názvosloví

Kompetence digitální – žák kriticky přistupuje k informacím z internetových zdrojů, AI o epidemiologických opatřeních a hygienických postupech a ověřuje jejich důvěryhodnost.

Průřezová témata:

Člověk a životní prostředí – osvojení zásad zdravého životního stylu -racionální stravování a úloha pracovníků při osvětě. Odpovědnost jedince za prostředí - nakládání s odpady.

Doporučená literatura

Šimončíč, R.: *Výživa*. Praha. Merkur
Clarková, N.: *Sportovní výživa*, Praha, Grada
Jendruchová M.: *Jídlo není nepřítel*, Praha, Grada
Švédová Zuzana.: *Zdravou stravou proti únavě*, Praha, Grada
Gundry S. R.: *Skryté nebezpečí zdravých potravin*, Praha, Grada
Katz, E. S.: *Síla přírodní fermentace*, Praha, Grada
Vollmer, B. J.: *Zdravá střeva, zdravý život*, Praha, Grada
Čihák, R.: *Anatomie 1-3*, Praha, Grada

PŘEDMĚT		VÝŽIVA A STRAVOVÁNÍ	
Název modulu:	Výživa člověka	Kód modulu:	VaS/RS/M01/1
Délka modulu:	32 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Nejsou požadovány žádné speciální vědomosti a dovednosti.		
Charakteristika modulu:			
Modul žáky seznamuje s metabolismem živin a funkcí trávicí soustavy. Rozvíjí odborné kompetence žáků v oblasti stravování jednotlivých skupin strážníků a seznámí je se zásadami sestavování jídelníčků pro jednotlivé skupiny na základě výživových doporučení. Dále modul charakterizuje zásady dietního stravování a jeho vhodným použitím při stravování osob se zdravotním postižením trávicího traktu nebo jinými poruchami metabolismu. Rozvíjí kompetence žáků o alternativní směry ve výživě obyvatel a pomáhá jim získat znalosti, které použijí při volbě nejvhodnějších stravovacích návyků a zaměřuje se také na stravovací zvyklosti příslušníků různých národů a etnických skupin.			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
Žák:			
1. Charakterizuje přeměnu jednotlivých látek v lidském organismu			
2. Vyhledává v tabulkách energetické a biologické hodnoty jednotlivých druhů potravin			
3. Charakterizuje jednotlivé funkce trávicího systému			
4. Vysvětlí podstatu racionální výživy			
5. Uvádí zásady diferencované stravy a přizpůsobení stravy věku, pohlaví, zdravotnímu stavu a tělesné zátěži			
6. Vysvětlí pojem léčebná výživa a charakterizuje jednotlivé druhy diet			
7. Orientuje se v zákonech a vyhláškách a organizacích zabývajících se výchovou ke zdravé výživě			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce Látková přeměna živin – metabolismus			
2. lekce Trávicí trakt – jednotlivé části a funkce			
3. lekce Diferencovaná strava – charakteristika jednotlivých skupin strážníků			
4. lekce Sestavování jídelních lístků pro jednotlivé skupiny osob			
5. lekce Diety – rozdělení jednotlivých druhů diet a jejich uplatnění			
6. lekce Alternativní směry ve výživě			
7. lekce Organizace zabývající se výživou obyvatelstva, zákony a vyhlášky			
Doporučené postupy výuky:			
1) Část modulu bude tvořit výklad s ukázkami za použití multimediální techniky a následná diskuse, soustředí se na:			
. Objasnění pojmu metabolismus			
. Popis a funkci trávicího traktu			
. Charakteristiku diferencované stravy pro jednotlivé skupiny strážníků, včetně sestavování jídelních lístků pro jednotlivé skupiny			
. Zásady dietního stravování, jeho účel a charakteristiku jednotlivých diet			
2) Cvičení / součást lekcí / se zaměří na:			
Sestavování vzorových jídelníčků pro jednotlivé skupiny strážníků. Jedná se o diferencovanou stravu i			

dietní

Využití digitálních prostředků: Interaktivní studijní materiály – e-learningové kurzy, digitální učebnice, multimediální prezentace. **Online testování a hodnocení** – využití digitálních kvízů (Kahoot, Quizizz) pro zpětnou vazbu a sebehodnocení. **Praktické aplikace** – softwary pro výpočet nutričních hodnot, sledování stravovacích návyků (MyFitnessPal, Kalorické tabulky). **Virtuální a rozšířená realita (VR/AR)** – vizualizace technologických procesů a postupů při přípravě pokrmů. **Digitální laboratoře a simulace** – interaktivní modely trávení, metabolismu a složení potravin. **Online spolupráce a projektová výuka** – sdílené dokumenty, webináře, diskusní fóra.

Kritéria hodnocení:

Výsledek 1:

- Vysvětlí pojem metabolismus
- Popíše přeměnu jednotlivých látek v lidském organismu
- Vyhledává v tabulkách energetické a biologické hodnoty jednotlivých druhů potravin

Výsledek 2:

- Vysvětlí funkci trávicí soustavy
- Popíše jednotlivé funkce trávicího systému

Výsledek 3:

- Objasní zásady diferencované stravy
- Posoudí přizpůsobení stravy věku, pohlaví, zdravotnímu stavu a tělesné těží
- Vysvětlí rozdíly ve stravování jednotlivých skupin strážníků

Výsledek 4:

- Sestaví vzorové jídelníčky pro jednotlivé skupiny strážníků
- Vypočítá nutriční hodnoty celodenního stravování pro jednotlivé skupiny strážníků

Výsledek 5:

- Vysvětlí pojem léčebná výživa
- Definuje jednotlivé druhy diet
- Sestavuje jídelní lístky na základě získaných vědomostí pro jednotlivá onemocnění

Výsledek 6:

- Objasní alternativní směry ve výživě
- Vysvětlí příčiny poruch přijímání potravy, problematiku léčby

Výsledek 7:

- Vysvětlí vlivy na výživu člověka a výživovou situaci v ČR
- Orientuje se v zákonech a vyhláškách pro zdravou výživu obyvatel
- Vysvětlí základní hygienická opatření, zásady prevence
- Popíše výživová doporučení WHO pro obyvatelstvo ČR

Postupy hodnocení:

- | | |
|--|-----|
| - Průběžné hodnocení vědomostí ústně i písemně | 40% |
| - Aktivitu na cvičeních, seminární práce | 30% |
| - Vědomostní test | 30% |

Doporučená studijní literatura:

Šimončíč, R.: *Výživa*. Praha, Merkur
Clarková, N.: *Sportovní výživa*, Praha, Grada
Jendruchová M.: *Jídlo není nepřítel*, Praha, Grada
Švédová Zuzana.: *Zdravou stravou proti únavě*, Praha, Grada
Gundry S. R.: *Skryté nebezpečí zdravých potravin*, Praha, Grada
Katz, E. S.: *Síla přírodní fermentace*, Praha, Grada
Vollmer, B. J.: *Zdravá střeva, zdravý život*, Praha, Grada
Čihák, R.: *Anatomie 1-3*, Praha, Grada



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: *Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder*
Školní vzdělávací program: *Rekondiční a sportovní masér*
Kód a název oboru vzdělávání: *69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér*
Délka a forma studia: *tříleté denní studium a tříleté dálkové studium*
Stupeň vzdělání: *střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3*
Datum platnosti ŠVP: *od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025*

název předmětu:	Rekondice a regenerace			
ročník:	I.	II.	III.	Celkem
počet hodin:	1	1	1	3

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

Cílem tohoto vzdělávání je vybavit žáky poznatky a dovednostmi potřebnými k předmětu rekondice a rehabilitace, a tak rozvinout a podpořit vědomosti ze základů fyziologie člověka a fyziologie tělesných cvičení i fyzikální terapie. Dále vede žáky ke zdravému způsobu života a celoživotní odpovědnosti za své zdraví i v běžném životě.

Charakteristika učiva

Obsah učiva vychází z oblasti RVP: Předmět rekondice seznamuje žáky se základními vědomostmi nutnými pro vyšetření hybného systému, dále objasňuje využití převážně empirických zkušeností použití působení zevních energií na živý organismus, jejich celkový vývoj a historii až k posledním moderním poznatkům výzkumu v oblasti fyzikální terapie.

Pojetí výuky

Předmět je strukturován do modulů:		Kód	roč.	poč. hod.
1.	Protahovací cvičení, kondiční a posilovací cvičení	RR/RS/M01/1	1	16
2.	Kompenzační a regenerační programy	RR/RS/M02/1	1	16
3.	Diagnostika pohybového aparátu	RR/RS/M03/2	2	16
4.	Dechová cvičení, uvolňovací cvičení - praktická část	RR/RS/M04/2	2	16
5.	Historie FT	RR/RS/M05/3	3	8
6.	Účinky tepla a chladu na organismus-1	RR/RS/M06/3	3	8
7.	Fototerapie, Elektroléčba, Magnetoterapie, Inhalační léčba-1	RR/RS/M07/3	3	8
8.	Mechanoterapie-1	RR/RS/M08/3	3	8

Formy výuky: - Individuální - Skupinová, frontální Metody výuky: - Metody slovní Metody názorně – demonstrační, využití multimediální techniky (internet) při samostatné práci žáků, Metody dovednostně praktické, aktivizující metody. Digitální učební pomůcky -využití interaktivních učebních pomůcek, jako jsou videa, animace a				
--	--	--	--	--

infografiky, může zlepšit pochopení teoretických konceptů

Hodnocení výsledků žáků

- Výuka je vedena k rozvoji samostatnosti, především při vedení hodin rekondičního cvičení kdy žák vede samostatně celou vyučovací jednotku v souladu se základními pravidly z hlediska fyziologie člověka. Vyučovací předmět podporuje a upevňuje v žákovi jeho etické a morální citění, zejména při pomoci svým tělesně postiženým spolužákům. Vede žáka k uvědomění si odpovědnosti za své zdraví a život, připomíná žákovi existenci materiálních a duchovních hodnot.
- Vyučující zohledňuje, používání správné terminologie, samostatnost a plynulost projevu žáka, jeho aktivitu a schopnost aplikovat tyto dovednosti v hodinách. Výsledky učení je nutno kontrolovat průběžně. Každý modul bude hodnocen samostatně a výsledné známky započteny do hodnocení. Hodnocení vyplývá z dílčí klasifikace, sleduje se aktivita žáka při hodinách. Další hodnocení je prováděno na základě písemného opakování jednotlivých učebních celků a jednotlivých témat.

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence:

Komunikativní kompetence: vyjadřovat se přiměřeně k účelu jednání a komunikační situaci v mluvených projevech, vyjadřovat se a vystupovat v souladu se zásadami kultury projevu a chování;

Personální a sociální kompetence: mít odpovědný vztah ke svému zdraví, pečovat o svůj fyzický i duševní rozvoj, být si vědomi důsledku nezdravého životního stylu a závislosti;

Digitální kompetence:

- žáci umí používat aplikace a zařízení (chytré telefony, sportovní hodinky ke sledování a analýze pohybových aktivit
- žáci dokáží interpretovat data – jako je srdeční tep, spálené kalorie, nebo uběhnutá vzdálenost a vyvodit z nich závěry
- žáci si umí sestavit a vizualizovat tréninkový plán pomocí digitálních nástrojů
- žáci jsou schopni vyhledávat výuková videa na platformách

Průřezová témata:

Člověk a svět práce – žák bude schopen vyhledávat aktivně nové informace ze svého oboru, aplikovat získané poznatky, pěstovat kladný vztah k oboru.

Člověk a životní prostředí – žák bude schopen jednat hospodárně, uplatňovat nejen hledisko odborné, ekonomické, ale také ekologické.

Občan v demokratické společnosti - cílevědomé úsilí o dobré znalosti a dovednosti žák, žák bude schopen přijímat odpovědnost za vlastní rozhodování a jednání a vytrvale rozvíjet své odborné dovednosti.

Mezipředmětové vztahy jsou zcela patrné ve vztahu k předmětu somatologie, zdravotní výchova, tělesná výchova, základy fyzioterapie.

Člověk a digitální svět: umí získat vhodné informace touto cestou a využít digitální technologie k zlepšení svého zdraví, kondice, zvýšení výkonnosti a k získání kladného vztahu ke sportu a pohybovým dovednostem. Využívání digitálních nástrojů a platform, jako jsou EDMONDO, GOOGLE, CLASSROOM, MOODLE. Tyto platformy lze využít pro organizaci výuky, sdílení materiálů a zadávání úkolů. Simulace pomocí AI pro modelování lidských funkcí.



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Doporučená literatura

Höflerová, H.: Cviky k uvolnění šíje. 1. vydání Praha -Plzeň: Beta, 2004
Janošková, H., Muchová, M.: Cvičíme na velkém míči. 1. vydání Brno: Computer Press, 2008
Čermák, J., Chválová, O.: Zada už mě nebolí. 4. vydání Praha: Jan Vašut s.r.o., 2008
MUDr. Tichý, M.: Funkční diagnostika pohybového aparátu. 2. vydání Praha: Triton 2000
"Regenerace a sport" od Zdeňka Jirky: Tento text se zaměřuje na různé aspekty regenerace ve sportu, včetně fyziologických a psychologických prostředků.
"Fyziologie tělesné zátěže" od Lenky Havlíčkové: Tento materiál poskytuje hluboký vhled do fyziologických procesů spojených s tělesnou zátěží a regenerací.

PŘEDMĚT		REKONDICE A REGENERACE	
Název modulu:	Protahovací cvičení, kondiční a posilovací cvičení	Kód modulu:	RR/RS/M01/1
Délka modulu:	16 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Nejsou požadovány žádné speciální dovednosti či vzdělání		
Charakteristika modulu:			
Modul seznamuje se základními kompenzačními a regeneračními programy, popisuje cvičební pomůcky a cvičební jednotky. Část modulu je praktická – cvičební jednotky a sauna.			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
Žák: 1. Definuje význam cvičebních programů pro lidské tělo 2. Navrhne optimální postup cvičení 3. Používá vhodné cvičební pomůcky 4. Rozlišuje typy saunování a jejich význam 5. Vysvětlí význam relaxačních cvičení Organizuje cvičební jednotky Umí používat aplikace a zařízení (chytré telefony, tablety, sportovní hodinky ke sledování a analýze pohybových aktivit) - žáci dokáží interpretovat data – jako je srdeční tep, spálené kalorie a vyvodit z nich závěry - žáci jsou schopni vyhledávat výuková videa na platformách - žáci si umí sestavit a vizualizovat tréninkový plán pomocí digitálních nástrojů			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce Kompenzační a regenerační programy 2. lekce Cvičební jednotky – cvičební pomůcky 3. lekce Tyče, švihadla, gummy, gymbaly 4. lekce Relaxační cvičení 5. lekce Saunování – význam, typy 6. lekce Test 1			
Doporučené postupy výuky:			
část modulu budou tvořit výstupy studentů /cvičební jednotky/ - relaxační, kompenzační a regenerační programy.			
Virtuální realita (VR): Použití VR může studentům umožnit simulovat různé rekondiční a regenerační techniky, což může být velmi užitečné pro praktické učení.			
Aplikace pro sledování zdraví: Integrace aplikací jako MyFitnessPal nebo Strava může studentům pomoci sledovat jejich pokrok v oblasti fyzické kondice a regenerace.			
Digitální učební pomůcky: Využití interaktivních učebních pomůcek, jako jsou videa, animace a infografiky, může zlepšit pochopení teoretických konceptů			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1 a 2:			
▪ Vybere vhodné cvičební prvky podle programu ▪ Navrhne a předvede vhodné cvičební jednotky			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Výsledek 3 a 4:

- Vysvětlí význam cvičebních programů
- Charakterizuje cvičební pomůcky a jejich použití

Výsledek 5 a 6:

- Organizuje cvičební jednotky
- Objasní význam saunování a jeho vliv na organismus

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení vědomostí - 20 %
- Průběžné hodnocení cvičení – 20%

Doporučená studijní literatura:

Höflerová, H.: Cviky k uvolnění šíje. 1. vydání Praha -Plzeň: Beta, 2004

Janošková, H., Muchová, M.: Cvičíme na velkém míči. 1. vydání Brno: Computer Press, 2008

Čermák, J., Chválová, O.: Záva uží mě nebolí. 4. vydání Praha: Jan Vašut s.r.o., 2008

MUDr. Tichý, M.: Funkční diagnostika pohybového aparátu. 2. vydání Praha: Triton 2000

"Regenerace a sport" od Zdeňka Jirky: Tento text se zaměřuje na různé aspekty regenerace ve sportu, včetně fyziologických a psychologických prostředků.

"Fyziologie tělesné zátěže" od Lenky Havlíčkové: Tento materiál poskytuje hluboký vhled do fyziologických procesů spojených s tělesnou zátěží a regenerací.

PŘEDMĚT		REKONDICE A REGENERACE	
Název modulu:	Kompenzační a regenerační programy	Kód modulu:	RR/RS/M02/1
Délka modulu:	16 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Splněn modul 1		
Charakteristika modulu:			
Modul seznamuje s testováním, protahováním a správnou diagnostikou svalů. Popisuje vhodná a nevhodná cvičení pro lidský organismus. Část modulu budou tvořit výstupy studentů /cvičební jednotky/.			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
1. Vybere vhodné cviky na protažení jednotlivých svalových skupin 2. Demonstruje cviky na posilování, testování a správné držení těla 3. Navrhne cvičební plán 4. Diagnostikuje zkrácené svaly Umí používat aplikace a zařízení (chytré telefony, tablety, sportovní hodinky ke sledování a analýze pohybových aktivit - žáci dokáží interpretovat data – jako je srdeční tep, spálené kalorie a vyvodit z nich závěry - žáci jsou schopni vyhledávat výuková videa na platformách - žáci si umí sestavit a vizualizovat tréninkový plán pomocí digitálních nástrojů			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce Cvičení k ovlivnění svalových disbalancí vadného držení těla 2. lekce Testování zkrácených svalů 3. lekce Diagnostika zkráceného svalu 4. lekce Protahování zkrácených svalů 5. lekce Vhodná a nevhodná cvičení 6. lekce Nácvik správného držení těla 7. lekce Testování oslabených svalů 8. lekce Posilování oslabených svalů 9. Test 2			
Doporučené postupy výuky:			
Část modulu budou tvořit výstupy studentů /cvičební jednotky/, ukázkové cvičební jednotky – testovací, protahovací, posilovací			
Virtuální realita (VR): Použití VR může studentům umožnit simulovat různé rekondiční a regenerační techniky, což může být velmi užitečné pro praktické učení.			
Aplikace pro sledování zdraví: Integrace aplikací jako MyFitnessPal nebo Strava může studentům pomoci sledovat jejich pokrok v oblasti fyzické kondice a regenerace.			
Digitální učební pomůcky: Využití interaktivních učebních pomůcek, jako jsou videa, animace a infografiky, může zlepšit pochopení teoretických konceptů			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1:			
Vybere vhodné cviky na protažení Navrhne cvičební jednotky podle potřeby lidského org.			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Výsledek 2 a 3:

- Vysvětlí testování a diagnostiku zkrácených svalů
- Vybere vhodné posilovací cviky

Výsledek 4:

- Předvede nácvik správného držení těla

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení vědomostí - 20 %
- Průběžné hodnocení cvičení – 20%

Doporučená studijní literatura:

Höflerová, H.: Cviky k uvolnění šíje. 1. vydání Praha -Plzeň: Beta, 2004

Čermák, J., Chválová, O.: Západa už mě nebolí. 4. vydání Praha: Jan Vašut s.r.o., 2008

MUDr. Tichý, M.: Funkční diagnostika pohybového aparátu. 2. vydání Praha: Triton 2000

"Regenerace a sport" od Zdeňka Jirky: Tento text se zaměřuje na různé aspekty regenerace ve sportu, včetně fyziologických a psychologických prostředků.

"Fyziologie tělesné zátěže" od Lenky Havlíčkové: Tento materiál poskytuje hluboký vhled do fyziologických procesů spojených s tělesnou zátěží a regenerací.

PŘEDMĚT		REKONDICE A REGENERACE	
Název modulu:	Diagnostika pohybového aparátu	Kód modulu:	RR/RS/M03/2
Délka modulu:	16 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Splněn modul 1, 2		
Charakteristika modulu:			
Modul seznamuje s diagnostikou pohybového aparátu, charakterizuje vady a jejich nápravu, svalové dysbalance a pohyby lidského těla.			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
1. Charakterizuje vadné držení těla a jeho nápravu, posoudí stav svalového aparátu a provede cviky k ošetření zkrácených a oslabených svalů 2. Posuzuje hypermobilitu a elasticitu lidského těla 3. Vysvětluje a popisuje vady na lidském těle 4. Definuje pohyby na lidském těle Umí používat aplikace a zařízení (chytré telefony, tablety, sportovní hodinky ke sledování a analýze pohybových aktivit - žáci dokáží interpretovat data – jako je srdeční tep, spálené kalorie a vyvodit z nich závěry - žáci jsou schopni vyhledávat výuková videa na platformách - žáci si umí sestavit a vizualizovat tréninkový plán pomocí digitálních nástrojů			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce Diagnostika pohybového aparátu 2. lekce Skoliózy páteře, vadné držení těla, svalová dysbalance 3. lekce Posouzení hypermobility a elasticity 4. lekce Klenba nohy 5. lekce Šikmost pánve, nutace, klopení 6. lekce Pohyby – lopatky, ramenního kloubu, předloktí, zápěstí, ruky, palce, kyčelního kloubu, kolene, kotníku 7. lekce Test 3			
Doporučené postupy výuky:			
část modulu budou tvořit výstupy studentů /cvičební jednotky/, ukázkové cvičební jednotky – diagnostické			
Virtuální realita (VR): Použití VR může studentům umožnit simulovat různé rekondiční a regenerační techniky, což může být velmi užitečné pro praktické učení.			
Aplikace pro sledování zdraví: Integrace aplikací jako MyFitnessPal může studentům pomoci sledovat jejich pokrok v oblasti fyzické kondice a regenerace.			
Digitální učební pomůcky: Využití interaktivních učebních pomůcek, jako jsou videa, animace a infografiky, může zlepšit pochopení teoretických konceptů			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1:			
▪ Popíše vadné držení těla a jeho nápravu ▪ Posoudí hypermobilitu a elasticitu lidského těla			
Výsledek 2 a 3:			
▪ Vybere vhodné cviky a předvede je			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Popíše pohyby lidského těla a jeho vady
- Výsledek 4:**
- Charakterizuje svalové dysbalance a jejich nápravu

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení vědomostí - 20 %
- Průběžné hodnocení cvičení – 20%

Doporučená studijní literatura:

Höflerová, H.: Cviky k uvolnění šíje. 1. vydání Praha -Plzeň: Beta, 2004
Čermák, J., Chválková, O.: Západa už mě nebolí. 4. vydání Praha: Jan Vašut s.r.o., 2008
MUDr. Tichý, M.: Funkční diagnostika pohybového aparátu. 2. vydání Praha: Triton 2000 "**Regenerace a sport**" od Zdeňka Jirky: Tento text se zaměřuje na různé aspekty regenerace ve sportu, včetně fyziologických a psychologických prostředků.
"Fyziologie tělesné zátěže" od Lenky Havlíčkové: Tento materiál poskytuje hluboký vhled do fyziologických procesů spojených s tělesnou zátěží a regenerací.



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		REKONDICE A REGENERACE	
Název modulu:	Dechová cvičení, uvolňovací cvičení - praktická část	Kód modulu:	RR/RS/M04/2
Délka modulu:	16 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Splněn modul 1,2,3		
Charakteristika modulu: Modul popisuje dechová a uvolňovací cvičení. Soustřeďuje se na výstupy studentů / skladba a vedení hodiny /, cvičební jednotky.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: 1. Vysvětluje a popisuje dechová cvičení 2. Demonstruje vhodné uvolňovací cvičení 3. Pojmenuje a demonstruje cviky/názvosloví/ 4. Organizuje cvičební jednotku rekondičního a rehabilitačního cvičení Umí používat aplikace a zařízení (chytré telefony, tablety, sportovní hodinky ke sledování a analýze pohybových aktivit - žáci dokáží interpretovat data – jako je srdeční tep, spálené kalorie a vyvodit z nich závěry - žáci jsou schopni vyhledávat výuková videa na platformách - žáci si umí sestavit a vizualizovat tréninkový plán pomocí digitálních nástrojů			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí: 1. lekce Dechová cvičení 2. lekce Návětr správného dýchání 3. lekce Uvolňovací cvičení kloubů 4. lekce Uvolňovací cvičení – horní část trupu 5. lekce Uvolňovací cvičení – dolní část trupu 6. lekce Názvosloví cviků 7. lekce Skladba a vedení hodiny rekondičního a rehabilitačního cvičení Test 4			
Doporučené postupy výuky: část modulu budou tvořit výstupy studentů /cvičební jednotky/, ukázkové cvičební jednotky – uvolňovací, návětr dýchání Virtuální realita (VR): Použití VR může studentům umožnit simulovat různé rekondiční a regenerační techniky, což může být velmi užitečné pro praktické učení. Aplikace pro sledování zdraví: Integrace aplikací jako MyFitnessPal může studentům pomoci sledovat jejich pokrok v oblasti fyzické kondice a regenerace. Digitální učební pomůcky: Využití interaktivních učebních pomůcek, jako jsou videa, animace a infografiky, může zlepšit pochopení teoretických konceptů			
Kritéria hodnocení: Výsledek 1: ▪ Popíše dechová cvičení ▪ Vybere vhodné uvolňovací cvičení Výsledek 2 a 3:			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Předvede cviky a popíše je
- Organizuje cvičební jednotku a provede její rozbor

Výsledek 4:

- Provede kritiku nesprávného cvičení u ostatních studentů

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení vědomostí - 20 %
- Průběžné hodnocení cvičení – 20%

Doporučená studijní literatura:

Höflerová, H.: Cviky k uvolnění šíje. 1. vydání Praha -Plzeň: Beta, 2004

Čermák, J., Chválová, O.: Závažná ušlechtilost. 4. vydání Praha: Jan Vašut s.r.o., 2008

MUDr. Tichý, M.: Funkční diagnostika pohybového aparátu. 2. vydání Praha: Triton 2000

"Regenerace a sport" od Zdeňka Jirky: Tento text se zaměřuje na různé aspekty regenerace ve sportu, včetně fyziologických a psychologických prostředků.

"Fyziologie tělesné zátěže" od Lenky Havlíčkové: Tento materiál poskytuje hluboký vhled do fyziologických procesů spojených s tělesnou zátěží a regenerací.



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		REKONDICE – REGENERACE	
Název modulu:	Historie fyziatrie	Kód modulu:	RR/RS/M05/3
Délka modulu:	8 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Nejsou požadovány žádné speciální dovednosti či vzdělání		
Charakteristika modulu:			
Modul popisuje základní zásady, kvantifikaci, frekvenci FT. Vysvětluje mechanismy působení a reakce organismu na FT.			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
Žák:			
1. Vysvětluje zásady aplikace FT a zásady bezpečnosti			
2. Charakterizuje účinky a obecné indikace FT			
3. Porovnává fyzikální léčebné prostředky			
4. Vysvětluje mechanismy působení F procedur			
5. Uvádí znaky problematiky FT			
Umí používat aplikace a zařízení (chytré telefony, tablety, sportovní hodinky ke sledování a analýze pohybových aktivit			
- žáci dokáží interpretovat data – jako je srdeční tep, spálené kalorie a vyvodit z nich závěry			
- žáci jsou schopni vyhledávat výuková videa na platformách			
- žáci si umí sestavit a vizualizovat tréninkový plán pomocí digitálních nástrojů			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce Historie FT			
2. lekce Obecné zásady aplikace FT			
3. lekce Zásady bezpečnosti při aplikaci FT			
4. lekce Účinky a obecné indikace FT			
5. lekce Problematika FT			
6. lekce Fyzikální léčebné prostředky			
7. lekce Mechanismy působení F procedur			
8. lekce Test 1			
Doporučené postupy výuky:			
Část modulu bude tvořit výklad s ukázkami za použití multimediální techniky a následná diskuse, soustředí se na: Obecné zásady aplikace FT, zásady bezpečnosti při aplikaci FT, účinky a obecné indikace FT, mechanismy působení F procedur.			
Virtuální realita (VR): Použití VR může studentům umožnit simulovat různé rekondiční a regenerační techniky, což může být velmi užitečné pro praktické učení.			
Aplikace pro sledování zdraví: Integrace aplikací jako MyFitnessPal nebo Strava může studentům pomoci sledovat jejich pokrok v oblasti fyzické kondice a regenerace.			
Digitální učební pomůcky: Využití interaktivních učebních pomůcek, jako jsou videa, animace a infografiky, může zlepšit pochopení teoretických konceptů			
Kritéria hodnocení:			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Výsledek 1:

- Vybere nejdůležitější historické osobnosti FT
- Pojmenuje obecné zásady aplikace FT

Výsledek 2:

- Vysvětlí zásady bezpečnosti při aplikaci FT
- Charakterizuje problematiku FT

Výsledek 3 a 4:

- Rozlišuje různé fyzikální léčebné prostředky
- Vysvětlí účinky a obecné indikace FT

Výsledek 5:

- Porovná působení F procedur

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení vědomostí - 40 %

Doporučená studijní literatura:

Capko, J.: Základy fyziatrické léčby. 1. vydání Praha:Grada, 1998

"**Regenerace a sport**" od Zdeňka Jirky: Tento text se zaměřuje na různé aspekty regenerace ve sportu, včetně fyziologických a psychologických prostředků.

"**Fyziologie tělesné zátěže**" od Lenky Havlíčkové: Tento materiál poskytuje hluboký vhled do fyziologických procesů spojených s tělesnou zátěží a regenerací.

PŘEDMĚT		REKONDICE – REGENERACE	
Název modulu:	Účinky tepla a chladu na organismus-1	Kód modulu:	RR/RS/M06/3
Délka modulu:	8 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Splněn modul 1		
Charakteristika modulu: Modul popisuje účinky tepla a chladu na organismus a specifikuje různé druhy FT. Porovnává vliv různých teplot a procedur na lidský organismus.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: 1. Srovnává vliv různých teplot na organismus 2. Definuje základní pojmy – termoterapie, hydroterapie, saunování, Skotské stříky, kryoterapie 3. Vysvětluje význam obkladů a zábalů 4. Srovnává vliv teploty vody na organismus při koupelích Umí používat aplikace a zařízení (chytré telefony, tablety, sportovní hodinky ke sledování a analýze pohybových aktivit - žáci dokáží interpretovat data – jako je srdeční tep, spálené kalorie a vyvodit z nich závěry - žáci jsou schopni vyhledávat výuková videa na platformách - žáci si umí sestavit a vizualizovat tréninkový plán pomocí digitálních nástrojů			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí: 1. lekce Účinky tepla a chladu na organismus 2. lekce Základní pojmy 3. lekce Funkce slupky a jádra v lidském organismu 4. lekce Koupele 5. lekce Vodoléčebné procedury 6. lekce Saunování, Skotské stříky, Kryoterapie, obklady, zábaly 7. lekce Test 2			
Doporučené postupy výuky: Část modulu bude tvořit výklad s ukázkami za použití multimediální techniky a následná diskuse, soustředí se na: základní pojmy a funkce procedur a terapií a jejich vliv na lidský organismus. Virtuální realita (VR): Použití VR může studentům umožnit simulovat různé rekondiční a regenerační techniky, což může být velmi užitečné pro praktické učení. Aplikace pro sledování zdraví: Integrace aplikací jako MyFitnessPal nebo Strava může studentům pomoci sledovat jejich pokrok v oblasti fyzické kondice a regenerace. Digitální učební pomůcky: Využití interaktivních učebních pomůcek, jako jsou videa, animace a infografiky, může zlepšit pochopení teoretických konceptů			
Kritéria hodnocení: Výsledek 1: ▪ Vyjmenuje druhy obkladů a zábalů a popíše jejich význam ▪ Vysvětlí význam slupky a jádra v lidském organismu Výsledek 2 a 3: ▪ Uvede různé vodoléčebné procedury a rozdíly mezi nimi			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Charakterizuje koupele a rozdělí je podle teplot
- Výsledek 4:**
- Popíše základní pojmy termoterapie, hydroterapie
 - Srovná druhy saunování

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení vědomostí - 40 %

Doporučená studijní literatura:

Capko, J.: Základy fyziatrické léčby. 1. vydání Praha:Grada, 1998

"Regenerace a sport" od Zdeňka Jirky: Tento text se zaměřuje na různé aspekty regenerace ve sportu, včetně fyziologických a psychologických prostředků.

"Fyziologie tělesné zátěže" od Lenky Havlíčkové: Tento materiál poskytuje hluboký vhled do fyziologických procesů spojených s tělesnou zátěží a regenerací.



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		REKONDICE – REGENERACE	
Název modulu:	Fototerapie, Elektroléčba, Magnetoterapie, Inhalační léčba-1	Kód modulu:	RR/RS/M07/3
Délka modulu:	8 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Splnění modul 1, 2		
Charakteristika modulu:			
Modul seznamuje s různými druhy terapií – fototerapie, magnetoterapie, impulzoterapie, galvanoterapie. Popisuje druhy inhalační léčby.			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
1. Srovnává účinnost různých terapií 2. Vysvětluje a popisuje druhy elektroléčby 3. Objasňuje postupy při inhalační léčbě a rozlišuje druhy léčby 4. Vybírá vhodný léčebný postup / terapii / Umí používat aplikace a zařízení (chytré telefony, tablety, sportovní hodinky ke sledování a analýze pohybových aktivit - žáci dokáží interpretovat data – jako je srdeční tep, spálené kalorie a vyvodit z nich závěry - žáci jsou schopni vyhledávat výuková videa na platformách - žáci si umí sestavit a vizualizovat tréninkový plán pomocí digitálních nástrojů			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce Fototerapie – účinnost, infračervené a ultrafialové záření, Biotronová lampa, laser 2. lekce Elektroléčba – impulzoterapie, galvanoterapie 3. lekce Magnetoterapie, kombinované terapie 4. lekce Inhalační léčba – pneumatické, aerodisperziodů, elektroinhalace 5. lekce Test 3			
Doporučené postupy výuky:			
Část modulu bude tvořit výklad s ukázkami za použití multimediální techniky a následná diskuse, soustředí se na: srovnání účinnosti a vhodnosti terapií (fototerapie, elektroléčba, magnetoterapie, inhalační léčba).			
Virtuální realita (VR): Použití VR může studentům umožnit simulovat různé rekondiční a regenerační techniky, což může být velmi užitečné pro praktické učení.			
Aplikace pro sledování zdraví: Integrace aplikací jako MyFitnessPal nebo Strava může studentům pomoci sledovat jejich pokrok v oblasti fyzické kondice a regenerace.			
Digitální učební pomůcky: Využití interaktivních učebních pomůcek, jako jsou videa, animace a infografiky, může zlepšit pochopení teoretických konceptů			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1:			
▪ Vyjmenuje rozdělení, účinnost terapií ▪ Přiřadí vhodný léčebný postup / terapii /			
Výsledek 2:			
▪ Uvede příklady kombinované terapie			
Výsledek 3:			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Popíše terapie a použití na příkladech

Výsledek 4:

- Charakterizuje výsledky léčby

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení vědomostí - 40 %

Doporučená studijní literatura:

Capko, J.: Základy fyziatrické léčby. 1. vydání Praha: Grada, 1998

"**Regenerace a sport**" od Zdeňka Jirky: Tento text se zaměřuje na různé aspekty regenerace ve sportu, včetně fyziologických a psychologických prostředků.

"**Fyziologie tělesné zátěže**" od Lenky Havlíčkové: Tento materiál poskytuje hluboký vhled do fyziologických procesů spojených s tělesnou zátěží a regenerací.

PŘEDMĚT		REKONDICE – REGENERACE	
Název modulu:	Mechanoterapie-1	Kód modulu:	RR/RS/M08/3
Délka modulu:	8	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Splněn modul 1, 2, 3		
Charakteristika modulu:			
Modul popisuje rozdělení, význam a účinek mechanoterapie. Popisuje a doporučuje různé druhy ruční a přístrojové masáže.			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
1. Definuje rozdělení, druhy a účinky mechanoterapie 2. Vybírá vhodná zařízení pro trakci a extenzi 3. Porovnává různé druhy ruční masáže 4. Vysvětluje účinky přístrojové masáže 5. Uvádí účinky, formy a rozdělení ultrazvuku 6. Vysvětluje význam muzikoterapie na lidský organismus Umí používat aplikace a zařízení (chytré telefony, tablety, sportovní hodinky ke sledování a analýze pohybových aktivit) - žáci dokáží interpretovat data – jako je srdeční tep, spálené kalorie a vyvodit z nich závěry - žáci jsou schopni vyhledávat výuková videa na platformách - žáci si umí sestavit a vizualizovat tréninkový plán pomocí digitálních nástrojů			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. lekce Mechanoterapie 2. lekce Trakce, extenze 3. lekce Ruční a přístrojová masáž 4. lekce Ultrazvuk 5. lekce Muzikoterapie 6. lekce Test 4			
Doporučené postupy výuky:			
Část modulu bude tvořit výklad s ukázkami za použití multimediální techniky a následná diskuse / přístroje na masáž, fixační zařízení /, soustředí se na: různé druhy masáží a jejich použití v praxi.			
Virtuální realita (VR): Použití VR může studentům umožnit simulovat různé rekondiční a regenerační techniky, což může být velmi užitečné pro praktické učení.			
Aplikace pro sledování zdraví: Integrace aplikací jako MyFitnessPal nebo Strava může studentům pomoci sledovat jejich pokrok v oblasti fyzické kondice a regenerace.			
Digitální učební pomůcky: Využití interaktivních učebních pomůcek, jako jsou videa, animace a infografiky, může zlepšit pochopení teoretických konceptů			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1 a 2:			
Vyjmenuje různé druhy fixačních zařízení Charakterizuje přístroje na masáž			
Výsledek 3 a 4:			
Uvede a doporučí ruční masáž			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Vybere vhodný přístroj na polohování

Výsledek 5 a 6:

- Popíše svalové dysbalance
- Vysvětlí význam muzikoterapie

Postupy hodnocení:

- Vědomostní test - 40 %
- Aktivita na hodinách - 20 %
- Průběžné hodnocení vědomostí - 40 %

Doporučená studijní literatura:

Capko, J.: Základy fyziatrické léčby. 1. vydání Praha:Grada, 1998

"**Regenerace a sport**" od Zdeňka Jirky: Tento text se zaměřuje na různé aspekty regenerace ve sportu, včetně fyziologických a psychologických prostředků.

"**Fyziologie tělesné zátěže**" od Lenky Havlíčkové: Tento materiál poskytuje hluboký vhled do fyziologických procesů spojených s tělesnou zátěží a regenerací.

název předmětu:	Psychologie ve službách			
ročník:	I.	II.	III.	Celkem
počet hodin:	1	-	-	1

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

Vyučování psychologii jako všeobecně vzdělávacímu předmětu má hlavní cíle spočívající v tom, že žáci mají:

- dosáhnout osvojení psychologických poznatků ve stanoveném rozsahu,
- porozumět zavedeným a prezentovaným psycholog. pojmům, kategoriím a zákonitostem i vztahům mezi nimi,
- pochopit podstatu psychologického výkladu lidské činnosti i jiných individuálních a sociálních jevů,
- uplatňovat psychologické poznatky v nejrůznějších praktických souvislostech

Charakteristika učiva

Psychologie je povinným všeobecně vzdělávacím vyučovacím předmětem. Žáci se v něm seznamují se základními psychologickými poznatky, které mají mnohostranné vztahy k jejich poznávání a k jejich činnosti.

Objektivní poznatky o zákonitostech lidské psychiky, o psychologických kategoriích a jevech přispívají především k překonávání rozmanitých idealistických názorů, pověr a předsudků. Dále usnadňují žákům poznávání lidí a interpersonální styk, neboť pozdvihují laické lidoznavství, opírající se o zjednodušené soudy a postřehy, na úroveň objektivního věcného poznání chování lidí i způsobů, jak s lidmi jednat. Osvojené poznatky rovněž přispívají k pochopení psychologických příčin, souvislostí a důsledků pracovní činnosti žáků, inspirují je k sebehodnocení, sebekontrolě, sebevzdělávání a péči o mentální hygienu.

Pojetí výuky

Předmět je strukturován do modulů:		kód	ročník	poč. hod.
1.	Úvod do psychologie	RS/PvS/M01/1	1	16
2.	Psychické procesy a stavy	RS/PvS/M02/1	1	16
Formy výuky: - Frontální vyučování - Skupinová, individuální Metody výuky: - Část bude tvořit výklad podporovaný ukázkami za použití multimediální techniky - Metody heuristického charakteru-řízená diskuze se žáky				

Hodnocení výsledků žáků



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Po dokončení modulů bude následovat písemný test nebo ústní prezentace znalostí.
- Žáci budou také hodnoceni za vypracování samostatného úkolu a jeho prezentaci, za aktivitu v hodinách.
- Vyučující zohledňuje úroveň odborných vědomostí, používání správné terminologie, samostatnost a plynulost projevu žáka, jeho aktivitu a schopnost aplikovat tyto vědomosti v odborných předmětech. Výsledky učení je nutno kontrolovat průběžně, zohledňovat žáky se specifickými poruchami učení.

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence:

Kompetence k učení

Komunikativní kompetence

Vyučování psychologie by v žádném případě nemělo být nasměrováno pouze na výklad naukového systému psychologie, jeho kategorií a pojmů. Neustále je třeba zdůrazňovat aplikovatelnost zprostředkovaných poznatků v praxi. Vhodným východiskem pro vytváření náležité motivace žáků při probírání učiva je proto využívání jejich dosavadních společenských i pracovních zkušeností. Tímto způsobem lze také účinně přispívat k tomu, aby žáci přijímali prezentované poznatky jako svou věc a aby je využívali při utváření žádoucích sociálních, pracovních i soukromých životních návyků.

Digitální kompetence - využití online digitálního prostředí. Žák používá aplikace (např. YouTube) k vyhledávání videí s modelovými situacemi založenými na komunikaci a přístupu s klienty. Žák se zaměří na psychologický přístup. Využitím neprofesionálních záběrů v online prostředí se žák zaměří na případné chyby v komunikaci a přístupu, naučí se rozlišit realitu od virtuálního prostředí. Využívání odborných psychologických internetových zdrojů během výuky rozvíjí žákovy schopnosti vyhledávat a ověřovat informace v online prostředí, využít lze digitální učebnice, obrázky nebo odborné články. Zapojením AI chatbotů ve výuce lze nasimulovat modelové situace (např. komunikaci s pacientem). Žák rozvíjí kritické myšlení a učí se chybou pomoci svých odpovědí, na které chatbot reaguje. Žáci mohou používat aplikace a online platformy podporující duševní zdraví (např. Nepanikař), tyto nástroje umožní monitorovat jeho duševní zdraví, jsou prevencí i intervencí při psychických obtížích. Využití vlastních digitálních prostředků – žáci mohou sami nahrávat edukativní videa.

Průřezová témata:

Člověk a svět práce – žák bude schopen vyhledávat aktivně nové informace ze svého oboru, aplikovat získané poznatky, pěstovat kladný vztah k oboru.

Občan v demokratické společnosti - cílevědomé úsilí o dobré znalosti a dovednosti studenta, student bude schopen přijímat odpovědnost za vlastní rozhodování a jednání a vytrvale rozvíjet své odborné dovednosti.

Člověk a digitální svět – žák využije digitální nástroje a online platformy k získávání znalostí, práci s relevantními zdroji, vyhledávání informací. Získá aktuální informace ze svého oboru v propojení s psychologií. Vyzkouší si modelové situace pomocí simulace AI.

Doporučená literatura

Doc. PhDr. Eva Bedrnová, CSc., Mgr. Daniela Pauknerová Psychologie obsluhy a služeb



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		PSYCHOLOGIE VE SLUŽBÁCH	
Název modulu:	Úvod do psychologie	Kód modulu:	RS/PvS/M01/1
Délka modulu:	16 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Úvodní modul-nejsou požadovány žádné speciální dovednosti, či vědomosti		
Charakteristika modulu: Modul seznamuje žáky se základními pojmy psychologie, psychika, vědomí, nevědomí, biologický a společenský základ psychiky, vysvětluje vývojovou psychologii a příčiny vývojových vad.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: Žák: 1. Definuje pojem psychologie a rozlišuje jednotlivá psychologická odvětví -vývojová psychologie 2. Definuje pojmy psychika, vědomí, nevědomí a rozlišuje je 3. Rozumí pojmům - společenský základ psychiky 4. Vysvětlí příčiny vývojových poruch			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí: 1. lekce Úvod do psychologie 2. lekce Biologický a společenský základ psychiky 3. lekce Vývojová psychologie a příčiny vývojových vad			
Doporučené postupy výuky: Frontální vyučování, prezentace, diskuze, využití digitálních prostředků (internetový prohlížeč, videoknihovna, AI, MS Word, mobilní aplikace zaměřené na oblast psychologie) Využíváme jak moderní tak i klasické metody výuky			
Kritéria hodnocení: Výsledek 1: ▪ Vysvětlí pojem psychologie ▪ Vyjmenuje psychologické odvětví Výsledek 2: ▪ Vysvětlí jednotlivé pojmy /psychika, vědomí a nevědomí/ ▪ Rozliší jednotlivé pojmy Výsledek 3: ▪ Vysvětlí pojem společenský základ psychiky			
Postupy hodnocení: - Vědomostní test - 40 % - Aktivita na hodinách - 20 % - Průběžné hodnocení – ústní, písemné – 40%			
Doporučená studijní literatura: Doc. PhDr. Eva Bedrnová, CSc., Mgr. Daniela Pauknerová Psychologie obsluhy a služeb			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		PSYCHOLOGIE VE SLUŽBÁCH	
Název modulu:	Psychické procesy a stavy	Kód modulu:	RS/PvS/M02/1
Délka modulu:	16 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Teoretický
Vstupní předpoklady:	Splněn modul RS/PvS/ M/01/1		
Charakteristika modulu: Definuje pojmy čítí, vnímání, paměť, představy a fantazie, myšlení a řeč, pozornost, volní procesy a faktory ovlivňující pozornost a pojem determinace CNS.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: Žák: 1. Popisuje CNS 2. Rozumí jednotlivým pojmům z oblasti psychických stavů a procesů			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí: 1. lekce Centrální nervová soustava 2. lekce Psychické procesy a stavy			
Doporučené postupy výuky: Frontální vyučování, prezentace, diskuze, využití digitálních prostředků (internetový prohlížeč, videoknihovna, AI, MS Word, mobilní aplikace zaměřené na oblast psychologie) Využíváme jak moderní tak i klasické metody výuky			
Kritéria hodnocení: Výsledek 1: ▪ Vysvětlí pojmy – determinace a pojem CNS Výsledek 2: ▪ Vysvětlí pojmy čítí, vnímání, paměť, představy a fantazie, myšlení a řeč, pozornost, volní procesy a faktory ovlivňující pozornost			
postupy hodnocení: - Vědomostní test - 40 % - Aktivita na hodinách - 20 % - Průběžné hodnocení – ústní, písemné – 40%			
Doporučená studijní literatura: Doc. PhDr. Eva Bedrnová, CSc., Mgr. Daniela Pauknerová Psychologie obsluhy a služeb			

název předmětu:	Profesní komunikace			
ročník:	I.	II.	III.	Celkem
počet hodin:	0	1	1	2

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

Předmět má žákům poskytnout základní poznatky o lidské osobnosti a komunikaci mezi lidmi v aplikaci na podmínky v oblasti masérských, rekondičních a regeneračních služeb. Tato oblast je náročná na jednání s lidmi, a proto je třeba zvládnout profesní postoje, komunikaci s klienty a utváření pocitu jejich spokojenosti.

Obecným cílem předmětu je rozvíjet komunikační kompetence, které slouží k rozvoji profesních činností v oblasti společenské, obchodně-podnikatelské, administrativní i sociální. Při rozvíjení sociálně komunikativních kompetencí se uplatňuje psychologické aspekty komunikace a společenská etiketa.

Z hlediska efektivních cílů výuka směřuje k posílení samostatnosti, svědomitosti a přesnosti při práci v dalším zaměstnání.

Charakteristika učiva

V prvním modulu Komunikace ve službách jsou žáci vedeni k profesnímu vystupování, seznámení se s řešením problémových situací v kontaktu se zákazníky. Učivo se zaměřuje na tematické celky, jako je osobnost maséra, verbální a neverbální komunikace, společenské chování, asertivita, typy klientů, zvládání stresových situací.

Druhý modul Písemná komunikace zahrnuje seznámení se s kancelářskou technikou a s osobním počítačem, nácvik desetiprstové hmatové metody na klávesnici počítače. Žáci se také seznámí se základními písemnostmi v oblasti regenerace a rekondice.

Oblast písemné komunikace zahrnuje především vyhotovování dokumentů obchodního styku, vedení kartotéky klientů, vyhotovování ceníků nabízených masérských služeb a dalších písemných forem profesní komunikace.

Obsah učiva vychází z oblasti RVP – Profesní komunikace.

Pojetí výuky

Předmět je strukturován do modulů:		Kód	roč.	poč. hod.
1.	Komunikace ve službách	RS/PK/M01/2	2	32 hod.
2.	Písemná komunikace	RS/PK/M02/3	3	32 hod.

Formy výuky:

- Při výuce je používána forma výkladu, diskuse, týmové práce, modelové situace.
- Ve druhém modulu probíhá výuka v učebnách výpočetní techniky s připojením k Internetu.. Žáci procvičují přesnost a rychlost pomocí výukového softwaru a MS Wordu. Jsou používána cvičení na zvyšování přesnosti neustálým opakováním.
- Při psaní písemností převažuje samostatná práce studentů. Do výuky je zařazena i skupinová

práce, např. zpracování propagačních písemností.

- Žáci/žákyně jsou vedeni k praktickému využívání osvojených poznatků, řešení konkrétních úkolů z praxe.

Metody výuky:

- Základní metodou výuky je frontální způsob.
- Důraz kladen na vstřícný přístup studentů, míru samostatnosti při plnění úkolů, dostatečnou rychlost při jednotlivých typech úloh, správnost řešení, schopnost objektivně argumentovat a obhájit svůj názor.
- Součástí metod výuky je samostatné studium odborné literatury, získávání dovedností a návyků, vyhledávání a účelné zpracování informací z odborné literatury, tisku nebo vyhledávání odborných informací v síti Internetu.

Hodnocení výsledků žáků

- Žáci jsou hodnoceni za ústní i písemný projev.
- Důraz je kladen na pečlivost, na věcnou a formální správnost a na dodržování jazykových a stylistických norem. Jednotlivé písemnosti si žáci zakládají do své složky.
- Při celkové klasifikaci je významně zohledňován aktivní a samostatný přístup k výuce.
- U skupinové práce je hodnocena pečlivost, originalita, možnost využití v praxi.

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence:

Komunikativní kompetence – žáci formulují jasně a srozumitelně své myšlenky v ústní i písemné podobě – přehledně a jazykově správně, při zpracování písemností dodržují jazykové a stylistické normy a odbornou terminologii.

Kompetence k pracovnímu uplatnění – osvojí si základní vědomosti a dovednosti potřebné pro rozvoj vlastních podnikatelských aktivit, umí vhodně písemně komunikovat s potenciálními zaměstnavateli a obchodními partnery.

Digitální kompetence – žáci ovládají sadu digitálních zařízení, aplikací a služeb potřebnou pro komunikaci v osobním i profesním životě, jako například e-mail nebo sociální sítě. Jsou schopni získat relevantní data a informace, které vyhodnocují, editují a dále využívají. Žáci ze získaných informací a vlastních zkušeností vytvářejí vlastní relevantní obsah v různých formátech.

Průřezová témata:

Občan v demokratické společnosti – žáci dovedou jednat s lidmi a hledat kompromisní řešení, umí odolávat myšlenkové manipulaci a optimálně využívají masová média pro své potřeby.

Člověk a svět práce – žáci budou schopni podle svých možností uplatnit získané poznatky v budoucím zaměstnání, budou schopni zpracovávat obchodní písemnosti a vhodně komunikovat s okolím.

Člověk a digitální svět – tato téma prolíná celým učivem předmětu Profesionální komunikace. Komunikační technologie žáci prakticky využívají při výuce.

Doporučená literatura

Janáčková, L.: Praktická komunikace pro každý den, Grada, 1. vydání, Praha 2009
Flandera, S.: Klasické masáže, Poznání, 1. vydání, Praha 2005

PŘEDMĚT		PROFESNÍ KOMUNIKACE	
Název modulu:	Komunikace ve službách	Kód modulu:	RS/PK/M01/2
Délka modulu:	32 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Ukončen předmět Psychologie ve službách		
Charakteristika modulu: Žáci se seznamují s významem a způsoby komunikace ve službách. Jsou vedeni k uplatňování zásad společenského chování, profesního jednání a ke kultivovanému vystupování v přímém osobním styku s klienty, obchodními partnery a spolupracovníky. Učí se chápat význam komunikace a práce z hlediska společenského a osobního rozvoje. Postupně se učí řešit problémové situace vzniklé v kontaktu s klienty a obchodními partnery. Pozornost se věnuje na osvojení komunikačních dovedností nutných pro práci v masérských, rekondičních a regeneračních službách. Modul na úzkou návaznost na předmět komunikace v cizím jazyce.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: Žák: 1. používá základní pravidla slušného chování v mezilidských vztazích, chápe význam informací a komunikace pro podnikání ve službách, 2. popíše proces ústní komunikace mezi lidmi, rozlišuje formy a metody komunikace, vhodně uplatňuje prostředky verbální i neverbální komunikace, 3. používá základní asertivní techniky, 4. vyjmenuje a charakterizuje základní požadavky, které jsou kladeny na pracovníky v oblasti regenerace a rekondice, kultivovaně se vyjadřuje a komunikuje v českém i cizím jazyce, vytvoří fráze pro komunikaci s klientem dle modelových situací, 5. rozliší typy klientů a předvede vhodnou reakci na jejich chování, řeší různé interpersonální situace včetně konfliktů, vysvětlí pojem stres a jak předcházet stresovým situacím, ke klientům přistupuje kultivovaně a profesionálně, 6. vyjmenuje cílové skupiny zákazníků, vysvětlí význam podpory prodeje, stanoví způsob propagace produktu či služby, kalkuluje cenu poskytovaných služeb, kalkuluje spotřebu a prodejní cenu nabízených přípravků, vytvoří ceník nabízených masérských služeb.			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí: 1. lekce Pravidla společenského chování – Pravidla slušného chování, mezilidské vztahy, etika a etiketa, životní styl 2. lekce Komunikace - verbální a neverbální komunikace, odborné a všeobecné dovednosti maséra, slovní projev a pozorovací schopnosti 3. lekce Základy asertivní komunikace jako strategie jednání 4. lekce Profesní vystupování a chování pracovníků v masérských, rekondičních a regeneračních službách, včetně komunikace v cizím jazyce 5. lekce Řešení obvyklých a zvláštních situací, typy klientů, zvládání stresu 6. lekce Prodejní a marketingové dovednosti, cílové skupiny zákazníků, podpora prodeje, kalkulace, marketingová komunikace			
Doporučené postupy výuky: Hlavní část modulu tvoří výklad, doplněný praktickými ukázkami. Další část modulu tvoří promítání názorných ukázek s využitím audiovizuální techniky, předvádění různých modelových situací.			

Kritéria hodnocení:

Výsledek 1:

- Jaká jsou hlavní pravidla společenského chování?
- Definuj pojmy komunikace, etika a etiketa, životní styl.

Výsledek 2:

- Vysvětli rozdíl mezi verbální a neverbální komunikací.
- Vyjmenuj a názorně předveď základní techniky neverbální komunikace.

Výsledek 3:

- Vysvětli pojmy asertivita, manipulace, pasivní jednání, agresivní jednání, asertivní jednání.
- Popiš základní asertivní techniky a dovednosti.

Výsledek 4:

- Vyjmenuj a charakterizuj základní požadavky, které jsou kladeny na pracovníky v oblasti poskytování masérských služeb.
- Předveď komunikaci s klientem dle vybrané modelové situace v českém a cizím jazyce.

Výsledek 5:

- Vyjmenuj jednotlivé typy klientů a názorně předveď vhodnou reakci na jejich chování.
- Vysvětli, jak můžeme předcházet konfliktním situacím.
- Definuj pojem stres a vysvětli, jak lze vhodně předcházet stresovým situacím.

Výsledek 6:

- Vyjmenuje cílové skupiny zákazníků a vysvětli význam podpory prodeje.
- Předveď kalkulaci spotřeby a prodejní cenu nabízených přípravků a ceny poskytovaných služeb. Na jejím základě vytvoř ceník nabízených masérských, rekondičních a regeneračních služeb.

Postupy hodnocení:

Závěrečné známka má následující váhy:

- | | |
|---|------|
| - Písemný test založený na výběru a doplňování správných odpovědí | 40 % |
| - Vypracovaný ceník masérských, rekondičních a regeneračních služeb | 30 % |
| - Aktivita při vyučování, diskusích a skupinové práci | 30 % |

Doporučená studijní literatura:

Janáčková, L.: Praktická komunikace pro každý den, Grada, 1. vydání, Praha 2009

Flandera, S.: Klasické masáže, Poznání, 1. vydání, Praha 2005



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		PROFESNÍ KOMUNIKACE	
Název modulu:	Písemná komunikace	Kód modulu:	RS/PK/M02/3
Délka modulu:	32 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Splněn modul Komunikace ve službách RS/PK/M01/2		
Charakteristika modulu:			
Modul seznamuje se základními pravidly a normami, které se uplatňují v písemném styku, písemnostmi při uzavírání, plnění a porušování smluv, dále s personálními písemnostmi a osobními písemnostmi a písemnostmi v oblasti regenerace a rekondice. Učivo dále zahrnuje vyplňování jednoduchých formulářů a moderní zpracování textů. Důraz se klade na vytváření dovednosti efektivně pracovat s informacemi. Cílem předmětu je dále naučit žáky ovládat psaní na klávesnici desetiprstovou hmatovou metodou, seznámit žáky s používáním běžné kancelářské techniky a jejím efektivním využitím v komunikaci, upevnit pracovní návyky jako je přesnost, pečlivost ve vedení záznamů a v písemné komunikaci.			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
Žák			
1. píše na klávesnici desetiprstovou hmatovou metodou, píše na střední, horní a dolní písmenné řadě, píše na číselné řadě, píše s přiměřenou přesností a rychlostí, pracuje s běžnou kancelářskou technikou, ovládá její základní funkce, 2. zpracovává text a písemnosti dle normalizované úpravy písemností, vyplňuje formuláře, ovládá základní formy písemného styku, používá pravidla a normy pro vyhotovení obchodních písemností a obálek, 3. vyhotoví správně jednoduché písemnosti z obchodního styku a rozliší jejich specifika, 4. vyhotoví písemnosti používané v personální činnosti, správně stylizuje osobní dopisy a specifikuje rozdíly mezi obchodním a osobním dopisem, 5. správně a věcně vyhotovuje písemnosti spojené s provozem v oblasti regenerace a rekondice, vede diagnostické karty klientů.			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			
1. Základní nácvik ovládání a psaní na klávesnici 2. Nácvik úpravy textu a písemností, Zpracování písemností textovými editory 3. Česká norma pro úpravu písemností 4. Písemnosti při uzavírání, plnění a porušení kupních smluv 5. Personální písemnosti a Písemnosti osobního charakteru 6. Písemnosti v oblasti regenerace a rekondice			
Doporučené postupy výuky:			
Výuka probíhá v učebnách výpočetní techniky s připojením k Internetu. Žáci procvičují přesnost a rychlost psaní na klávesnici pomocí výukového softwaru a MS Wordu. Jsou používána cvičení na zvyšování přesnosti neustálým opakováním.			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1:			
▪ Předved' psaní na klávesnici desetiprstovou hmatovou metodou.			
Výsledek 2:			
▪ Uved' zásady psaní členících znamének, zkratk, značek a čísel, ▪ Jaké jsou hlavní náležitosti obchodních dopisů. ▪ Předved' psaní adres a umístění adres na obálky, úpravu obchodních dopisů.			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Výsledek 3:

- Uved' hlavní náležitosti poptávky, nabídky, odpovědi na nabídku, objednávku a potvrzení objednávky.
- Uved' hlavní náležitosti kupní smlouvy, smlouvy o dílo, dodacího listu, faktury, reklamace, urgencye a upomínky.

Výsledek 4:

- Napiš žádost o místo, osobní dotazník a životopis.
- Jaké jsou hlavní náležitosti dohod o hmotné odpovědnosti a písemností při uzavírání a ukončení pracovního poměru.
- Jak psát blahopřejné, děkovné, omluvné dopisy, pozvání a doporučující dopisy.

Výsledek 5:

- Vysvětlí, jak správně vedeme diagnostické karty klientů.

Postupy hodnocení:

Závěrečné známka má následující váhy:

- | | | |
|---|---|------|
| - | Hodnocení při psaní na klávesnici probíhá na základě dosažené rychlosti a přesnosti. Zvlášť je hodnocena rychlost i přesnost. Jako výsledná se započítá průměrná známka | 30 % |
| - | Závěrečný písemný test založený na výběru a doplňování správných odpovědí | 40 % |
| - | Vyhotovování písemností a aktivita při vyučování a skupinové práci | 30 % |

Doporučená studijní literatura:

-

název předmětu:	Odborný výcvik			
ročník:	I.	II.	III.	Celkem
počet hodin:	15	17	16	48

POJETÍ PŘEDMĚTU

Obecné cíle předmětu

Předmět odborný výcvik poskytuje žákům teoretické vědomosti o technologických postupech a zejména praktické dovednosti provádění jednotlivých masážních technik.
Předmět dává žákovi vhled do podstaty různých druhů masáží, seznamuje s možnostmi jejich aplikace a způsobu provedení ošetření klienta v souladu s jeho aktuálním zdravotním stavem. Důraz se klade na dodržování zásad jednotlivých technik.
Žáci jsou vedeni k tomu, že základním požadavkem při poskytování masérských, regeneračních a relaxačních služeb je nepoškodit zdraví klienta a zejména, že nesmí provádět žádný úkon, který patří do zdravotnické péče nebo se pouštět do hmatů, které jim nepřísluší provádět.

Charakteristika učiva

Učivo je zaměřeno na získání vědomostí, praktických dovedností a návyků, které jsou nezbytně nutné pro vykonávání činností v masérských, regeneračních a relaxačních službách.
Obsah učiva vychází z oblasti RVP – Masérská péče.
Učivo zahrnuje sportovní masáž, klasickou masáž, reflexní masáž, měkké a mobilizační techniky, baňkování a základy orientálních masážních technik – zejména thajské masáže a havajské masáže.

Pojetí výuky

Předmět je strukturován do modulů:		kód	roč.	poč. hod.
1.	Sportovní masáž	RS/OV/MO1/1	1	240
2.	Klasická masáž	RS/OV/MO2/1	1	240
3.	Reflexní masáže	RS/OV/MO3/2	2	300
4.	Měkké a mobilizační techniky	RS/OV/MO4/2	2	122
5.	Baňkování – léčba baňkami	RS/OV/MO5/2	2	122
6.	Základy alternativních technik	RS/OV/MO6/3	3	512

Formy výuky:

- Praktická výuka probíhá ve dvojicích na učebně odborného výcviku, kdy žáci aplikují teoretické znalosti, prakticky si zkouší základní masérské hmaty jednotlivých technik i celé masážní sestavy. Při masáží se používají nejběžnější masážní prostředky a technické pomůcky – masážní stoly a příslušenství.
- Promítání názorných ukázek masážních technik, instruktážních videí a další využívání audiovizuální techniky, digitálních technologií a AI.
- Důraz je kladen na znalost a dodržování zásad ochrany zdraví a bezpečnosti práce, technologických postupů a odborné terminologie předmětu.

- Odborné exkurze do masážních salónů a relaxačních studií, kde žáci mají možnost na vlastní oči vidět provozování a chod zařízení, poskytující masérské, relaxační a regenerační služby. Žáci mají možnost klást otázky, vyzkoušet si technické pomůcky a pozorovat, jak probíhá jednání s klientem. Na závěr napíše krátkou zprávu o průběhu exkurse.
- Distanční online výuka

Metody výuky:

- Při výuce je používána forma výkladu, řízeného rozhovoru, samostatné a skupinové práce žáků.
- Praktické předvedení se slovním vysvětlením.
- Názornost a srozumitelnost s použitím různých didaktických pomůcek – výuková videa o masážích, anatomické mapy, topografie reflexních bodů a zpětného projektoru.
- Práce s digitálními platformami jako YouTube, IG, nebo specializovanými výukovými portály, které nabízí instruktážní videa a návody pro vizualizaci postupů a technik masáží.
- Využívání mobilních aplikací, zaměřujících se na podporu praktických dovedností v profesi maséra.
- Spolupráce s učiteli odborných předmětů využívajících digitální nástroje ve výuce a jejich prolínání s odborným výcvikem - tvorba prezentace, tvorba webových stránek s nabídkou masérských služeb na trhu práce, tvorba rezervačního systému a online objednávacího formuláře.
- Využití Microsoft Teams pro komunikaci, diskuzi a sdílení materiálů a dokumentů online.
- Podpora vzdáleného výcviku. V případě, že žák nemůže být fyzicky přítomen v učebně, umožnit mu vzdálený přístup k výukovým materiálům.

Hodnocení výsledků žáků

- Hodnocení studentů vychází z klasifikačního řádu (klasifikační stupnice 1-5).
- Znalosti a dovednosti jsou ověřovány praktickým předvedením, kdy žák předvádí provedení jednotlivých masérských hmatů či celého technologického postupu dané masážní techniky.
- Průběžně se také provádí ústní a písemné ověření pochopení probírané problematiky.
- Pro ověření znalostí jsou využívány online testy, kvízy a úkoly, které umožní žákům získat okamžitou online zpětnou vazbu.
- Hodnotí se také aktivita v hodinách při vykonávání masáží.
- Podporováno bude sebehodnocení a hodnocení kolektivem.
- Po ukončení každého temat. celku následuje prakt. předvedení dané masáže. techniky a pís. test

Přínos předmětu k rozvoji klíčových kompetencí a průřezových témat

Klíčové kompetence:

Kompetence k učení - Vzdělávání směřuje k tomu, aby absolventi byli schopni efektivně se učit, vyhodnocovat dosažené výsledky a pokrok a reálně si stanovovat potřeby a cíle svého dalšího vzdělávání. Žáci budou schopni sledovat a hodnotit pokrok při dosahování cílů svého učení, přijímat hodnocení výsledků svého učení od jiných lidí a znát možnosti svého dalšího vzdělávání, zejména v oboru a povolání „Masérské rekondiční a regenerační služby.“

Komunikativní kompetence – žák se učí uplatňovat komunikativní, personální a interpersonální dovednosti, vhodnému vystupování na veřejnosti a používání odborné terminologie. V průběhu výuky jsou žákům zadávány úkoly a práce s odbornou problematikou, které se učí zpracovat a prezentovat výsledky.

Sociální kompetence – žák bude schopen přijímat a plnit odpovědně svěřené úkoly, učí se spolupracovat v kolektivu. Žák bude mít přehled o uplatnitelnosti na trhu práce a o možnostech dalšího profesního rozvoje – získává takové kompetence studovaného oboru, aby byl adaptabilní, flexibilní a projevoval určitou míru kreativity v rámci svého začlenění na trhu práce.

Řešení pracovních a mimopracovních problémů – žák se naučí předcházet konfliktům a řešit konfliktní situace, které mohou vzniknout při výkonu povolání maséra, uplatňovat při řešení problémů různé metody myšlení (logické, matematické, empirické) a myšlenkové operace.

Digitální kompetence – žák se učí využít digitální technologie k prezentaci masérských služeb na sociálních sítích, k získávání online zpětné vazby a ke komunikaci s budoucími klienty. Bude umět vytvořit online rezervační formulář pro nabídku svých služeb, reklamní a upoutávková videa s obsahem svých dovedností a poradí si s jejich umístěním na sociální síť. Bude umět sdílet a aktualizovat informace týkající se jeho služeb a nových technik prostřednictvím digitální technologie. Bude schopen najít a používat výukové portály, instruktážní videa a aplikace, ze kterých může čerpat aktuality a nové trendy v masérské péči potřebné pro práci maséra.

Obdobné kompetence:

Dbát na bezpečnost práce a ochranu zdraví při práci – žáci jsou vedeni, aby znali a dodržovali základní právní předpisy týkající se bezpečnosti a ochrany zdraví při práci a požární prevence, chápali bezpečnost práce jako nedílnou součást péče o zdraví své i spolupracovníků (i dalších osob vyskytujících se na pracovištích, např. klientů, zákazníků, návštěvníků) i jako součást řízení jakosti a jednu z podmínek získání či udržení certifikátu jakosti podle příslušných norem.

Jednat ekonomicky a v souladu se strategií udržitelného rozvoje – žáci znají: význam, účel a užitečnost vykonávané práce, její finanční, popř. společenské ohodnocení; plánovali a posuzovali určité činnosti (v pracovním procesu i v běžném životě) možné náklady, výnosy a zisk, vliv na životní prostředí, sociální dopady; nakládali s materiály, energiemi, odpady, vodou a jinými látkami ekonomicky a s ohledem na životní prostředí

Volit a používat přípravky v souladu s technologickými postupy - aby absolventi: volili vhodné přípravky podle jejich vlastností a možností použití; dodržovali správné ukládání, dávkování přípravků a způsoby bezpečné likvidace po skončení jejich životnosti;

Uplatňovat zdravotní hlediska a zásady hygieny při poskytování masérských služeb – aby absolventi: udržovali pracoviště čisté, esteticky upravené a účelně zařízené, posuzovali možnost poskytnutí masérských služeb z hlediska aktuálního zdravotního stavu klienta a rozhodovali, kdy zdravotní stav klienta vyžaduje návštěvu lékaře; důsledně dodržovali zdravotně-hygienické předpisy a zásady osobní a provozní hygieny.

Jednat s klienty, spolupracovníky a obchodními partnery - aby absolventi: vystupovali profesionálně a kultivovaně ve vztahu ke klientům, spolupracovníkům a obchodním partnerům; uměli se vyrovnat se stresovými situacemi, regulovali své chování, aby nedocházelo ke konfliktům a napětí mezi lidmi, pečovali o své duševní zdraví;

Vykonávat obchodně-podnikatelské aktivity v masérských službách - aby absolventi: využívali marketingové nástroje k prezentaci firmy a nabídce masérských služeb; orientovali se v ekonomicko-právním zabezpečení provozu; zhotovovali ceníky úkonů a kalkulovali spotřebu a prodejní cenu nabízených přípravků.

Průřezová témata:

Člověk a svět práce – vybavit žáka praktickými dovednostmi a informacemi pro jeho budoucí pracovní život tak, aby byl schopen efektivně reagovat na dynamický rozvoj trhu práce a měnící se požadavky na pracovníky. Prostřednictvím kariérového vzdělávání si žák osvojí znalosti a především dovednosti pro řízení své kariéry a života (Career Management Skills), které využije pro cílené plánování a odpovědné rozhodování o svém osobním rozvoji, dalším vzdělávání a seberealizaci v profesních záměrech. Zároveň se naučí přijímat změny ve své profesní kariéře jako běžnou součást života.

Člověk a digitální svět – žák bude umět využívat digitální technologie pro lepší uplatnění na trhu práce ve svém oboru.

Člověk a životní prostředí – žák bude schopen jednat hospodárně ekologicky, uplatňovat principy trvale udržitelného rozvoje v pracovní činnosti a zásady BOZP a PO. Absolventi pochopili souvislosti mezi různými jevy v prostředí a lidskými aktivitami, mezi lokálními, regionálními a globálními



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

environmentálními problémy; chápali postavení člověka v přírodě a vlivy prostředí na jeho zdraví a život.

Doporučená literatura

Sportovní masáže – Stanislav Flandera, Poznáni, 1. vydání, Praha 2005
Sportovní masáž – Jan Jařabáč a kol., Prosport, 1. vydání, Praha 2000
Učebnice masáží – Ján Jánošdeák, Osveta, 1. vydání, Martin 2007
Klasické masáže – Stanislav Flandera, Poznáni, 1. vydání, Praha 2005
Masáže od A do Z – Jan Sedmík, Svoboda, 1. vydání, Praha 2008
Spoušťové body – trigger points – a jejich odstraňování – D. Finando, Poznáni, 1. vydání, Olomouc 2008
Léčebné rehabilitační postupy Ludmily Mojžíšové – Kolektiv autorů, Grada, 1. vydání, Havlíčkův Brod 1996
Baňkování v tradiční čínské medicíně – Ilkay Zihni Churalu, Svítání, 1. vydání, Praha 2000
Baňkování, léčba baňkami – Doris Danielová, Masérská škola v Brně-Kohoutovicích, 1. vydání Brno 2008
Thajsko – jógová masáž – Kam Thye Chow, Poznáni, 1. vydání, Praha 2002
Učebnice reflexní terapie – Julius Pataky, Fontána, Olomouc 1998



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		ODBORNÝ VÝCVIK	
Název modulu:	Sportovní masáž	Kód modulu:	RS/OV/MO1/1
Délka modulu:	240 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Úvodní – nejsou vyžadovány žádné speciální dovednosti		
Charakteristika modulu: Modul sportovní masáž představuje pro žáky první praktické seznámení se s masážemi. Žáci získají vědomosti o jednotlivých masérských hmatech, systému jejich řazení a technologických postupech při sportovní masáži. Naučí se volit vhodný druh masážního přípravku a druh sportovní masáže dle aktuální potřeby sportovce. Těžiště modulu spočívá v praktickém nácviku sportovní masáže jednotlivých částí těla a celkové masáže odstraňující únavu.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: Žák: - definuje pojem sportovní masáže, orientuje se v historii sportovní masáže a shrnuje dějiny sportovní masáže v ČR - rozděluje do skupin jednotlivé druhy sportovní masáže a stanovuje vhodnou sportovní masáž dle aktuální potřeby a zdravotního stavu sportovce, volí vhodné přípravky sportovní masáže podle jejich vlastností a možností použití, - pojmenuje masérské hmaty sportovní masáže, ovládá jejich technické provedení a systematické řazení v průběhu masáže, dodržuje správný a plynulý pohyb práce, - posuzuje vhodnost či nevhodnost sportovní masáže jednotlivých partií těla podle aktuálního stavu sportovce a na základě sdělených informací, uvádí kontraindikace sportovní masáže, - provádí sportovní masáž zad, dolní končetiny zezadu, dolní končetiny zepředu, hrudníku, břicha, horní končetiny, šíje, hlavy, udržuje verbální i neverbální kontakt s klientem, po skončení masáže doporučuje interval opakování,			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			počet hodin
1. lekce	Definice sportovní masáže, Historie sportovní masáže, Sportovní masáž v ČR		15
2. lekce	Druhy sportovní masáže, Kontraindikace sportovní masáže		10
3. lekce	Systém masérských hmatů sportovní masáže		15
4. lekce	Pomocné masážní prostředky pro sportovní masáž		15
5. lekce	Sportovní masáž zad		25
6. lekce	Sportovní masáž dolní končetiny zezadu		30
7. lekce	Sportovní masáž dolní končetiny zepředu		30
8. lekce	Sportovní masáž hrudníku		20
9. lekce	Sportovní masáž břicha		20
10. lekce	Sportovní masáž horní končetiny		25
11. lekce	Sportovní masáž šíje		20
12. lekce	Sportovní masáž hlavy		15
Doporučené postupy výuky: Část modulu tvoří výklad učitele s praktickou ukázkou. Další část modulu tvoří samostatná práce žáků pod vedením učitele. Žáci jsou vedeni k samostatné práci a praktickému provádění probíraného tematického okruhu.			
Kritéria hodnocení: Výsledek 1:			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Definuj sportovní masáž.
- Popiš historii vzniku sportovní masáže ve světě a v České republice.

Výsledek 2:

- Jaké jsou základní druhy sportovní masáže? Kdy používáme jednotlivé druhy sportovní masáže?
- Zvol vhodný druh masážního přípravku.

Výsledek 3:

- Popiš a předveď jednotlivé hmaty sportovní masáže.
- Použij vhodné hmaty při masáži jednotlivých partií těla.

Výsledek 4:

- Posuď vhodnost či nevhodnost masáže dle zdravotního stavu klienta.
- Uveď nejdůležitější kontraindikace sportovní masáže.

Výsledek 5:

- Proveď sportovní masáž zad, dolní končetiny zezadu, dolní končetiny zepředu, hrudníku, břicha, horní končetiny, šíje, hlavy.
- Doporuč další postup po masáži klienta.

Postupy hodnocení:

- Dovednosti a vědomosti jsou průběžně ověřovány praktickým předvedením, kdy žák předvádí provedení jednotlivých masérských hmatů dané tělesné partie
- Po ukončení modulu následuje praktické předvedení celého technologického postupu a písemný test, ověřující teoretické zvládnutí dané masážní techniky. Pro ověření znalostí jsou využívány online testy, kvízy a úkoly, které umožní žákům získat okamžitou online zpětnou vazbu. Závěrečné známka má následující váhy:
- Praktické předvedení a zvládnutí masážní techniky. 60 %
- Teoretický písemný test. 30 %
- Aktivita v hodinách praktického vyučování. 10 %

Doporučená studijní literatura:

Sportovní masáže – Stanislav Flandera, Poznání, 1. vydání, Praha 2005
Sportovní masáž – Jan Jařabáč a kol., Prosport, 1. vydání, Praha 2000
Učebnice masáží – Ján Jánošdeák, Osveta, 1. vydání., Martin 2007



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		ODBORNÝ VÝCVIK	
Název modulu:	Klasická masáž	Kód modulu:	RS/OV/MO2/1
Délka modulu:	240 hod.	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Splněn modul Sportovní masáž RS/OV/MO1/1		
Charakteristika modulu: Modul klasická masáž seznamuje žáky s technologickými postupy klasické masáže jednotlivých partií těla. Žákům jsou předvedeny masérské hmaty používané na jednotlivé tělesné partie. Důraz se klade zejména na správné provedení hmatu, dodržování postupů a všeobecných zásad při provádění klasické masáže. Závěr modulu je věnován automasáži a samoošetření.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: 1. aplikuje masérské hmaty klasické masáže, ovládá jejich technické provedení a systematické řazení v průběhu masáže, dodržuje správný technologický postup práce, 2. uvádí indikace a kontraindikace klasické masáže, 3. doporučuje klasickou masáž jednotlivých partií těla podle aktuálního stavu klienta a na základě sdělených informací, provádí klasickou masáž dolní končetiny zezadu, dolní končetiny zepředu, zad, šíje vleže a vsedě, horní končetiny, hrudníku a břicha, hlavy a obličeje, 4. provádí automasáž.			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			počet hodin
1. Technika masáže a masážní hmaty, Indikace a kontraindikace			10
2. Metodické postupy jednotlivých partií těla a všeobecné zásady při masáži			10
3. Klasická masáž dolní končetiny zezadu			30
4. Klasická masáž dolní končetiny zepředu			30
5. Klasická masáž zad			40
6. Klasická masáž šíje vleže a vsedě			30
7. Klasická masáž horní končetiny			25
8. Klasická masáž hrudníku a břicha			25
9. Klasická masáž hlavy a obličeje			25
10. Automasáž			15
Doporučené postupy výuky: Část modulu tvoří výklad učitele s praktickou ukázkou. Další část modulu tvoří samostatná práce žáků pod vedením učitele. Žáci jsou vedeni k samostatné práci a praktickému provádění probíraného tematického okruhu.			
Kritéria hodnocení: Výsledek 1: ▪ Předved' hmaty klasické masáže na jednotlivých partiích těla. ▪ Jaké je řazení hmatů u klasické masáže? Výsledek 2: ▪ Kdy a pro koho je klasická masáž vhodná? ▪ Kdy se musíme vyvarovat provádění klasické masáže? Výsledek 3: ▪ Proved' klasickou masáž dolní končetiny zezadu, dolní končetiny zepředu, zad, šíje vleže a vsedě, horní končetiny, hrudníku a břicha, hlavy a obličeje. Výsledek 4:			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Proved' automasáž celého těla.

Postupy hodnocení:

- Dovednosti a vědomosti jsou průběžně ověřovány praktickým předvedení, kdy žák předvádí provedení jednotlivých masérských hmatů dané tělesné partie.
- Po ukončení modulu následuje praktické předvedení celého technologického postupu a písemný test, ověřující teoretické zvládnutí dané masážní techniky. Pro ověření znalostí jsou využívány online testy, kvízy a úkoly, které umožní žákům získat okamžitou online zpětnou vazbu. Závěrečné známka má následující váhy:
- Praktické předvedení a zvládnutí masážní techniky. 60 %
- Teoretický písemný test. 30 %
- Aktivita v hodinách praktického vyučování. 10 %

Doporučená studijní literatura:

Klasické masáže – Stanislav Flandera, Poznání, 1. vydání, Praha 2005
Učebnica masáží – Ján Jánošdeák, Osveta, 1. vydání, Martin 2007

PŘEDMĚT		ODBORNÝ VÝCVIK	
Název modulu:	Reflexní masáže	Kód modulu:	RS/OV/M03/2
Délka modulu:	300hod.	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Splněn modul Klasická masáž RS/OV/MO2/1		
Charakteristika modulu: Technika reflexních masáží se snaží o současné odstranění všech reflexně vzniklých změn ve tkáních. Které lze dosáhnout z povrchu těla. Oproti klasickému způsobu zde není preferovaným místem masážního zásahu onemocnělý kloub, tkáň nebo orgán, nýbrž na podkladě tohoto onemocnění vzniklá a přetrvávající změna. Cílem tohoto modulu je seznámit žáky s technikami reflexních masáží, se základními reflexními body a jejich vlivem na organismus. Vhodným manuálním zásahem na povrchu těla tak lze docílit příslušné reflexní změny a ovlivnění onemocnělého orgánu či tkáně.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: Žák - definuje pojem reflexní masáže a popisuje jejich účinky, - vyjmenuje hlavní indikace, orientuje se v technikách reflexních masáží, - ovládá základní reflexní body a dráhy a jejich vliv na organismus, - provádí reflexní masáž segmentovou technikou – sestavu dorzální, torakální, pánevní a pro šíji a hlavu.			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			počet hodin
1. Definice a účinek reflexní masáže. Hlavní indikace a techniky reflexní masáže.			20
2. Příprava na masáž. Vyhledávání reflexních projevů			30
3. Sestava zádová (dorzální)			45
4. Sestava hrudní (torakální)			45
5. Sestava pro šíji a hlavu			45
6. Sestava pánevní			45
7. Reflexologie plosky nohy			70
Doporučené postupy výuky: Část modulu tvoří výklad učitele s praktickou ukázkou. Další část modulu tvoří samostatná práce žáků pod vedením učitele. Žáci jsou vedeni k samostatné práci a praktickému provádění probíraného tématického okruhu.			
Kritéria hodnocení: Výsledek 1: - Definuj reflexní masáž a popiš její účinky na lidský organismus. - Jaké jsou hlavní indikace a techniky reflexní masáže? Výsledek 2: - Jak probíhá příprava na reflexní masáž? - Diagnostický hmat a Kiblerův hmat. Výsledek 3: - Ukaž na těle hlavní reflexní body. - Popiš a vysvětli jejich vliv na organismus. Výsledek 4: - Proveď sestavu zádovou, hrudní, sestavu pro šíji a hlavu, sestavu pánevní.			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Postupy hodnocení:

- Dovednosti a vědomosti jsou průběžně ověřovány praktickým předvedením, kdy žák předvádí provedení jednotlivých masérských hmatů dané tělesné partie.
- Po ukončení modulu následuje praktické předvedení celého technologického postupu a písemný test, ověřující teoretické zvládnutí dané masážní techniky. Pro ověření znalostí jsou využívány online testy, kvízy a úkoly, které umožní žákům získat okamžitou online zpětnou vazbu.
Závěrečné známka má následující váhy:
- Praktické předvedení a zvládnutí masážní techniky. 60 %
- Teoretický písemný test. 30 %
- Aktivita v hodinách praktického vyučování. 10 %

Doporučená studijní literatura:

Masáže od A do Z – Jan Sedmík, Svoboda, 1. vydání, Praha 2008
Učebnice reflexní terapie – Julius Pataky, Fontána, Olomouc 1998

PŘEDMĚT		ODBORNÝ VÝCVIK	
Název modulu:	Měkké a mobilizační techniky	Kód modulu:	RS/OV/M04/2
Délka modulu:	122 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Praktický
Vstupní předpoklady:	Splněn modul Reflexní masáže RS/OV/MO3/2		
Charakteristika modulu:			
Měkké a mobilizační techniky patří mezi prostředky manuální medicíny. Měkké techniky ovlivňují struktury jako jsou kůže, podkoží a fascie. Patří mezi nejpoužívanější techniky pro léčení bolestivých myofasciálních spoušťových bodů (triggerpoints). Cílem mobilizace je ovlivnění pohyblivosti kloubů, včetně kloubní vůle, nenásilnými pohyby ve směru kloubní blokády. Post-izometrická relaxace je metoda používaná v rehabilitaci, která slouží k protažení zkrácených svalů a zvětšení rozsahu pohybu v kloubech. Žákům budou představeny základní měkké techniky, jež pomáhají zmírňovat a odstraňovat bolest mechanickým působením a zvyšují elasticitu kůže. Budou jim vysvětleny a názorně předvedeny jednotlivé mobilizace a metody post-izometrické relaxace. Poslední část modulu je věnována autonomnímu protažení páteře a pletence horní končetiny. Cílem je správně diagnostikovat svalové dysbalance u klienta a doporučit mu vhodná protahovací cvičení dle zjištěných problémů.			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
Žák - definuje základní pojmy – měkké techniky, mobilizace a post-izometrická relaxace, - vysvětluje indikace měkkých technik a mobilizace a vyjmenuje jejich kontraindikace, - provádí mobilizaci šíje, hrudníku, páteře a SI skloubení, - aplikuje základní hmaty měkkých technik – kiblerova řasa, podkovičky, esíčka, mašličky, válečky, vytírání plošné a spirálky, - provádí uvolňování lopatky, trapézů, hlavy, beder a hrudníku, - provádí PIR při rotaci a úklonu hlavy, hrudníku, hlavičky fibuly a ramen, diagnostikuje svalové dysbalance a na jejich základě doporučuje klientovi protahovací cvičení jednotlivých partií.			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			počet hodin
1. Úvod do problematiky, Definice pojmů měkké techniky, mobilizace a post-izometrické relaxace (PIR)			8
2. Indikace a kontraindikace			6
3. Mobilizace šíje, hrudníku, páteře a SI skloubení			20
4. Základní hmaty používané při měkkých technikách			8
5. Postupy při uvolňování svalových skupin a tkání			20
6. Postup při post-izometrické relaxaci			30
7. Autonomní protažení páteře a pletence horní končetiny			30
Doporučené postupy výuky:			
Část modulu tvoří výklad učitele s praktickou ukázkou. Další část modulu tvoří samostatná práce žáků pod vedením učitele. Žáci jsou vedeni k samostatné práci a praktickému provádění probíraného tématického okruhu.			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1:			
▪ Definuj pojem měkké techniky, mobilizace a post-izometrická relaxace.			
Výsledek 2:			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Jaké jsou základní indikace a nejčastější kontraindikace měkkých technik a mobilizace?

Výsledek 3:

- Proved' mobilizaci šíje, hrudníku, páteře a SI skloubení.

Výsledek 4:

- Předved' základní hmaty používané při měkkých technikách - kiblerova řasa, podkovičky, esíčka, mašličky, válečky, vytírání plošné a spirálky.

Výsledek 5:

- Proved' uvolnění lopatky,, trapézů, hlavy, beder a hrudníku,

Výsledek 6:

- Proved' PIR při rotaci a úklonu hlavy, hrudníku, hlavičky fibuly a ramen,
- Doporuč vhodná protahovací cvičení na základě zjištěných svalových dysbalancí.

Postupy hodnocení:

- Dovednosti a vědomosti jsou průběžně ověřovány praktickým předvedením, kdy žák předvádí provedení jednotlivých masérských hmatů dané tělesné partie.
- Po ukončení modulu následuje praktické předvedení celého technologického postupu a písemný test, ověřující teoretické zvládnutí dané masážní techniky Pro ověření znalostí jsou využívány online testy, kvízy a úkoly, které umožní žákům získat okamžitou online zpětnou vazbu. Závěrečné známka má následující váhy:
- Praktické předvedení a zvládnutí masážní techniky. 60 %
- Teoretický písemný test. 30 %
- Aktivita v hodinách praktického vyučování. 10 %

Doporučená studijní literatura:

Spoušťové body – trigger points – a jejich odstraňování – D. Finando, Poznání, 1. vydání, Olomouc 2008
Léčebné rehabilitační postupy Ludmily Mojžíšové – Kolektiv autorů, Grada, 1. vydání, Havlíčkův Brod 1996



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

PŘEDMĚT		ODBORNÝ VÝCVIK	
Název modulu:	Baňkování – léčba baňkami	Kód modulu:	RS/OV/M05/2
Délka modulu:	122 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Splněn modul Reflexní masáže RS/OV/M03/2		
Charakteristika modulu: Baňkování patří v současné době k jedné z nejoblíbenějších alternativních léčebných metod jak mezi pacienty, tak mezi terapeuty. Podstatou baňkování je přiložení nádobek různých tvarů, velikostí i materiálů na předem přesně vybrané body či oblasti těla pacienta. Z nádobek se různým způsobem vysaje vzduch, vznikne podtlak, který vtáhne kůži pacienta do baňky. Takto se nechají baňky působit po různě dlouhou dobu, lze s nimi i pohybovat, natírat kůži pod nimi různými bylinnými předpisy apod. V tomto modulu se žáci seznámí se základními způsoby baňkování. Modul je zčásti zaměřen teoreticky, aby žáci získali nutné znalosti pro provádění baňkování, a hlavně prakticky – masáž baňkami a základní sestavy pro baňkování při léčbě některých onemocnění.			
Předpokládané výsledky vzdělávání: Žák - vysvětluje podstatu baňkování, popíše historii a vznik baňkování, - dodržuje bezpečnost práce při baňkování, uvádí indikace a kontraindikace při baňkování a popisuje nežádoucí účinky, - řídí se technologickým postupem při aplikaci baněk a při samotné proceduře baňkování, popisuje druhy používaných baněk a jejich výhody, - provádí pohyblivé baňkování na příslušných částech těla, - ovládá základní sestavy pro baňkování při léčbě některých onemocnění.			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			počet hodin
1. Co je to baňkování, Historie baňkování a způsoby provádění v různých částech světa			13
2. Zásady bezpečnosti při baňkování, Indikace, kontraindikace a nežádoucí účinky baňkování			13
3. Postup při provedení baňkování, Druhy baněk, Druhy provádění baňkování			26
4. Masáž baňkami, Pohyblivé baňkování			35
5. Základní sestavy pro baňkování, Léčba některých onemocnění baňkováním			35
Doporučené postupy výuky: Část modulu tvoří výklad učitele s praktickou ukázkou. Další část modulu tvoří samostatná práce žáků pod vedením učitele. Žáci jsou vedeni k samostatné práci a praktickému provádění probíraného tematického okruhu.			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1: - Co je to baňkování? - Popiš historii baňkování a způsoby provádění v různých částech světa.			
Výsledek 2: - Jaké jsou hlavní zásady bezpečnosti práce při baňkování. - Vysvětli a definuj indikace, kontraindikace a nežádoucí účinky baňkování.			
Výsledek 3: Jaké jsou základní druhy baněk? Vyjmenuj a vysvětli druhy baňkování.			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

- Popiš a předveď technologický postup při baňkování.

Výsledek 4:

- Proved' baňkovou masáž oblasti zad, šíje, dolních a horních končetin.

Výsledek 5:

- Předveď sestavu při bolesti zad, krční páteře, bederní páteře, bolesti kolene a kyčle, kotníku a lokte, bolesti ramene a bolesti hlavy.

Postupy hodnocení:

- Dovednosti a vědomosti jsou průběžně ověřovány praktickým předvedením, kdy žák předvádí provedení jednotlivých masérských hmatů dané tělesné partie.
- Po ukončení modulu následuje praktické předvedení celého technologického postupu a písemný test, ověřující teoretické zvládnutí dané masážní techniky. Pro ověření znalostí jsou využívány online testy, kvízy a úkoly, které umožní žákům získat okamžitou online zpětnou vazbu.

Závěrečné známka má následující váhy:

- | | |
|--|------|
| - Praktické předvedení a zvládnutí masážní techniky. | 60 % |
| - Teoretický písemný test. | 30 % |
| - Aktivita v hodinách praktického vyučování. | 10 % |

Doporučená studijní literatura:

Baňkování v tradiční čínské medicíně – Ilkay Zihni Churalu, Svítání, 1. vydání, Praha 2000

Baňkování, léčba baňkami – Doris Danielová, Masérská škola v Brně-Kohoutovicích, 1. vydání Brno 2008

PŘEDMĚT		ODBORNÝ VÝCVIK	
Název modulu:	Základy alternativních technik	Kód modulu:	RS/OV/MO6/3
Délka modulu:	512 hodin	Platnost od:	1. 9. 2025
Typ modulu:	Povinný	Pojetí modulu:	Kombinovaný
Vstupní předpoklady:	Splněny všechny předchozí moduly předmětu OV		
Charakteristika modulu:			
Modul seznamuje žáky s nejběžněji používanými alternativními masážními a terapeutickými technikami a to jak po teoretické, tak zejména po praktické stránce. Je vysvětlena a prakticky předvedeny podstata jednotlivých technik, používané hmaty a postupy a jejich nejvhodnější aplikace. Důraz se klade na dodržování zásad jednotlivých technik a provedení ošetření klienta v souladu s jeho aktuálním zdravotním stavem.			
Předpokládané výsledky vzdělávání:			
Žák			
1. ovládá základní hmaty a techniky havajské masáže,			
2. ovládá základní hmaty a techniky masáže lávovými kameny,			
3. ovládá základní hmaty a techniky thajské masáže nohou,			
4. ovládá základní hmaty a techniky tradiční thajské masáže.			
5. Ovládá medovou masáž a základy měkkých technik			
Obsah modulu je strukturován do jednotlivých lekcí:			počet hodin
1. Havajská masáž Lomi Lomi			128
2. Hot stones – masáž lávovými kameny			128
3. Tradiční thajská masáž			128
4. Thajská masáž nohou			128
Doporučené postupy výuky:			
Část modulu tvoří výklad učitele s praktickou ukázkou. Další část modulu tvoří samostatná práce žáků pod vedením učitele. Žáci jsou vedeni k samostatné práci a praktickému provádění probíraného tematického okruhu.			
Kritéria hodnocení:			
Výsledek 1:			
▪ Předved' a slovně popiš základní masérské hmaty havajské masáže.			
Výsledek 2:			
▪ Předved' a slovně popiš základní masérské hmaty masáže lávovými kameny.			
Výsledek 3:			
▪ Předved' a slovně popiš základní masérské hmaty thajské masáže nohou.			
Výsledek 4:			
▪ Předved' a slovně popiš základní masérské hmaty tradiční thajské masáže.			
Postupy hodnocení:			
- Dovednosti a vědomosti jsou průběžně ověřovány praktickým předvedením, kdy žák předvádí provedení jednotlivých masérských hmatů dané tělesné partie.			
- Po ukončení modulu následuje praktické předvedení celého technologického postupu a písemný test, ověřující teoretické zvládnutí dané masážní techniky. Pro ověření znalostí jsou využívány online testy, kvízy a úkoly, které umožní žákům získat okamžitou online zpětnou vazbu.			
- Závěrečné známka má následující váhy:			
- Praktické předvedení a zvládnutí masážní techniky.			
- Teoretický písemný test.			
- Aktivita v hodinách praktického vyučování.			
Doporučená studijní literatura:			



Střední odborné učiliště
DAKOL, s.r.o.,
735 72 Petrovice u Karviné 570

Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder
Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér
Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér
Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium
Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň QEF 3
Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.: 3/SOU/03/2025

Thajsko – jógová masáž – Kam Thye Chow, Poznání, 1. vydání, Praha 2002

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.:3/SOU/03/2025	
--	--	--

9 PERSONÁLNÍ A MATERIÁLNÍ ZABEZPEČENÍ VZDĚLÁVÁNÍ

9.1 *Personální podmínky*

Tento vzdělávací program je realizován pedagogickým týmem, který ve své práci uplatňuje principy systémového řízení ISO 9001, ISO 9004:

- princip trvalého zlepšování;
- orientace na studenty jako příjemce vzdělávací služby;
- zapojení studentů do identifikace a vyhodnocení vzdělávacích potřeb;
- metody sebeevaluace;
- princip pozitivní motivace;
- princip týmové spolupráce;
- podíl všech pedagogů školy na tvorbě vzdělávacích strategií i krátkodobých plánů školy;
- zapojení všech partnerů škol do identifikace a evaluace vzdělávacích cílů.

Všichni pracovníci školy jsou vedeni k důslednému splnění kvalifikačních předpokladů pro výkon činnosti pedagogických pracovníků v souladu se zákonem č. 563/2004 Sb. o pedagogických pracovnících i vyhlášky č. 317/2005 Sb. o dalším vzdělávání pedagogických pracovníků a kariérním systémem.

Další vzdělávání pedagogických pracovníků je zaměřeno a organizováno podle školního plánu v dokumentaci ISO:

- studium ke splnění kvalifikačních předpokladů
- studium ke splnění dalších kvalifikačních předpokladů – pro výkon specializovaných metodických činností:
 - koordinátor v oblasti IT
 - výchovná a metodická prevence
 - koordinátor environmentální výchovy, vzdělávání a osvěty
- studium k prohlubování odborné kvalifikace:
 - dalším studiem vysokoškolským
 - krátkodobým studiem nabízených kurzů a seminářů
 - e-learningovým studiem
 - samostudiem

Vedení školy klade velký důraz na splnění předepsaných kvalifikačních předpokladů u všech pracovníků, na jejich další jazykové vzdělávání, rozvoj kompetencí ICT, sledování trendů ve vyučovaných oborech i trendů v oblasti pedagogiky a metodiky dalšího vzdělávání.

Pedagogický sbor je motivován ke zvyšování kariérního stupně akreditovaným a certifikovaným vzděláváním jako i dalšími kurzy.

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 <i>Rekondiční a sportovní masér</i> Délka a forma studia: <i>tříleté denní studium a tříleté dálkové studium</i> Stupeň vzdělání: <i>střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3</i> Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.:3/SOU/03/2025	
--	--	--

9.2 Materiální podmínky

Vzdělávání probíhá v moderní bezbariérové budově v Havířově-Šumbarku.

Škola má dostatek kmenových tříd i odborných učeben. Kmenových tříd 16, odborných učeben 8 (ošetřovny, masérny, somatologie), 3 učebny PC s interaktivními tabulemi jedna učebna audiovizuální techniky a dvě učebny jazyků a čtenářská dílna. Učebny jsou vybaveny převážně novým ergonomicky vhodným školním nábytkem a jsou situovány do pavilonů A, B, C. Žákům a učitelům je k dispozici informační centrum s knihovnou a studovnou. Po materiální stránce je škola dostatečně vybavena učebními pomůckami a didaktickou technikou včetně prostředků ICT a připojením k internetu.

Pro výuku tělesné výchovy je využívána tělocvična v objektu Církevního střediska mládeže sv. Jana Bosca v blízkosti školy a venkovní hřiště základních škol ul. Moravská a Gen. Svobody.

Prostředí učeben a ostatních prostor odpovídá zásadám zdravého a bezpečného rozvoje žáků, k relaxaci slouží odpočinkové prostory pro žáky a učitelské kabinety.

Stravování je nabízeno žákům a pracovníkům školy v jídelně, která je v budově školy, obědy zajišťuje firma Primirest dovozem, taktéž zajišťuje pro žáky vhodný stravovací a pitný režim provozem bufetu. Rozvrhem hodin a přestávek je vytvořena funkční struktura pracovního i odpočinkového režimu.

Odborný výcvik oboru vzdělání *Rekondiční a sportovní masér* je realizován jak v odborných učebnách v masérnách v pavilonu B, které jsou vybaveny odpovídajícím zařízením pro výuku masérských oborů, tak v rámci předmětu odborná praxe u sociálních partnerů.

Další prostory

Kabinety pro práci učitelů, sborovna, šatna pro odkládání obuvi a oděvů, prostory pro osobní hygienu, společné stravování, pomocné prostory pro zajištění chodu školy. Všechny kabinety jsou vybaveny počítači, jež jsou propojeny školní počítačovou sítí a připojeny na internet.

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.:3/SOU/03/2025	
--	--	--

Využití jednotlivých pavilonů ve výchovně vzdělávacím procesu:

<i>Vzdělávací prostory a specializované učebny</i>	<i>Standardní vybavení</i>
Pavilon A 3PC učebny vybaveny multimediálním vybavením s interaktivní tabulí projektorem a PC 9 kmenových tříd 1 masérské studio Wifi síť pro vyučující a žáky	Připojení do sítě LAN, internet, softwarové vybavení a další výukový software školní tabule, katedra, lavice, židle masérský stůl, židle, paraván, masážní prostředky
Pavilon B 1 kmenová třída 1 učebna audiovizuální techniky (AVT) 5 odborných učeben masérských Wifi síť pro vyučující a žáky	školní tabule, katedra, lavice, židle školní tabule, katedra, lavice, židle, audiovizuální vybavení masérské stoly
Pavilon C 2 odborné učebny ošetrovatelství 7 kmenových tříd 1 odborná učebna pro výuku SOMA 1 čtenářská dílna 1 posilovna 2 odborné učebny pro výuku jazyků (AJ) Wifi síť pro vyučující a žáky	nemocniční postele, pomůcky k výuce první pomoci a ošetrovatelství školní tabule, katedra, lavice, židle, odborné součásti dataprojektor, audiotechnika, knihy cvičební náčiní školní tabule, katedra, lavice, židle, dataprojektory

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.:3/SOU/03/2025	
--	--	--

10 CHARAKTERISTIKA SPOLUPRÁCE SE SOCIÁLNÍMI PARTNERY

Spolupráce:

- a) při zajišťování odborné praxe nebo odborného výcviku na reálných pracovištích – praxe je zajišťována prostřednictvím ZŘ PV, který spolu s VUOV spolupracuje s těmito zaměstnavateli regionu:

Bolander s. r. o.

čp. 299, 763 25 Újezd

středisko: Hotel Harmonie, Jurkovičova alej 857, 763 26 Luhačovice

SeneCura Senior centrum HŠH a. s.

Ke Smíchovu 1144/144, 154 00 Praha 5 – Slivenec

Provozovna: SeneCura Senior Centrum Havířov, Lomená 1268/2, 735 01 Havířov-Šumbark

Centrum sociálních služeb Hrabyně

747 67 Hrabyně 3/202

AquaKlim, s. r. o.

Gorkého3037/2

702 00 Ostrava, Moravská Ostrava

- b) při závěrečných zkouškách nebo profilové části maturitní zkoušky – škola se obrací prostřednictvím ZŘ PV a ZŘ TV na zaměstnavatele regionu a na Hospodářskou komoru Karviná, z důvodu doplnění zkušební komise o tzv. odborníka z praxe;
- c) při uskutečňování dalších aktivit školy – exkurzí, soutěží, společenských a poznávacích akcí apod. - škola prostřednictvím ZŘ PV a VUOV vyjednává exkurze, soutěže a společensko-poznávací akce. Exkurze vedou jednotliví pověření vyučující a odborně řídí akce. Z jednotlivých akcí pořizují zprávy a závěry šíří napříč předmětovými komisemi;

 Střední odborné učiliště DAKOL, s.r.o., 735 72 Petrovice u Karviné 570	Zřizovatel: Ing. Michaela Pacanovská, Mgr. Vladimír Kolder Školní vzdělávací program: Rekondiční a sportovní masér Kód a název oboru vzdělávání: 69-53-H/01 Rekondiční a sportovní masér Délka a forma studia: tříleté denní studium a tříleté dálkové studium Stupeň vzdělání: střední vzdělání s výučním listem, kvalifikační úroveň EQF 3 Datum platnosti ŠVP: od 1. 9. 2025, Čj.:3/SOU/03/2025	
--	---	--

Exkurze:

11

» *exkurze s odborným zaměřením:*

- Relaxační studio Relax Havířov ulice Tesařská 2
- Centrum Regenerace – Lázně Darkov, a. s. – Čsl. Armády 2954/2, Karviná-Hranice
- Lázně Klimkovice
- Další zařízení dle aktuální domluvy.

» *exkurze v rámci společenskovědního a estetického vzdělávání:*

- muzea, výstavy, galerie, významné památky UNESCO

d) při dalším vzdělávání pedagogických pracovníků – organizuje ZŘ PV a ZŘ TV podle schváleného plánu vzdělávání pro konkrétní školní rok.