

# **ŠKOLSKÝ VZDELÁVACÍ PROGRAM PRE ŽIAKOV S MENTÁLNYM POSTIHNUTÍM PRE PRIMÁRNE VZDELÁVANIE**

Vzdelávací program je vypracovaný podľa ŠVP , ktorý vypracoval Štátny pedagogický ústav.  
Schválilo Ministerstvo školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky dňa 5. 5. 2016  
pod číslom 2016-14674/20270:9-10F0 s platnosťou od 1. 9. 2016.

## Obsah

ÚVOD.....	3
1 Ciele výchovy a vzdelávania.....	3
2 Stupeň vzdelania.....	4
3 Profil absolventa.....	4
4 Vzdelávacie oblasti .....	5
5 Vzdelávacie štandardy.....	6
6 Rámcové učebné plány.....	6
7 Špecifiká výchovy a vzdelávania žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia ..8	
8 Organizačné podmienky na výchovu a vzdelávanie .....	9
9 Personálne zabezpečenie výchovy a vzdelávania.....	9
10 Materiálno-technické a priestorové zabezpečenie výchovy a vzdelávania .....	10
11 Podmienky na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri výchove a vzdelávaní.....	11
12 Obsah vzdelávania pre prvý až 9. ročník pre žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia.....	12
Slovenský jazyk a literatúra pre 1. až 9. ročník .....	12
Matematika pre 1. až 9. ročník .....	42
Informatika pre 5. až 9. ročník .....	66
Vecné učenie pre prvý až 3. ročník.....	79
Fyzika pre 7. až 9. ročník .....	95
Chémia pre 9. ročník .....	102
Biológia pre 7. až 9. ročník .....	105
Vlastiveda pre 4. až 6. ročník.....	112
Dejepis pre 7. až 9. ročník.....	123
Geografia pre 7. až 9. ročník .....	129
Občianska náuka pre 7. až 9. ročník.....	135
Etická výchova pre 5. až 9. ročník .....	141
Pracovné vyučovanie pre 1. až 9. ročník .....	153
Hudobná výchova pre 1. až 9. ročník .....	186
Výtvarná výchova pre 1. až 9. ročník .....	202
Telesná a športová výchova pre 1. až 9. ročník.....	220

## Úvod

Pri výchove a vzdelávaní žiakov s mentálnym postihnutím v Základnej škole Jána Domastu Cabaj-Čápor sa postupuje podľa vzdelávacieho programu pre žiakov s mentálnym postihnutím. Vzdelávací program pre žiakov s mentálnym postihnutím sa uplatňuje pri vzdelávaní žiakov s touto diagnózou formou individuálneho začlenenia. Tento školský vzdelávací program vymedzuje špecifické potreby a požiadavky na komplexnú odbornú starostlivosť o žiakov s mentálnym postihnutím

### 1 Ciele výchovy a vzdelávania

Hlavnými cieľmi primárneho vzdelávania sú rozvinuté kľúčové kompetencie (spôsobilosti), ako kombinácie vedomostí, skúseností a postojov žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia na úrovni, ktorá je pre nich osobne dosiahnuteľná. Primárne vzdelávanie poskytuje východiskovú bázu pre postupné rozvíjanie kľúčových spôsobilostí žiakov ako základu všeobecného vzdelania prostredníctvom nasledujúcich cieľov:

- poskytnúť žiakom primerané možnosti skúmania ich najbližšieho kultúrneho a prírodného prostredia tak, aby získali záujem o poznávanie nového,
- rozvíjať cieľavedome, systematicky a v tvorivej atmosfére osobnosť žiaka
- v poznávacej, sociálnej, emocionálnej a morálnej oblasti, viesť žiakov k spoznávaniu svojich schopností, k využívaniu svojich možností, ku
  - kompenzácii svojich obmedzení a tým k vytváraniu reálneho obrazu seba samého, rozvíjať a kultivovať svoju osobnosť, osvojiť si základy spôsobilosti učiť sa
  - a poznávať seba samého, podporovať kognitívne procesy a kompetencie žiakov kriticky a tvorivo myslieť
- prostredníctvom získavania vlastnej poznávacej skúsenosti a aktívnym riešením problémov, umožniť žiakom získať základné pracovné zručnosti a návyky, aby ich mohli využiť pri ďalšom vzdelávaní aj v občianskom živote,
- vyvážené rozvíjať u žiakov kompetencie dorozumieť sa a porozumieť si, hodnotiť
- (vyberať a rozhodovať) a iniciatívne konať, podporovať rozvoj intrapersonálnych a interpersonálnych kompetencií, najmä – otvorene vstupovať do sociálnych vzťahov, naučiť sa kooperovať v skupine, kolektíve a preberať na seba primeranú

zodpovednosť, rozvíjať sociálnu vnímavosť a citlivosť k spolužiakom, učiteľom, rodičom, ďalším ľuďom a k svojmu kultúrnemu a prírodnému okoliu,

- viesť žiakov k tolerancii, znášanlivosti, porozumeniu a k akceptovaniu iných ľudí, ich duchovno-kultúrnych hodnôt, rovnosti pohlaví a priateľstva medzi národmi, národnostnými a etnickými skupinami, cirkvami a náboženskými spoločenstvami, naučiť žiakov uplatňovať svoje práva a súčasne plniť svoje povinnosti,
- niesť zodpovednosť za svoje zdravie, aktívne ho chrániť a upevňovať, chrániť životné prostredie.

## **2 Stupeň vzdelania**

Primárne vzdelanie získa žiak absolvovaním vzdelávacieho programu pre žiakov s mentálnym postihnutím, dokladom o získanom stupni vzdelania je vysvedčenie s doložkou.

## **3 Profil absolventa**

Absolvent má osvojené základy čitateľskej, pisateľskej, matematickej, prírodovednej, kultúrnej a mediálnej gramotnosti. Absolvent programu primárneho vzdelávania pre žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia disponuje na primeranej úrovni s nasledujúcimi kľúčovými kompetenciami:

- pozná a uplatňuje účinné techniky učenia sa,
- vyjadruje sa súvisle ústnou formou adekvátnou primárnemu stupňu vzdelávania a jeho narušenej komunikačnej schopnosti v materinskom, štátnom jazyku,
- rozumie obsahu písaného textu, dokáže ho ústne zreprodukovať,
- vie samostatne písomne komunikovať (nakolko mu to umožňuje dosiahnutý stupeň vo vývine jemnej motoriky a aktuálna úroveň zrakovo-motorickej koordinácie),
- využíva základné matematické myslenie na riešenie praktických problémov v každodenných situáciách,
- vie používať vybrané informačné a komunikačné technológie pri učení sa, pozná riziká spojené s využívaním internetu a médií,
- získa základy uplatňovania kritického myslenia pri práci s informáciami,
- chápe základné prírodné javy v ich vzájomnej súvislosti, vie porovnávať a objavovať vzťahy medzi predmetmi a javmi, – chápe dôležitosť ochrany svojho zdravia, – rozpozná v

škole a vo svojom najbližšom okolí určitý problém, premýšľa o jeho príčinách a vie navrhnúť riešenie podľa svojich vedomostí a skúseností,

- váži si seba i druhých, dokáže ústretovo komunikovať a spolupracovať,
- správa sa kultúrne, primerane okolnostiam a situáciám,
- cení si a rešpektuje kultúrno-historické dedičstvo a ľudové tradície,
- má osvojené základy pre tolerantné a empatické vnímanie prejavov iných kultúr,
- uvedomuje si, že má svoje práva a povinnosti, rešpektuje práva iných.

#### 4 Vzdelávacie oblasti

Obsah primárneho vzdelávania pre žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia je rozdelený do vzdelávacích oblastí, ktoré vychádzajú z obsahu vzdelávania a z kľúčových kompetencií.

Vzdelávacia oblasť	Vyučovacie predmety
<b>Jazyk a komunikácia</b>	<b>Slovenský jazyk a literatúra</b>
	<b>Rozvíjanie komunikačnej schopnosti</b>
	<b>Rozvíjanie grafomotorickej zručnosti</b>
<b>Matematika a práca s informáciami</b>	<b>Matematika</b>
	<b>Informatika</b>
<b>Človek a príroda</b>	<b>Vecné učenie</b>
	<b>Fyzika</b>
	<b>Chémia</b>
	<b>Biológia</b>
<b>Človek a spoločnosť</b>	<b>Vlastiveda</b>
	<b>Dejepis</b>
	<b>Geografia</b>
	<b>Občianska náuka</b>
<b>Človek a hodnoty</b>	<b>Etická výchova/Náboženská výchova</b>
<b>Človek a svet práce</b>	<b>Pracovné vyučovanie</b>
<b>Umenie a kultúra</b>	<b>Hudobná výchova</b>
	<b>Výtvarná výchova</b>
<b>Zdravie a pohyb</b>	<b>Telesná a športová výchova</b>

## 5 Vzdelávacie štandardy

Pre žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia nie sú určené vzdelávacie štandardy.

## 6 Rámcové učebné plány

### Rámcový učebný plán

pre žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia

### ISCED 1

Vzdelávacia oblasť	Predmety	Prípravný		1. ročník		2. ročník		3. ročník		4. ročník	
		ŠVP	ŠkVP	ŠVP	ŠkVP	ŠVP	ŠkVP	ŠVP	ŠkVP	ŠVP	ŠkVP
<b>Jazyk a komunikácia</b>	Slovenský jazyk a literatúra			8	9	8	10	8	10	7	9
	Rozvíjanie komunikačnej schopnosti	7	7								
	Rozvíjanie grafomotorickej zručnosti	2	2								
<b>Matematika a práca s informáciami</b>	Matematika	3	3	4	5	4	5	4	5	4	5
	Informatika										
<b>Človek a príroda</b>	Vecné učenie					1	1	1	1		
<b>Človek a spoločnosť</b>	Vlastiveda									2	2
<b>Človek a svet</b>	Pracovné vyučovanie	1	2	1	2	2	2	3	3	4	4
<b>Umenie a kultúra</b>	Hudobná výchova	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	Výtvarná výchova	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>Zdravie a pohyb</b>	Telesná a športová výchova	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3
<b>Základ</b>		<b>18</b>		<b>18</b>		<b>19</b>		<b>20</b>		<b>21</b>	
<b>Voliteľné hodiny</b>		<b>2</b>		<b>4</b>		<b>4</b>		<b>4</b>		<b>4</b>	
<b>Spolu</b>		<b>20</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>23</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>25</b>

Vzdelávacia oblasť	Predmety	5. ročník		6. ročník		7. ročník		8. ročník		9. ročník	
		ŠVP	ŠkVP	ŠVP	ŠkVP	ŠVP	ŠkVP	ŠVP	ŠkVP	ŠVP	ŠkVP
<b>Jazyk a komunikácia</b>	Slovenský jazyk a literatúra	6	7	6	7	5	7	5	7	5	7
<b>Matematika a práca s informáciami</b>	Matematika	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5
	Informatika	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>Človek a príroda</b>	Fyzika					1	1	1	1	1	1
	Chémia									1	1
	Biológia					1	1	1	1	1	1
<b>Človek a spoločnosť</b>	Dejepis					1	1	1	1	1	1
	Geografia					1	1	1	1	1	1
	Občianska náuka					1	1	1	1	1	1
<b>Človek a hodnoty</b>	Etická výchova Náboženská výchova	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>Človek a svet</b>	Pracovné vyučovanie	4	4	4	4	4	5	4	5	4	5
<b>Umenie a kultúra</b>	Hudobná výchova	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	Výtvarná výchova	1	3	1	3	1	1	1	1	1	1
<b>Zdravie a pohyb</b>	Telesná a športová výchova	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
<b>Základ</b>		22		23		24		24		25	
<b>Voliteľné hodiny</b>		4		3		4		4		4	
<b>Spolu</b>		<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>9</b>	<b>29</b>

#### Poznámky

- Počet týždenných vyučovacích hodín v jednotlivých ročníkoch je presne určený pre každý učebný plán. Taktiež celkový počet vyučovacích hodín je presne daný.
- Vyučovacia hodina má 45 minút v tomto rozdelení učebného plánu. S prihliadnutím na osobitosti žiakov so zdravotným znevýhodnením môžu byť uplatňované aj iné spôsoby organizácie vyučovania, a to členením vyučovacej hodiny do kratších časových úsekov, zaradovaním a organizovaním prestávok a iných organizačných foriem. V rámci vyučovania

je možná individuálna práca s vybranými žiakmi s cieľom systematickej korekcie, terapie alebo reedukácie postihnutia, narušenia.

3. V rámci vyučovania predmetu pracovné vyučovanie nedelíme triedy, nakoľko nie sú na to vytvorené podmienky.

5. V 5. až 9. ročníku sa vyučovacie hodiny vyučovacieho predmetu telesná a športová výchova môžu podľa aktuálnych podmienok školy a počtu žiakov v jednotlivých ročníkoch vyučovať oddelene pre chlapcov a dievčatá. Žiaci sa v rámci inklúzie môžu učiť spojení so žiakmi školy v bežných triedach.

6. V rámci inklúzie je možné vyučovanie v rôznych predmetoch, hlavne výchovného zamerania, vyučovať v spojení so žiakmi v bežných triedach. Konkrétne predmety sú súčasťou dodatku k ŠkVP na konkrétny školský rok.

7. Vyučovací predmet pracovné vyučovanie je možné vyučovať v dvojhodinových celkoch.

8. Voliteľné hodiny sme využili na upevňovanie učiva v jednotlivých predmetoch.

## **7 Špecifiká výchovy a vzdelávania žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia**

Dôležité postavenie vo výchovno-vzdelávacom procese má pracovné vyučovanie, čomu zodpovedá materiálno-technické a priestorové vybavenie školy. V prípade ťažkosti pri osvojovaní si predpísaného učiva je možné žiakovi vypracovať individuálny vzdelávací program z jedného alebo viacerých predmetov, podľa ktorého sa vzdeláva a postupuje do vyššieho ročníka.

Žiaci s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia sú na našej škole vzdelávaní v špeciálnych triedach pre žiakov s mentálnym postihnutím v základnej škole v budove B, ktorá sa nachádza v areáli školy.

Pri výchove a vzdelávaní žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia v školskej integrácii využívame skupinové, kooperatívne a alternatívne formy vyučovania. Tie umožňujú diferenciaciu a individualizáciu výchovy a vzdelávania, deľbu práce, komunikáciu, vzájomnú pomoc a včleňovanie žiaka s mentálnym postihnutím do kolektívu triedy. Je potrebné zohľadniť motorickú instabilitu žiaka a minimalizovať nežiadúce prejavy správania. Vytvárať



podmienky pre pozitívne hodnotenie na upevnenie kladných zážitkov v triede. Orientovať vzdelávanie na využiteľnosť vedomostí v situáciách praktického života. Umožniť žiakovi s mentálnym postihnutím používať špeciálne učebné pomôcky, ktoré mu uľahčia edukáciu. Pri vypracúvaní individuálneho výchovno-vzdelávacieho programu (IVP) je potrebné vychádzať zo Vzdelávacieho programu pre žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia, z jeho obsahu vzdelávania. Rámcový učebný plán tohto žiaka je rovnaký ako u žiakov bežnej triedy. Vo vyučovacích predmetoch hudobná výchova, výtvarná výchova, telesná a športová výchova a etická výchova je možné tohto žiaka vzdelávať podľa obsahu vzdelávania žiakov bežnej triedy. Ak je v týchto vyučovacích predmetoch potrebné žiakovi redukovať učivo, uvádza sa v jeho IVP. Vyučovací predmet vecné učenie má žiak vtedy, keď majú žiaci bežnej triedy predmet prvouky alebo prírodovedu. Vlastiveda je integrovaný predmet v 4. až 6. ročníku, prostredníctvom ktorého žiaci s mentálnym postihnutím získavajú základné poznatky z oblasti prírodovedných a spoločenskovedných odborov. Preto sa predmet vlastiveda vyučuje vtedy, keď majú žiaci bežnej triedy predmet vlastivedu a prírodovedu. Pri hodnotení žiaka sa postupuje podľa metodického pokynu na hodnotenie žiakov s mentálnym postihnutím. Žiaka je možné hodnotiť aj slovným komentárom o dosiahnutých vzdelávacích výsledkoch bez vyjadrenia stupňov klasifikácie prospechu. Ak je tento žiak v jednotlivých vyučovacích predmetoch klasifikovaný, dostáva rovnaké vysvedčenie ako ostatní žiaci bežnej triedy. V doložke vysvedčenia žiaka sa uvedie informácia, že žiak bol vzdelávaný podľa variantu A.“ Pri výchove a vzdelávaní žiaka s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia v školskej integrácii sa používa triedna dokumentácia pre bežné základné školy.

## **8 Organizačné podmienky na výchovu a vzdelávanie**

Vychádzajú z platnej legislatívy, to znamená, že triedu možno zriadiť pre najmenej štyroch žiakov. Najvyšší počet žiakov v triede pre žiakov s mentálnym postihnutím (ŠZŠ - variant A) sa ustanovuje takto: prípravný a prvý ročník 6 žiakov, druhý ročník až piaty ročník 8 žiakov, šiesty ročník až deviaty ročník 10 žiakov. Riaditeľ školy môže povoliť prekročenie najvyššieho počtu žiakov v triede najviac o dvoch.

## **9 Personálne zabezpečenie výchovy a vzdelávania**

**Vedúci pedagogickí zamestnanci:**

- spĺňajú kvalifikačné predpoklady na výkon pedagogickej činnosti, vykonali druhú atestáciu, spĺňajú podmienky dĺžky výkonu pedagogickej činnosti, ukončili funkčné vzdelávanie,
- sú odborne pripravení na riadenie pracovnej skupiny a osvojené manažérske zručnosti uplatňujú pri riadení pracovného kolektívu,
- podporujú a vytvárajú podmienky pre odborný rast a ďalšie vzdelávanie svojich zamestnancov,
- zabezpečujú podmienky pre dobrú klímu v oblasti personálnych vzťahov
- vo vzťahu k žiakom, v rámci pedagogického zboru a vo vzťahu k rodičom a širšej komunite.

#### **Pedagogickí zamestnanci:**

- spĺňajú predpoklady na výkon pedagogickej činnosti a kvalifikačné požiadavky stanovené platnou legislatívou,
- preukazujú profesijné kompetencie pri práci so žiakmi, rodičmi,
- uplatňujú zásady tímovej práce, kooperatívneho a konštruktívneho riešenia problémov.

**Odborní zamestnanci** t. č. na škole nepôsobia.

## **10 Materiálno-technické a priestorové zabezpečenie výchovy a vzdelávania**

Dôležitou podmienkou výchovy a vzdelávania žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia je aj priestorové vybavenie školy a materiálno-technické vybavenie učebných priestorov.

Priestorové vybavenie budovy B:

- a) pre pedagogických zamestnancov školy – zborovňa
  - kabinet pre učiteľov (priestor pre odkladanie pomôcok),
  - sociálne zariadenie
- b) pre žiakov školy - 2 kmeňové triedy, vstupná chodba
  - priestory na odkladanie odevov a prezúvanie obuvi so skrinkami na ich odkladanie,
  - dielňa,
  - kuchynka,
  - skladové priestory pre odkladanie pracovného náradia
- c)spoločné priestory

- a. školská budova A
- b. školská jedáleň alebo výdajná školská jedáleň,
- c. školský dvor,
- d. vyvýšené záhony,
- e. priestory pre školský klub detí,
- f. odborná učebňa pre výučbu IFV s pripojením na internet ako súčasť základnej školy
- g. telocvičňa
- h. školské ihrisko
- i. multifunkčné ihrisko

## **11 Podmienky na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri výchove a vzdelávaní**

Štruktúra práce a odpočinku žiakov a učiteľov počas dňa, režim vyučovania s ohľadom na vek žiakov: v prípravnom ročníku až štvrtom ročníku sa vyučuje v jednom slede najviac päť vyučovacích hodín, v piatom ročníku až deviatom ročníku najviac šesť vyučovacích hodín, vyučovacia hodina trvá 45 minút, poslednú vyučovaciu hodinu možno skrátiť na 40– minút, s prihliadnutím na osobitosti žiakov môže škola uplatňovať aj iné spôsoby organizácie vyučovania, a to členením vyučovacej hodiny do kratších časových úsekov, zaraďovaním a organizovaním prestávok, blokovým vyučovaním a inými organizačnými formami. Pri zaisťovaní bezpečnosti a ochrany zdravia žiakov vo výchove a vzdelávaní v škole i mimo školy postupuje škola podľa platnej legislatívy. Pri organizovaní výletov, exkurzií, školy v prírode, plaveckých a lyžiarskych výcvikov je dôležitou podmienkou informovaný súhlas zákonného zástupcu žiaka. Zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia žiakov a pedagogických zamestnancov pri vzdelávaní podľa platných noriem: zdravé prostredie tried (nábytok zodpovedajúci výške žiakov, protišmyková podlaha, dostatočné denné svetlo, možnosť ochrany pred priamym slnečným svetlom, vetranie, osvetlenie, vykurovanie), výrazné označenie všetkých nebezpečných predmetov a priestorov, je zabezpečená pravidelná kontrola z hľadiska bezpečnosti, sú k dispozícii lekárničky vybavené podľa predpisov na dostupných miestach, kontakty na RZP, linku dôvery, políciu, dodržiavanie zákazu fajčenia, pitia alkoholu a používania iných omamných látok v škole a jej okolí a na všetkých akciách mimo priestoru školy organizovaných školou.

## **Príloha A1**

### **OBSAH VZDELÁVANIA PRE PRVÝ AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S ĽAHKÝM STUPŇOM MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

### **SLOVENSKÝ JAZYK A LITERATÚRA PRE 1. AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S ĽAHKÝM STUPŇOM MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

#### **CHARAKTERISTIKA PREDMETU**

Vyučovanie slovenského jazyka a literatúry žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia je základom celého vzdelávania a výchovy. Zvládnutie výchovno-vzdelávacích úloh slovenského jazyka a literatúry je predpokladom na splnenie úloh ďalších vyučovacích predmetov. Cieľom vyučovania slovenského jazyka a literatúry je naučiť žiakov jednoducho a zrozumiteľne sa vyjadrovať ústnou a písomnou formou spisovného jazyka, utvoriť u všetkých žiakov návyk správneho hlasného čítania, naučiť ich rozumieť prečítanému textu, z väčšiny žiakov vychovať čitateľov a poslucháčov s kladným vzťahom k literatúre. Slovenský jazyk a literatúra spája v sebe niekoľko oblastí, ktoré sa navzájom prelínajú a špecifickým spôsobom prispievajú k plneniu cieľov výchovy: rozvíjajú zmyslovú, emocionálnu, vôľovú a rozumovú stránku osobnosti dieťaťa, spoluutvárajú charakter žiaka a spolu s ostatnými predmetmi posilňujú výchovu k vlastenectvu.

Vzdelávací obsah slovenského jazyka a literatúry v 1. až 9. ročníku je rozdelený do troch oblastí:

- JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA
- KOMUNIKÁCIA A SLOH
- ČÍTANIE A LITERATÚRA

V 1. až 3. ročníku jednotlivé oblasti obsahujú:

- JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA – písanie

- KOMUNIKÁCIA A SLOH - komunikácia, ústny prejav
- ČÍTANIE A LITERATÚRA - technika čítania - literárna výchovy

V 4. až 5. ročníku jednotlivé oblasti obsahujú:

- JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA - zvuková rovina jazyka a pravopis - písanie - významová rovina - tvarová rovina
- KOMUNIKÁCIA A SLOH - sloh, komunikácia - ústny a písomný prejav
- ČÍTANIE A LITERATÚRA - technika čítania – čítanie textu, základy čítania s porozumením - literárna výchova – všeobecné pojmy a základné literárne žánre

V 6. až 9. ročníku jednotlivé oblasti obsahujú:

- JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA - zvuková rovina jazyka a pravopis - významová rovina - tvarová rovina - skladobná rovina
- KOMUNIKÁCIA A SLOH - sloh, komunikácia - ústny a písomný prejav
- ČÍTANIE A LITERATÚRA - technika čítania – čítanie textu, čítanie s porozumením, reprodukcia prečítaného textu, verejná prezentácia textu - literárna výchova – všeobecné pojmy a základné literárne žánre.

# 1. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 9/ týždeň    spolu: 297 hodín/ rok**

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Jazyková komunikácia	4 hodiny	132 hodín
Komunikácia a sloh	1 hodina	33 hodín
Čítanie a literatúra	4 hodiny	132 hodín

## CIELE

Postupne poznávať niektoré hlásky a príslušné písmená,

- čítať jednoslabičné a dvojslabičné slová,
- rozvíjať psychomotorické schopnosti a jemnú pohybovú koordináciu potrebnú na vyučovanie písania.

## OBSAH

### JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA

#### Písanie (132 h)

Pri výcviku písania sa vytvárajú potrebné hygienické pracovné a estetické návyky.

Žiaci sa učia správne zaobchádzať s písacími nástrojmi a materiálom a dbať na úhľadnú úpravu.

Grafický záznam sa vhodne motivuje a sprevádza slovom.

Určené cvičenia sa postupne rozvíjajú, opakujú a zdokonaľujú.

#### Nácvik písania

- Cviky na prípravné písanie nepodopretou rukou.
- Správne držanie ruky – čmáranie rudkou, kriedou, fixkou, progresom.
- Dotyky, voľné čmáranie a krúženie, oblúky.
- Nacvičuje sa držanie ceruzky pri písaní v liniatúre, prvky prvých písmen.

Využitie týchto prvkov na nácvik písania písmen.

Písanie písmen, ktoré sa žiaci učia čítať.

Písmená sa nacvičujú v poradí podľa postupu v čítaní.

Písanie slabík a krátkych slov zložených z osvojených písmen.

Prepis slabík a slov z tlačeneho do písaného písma.

Diktát písmen a slabík.

## **KOMUNIKÁCIA A SLOH (33 h)**

### Komunikácia, ústny prejav.

Nácvik vyjadrovania a výslovnosti žiakov.

Nácvik vecných formulácií, pozdravy, krátke oznámenia, prosba, poďakovanie.

## **ČÍTANIE A LITERATÚRA (132 h)**

### Technika čítania (66 h)

Poznávanie samohlások a, e, i, o, u, y a príslušných malých a veľkých písmen.

Rozlišovanie krátkych a dlhých samohlások.

Poznávanie a čítanie spoluhlások m, M, l, L, v, V, t, T, p, P, j, J.

Nácvik čítania otvorených a zatvorených slabík s osvojeným písmenom.

Čítanie a výslovnosť mäkkých slabík le, li, te, ti.

Čítanie jednoslabičných, dvojslabičných a niektorých trojslabičných slov zložených najmä z otvorených slabík.

Čítanie jednoduchých viet.

Čítanie písaného písma.

### **Literárna výchova (66 h)**

Cieľom literárnej výchovy v 1.ročníku je predovšetkým výchova pozorného detského poslucháča.

Žiaci sa učia počúvať a pokúšajú sa rozprávať najznámejšie jednoduché rozprávky založené na jednoduchom časovom radení opakovaných a obmieňaných dejov.

Učia sa počúvať a vnímať krátky príbeh, pokúšajú sa ho dramatizovať, prípadne ilustrovať.

Učia sa memorovať jednoduché rečňovanky.

Tieto zručnosti si žiaci osvojujú

- pri počúvaní ukážok z literatúry pre deti zo zvukových nahrávok,
- pri sledovaní videoprogramov,
- sledovanie bábkových hier (v triede a z televízneho vysielania).

Príležitostné návštevy detských bábkových divadiel.

Pokus o dramatizáciu s aplikáciami, plošnými bábkami, s maňuškami a podobne.

Nácvik a memorovanie jednoduchých básničiek, rečňovaniiek a vyčítaníiek od autorov detskej literatúry a z ľudovej tvorby (napr. K. Bendová, V. Šimková – J. Domasta; J. Anđel; J. Turan; F. Hrubín a iní).

Počúvanie a reprodukcia krátkej rozprávky o deťoch a zvieratkách (napr. M. Ďuríčková, M. R. Martáková, D. Hevier, H. Zelinová, E. Gašparová, N. Tánska a iní).

Obrázkové knižky (V. Machaj, Z. Vlach – M. Novacký, J. Kontár, E. Vančurová a iní).

## **PROCES**

Úlohou je spresňovať zmyslové vnímanie, rozvíjať ústne vyjadrovanie a kultúru reči žiakov. Pozorovaním okolitej skutočnosti a jej znázornenia na obrázkoch žiaci poznávajú a pomenúvajú predmety a činnosti.

Hrou a častými cvikmi sluchového vnímania sa zlepšuje schopnosť žiakov diferencovane vnímať zvuky.

Žiaci poznávajú, pomenúvajú, porovnávajú a rozlišujú veľkosť, farbu, tvar, vôňu a chuť predmetov.

Učia sa zameriavať svoju pozornosť podľa inštrukcie učiteľa postrehnúť rozdiely, zmeny, vzťahy a časovú následnosť.

Nacvičuje sa vyjadrovanie a výslovnosť žiakov.

Od pomenovávania predmetov a javov sa prechádza k nácviku vecných formulácií, predovšetkým jednoduchých viet.

Nacvičujú sa pozdravy, krátke oznámenia, vyjadrenie jednoduchej prosby, poďakovanie, ospravedlnenie.

Sústavne sa pestuje výslovnosť, dych a hlas detí.

Prebúdzajú sa vlastné úsilie žiakov o zreteľnú, dobre počuteľnú a zrozumiteľnú reč.

Na začiatkové čítanie a na postupné osvojovanie čitateľských návykov treba pripravovať žiakov hrou a špeciálnymi cvičeniami.

Rozvíja sa sluchové a zrkové vnímanie.

Cvičí sa sledovanie obrázkov zľava doprava, orientácia v riadku.

Členenie krátkych viet na slová.

Sluchová analýza a syntéza slov.

Pri nácviku písania vychádzame z detských hier a motivovaných prípravných cvikov.



## 2. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 10/ týždeň    spolu: 330 hodín/ rok**

<b>Zložka</b>	<b>Týždenná dotácia</b>	<b>Celoročná dotácia</b>
Jazyková komunikácia	5 hodiny	165 hodín
Komunikácia a sloh	1 hodina	33 hodín
Čítanie a literatúra	4 hodiny	132 hodín

### **CIELE**

Opakovať známe písmená z 1. ročníka,

– osvojovať si zručnosť čítať s porozumením jednoduché vety po slovách a jednoduchých hovorených taktoch,

– naučiť žiakov písať tie písmená malej a veľkej abecedy, ktoré sa žiaci učia čítať.

### **OBSAH**

#### **JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA (165 h)**

##### **Písanie**

Vytvárať zručnosť písať s príslušnými pracovnými, hygienickými a estetickými návykmi.

Naučiť sa písať písmená malej a veľkej abecedy, ktoré sa žiaci učia písať.

S ťažšími tvarmi veľkých písmen sa žiaci oboznámia, nemusia ich dokonale zvládnuť.

Písanie slabík a slov.

Nacvičovanie písmen v poradí podľa postupu v čítaní.

Cvičenia na písanie:

1. prvky písaných písmen,
2. písané písmená,
3. spájanie písmen do slabík
4. odpisovanie písaného písma
5. prepisovanie slabík a slov
6. písanie krátkych viet
7. písanie slabík a jednoduchých slov podľa diktátu

#### **KOMUNIKÁCIA A SLOH (33 h)**

Komunikácia, ústny prejav

Nácvik krátkych hovorených prejavov, vyjadrovanie osobných zážitkov a skúseností, formulácia odpovedí na otázky, formulácia želania, prosby, poďakovania.

Opísanie jednoduchej známej činnosti, osoby, zvierat'a, veci.

## **ČÍTANIE A LITERATÚRA (132 h)**

### Technika čítania (66 h)

Poznávanie a čítanie spoluhlások s,S, n,N, d,D, z,Z, b,B, h,H, k,K, š,Š, c,C, r,R, č,Č, ž,Ž, d',Ď, ě,Ě, ň,Ň, l,L.

Čítanie písanej abecedy.

Rozvíjanie fonetického sluchu.

Čítanie dvojslabičných a viacslabičných slov, zložených z otvorených slabík (typu mama, veselo).

Automatizácia čítania jednoslabičných slov typu les.

Čítanie zatvorených slabík a dvojslabičných slov, ktoré majú zatvorenú slabiku na začiatku alebo na konci.

Automatizácia čítania niektorých dvojslabičných slov ako celkov viazaných slabikovaním.

Čítanie vety s jednoduchou skladbou a slovníkom, ktoré sú obsahom primerané schopnostiam žiakov.

Slovné odpovede na otázky z obsahu čítaného textu.

### **Literárna výchova (66 h)**

Cieľom literárnej výchovy je približovať deťom literatúru, vyvolávať pocit radosti pri počúvaní rozprávok, príbehov zo života detí a zvierat, pri memorovaní detských rečovaniiek a vyčítaniek, pri sledovaní bábkových scénok, počúvaní vybraných zvukových nahrávok a sledovaní videoprogramov.

Prostredníctvom zážitkov, ktoré poskytuje literatúra, upevňovať citový vzťah k rodine, k domovu, k rodnému kraju.

Viesť žiakov k počúvaniu, prednesu, rozprávaniu a dramatizácii primeraných literárnych diel. Prebúdať u žiakov záujem o poznávanie kníh.

Všimáť si osoby vystupujúce v rozprávkach, poviedkach, rozlišovať hlavnú postavu (hrdinu), vyvolávať v deťoch predstavu miesta a času deja.

Navštíviť počas roka aspoň dve detské filmové alebo divadelné predstavenia.

Tento ideovo-umelecký obsah si žiaci osvojujú počúvaním ukážok z literatúry pre deti a mládež.

Recitovať rečňovanky a krátke básne od autorov detskej literatúry a z ľudovej tvorby (napr. M. Ďuričková, J. Andel, J. Navrátil, J. Čapek, J. Hála, Povedačky, Rapotanky).

Počúvanie a reprodukcia krátkej rozprávky od autorov detskej literatúry (napr. M. Rázusová-Martáková, J. Pavlovič, J. Čapek, L.N.Tolstoj, M. Lukešová).

Počúvať rozprávanie o deťoch a zvieratkách (M. Jančová, J. Šrámková, K. Bendová, M. Haštová).

Obrázkové knihy (V. Machaj, E. Weberová, I. Imro, J. Navrátil, A. Okruhlicová).

## **PROCES**

Úlohou je spresňovať zmyslové vnímanie, rozvíjať ústne vyjadrovanie a kultúru reči žiakov. Počas celého školského roka systematicky viesť žiakov k vyjadrovaniu osobných a spoločenských zážitkov a skúseností v krátkych hovorených prejavoch.

Učiť žiakov odpovedať na otázky, stručne oznamovať správy, formulovať želanie, prosbu, poďakovanie, blahoželanie.

Opísať jednoduché známe činnosti, osoby, zvieratá, veci z domáceho, školského i mimoškolského prostredia.

Ďalej spresňovať správnu výslovnosť žiakov.

Učiť žiakov členiť krátke jazykové prejavy na vety, slová a slabiky.

### 3. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 10/ týždeň    spolu: 330 hodín/ rok**

<b>Zložka</b>	<b>Týždenná dotácia</b>	<b>Celoročná dotácia</b>
Jazyková komunikácia	5 hodiny	165 hodín
Komunikácia a sloh	1 hodina	33 hodín
Čítanie a literatúra	4 hodiny	132 hodín

#### **CIELE**

- Vytvárať zručnosť členiť krátke jazykové prejavy na vety a vety rozkladať na slová,
- osvojiť si ostatné písmená abecedy,
- obohacovať slovnú zásobu žiakov a viesť ich k voľbe vhodného pomenovania,

#### **OBSAH**

##### **JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA (165 h)**

###### Písanie

Zdokonaľovanie rukopisu žiakov a nacvičovanie ostatných, dosiaľ nepreberaných písmen malej a veľkej abecedy.

Písanie krátkych známych slov, ktoré sa píše tak, ako sa vyslovujú.

Nacvičovanie ostatných písmen malej a veľkej abecedy v poradí podľa postupu v čítaní.

Odpisovanie, prepisovanie a diktát krátkych známych slov.

Písanie prvého slova vo vete s veľkým začiatočným písmenom, písanie vlastného mena osôb s veľkým začiatočným písmenom.

Odpisovanie písaného písma.

Prepisovanie tlačeného textu.

Písanie slov a viet podľa diktátu.

##### **KOMUNIKÁCIA A SLOH (33 h)**

###### Ústny prejav

Nácvik vyjadrovania osobných a spoločenských skúseností v krátkych hovorených prejavoch.

Vytváranie zručnosti členiť krátke jazykové prejavy na vety a vety rozkladať na slová.

Obohacovanie a spresňovanie slovnej zásoby žiakov.

## ČÍTANIE A LITERATÚRA (132 h)

Technika čítania

Poznávanie a nácvik ostatných písmen abecedy f, F, g, G, ä, ch, Ch, dz, Dz, dž, Dž, w, W, x, q, dvojhlások ia, ie, iu, ô a slabikotvorného r, l, ř, Í.

Čítanie písanej abecedy.

Spolu s poznávaním nových slabík vytváranie zručnosti žiakov plynule čítať skôr prebrané slabiky v slovách.

Vytváranie zručnosti žiakov čítať s porozumením, plynule po celých slovách a hovorových taktoch jednoduché vety krátkych textov.

Slovné odpovede na otázky z obsahu čítaného textu.

Literárna výchova Prebúdzanie záujmu o detskú literatúru.

Spoločné čítanie z čítanky, predčítanie z detských kníh a časopisov, vedenie žiakov k pokusu o samostatné čítanie vo voľnom čase.

Prostredníctvom literatúry vyvolávame v žiakoch pocity radosti a emocionálny vzťah ku skutočnosti, v ktorej žijú, k prírode, k domovu, k rodnému kraju, k vlasti.

Poézia od detských autorov (napr. M. Ďuríčková, K. Bendová, D. Hevier, Ľ. Podjavorinská, V. Reisel).

Rozprávky (napr. M. Ďuríčková, J. Pavlovič, B. Němcová)

## PROCES

Pokračujeme vo výcviku vyjadrovania osobných a spoločenských skúseností v krátkych hovorených prejavoch.

Postupne nacvičujeme čítanie niektorých slov rôzneho slabikového zloženia ako celkov viazaným slabikovaním.

Pri písaní v potrebnej miere spájame jazykovú a grafickú stránku písania.

Nacvičujeme akustickú a optickú analýzu a syntézu slov a slabík.

Vytvárame zručnosť a návyk prakticky a prehľadne si usporiadať pracovné miesto a potreby na lavici pri písaní, odpisovaní a prepisovaní z knihy.

Vedíme žiakov k sebakontrolu textu.

Dbáme na úpravu písaného textu (umiestnenie nadpisu, tvorenie odsekov, okraje papiera).

## 4. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 9/ týždeň    spolu: 297 hodín/ rok

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Jazyková komunikácia	4 hodiny	132 hodín
Komunikácia a sloh	1 hodina	33 hodín
Čítanie a literatúra	4 hodiny	132 hodín

### CIELE

- Poznávať vetu ako jazykový celok,
- vedieť rozoznávať druhy viet,
- poznávať slová rovnakého a opačného významu,
- vedieť rozoznávať spisovné a nespisovné slová,
- vedieť rozlišovať samohlásky a spoluhlásky, krátke a dlhé samohlásky, tvrdé a mäkké spoluhlásky,
- cvičiť sa v členení jednoduchých jazykových prejavov na vety,
- cvičiť sa v tvorbe jednoduchých ústnych jazykových prejavov.

### OBSAH

#### JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA (132 h)

Zvuková, významová, tvarová rovina jazyka a pravopis

Poznávanie vety z obsahovej, zvukovej a grafickej stránky.

Rozlišovanie oznamovacej, opytovacej, rozkazovacej a zvolacej vety.

Rozlišovanie slov vo vete.

Usporiadanie známych slov do významových okruhov.

Slová rovnakého a opačného významu.

Rozlišovanie spisovných a nespisovných slov.

Členenie slova na slabiky a hlásky. Rozlišovanie hlásky a písmena.

Rozlišovanie malých a veľkých písmen.

Rozlišovanie samohlások, spoluhlások a dvojhlások.

Rozdeľovanie slova podľa slabík na konci riadka (v jednoduchých prípadoch).

Rozlišovanie krátkych, dlhých samohlások a dvojhlások sluchom, ich správne vyslovovanie a písanie.

Rozlišovanie tvrdých a mäkkých spoluhlások.

Písanie „i“ po mäkkých spoluhláskach a „y“ po tvrdých spoluhláskach.

Osvojovanie výslovnosti a písania slov s mäkkými slabikami de, te, ne, le, di, ti, ni, li.

Písanie

Docvičovanie a opakovanie všetkých malých a veľkých písmen a číslíc.

Precvičovanie písmen strednej výšky s veľkosťou 4 mm.

Precvičovanie písmen s hornou a dolnou dĺžkou s veľkosťou 8 mm.

Precvičovanie písmen s dĺžňom a mäkčeňom.

Spresňovanie štíhlosti oválnych písmen s oblúkom a hornými a dolnými slučkami.

Spresňovanie rovnomernej výšky písmen, rozdielnej výšky písmen tvarovo podobných (e – l, v – V, c – C, č – Č, ch – Ch, o – O, z – Z, ž – Ž).

Precvičovanie spájania písmen o, v, b s ostatnými písmenami prehĺbením a pretiahnutím háčikov (najmä s písmenami e, r, z).

## **KOMUNIKÁCIA A SLOH (33 h)**

Členenie krátkych jazykových prejavov na vety.

Obmieňanie oznamovacích, rozkazovacích a opytovacích viet.

Doplňovanie vhodného slova do vety.

Pomenúvanie pozorovaných predmetov a javov.

Odpovede na otázky

Ústne odpovedanie na otázky na základe obrázkov, vlastných skúseností, textov z čítanky.

Tvorenie otázok k jednoduchému textu.

Reprodukcia

Reprodukovanie krátkych, jednoduchých viet.

Rozprávanie

Rozprávanie podľa obrázkov alebo série obrázkov.

Opis

Opis jednoduchých predmetov. (napr. veci dennej potreby a veci, ktoré poznajú žiaci z vlastivedy).

Formy spoločenského styku

Precvičovanie pozdravov, oslovenia, požiadania, vyjadrenia súhlasu a nesúhlasu, poďakovania, ospravedlnenia, krátkeho odkazu, blahoželaní.

## **ČÍTANIE A LITERATÚRA (165 h)**

Technika čítania

Čítanie jednoduchých krátkych textov správne a s porozumením.

Precvičovanie správneho slovného prízvuku a prirodzenej intonácie.

Rozvíjanie schopnosti orientovať sa v prečítanom texte.

Rozvíjanie kultúry hovoreného slova žiakov, vytváranie návykov správneho dýchania, znenia hlasu, správnej artikulácie a spisovnej výslovnosti.

Literárna výchova

Vnímanie a chápanie ilustrácie v čítanke, v knihe a v detskom časopise pri práci s textom.

Nácvik spájania obsahu čítaného textu s ilustráciou.

Menovanie postáv vystupujúcich v rozprávke, príbehu o deťoch alebo zvieratách.

Jednoduchá reprodukcia obsahu rozprávky alebo príbehu podľa otázok.

Nácvik vnímania rytmu verša, rýmu.

Praktické rozlišovanie verša od prózy.

Porozumenie pojmom rozprávka, hlasné čítanie, bábkové divadlo, bábkky, maňušky, divadelné predstavenie, filmové predstavenie.

Čítanie a počúvanie ukážok z literatúry pre deti a mládež.

Poézia od detských autorov ( napr. Ľ. Podjavorinská, H. Zelinová, J. Turan, D. Hevier).

Rozprávky a rozprávkové dobrodružstvá ( P. Dobšinský, E. Čepčeková, J. C. Hronský, F. Hrubín, J. Kožíšek, J. Pavlovič, S. Maršak, C. Janczarski).

Poviedky o prírode, zvieratách a deťoch (M. Jančová, M. Haštová, M. Haľamová, R. Gauberová, R. Moric).

Povesti, literárno-náučné texty o prírode a technike.

## **PROCES**

V písaní žiaci spresňujú tvary písmen a číslíc, zachovávajú rovnakú veľkosť, odporúča sa jednotný sklon písma 75 stupňov.

Učia sa správne spájaniu písmen.

Postupuje sa podľa tvarových skupín písmen a číslíc:

1. l, ľ, í, e, é, b, f, h, k, d, ď, t, ť, číslice 1,4

2. U, u, ú, (ü), i, í, r, ř, (ř), n, ň, m, V, v, y, ý, (W, w, X, x)



3. C, c, Č, č, E, Ch, ch, číslice 6
4. O, Ó, o, ó, ô, (ö), a, á, ä, d, ď, dz, dž, číslice 0, 9
5. j, p, g, G, y, ý, (Q, q)
6. I, J, H, K, (X, x), číslice 8, 4
7. P, B, R, (Ř), T, Ě, F, číslice 3, 5, 8
8. S, s, Š, š, L, Ľ, D, Ď, Dz, Dž, Z, z, Ž, ž, číslice 2, 7
9. A, N, Ň, M 10. . : , ; ,, ,, ! ? - = + ( )

Písmená v zátvorkách sa nacvičujú len podľa potreby (ak sa vyskytujú v menách žiakov, v miestnych názvoch). V čítaní venujeme zvýšenú pozornosť a individuálnu starostlivosť žiakom s chybami reči. Pri čítaní ukážok sa zameriavame na poéziu detských hier a zábav, prírodu a ľudí v premene ročných období, na krásu ľudských vzťahov a kladných ľudských vlastností.

## 5. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 7/ týždeň    spolu: 231 hodín/ rok

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Jazyková komunikácia	3 hodiny	99 hodín
Komunikácia a sloh	1 hodina	33 hodín
Čítanie a literatúra	3 hodiny	99 hodín

### CIELE

- Správne písať „i“ po mäkkých spoluhláskach a „y“ po tvrdých spoluhláskach,
- poznávať obojaké spoluhlásky a pravopis vybraných slov po b, p, m,
- poznávať podstatné mená, učiť sa určovať ich rod a číslo,
- rozlišovať všeobecné a vlastné podstatné mená, učiť sa ich správne písať,
- ústne tvoriť vety s danými slovami, ň
- písomne dopĺňať a obmieňať vety,
- cvičiť sa v tvorení jednoduchých krátkych textov a rozprávania.

### OBSAH JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA (99 h)

#### Zvuková, významová, tvarová rovina jazyka a pravopis (33 h)

Obojaké spoluhlásky, správne písanie „y“ vo vybraných slovách po b, p, m.

Podstatné mená - rod a číslo.

Poznávanie vlastných mien osôb, zvierat, miest, obcí, hôr, riek (všeobecne známych z najbližšieho okolia).

Rozlišovanie všeobecných a vlastných podstatných mien.

Nacvičovanie správneho písania vlastných podstatných mien.

#### **Písanie (66 h)**

V spojení s jazykovým vyučovaním si žiaci zdokonaľujú rukopis so zreteľom na svoje individuálne potreby.

Zvyšuje sa dôraz na plynulé písanie slov (bez zbytočného prerušovania písacieho ťahu), so zameraním na automatizáciu písacieho pohybu.

Dbá sa na dodržiavanie všetkých kvalitatívnych znakov písma, najmä na tvaropis, jednotný sklon a na úpravu písaných celkov.

Postupne sa zvyšuje rýchlosť písania.

Priemerná veľkosť písmen strednej výšky je 3 – 4 mm, hornej a dolnej dĺžky 6 – 8 mm.

## **KOMUNIKÁCIA A SLOH (33 h)**

Tvorenie viet s danými slovami (ústne).

Výber vhodných výrazov.

Dopĺňanie viet (písomne) a obmieňanie slovami zvládnutými z pravopisnej stránky.

Pomenovávanie pozorovaných predmetov, javov a vlastnej činnosti (vyjadriť sa o nich).

### Odpovede na otázky

Odpovedanie na otázky podľa obrázkov, na základe vlastných skúseností a čítankových textov. Odpovede postupne tvoria súvislejší celok.

Tvorenie otázok k jednoduchému textu.

### Reprodukcia

Reprodukcia kratších textov.

### Rozprávanie

Rozprávanie podľa obrázkov alebo podľa série obrázkov a na základe vlastných zážitkov.

Rozprávanie podľa jednoduchej osnovy, ktorú najprv zostavil učiteľ, neskôr za spolupráce všetkých žiakov.

### Opis

Opis spolužiaka, skutočných predmetov alebo obrázkov s dejovými prvkami (ústne).

### Formy spoločenského styku

Požiadanie o informáciu a vedieť podať stručnú informáciu, privítať návštevu a rozlúčiť sa s ňou; blahoželať (k narodeninám, k Novému roku, Dňu matiek – ústne).

Napísať pozdrav a blahoželanía na pohľadnici (úprava – adresa, dátum, oslovenie, pozdrav, podpis).

## **ČÍTANIE A LITERATÚRA (99 h)**

### **Technika čítania (33 h)**

Čítanie primeraných textov správne a s porozumením.

Postupné plynulé, vhodne členené a prirodzene intonované čítanie súvetí (sústredovanie sa na významovú stránku viet a odsekov a na porozumenie obsahu textu).

Upevňovanie správneho slovného prízvuku, správne klásť vetný prízvuk.

Rozvíjanie a uplatňovanie návykov správneho a ekonomického dýchania, správneho znenia hlasu, starostlivosti artikulácie a spisovnej výslovnosti.

Rozširovanie slovnej zásoby žiakov.

Presnejšie rozlišovanie významu slov, vyberať vhodný výraz a správne tvoriť vety, odpovedať na otázky z čítaného a s pomocou učiteľa jednoducho reprodukovat' obsah.

### **Literárna výchova (66 h)**

Oboznamovanie sa s literárnymi textami - hlasným čítaním, počúvaním predčítaného alebo hraného textu.

Spájanie obsahu čítaného textu s príslušnou ilustráciou k literárnemu textu, vnímať ju, rozumieť jej.

S pomocou učiteľa reprodukovat', prípadne dramatizovať dej rozprávky alebo poviedky. Rozprávať príbeh hlavnej postavy a hodnotiť jej povahové vlastnosti, určiť čas a miesto deja, rozlišovať reálne a nereálne (rozprávkové) prostredie.

Rozumieť niektorým ďalším literárnym pojmom a výrazom (bez ich definovania) v súvislosti so skutočnosťou, ktorú tieto pojmy a výrazy označujú, napr.: rozhlasové a televízne relácie, povesť, hádanka, báseň, spisovateľ, časopis.

Poézia od detských autorov (napr. K. Bendová, J. Turan, Š. Žáry, F. Hrubín)

Rozprávky a dobrodružná literatúra (napr. O. Sekora, A. Tolstoj, J. C. Hronský, J. a W. Grimmovci a iní).

Povesti a balady (napr. M. Ďuričková, M. Rázusová-Martáková a iní). Povesti zo života detí (napr. M. Haľamová, J. Šrámková, M. Jančová).

Rozprávky, bájky a poviedky o prírode a zvieratkách (napr. R. Móric, Ezopove bájky, V. Bednár)

### **PROCES**

Počas celého roka sa venuje starostlivosť zvukovej stránke hovorených prejavov žiakov.

Do učiva sa zaraďujú lexikálno-sémantické a štylistické cvičenia.

Literatúra odporúčaná na čítanie v 5.ročníku ukazuje krásu sveta, prírody a ľudí.

V slovenských rozprávkach sa žiaci oboznamujú s typom národného rozprávkového hrdinu, čítaním moderných rozprávok o zvieratkách si rozvíjajú vzťah k prírode, pri čítaní poviedok o deťoch získavajú poznatky o živote detí v minulosti a v súčasnosti.

Pri čítaní poviedok zo súčasnosti poznávajú vzťahy k rodine, v detskom a školskom kolektíve a prebúdzajú sa ich city priateľstva k osobám vo svojom okolí, k deťom vo všetkých krajinách a k dospelým ľuďom na celom svete.

## 6. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 7/ týždeň    spolu: 231 hodín/ rok**

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Jazyková komunikácia	3 hodiny	99 hodín
Komunikácia a sloh	1 hodina	33 hodín
Čítanie a literatúra	3 hodiny	99 hodín

### CIELE

- Osvojiť si vybrané slová a učiť sa správne písať vybrané a ich príbuzné slová,
- naučiť sa slovenskú abecedu a získať zručnosť využívať ju v praxi,
- dokončiť výcvik v poznávaní a určovaní podstatných mien,
- v mužskom rode rozlišovať životnosť,
- poznávať slovesá v prítomnom čase,
- poznávať predložky a osobné zámená,
- cvičiť sa v štylizácii (napr. dopĺňať vety, vyberať vhodné slová a podobne),
- cvičiť sa v tvorení jednoduchých ústnych prejavov najmä formou reprodukcie krátkych
- textov, rozpráváním a opisom,
- cvičiť sa vo formách spoločenského styku.

### OBSAH

#### **JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA ( 99 h)**

##### Zvuková, významová, tvarová rovina jazyka a pravopis

Osvojenie ustálených radov vybraných slov.

Osvojenie zručnosti správne písať „y“ po obojakých spoluhláskach vo vybraných slovách a v ich najfrekvencovanejších príbuzných slovách.

Správne písanie „i“ po obojakých spoluhláskach vo vnútri ostatných slov a odôvodňovanie ich pravopisu.

Osvojenie si slovenskej abecedy.

Vyhľadávanie slov v abecedných zoznamoch (napr. v Príručke slovenského pravopisu pre školy, v telefónnom zozname, v PSC, v Detskej encyklopédii a pod.).

Zaraďovanie nových slov podľa prvého písmena abecedy a aj podľa ďalších písmen v slove.

Poznávanie podstatných mien (vlastností a činností), určovanie čísla a rodu.

Rozlišovanie životnosti pri podstatných menách mužského rodu.

Zmena tvaru podstatných mien.

Oboznamovanie sa s poradím pádov a pádovými otázkami.

Vyslovovanie a písanie predložky s podstatným menom.

Poznávanie slovies v prítomnom čase.

Časovanie slovies v prítomnom čase.

Poznávanie a určovanie slovesnej osoby a čísla.

Poznávanie slovies v neurčitku, tvorenie a používanie príslušného tvaru (výslovnosť aj pravopis).

Výcvik pravopisu prípon v slovesách v 3. osobe jednotného a množného čísla (rytmické pravidlo: otvorí, rozsvieti, tvári sa a pod.)

Poznávanie osobných zámen v súvislosti s časovaním slovies.

## **KOMUNIKÁCIA A SLOH (33 h)**

Obmieňanie slov vo vete.

Dopĺňanie a rozvíjanie viet vhodnými výrazmi.

Odpovede na otázky

Písomné odpovede na jednoduché otázky.

### Reprodukcia (11 h)

Reprodukovanie krátkych textov so synonymickými obmenami slov a viet.

### Rozprávanie (11 h)

Rozprávanie podľa obrázkov alebo série obrázkov a na základe vlastných zážitkov.

Rozprávanie podľa osnovy zostavenej kolektívom triedy pod vedením učiteľa.

Sústredenie sa na podstatné dejové udalosti a dodržiavanie časovej postupnosti rozprávkových dejov.

Vyjadrovanie sa bez opakovania rovnakých slov vo vete.

### Opis (11 h)

Opis triedy, miestnosti, osoby, obrázka s dejovými prvkami, práce v domácnosti, činnosti v dielni pri pracovnom vyučovaní a podobne – ústne.

Formy spoločenského styku

Precvičovanie oslovenia známej i neznámej osoby, pozdravy.  
Predstavenie sa, ospravedlnenie sa, odovzdanie krátkeho odkazu.  
Písanie jednoduchého oznámenia na pohľadnicu a korešpondenčný lístok.  
Formulovanie prosby, poďakovania, ospravedlnenia a blahoželaní.

## **ČÍTANIE A LITERATÚRA (99 h)**

### Technika čítania (33 h)

Upevňovanie zručnosti čítať plynule, správne a s porozumením formou aj obsahom primerane náročné umelecké aj náučné texty a orientovať sa v nich.

Čítanie viet s prirodzenou intonáciou, správnym slovným a vetným prízvukom, s pochopením obsahu.

Rozširovanie slovnej zásoby.

Využívanie slovnej zásoby primeranej schopnostiam pri reprodukcii prečítaných textov podľa jednoduchej osnovy.

### **Literárna výchova (66 h)**

Osvojovanie si literárnych textov hlasným čítaním, počúvaním predčítavaného slova alebo hraného textu, počúvanie zvukových nahrávok.

Pri práci s textom vnímanie, prežívanie a chápanie ilustrácie ukážok v čítanke, v literatúre pre deti a mládež a v časopisoch pre deti.

Spájanie obsahu prečítaného textu s ilustráciou.

Orientácia v deji rozprávok, poviedok, povestí a členenie ich deja na časti.

Pri rozprávaní spájanie jednotlivých častí do celkového deja.

Poznávanie hlavnej myšlienky krátkeho jednoduchého diela.

Rozumieť vybraným pojmom a výrazom : ľudová a umelá rozprávka, balada, povesť (bez ich definovania).

Sledovanie vhodných relácií rozhlasu a televízie, príležitostná návšteva divadelného a filmového predstavenia.

Rozprávanie o videnom programe.

Poézia od detských autorov (napr. E. Podjavorinská, P.O. Hviezdoslav, J. Navrátil, T. Janovic).

Rozprávky a dobrodružná literatúra (napr. P. Dobšinský, B. Němcová, H.Ch. Andersen, J. a W.Grimmovci, K. Čukovskij, S. Maršak).

Bájkky a poviedky o prírode (napr. R. Móric, Ľ. Ondrejov, D. Štubňa-Zámostský, Ezop).  
Povesti, balady, báje a historické poviedky (napr. K. J. Erben, M. Ďuríčková, J. Horák, S. Chalupka, A. Jirásek, M. Ferko).

Náučná literatúra (napr. J. Ponec, C. Valšík, L. Švihran, V. Ferko, M. Šurinová)

## **PROCES**

Počas celého roka sa venuje starostlivosť zvukovej stránke hovorených prejavov.

Do učiva sa zaraďujú lexikálno-sémantické a štylistické cvičenia.

Gramatické učivo sa zameriava na pravopisný výcvik.

Literatúra odporúčaná v 6. ročníku ukazuje krásu prírody a život detí v súčasnosti i v minulosti.

Pri čítaní ľudových i autorských rozprávok si žiaci rozvíjajú fantáziu a formujú si vzťah k pravde a k dobru.

Čítaním vybraných povestí poznávajú dejiny svojho národa a formuje sa ich národné povedomie. Čítaním náučnej literatúry si žiaci rozširujú poznatky o prírode, spoločnosti a človeku.



## 7. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 7/ týždeň    spolu: 231 hodín/ rok

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Jazyková komunikácia	3 hodiny	99 hodín
Komunikácia a sloh	1 hodina	33 hodín
Čítanie a literatúra	3 hodiny	99 hodín

### CIELE

- Oboznámiť žiakov so stavbou slov,
- správne písať a vyslovovať slová s niektorými predponami,
- utvrdzovať zručnosť správne písať „i“ a „y“ po obojakých spoluhláskach vo vnútri slova,
- pochopiť pojem vzoru pri podstatných menách a naučiť sa zaraďovať podstatné mená,
- poznávať minulý a budúci čas sloviess,
- poznávať prídavné mená,
- cvičiť sa v tvorbe súvislých ústnych prejavov a vo formách spoločenského styku.

### OBSAH

#### JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA (99 h)

Zvuková, významová, tvarová rovina jazyka a pravopis

Stavba slova

Tvorenie nových slov pomocou slovotvornej predpony a slovotvornej prípony, poznávanie slovotvorného základu.

Nácvik správneho písania a spisovného vyslovovania slov s predponami napríklad: na-, vy

Podstatné mená

Precvičovanie poznávania podstatných mien, určovanie rodu a čísla.

Skloňovanie podstatných mien podľa pádových otázok, určovanie pádu podstatných mien.

Oboznamovanie sa s pojmom vzoru, skloňovanie podstatných mien podľa jednotlivých vzorov.

Pravopis podstatných mien.

Prídavné mená

Poznávanie akostných prídavných mien a ich význam v bežnom jazyku.

Poznávanie a určovanie rodu a čísla prídavných mien.

Slovesá

Poznávanie sloviess v oznamovacom spôsobe, v prítomnom, minulom a v budúcom čase.

Časovanie sloviess.

Pomocné sloveso byť.

## **KOMUNIKÁCIA A SLOH (33 h)**

Cvičenie v rozlišovaní spisovných a nespisovných jazykových prostriedkov.

Nácvik výstižného vyjadrovania, najmä vhodným výberom prídavných mien.

Cvičenie v pozorovaní.

Pomenovávanie a vyjadrovanie sa o pozorovaných predmetoch, javoch a činnostiach.

Odpovede na otázky

Písomné odpovede žiakov na otázky, ktoré sa týkajú ich života a ich blízkeho okolia.

Reprodukcia

Žiaci reprodukujú čítankové texty.

Rozprávanie

Rozprávanie žiakov podľa vlastných zážitkov a prečítaných textov.

Kolektívne zostavovanie osnovy príbehu a rozprávanie podľa osnovy.

Dodržiavanie základného členenia jazykového prejavu na úvod, hlavnú časť a záver.

Opis

Opis predmetov, obrázkov, osôb, pracovných postupov.

Zostavovanie jednoduchej správy na nástenku.

Formy spoločenského styku

Písanie listu s jednoduchým oznámením.

Osvojovanie si formy a úpravy listu, obálky.

Telefonovanie.

Vyplňanie poštových tlačív – podací lístok, poštová sprievodka, poštová poukážka.

## **ČÍTANIE A LITERATÚRA (99 h)**

### Technika čítania (33 h)

Čítanie primerane náročných umeleckých a náučných textov plynule, správne a s porozumením.

Prechod k spôsobu čítania, ktoré sa približuje čítaniu dospelých.

Rozširovanie a obohacovanie slovnej zásoby žiakov, presnejšie rozlišovanie významu slov, výstižnejšie a presnejšie vyjadrovanie.

### **Literárna výchova (66 h)**

Žiaci sa oboznamujú s literárnymi textami, väčšinou už výrazným hlasným čítaním, ale aj počúvaním.

Pri čítaní a počúvaní ukážok z literárnych diel si žiaci rozvíjajú vzťahy k prírode a k ľuďom, učia sa chápať hodnotu ľudskej práce, jej potrebu a celospoločenský význam.

Pri práci s textom uvedomelo spájajú obsah textu s ilustráciou.

Učia sa prakticky rozumieť vybraným pojmom a výrazom v súvislosti so skutočnosťou, ktorú tieto pojmy a výrazy označujú: poézia, próza, poviedka, báj, historická próza, encyklopédia, náučná literatúra.

Poézia od detských autorov (napr. M. Rázusová – Martáková, S. Chalupka, S. Maršák, M. Rúfus).

Rozprávky a rozprávkové dobrodružstvá (napr. B. Němcová, K. Čapek, J. C. Hronský, L. Feldek, K. Ondrejka).

Poviedky a romány zo života detí (napr. M. Majerová, B. Němcová, R. Dobiáš, V. Šikula)

Bájk, poviedky o zvieratkách a dobrodružná literatúra (napr. E. Kästner, J. Záborský, D. Defoe, R. Moric, V. Ferko, K. May, S. Michalkov).

Báje, povesti, historická próza (napr. M. J. Huska, J. Poliak, J. Horák, R. Moric, M. Ďuríčková)

Náučná literatúra (napr. J. Ponec, M. Labuda, E. Jelínková, L. Švihán, J. Galata, M. Šurinová)

### **PROCES**

Žiaci reprodukujú texty na čítanie a v dramatizácii krátkych textov vedia použiť aj priamu reč.

Počas celého roka sa venuje zvýšená starostlivosť hovorenému prejavu žiakov. Do učiva sa zaraďujú lexikálne – sémantické a štylizračné cvičenia. Osvojované učivo sa zameriava na pravopisný výcvik, v jednoduchých prípadoch sa žiaci učia odôvodňovať i/y. Pri výbere ukážok z literárnych diel učiteľ oboznamuje žiakov aj s dielami súčasných mladých autorov.

## 8. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 7/ týždeň    spolu: 231 hodín/ rok

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Jazyková komunikácia	3 hodiny	99 hodín
Komunikácia a sloh	1 hodina	33 hodín
Čítanie a literatúra	3 hodiny	99 hodín

### CIELE

- Docvičovať a utvrdzovať zručnosť správne písať „i“ a „y“ po mäkkých, tvrdých a – obojakých spoluhláskach a vo vybraných slovách,
- poznávať prídavné mená tvrdého a mäkkého zakončenia, osvojovať si ich pravopis,
- poznávať číslovky,
- oboznámiť sa s písaním základných, radových a zložených čísloviek,
- cvičiť sa v tvorbe súvislých ústnych prejavov a vo formách spoločenského styku.

### OBSAH

#### JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA (99 h)

Zvuková, významová, tvarová rovina jazyka a pravopis

Podstatné mená

Skloňovanie podstatných mien mužského rodu.

Skloňovanie podstatných mien ženského rodu.

Skloňovanie podstatných mien stredného rodu.

Prídavné mená

Vlastnostné prídavné mená.

Pravidelné stupňovanie prídavných mien.

Skloňovanie prídavných mien tvrdého zakončenia.

Skloňovanie prídavných mien mäkkého zakončenia.

Zámená

Používanie osobných zámen.

Slovesá

Minulý čas slovíes.

Oznamovací a rozkazovací spôsob slovíes.

Číslovky

Základné číslovky a ich písanie.

Zložené číslovky a ich písanie.

Radové číslovky a ich písanie.

Skladba

Holá veta.

Rozvitá veta.

Zložená veta – súvetie.

## **KOMUNIKÁCIA A SLOH (33 h)**

Štylizácia a kompozícia:

Zostavenie jednoduchej osnovy jazykového prejavu.

Zostavenie jednoduchej osnovy čítankových textov.

Výcvik v súvislých jazykových prejavoch:

Rozprávanie

Ústne alebo písomné rozprávanie podľa vopred pripravenej osnovy.

Opis

Opis predmetu, obrázka, osoby, krajiny, pracovného postupu.

Formy spoločenského styku

Písanie listu rodičom, listu s poďakovaním, s blahoželaním.

Osvojovanie si formy a úpravy listu, obálky.

Požiadanie – prosba, rozkaz, poďakovanie.

Ospravedlnenie.

Oslovenie a predstavenie sa.

Vypĺňanie jednoduchého dotazníka.

Životopis.

## **ČÍTANIE A LITERATÚRA (99 h)**

Technika čítania

Plynulé čítanie s porozumením.

Používanie vhodnej sily, intonácie a zafarbenia hlasu so zreteľom na obsah čítaného textu.

Pestovanie kultúry reči žiakov.

Literárna výchova

Zhrnutie poznatkov žiakov o literatúre.

Orientácia v prečítanom literárnom diele, v deji, v postavách a prostredí.

Reprodukcia obsahu.

Rozvíjanie záujmu žiakov o mimoškolské čítanie, knihy, časopisy, noviny.

Porozumenie pojmom poviedka, román, divadelná hra, autor, básnik, prozaik, dramatik.

Odporúčaná literatúra:

Poézia: napr. výber z poézie pre deti M. Rúfusa, Š. Žáryho, J. Kostru, J. Smreka, V. Reisela, J. Navrátila Ľ. Feldeka, Š. Moravčíka a iných.

Poviedky a romány zo života detí: napr. R. Smatanová, J. Červenková, K. Jarunková, V. Šikula, A. Marschall, K. Jarunková, M. Jančová, J. Tužinský, Max von der Grün.

Dobrodružné poviedky a romány: napr. R. Arthur, J. Swift, J. Verne, J. London, M. Twain, J. Curwood.

Povesti a historická próza: napr. Ľ. Zúbek: Moja Bratislava; Š. Moravčík: Záhorácke povesti, V. Ferko: Tisíc násobný dukát a iné.

Náučná literatúra: napr. Veľká kniha otázok a odpovedí, L. Švihran: 1000 plus 1 slovenských naj, C. Varleyová-I. Milesová: Zemepisná encyklopédia, H. Škodová – E. Škoda: Už viem prečo, T. Šipöcz: Ako je to možné?, C. Valšík: Farebná detektívka.

Ukážky divadelných hier: napr. J. G. Tajovský: Ženský zákon; J. Zeyer: Radúz a Mahuliena a iné.

## **PROCES**

Žiaci si precvičujú oslovenie, predstavenie sa, požiadanie, poďakovanie, ospravedlnenie, privítanie návštevy a rozlúčenie sa. Učia sa vyplniť podľa predtlaču dotazník. Pri čítaní a prednese literárnych ukážok pestujeme kultúru reči žiakov, obohacujeme ich slovnú zásobu a rozvíjame schopnosť súvisle sa vyjadrovať. Učíme ich porozprávať svoje zážitky zrozumiteľným spôsobom. Pri výbere ukážok z literárnych diel učiteľ oboznamuje žiakov aj s dielami súčasných mladých autorov.

## 9. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 7/ týždeň    spolu: 231 hodín/ rok

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Jazyková komunikácia	3 hodiny	99 hodín
Komunikácia a sloh	1 hodina	33 hodín
Čítanie a literatúra	3 hodiny	99 hodín

### CIELE

- Docvičovať a utvrdzovať zručnosť správne písať „i“ a „y“ po mäkkých, tvrdých a – obojakých spoluhláskach a vo vybraných slovách,
- precvičiť si pravopis podstatných a prídavných mien,
- upevniť si pravopis slovíec, najmä v minulom čase a v rozkazovacom spôsobe,
- osvojiť si ústne a písomné vykanie,
- učiť sa vyplňať úradné tlačivá,
- cvičiť sa v kompozícii a štylizácii,
- osvojiť si ústne i písomné formy spoločenského styku.

### OBSAH

#### JAZYKOVÁ KOMUNIKÁCIA (99 h)

Zvuková, významová, tvarová rovina jazyka a pravopis

Predložky

Písanie predložiek.

Predložky a pádové otázky.

Podstatné mená

Určovanie podstatných mien.

Pravopis životných podstatných mien mužského rodu.

Pravopis neživotných podstatných mien mužského rodu.

Pravopis podstatných mien ženského rodu.

Pravopis podstatných mien stredného rodu.

Prídavné mená

Stupňovanie prídavných mien.

Pravopis vlastnostných prídavných mien.

Privlastňovacie prídavné mená.

Zámená

Používanie osobných zámen.

Písanie osobných zámen, tykanie, vykanie.

Slovesá

Slovesá v prítomnom, minulom a budúcom čase.

Číslovky

Základné číslovky a radové číslovky.

Skladba

Jednoduchá veta a zložená veta.

## **KOMUNIKÁCIA A SLOH (33 h)**

Štylizácia a kompozícia: Zostavenie jednoduchej osnovy jazykového prejavu.

Výcvik v súvislých jazykových prejavoch: Rozprávanie

Ústne alebo písomné rozprávanie podľa vopred pripravenej osnovy, podľa prečítaného textu, podľa série obrázkov.

Opis

Opis (ústne i písomne) osoby, predmetu, pracovného postupu.

Formy spoločenského styku

Oslovenie, pozdrav, požiadanie, poďakovanie, ospravedlnenie sa, privítanie návštevy a rozlúčenie sa, požiadanie o informáciu, podanie informácie, telefonický rozhovor, pozdrav, blahoželenie, prejavenie sústrasti, list.

Praktické písomnosti

Podací lístok, poštová poukážka, poštová sprievodka na balík, žiadanka, dotazník, prihláška na pobyt, životopis, oznámenie, pozvánka, objednávka a iné.

## **ČÍTANIE A LITERATÚRA (99 h)**

### **Technika čítania (33 h)**

Výcvik čítania a ústneho vyjadrovania.

Upevňovanie čitateľských zručností na primerane náročných náučných a umeleckých textoch, orientácia v prečítanom texte a reprodukovanie jeho obsahu.

### **Literárna výchova ( 66 h )**



Vzbudzovanie záujmu o mimoškolské čítanie kníh, časopisov, novín, o sledovanie vhodných programov rozhlasu a televízie, podľa miestnych možností aj o návštevy divadelných a filmových predstavení.

Vyjadrovanie vlastných citových zážitkov zrozumiteľným spôsobom.

Odporúčaná literatúra:

Poézia: napr. výber z poézie M. Rúfusa, V. Reisela, J. Navrátila, J. Bottu, S. Chalúpku, J. Kostru, A. Plávku, J. Smreka, a iných.

Poviedky a romány zo života detí: napr. E. Kästner: Lujza a Lotka; M. Jančová: Prvá láska; J. Tužinský: Straka nekradne; Max von der Grün: Krokodíli z predmestia; N. Tánska: S dievčiskom sa nehráme; B. Němcová: Babička; H. Zelinová: Jakubko; A. Reiner: Dedko, babka a ja; a iných.

Dobrodružné poviedky a romány: napr. R. Móric: Rozprávky z lesa, Volanie divočiny; D. Defoe: Robinson Crusoe; E. Kästner: Emil a detektívi; Dan Clark: Slepacia polievka pre dušu; a iných.

Báje, balady, povesti a historická próza: napr. od autorov S. Chalupku, J. Bottu, J. Poliaka, M. J. Husku, M. Ďuríčkovej, M. Ferku, R. Morica, J. Štiavnického a iných.

Náučná literatúra: napr. od autorov M. Labudu, M. Šurinovej, L. Švihrana, J. Galatu, E. Majzlanovej, B. Škárku, I. Čajdu, A. Lanngleya, S. Parkera a iných.

Divadlo, rozhlas, film a televízia v živote človeka: oboznámenie žiakov s dramatickými dielami slovenských a zahraničných autorov.

## **PROCES**

Z hľadiska jazykového prejavu si žiaci precvičujú správanie sa v praktických životných situáciách, napríklad na pošte, v reštaurácii, v obchode, na návšteve, u lekára, v cudzom meste, v holičstve a kaderníctve. Učia sa napísať oznam, jednoduchú správu, SMS správu. Ústne i písomne si precvičujú opis predmetu a pracovného postupu, upevňujú formy spoločenského styku. Prečítaný text reprodukovujú podľa otázok učiteľa a podľa osnovy. Pri výbere ukážok z literárnych diel učiteľ oboznamuje žiakov aj s dielami súčasných mladých autorov.

# **MATEMATIKA**

## **PRE 1. AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S ĽAHKÝM STUPŇOM MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

### **CHARAKTERISTIKA PREDMETU**

Poňatie vyučovania matematiky žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia je v súlade s poňatím vyučovania matematiky žiakov na bežnej základnej škole. Vyučovanie matematiky sa snaží všetkým žiakom, spôsobom primeraným ich mentálnej úrovni, poskytnúť adekvátnymi formami a metódami také matematické vzdelanie, ktoré im umožní riešiť najnutnejšie problémy a úlohy praktického života a aj budúceho pracovného pomeru. Matematické vedomosti, zručnosti a návyky sa budujú v súlade s matematickou teóriou na rôznom stupni intuitívneho prístupu podľa individuálnych schopností žiaka, systematicky sa uplatňuje zásada názornosti. Pri opakovaní a upevňovaní učiva sa žiaci učia využívať svoje matematické poznatky pri riešení problémov praxe predovšetkým prostredníctvom riešenia úloh, ktorých námety zodpovedajú skúsenostiam a úrovni poznania žiakov špeciálnej základnej školy i pri riešení rôznych problémov v ostatných vyučovacích predmetoch. Spojeniu vyučovania matematiky s praxou prispieva i to, že sa žiaci naučia používať rôzne pomôcky umožňujúce geometrické konštrukcie. Individuálnym prístupom získava žiak prostredníctvom matematiky základné matematické vedomosti, zručnosti a návyky tak, aby ich v rozsahu svojich individuálnych schopností a možností, na svojom aktuálnom stupni vývinu dokázal v živote prirodzene aplikovať.

Ciele predmetu matematika sú kladené tak, aby bol obsah a proces vzdelávania orientovaný na žiaka, aby prostredníctvom individuálneho, názorného a štruktúrovaného prístupu pôsobili na pozitívny kognitívny rozvoj a v konečnom dôsledku aj na rozvoj celej osobnosti žiaka s mentálnym postihnutím.

Hranice obsahu učiva jednotlivých ročníkov nesmú byť prekážkou pre efektívne vzdelávanie žiaka.

Časová potreba a množstvo obsahu učiva sa prispôbuje individuálnym schopnostiam žiaka.

# 1. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Aritmetika	4 hodiny	132 hodín
Geometria	1 hodina	33 hodín

## CIELE

- Porovnávať a triediť činnosti každodenného života, predmety, vlastnosti, podľa určitých kritérií,
- osvojiť si základné geometrické predstavy,
- osvojiť si základné prvky numerácie v obore prirodzených čísel do 5,
- osvojiť si základné počtové výkony v obore prirodzených čísel do 5,
  - osvojiť si základné prvky numerácie a počtové výkony s číslom 0,
- využívať osvojené vedomosti v reálnom živote.

## OBSAH

### ARITMETIKA (132 h)

#### Úvod k učivu o prirodzenom čísle

Triedenie predmetov podľa vlastností (množstvo, veľkosť, farba, tvar).

Dvojica.

Vzťahy rovnako – nie rovnako, viac – menej.

Usporiadanie (napr. veľa, málo, veľký, malý).

Vzťahy – pred, za.

Prvý, posledný.

#### Prirodzené čísla 1, 2, 3, 4, 5, 0 – numerácia a počtové výkony

Číselný obor sa rozširuje postupne.

Najprv sa preberie numerácia v obore do dvoch a žiaci sa oboznámia so sčítaním a odčítaním v tomto obore.

Potom sa preberie numerácia a počtové výkony s číslami 3, 4, 5, 0.

Numerácia v obore do 2 a počtové výkony.

- Číslo 1.

Určovanie a vyznačovanie počtu predmetov.

Čítanie a písanie číslice 1, znázorňovanie čísla 1.

- Číslo 2.

Určovanie a vyznačovanie počtu predmetov.

Čítanie a písanie číslice 2, znázorňovanie čísla 2.

- Porovnávanie čísel 1, 2.

Vzťahy väčší, menší, rovná sa.

Znaky  $>$ ,  $<$ ,  $2 > 1$ , rovnosti  $1 = 1$ ,  $2 = 2$ .

Znázorňovanie nerovnosti (rovnosti) pomocou tvorenia dvojíc.

- Sčítovanie a odčítovanie v obore do dvoch.

- Sčítovanie.

Objasnenie podstaty sčítovania.

Znak + (plus).

Zápis príkladov sčítovania.

Znázorňovanie príkladov sčítovania.

- Odčítovanie.

Objasnenie odčítovania ako obráteného počtového výkonu k sčítovaniu.

Znak – (mínus).

Zápis príkladov odčítovania.

Znázorňovanie príkladov sčítovania.

- Pamäťový nácvik príkladov sčítovania a odčítovania v obore do dvoch.

Riešenie jednoduchých slovných úloh.

Numerácia v obore do 3 a počtové výkony.

- Číslo 3.

Rad názvov: jeden, dva, tri.

Počítanie po jednej do troch.

Určovanie a vyznačovanie počtu predmetov.

Čítanie a písanie číslice 3.

Porovnávanie čísla 3 s číslami 1, 2, 3. 54

- Znázorňovanie nerovnosti a rovnosti pomocou tvorenia dvojíc.

Rad čísel 1, 2, 3.

Vzťahy – hneď pred, hneď za.

- Sčítovanie a odčítovanie v obore do troch.

Sčítovanie.

Zápis príkladov sčítovania.

Znázorňovanie príkladov sčítovania.

Odčítovanie.

Zápis príkladov odčítovania.

Znázorňovanie príkladov odčítovania.

Pamäťový nácvik príkladov sčítovania a odčítovania v obore do 3.

Riešenie jednoduchých slovných úloh.

Numerácia v obore do 4 a počtové výkony.

- Rad názvov: jeden, dva, tri, štyri.

Vzťahy pred, za a vzťahy hneď pred, hneď za.

- Počítanie po jednej. Určovanie a vyznačovanie počtu predmetov.

- Čítanie a písanie číslice 4, znázorňovanie čísla 4.

- Radové číslovky (prvý, druhý, tretí, štvrtý).

- Porovnávanie čísla 4 so všetkými doteraz známymi číslami.

Zápis príslušných nerovností, rovností.

Znázorňovanie nerovnosti pomocou tvorenia dvojíc.

Určovanie čísel menších (väčších) ako je dané číslo.

- Rad čísel 1, 2, 3, 4.

Vzťahy pred, za, hneď za.

- Sčítovanie a odčítovanie v obore do štyroch.

Sčítovanie.

Zápis príkladov sčítovania.

Znázorňovanie príkladov sčítovania.

Odčítovanie.

Zápis príkladov odčítovania.

Znázorňovanie príkladov odčítovania.

Pamäťový nácvik príkladov sčítovania a odčítovania v obore do 4.

Riešenie jednoduchých slovných úloh.

Numerácia v obore do 5 a počtové výkony.

- Rad názvov jeden – päť.

Vzťahy pred, za, hneď pred, hneď za.

- Počítanie po jednej.

Určovanie a vyznačovanie počtu predmetov.

- Čítanie a písanie číslice 5, znázorňovanie čísla 5.
- Radové číslovky – piaty.
- Porovnávanie čísla 5 so všetkými doteraz známymi číslami.

Zápis príslušných nerovností, rovností.

Znázorňovanie nerovnosti pomocou tvorenia dvojíc.

Určovanie čísel menších, väčších ako je dané číslo.

- Rad čísel 1 až 5.

Vzťahy hneď pred, hneď za, pred, za.

- Sčítovanie a odčítovanie v obore do 5.

Sčítovanie.

Zápis príkladov sčítovania.

Znázorňovanie príkladov sčítovania.

Odčítovanie.

Zápis príkladov odčítovania.

Znázorňovanie príkladov odčítovania.

Pamäťový nácvik príkladov sčítovania a odčítovania do 5.

- Rozklad čísel na sčítance v obore do 5.
- Riešenie jednoduchých slovných úloh.

Číslo 0

- Sčítovanie a odčítovanie s číslom 0.

## **GEOMETRIA (33 h)**

Rovinné útvary – štvorec, kruh, trojuholník, obdĺžnik – priradovanie názvu.

Priestorové útvary – guľa, kocka.

## 2. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Aritmetika	4 hodiny	132 hodín
Geometria	1 hodina	33 hodín

### CIELE

- Opakovať a prehĺbiť učivo z 1. ročníka,
- vedieť sčítať a odčítať prirodzené čísla v obore do 5,
- vedieť riešiť jednoduché slovné úlohy,
- osvojiť si numeráciu prirodzených čísel do 10,
- vedieť sčítať a odčítať prirodzené čísla do 10,
  - osvojiť si základné geometrické tvary,
- využívať osvojené vedomosti v reálnom živote.

### OBSAH

#### ARITMETIKA (132 h )

Numerácia v obore 0 až 10 a počtové výkony

Číselný obor sa rozlišuje postupne.

Najprv sa preberie numerácia v obore do 6 a žiaci sa oboznámia so sčítaním a odčítaním v tomto obore.

Potom sa postupne preberie numerácia a počtové výkony čísel 7, 8, 9 a 10.

- Prirodzené čísla 6 až 10.
  - Určovanie počtu predmetov.
  - Vytváranie skupín predmetov o danom počte predmetov.
  - Čítanie a písanie číslíc 6 až 10, ich názorné vyjadrenie.
  - Usporiadanie čísel 1 až 10, číselná os, porovnávanie čísel, vyjadrenie pomocou znakov =, >, < .
  - Riešenie jednoduchých slovných úloh na porovnávanie čísel.
- Sčítanie a odčítanie v obore 0 až 10.

1. Opakovanie sčítania a odčítania v obore 0 až 5.
2. Sčítanie a odčítanie v obore do 6.
3. Sčítanie a odčítanie v obore do 7.
4. Sčítanie a odčítanie v obore do 8.
5. Sčítanie a odčítanie v obore do 9.
6. Sčítanie a odčítanie v obore do 10.
7. Sčítanie a odčítanie v obore 0 až 10 – zhrnutie.

- Vzájomná súvislosť sčítania a odčítania.

- Riešenie jednoduchých slovných úloh na sčítanie a odčítanie.

## **GEOMETRIA (33 h)**

Geometrické tvary

Rovinné útvary - priradovanie k názvu.

Priestorové útvary – valec – priradovanie k názvu.

Priamosť

Vlastnosť „priamy“, „nie je priamy“.

Modelovanie a kreslenie z geometrických tvarov (trojuholník, štvorec, obdĺžnik, kruh) priamych a krivých čiar.

## **PROCES**

Žiakov získavame pre učebnú činnosť nenásilnou, prirodzenou motiváciou.

Hlavným motívom učenia je radosť z osvojeného poznatku, z vyriešeného problému.

Učebné pomôcky využívame tak pri vytváraní matematických pojmov a objasňovaní súvislosti medzi nimi, ako aj pri upevňovaní učiva.

Počtové výkony sčítania a odčítania nacvičujeme oddelene, postupne číselný obor rozširujeme a v závere každého oboru precvičujeme spoje sčítania a odčítania spoločne.



### 3. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok**

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Aritmetika	4 hodiny	132 hodín
Geometria	1 hodina	33 hodín

#### CIELE

- Opakovať a prehĺbiť učivo z 2. ročníka,
- vedieť sčítať a odčítať prirodzené čísla v obore do 20,
- vedieť riešiť jednoduché slovné úlohy,
- osvojiť si násobenie číslom 2,
- vedieť rýsovať úsečku pomocou pravítka a vyznačovať jej krajné body,
- vedieť určiť body, ktoré ležia a neležia na danej úsečke.

#### OBSAH

##### ARITMETIKA (132 h)

Numerácia v obore 10 až 20

Vymenovanie radu názvov čísel.

Určovanie počtu predmetov počítaním po jednej.

Priradovanie skupiny predmetov k číslu.

Čítanie a písanie číslic.

Určovanie rádu čísel- jednotky, desiatky.

Usporiadanie čísel, porovnávanie čísel.

Zápis pomocou znakov =, , číselná os.

Riešenie jednoduchých nerovnic typu  $a < 20$  postupným dosadzovaním.

Riešenie jednoduchých slovných úloh na porovnávanie čísel.

Sčítanie a odčítanie v obore do 20 bez prechodu cez základ

1. Sčítanie a odčítanie v obore do 20 bez prechodu cez základ.

Príklady typu:  $10 + 7 = 17$   $17 - 7 = 10$   $13 + 4 = 17$   $17 - 4 = 13$

2. Upevňovanie sčítania a odčítania v obore do 20:

- upevňovanie spojov spamäti,
- riešenie jednoduchých slovných úloh na sčítanie a odčítanie.

Sčítanie a odčítanie v obore do 20 s prechodom cez základ

1. Sčítanie a odčítanie v obore do 20 s prechodom cez základ.

Príklady typu:  $9 + 5 = 14$   $14 - 5 = 9$

2. Upevňovanie sčítania a odčítania v obore do 20 :

- upevňovanie pamäťového sčítania a odčítania,
- vzťahy: o n viac, o n menej,
- riešenie jednoduchých slovných úloh.

Úvod do násobenia v obore do 20

1. Znak . (krát).
  2. Súčin prirodzených čísel ako opakované sčítanie.
  3. Násobilka
- pamäťový nácvik.

## **GEOMETRIA (33 h)**

Bod, úsečka

1. Bod, vyznačovanie bodov, označovanie bodov veľkými tlačenými písmenami.
2. Úsečka, krajné body úsečky.

Označovanie úsečky pomocou jej krajných bodov.

Vyznačovanie úsečky, rysovanie úsečky pomocou pravítka.

Vyznačovanie bodov, ktoré na danej úsečke ležia, neležia.

## **PROCES**

K tomu, aby žiak vedel sčítať/odčítať príklady typu  $15 + 4$ ,  $19 - 5$ , má vedieť rozložiť číslo na desiatku a jednotky, má vedieť sčítať/odčítať jednociferné číslo a sčítať desiatku a jednociferné číslo. Ak to žiaci zvládnu, početové výkony robia bez zápisu rozkladu. Pri utváraní matematických poznatkov prihliadame na intelektové schopnosti žiakov a preto sa vo väčšej miere opierame o názor a o ich manipulačnú účinnosť. K zovšeobecneniam dochádza na základe riešenia viacerých konkrétnych príkladov. Pri rozvíjaní matematickej zručnosti žiakov treba učivo precvičovať viackrát.

## 4. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Aritmetika	4 hodiny	132 hodín
Geometria	1 hodina	33 hodín

### CIELE

- Opakovať a prehĺbiť učivo z 3. ročníka,
- vedieť sčítať prirodzené čísla v obore do 100,
- vedieť riešiť jednoduché slovné úlohy,
- osvojiť si násobenie a delenie v obore do 30,
- vedieť rysovať a označiť priamku, vyznačiť body ležiace a neležiace na priamke,
- vedieť merať dĺžku úsečky.

### OBSAH

#### ARITMETIKA (132 h)

Numerácia v obore do 100

Určovanie počtu predmetov počítaním po desiatich.

Čítanie a písanie číslíc.

Určovanie rádu čísel jednotky, desiatky, stovky.

Usporiadanie čísel, porovnávanie čísel, zápis pomocou znakov =, >, <, číselná os.

Riešenie jednoduchých nerovnic typu  $a < 75$  postupným dosadzovaním.

Riešenie jednoduchých slovných úloh na porovnávanie čísel.

Sčítanie a odčítanie prirodzených čísel v obore do 100 bez prechodu cez základ

Sčítanie a odčítanie násobkov čísla 10.

Príklady typu:  $30 + 40 = 70$                       30                      70

$70 - 40 = 30$                       40                      -40

Pričítanie jednociferného čísla k číslu, ktoré je násobkom čísla 10.

Príklady typu:  $30 + 7 = 37$

7

Odčítanie jednociferného čísla, od dvojciferného tak, aby rozdiel bol násobkom čísla 10.

Príklady typu:  $37 - 7 = 30$

$$\underline{-7}$$

Sčítanie dvojciferných a jednociferných čísel bez prechodu cez základ.

Príklady typu:  $34 + 5 = 39$

$$\underline{-5}$$

Odčítanie jednociferného čísla od dvojciferného čísla bez prechodu cez základ.

Príklady typu:  $37 - 4 = 33$

$$\underline{-4}$$

Písomné sčítanie a odčítanie.

Riešenie jednoduchých slovných úloh.

Sčítanie a odčítanie prirodzených čísel v obore do 100 s prechodom cez základ

Odčítanie jednociferného čísla od násobkov desiatich.

Príklady typu:  $40 - 6 = 34$

$$\underline{-6}$$

Sčítanie a odčítanie jednociferného a dvojciferného čísla s prechodom cez základ.

Príklady typu:  $46 + 7 = 53$

$$\underline{+7}$$

Odčítanie jednociferného čísla od dvojciferného čísla s prechodom cez základ.

Príklady typu:  $53 - 7 = 46$

$$\underline{-7}$$

Sčítanie a odčítanie čísel, ktoré sú násobkom desiatich.

Príklady typu:  $36 + 50 = 86$

$$86 - 50 = \underline{36} \quad \underline{-50}$$

Riešenie jednoduchých slovných úloh.

Násobenie a delenie v obore do 30

Násobenie čísla 0 a 1.

Riešenie jednoduchých slovných úloh na násobenie.

Delenie - názorné objasnenie podstaty delenia, znak : (deleno).

Delenie podľa obsahu a na časti.

Príklady na delenie.

Riešenie jednoduchých slovných úloh na delenie.

Násobenie a delenie tromi – pamäťový nácvik.

Precvičovanie a upevňovanie násobenia a delenia v obore násobiliek do 30.

Riešenie jednoduchých slovných úloh.

## **GEOMETRIA ( 33 h)**

Priamka

Rysovanie a označovanie priamok.

Vyznačovanie bodov ležiacich a neležiacich na priamke.

Rôznobežky.

Vyznačovanie úsečiek na priamke.

Meranie dĺžky úsečky

Jednotka dĺžky – cm.

Meradlo s centimetrovou stupnicou.

Meranie dĺžky úsečky.

## **PROCES**

Geometrické učivo je v pracovných zošitoch spracované v dvoch kapitolách. Pri vyučovaní odporúčame geometriu zaraďovať pravidelne ako časť vyučovacej hodiny. Často zaraďujeme orientáciu žiakov v číselnom rade do 100 na číselnej osi. Precvičujeme vzťahy pred - za, hneď pred – hneď za. Spájame teoretické vedomosti s praktickými činnosťami. Matematické poznatky sa vytvárajú na základe manipulácie s konkrétnymi predmetmi, ktoré sa nachádzajú v triede i v okolí školy.

## 5. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok**

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Aritmetika	4 hodiny	132 hodín
Geometria	1 hodina	33 hodín

### CIELE

Opakovať a prehliť učivo z predchádzajúcich ročníkov,

- vedieť sčítovať a odčítovať prirodzené čísla písomne, v obore do 100,
- riešiť slovné úlohy,
- osvojiť si numeráciu prirodzených čísel v obore do 1000,
- vedieť sčítovať a odčítovať prirodzené čísla v obore do 1000 spamäti a písomne,
- osvojiť si násobenie a delenie v obore násobiliek do 60,
- vedieť merať a rysovať úsečky danej dĺžky,
- vedieť používať jednotky dĺžky: m, dm, cm,
- pracovať s kružidlom.

### OBSAH

#### ARITMETIKA (132 h)

Sčítovanie a odčítovanie prirodzených čísel písomne v obore do 100

1. Sčítovanie a odčítovanie dvojčiferných čísel bez prechodu cez základ.

$$\begin{array}{r} \text{Príklady typu: } 34 \quad 57 \\ 23 \quad -34 \\ \hline \quad \quad \hline \end{array}$$

Sčítovanie a odčítovanie dvojčiferných čísel s prechodom cez základ.

Príklady typu:

$$\begin{array}{r} 47 \quad 82 \\ 35 \quad - 35 \\ \hline \quad \quad \hline \end{array}$$

2. Riešenie slovných úloh.

Nový typ: o **n** viac, o **n** menej.

### **Prirodzené čísla v obore do 1000**

Počítanie po stovkách, desiatkach, jednotkách, násobky čísel 10, 100.

Čítanie a písanie číslíc.

Rád čísel tisícky, stovky, desiatky, jednotky.

Usporiadanie čísel, číselná os.

Porovnávanie čísel, zápis pomocou znakov =, .

Riešenie jednoduchých nerovnic postupným dosadzovaním.

Riešenie jednoduchých slovných úloh na porovnávanie čísel.

### **Sčítovanie a odčítovanie prirodzených čísel do 1000 pamäti a písomne**

1. Sčítovanie a odčítovanie násobkov 100. Príklady typu:  $300 + 400$ ,  $700 - 400$ .

2. Pričítovanie jednociferných a dvojciferných čísel k násobkom 100.

Príklady typu:  $300 + 4$ ,  $300 + 34$ .

3. Odčítovanie jednociferných a dvojciferných čísel od násobkov 100.

Príklady typu:  $304 - 4$ ,  $334 - 34$ .

4. Ostatné príklady sčítovania a odčítovania v obore do 1000 bez prechodu cez základ. 63

Príklady typu:  $532 + 4$ ,  $648 - 40$ .

5. Precvičovanie a upevňovanie sčítovania a odčítovania v obore do 1000.

Vzťah: o „n“ viac, o „n“ menej,

Riešenie slovných úloh.

### **Násobenie a delenie v obore násobiliek**

1. Opakovanie a prehĺbenie násobenia a delenia v obore násobiliek do 30.

2. Násobenie a delenie v obore násobiliek do 60.

Tvorenie a zápis príkladov násobenia a delenia v obore násobiliek do 60.

Násobilka číslom 4, 5, 6 – pamäťový nácvik.

## **GEOMETRIA (33 h)**

### **Dĺžka úsečky**

1. Jednotka dĺžky, meradlo, dĺžka úsečky.

2. Jednotka dĺžky dm, m.

- jednotka dĺžky – dm,

- meradlo s decimetrovou stupnicou,

- jednotka dĺžky – m,

- meradlo s metrovou stupnicou,

- premieňanie jednotiek (m – dm, m – cm, dm – cm).

3. Meranie dĺžky úsečky, rysovanie úsečky danej dĺžky,

- meranie dĺžky úsečky s presnosťou na cm, dm,

- rysovanie úsečiek danej dĺžky,

- vytyčovanie úsečky v teréne a meranie dĺžky úsečky v m.

4. Súčet dĺžok úsečiek – numericky.

Rozdiel dĺžok úsečiek – numericky.

5. Práca s kružidlom. Rysovanie kružnice (stred, polomer).



## 6. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Aritmetika	4 hodiny	132 hodín
Geometria	1 hodina	33 hodín

### CIELE

- Opakovať a prehĺbiť učivo z predchádzajúcich ročníkov,
- vedieť sčítať a odčítať v obore do 1000,
- osvojiť si násobenie a delenie v obore do 100,
- riešiť slovné úlohy,
- osvojiť si numeráciu prirodzených čísel do 10 000,
- vedieť sčítať a odčítať prirodzené čísla do 10 000 spamäti a písomne,
- vedieť násobiť a deliť 10, 100 a 1000,
- osvojiť si základné jednotky času,
- vedieť merať a rysovať úsečky, rysovať rôznobežky, rovnobežky a kolmice, štvorec a – obdĺžnik,
- osvojiť si popis základných vlastností kocky a kvádra.

### OBSAH

#### ARITMETIKA (132 h)

##### Sčítanie a odčítanie v obore do 1 000

Písomné sčítanie a odčítanie.

Príklady typov :

732   345   695   980   800   931

248   455   236   - 248   - 455   - 236

##### Násobenie a delenie v obore do 100

1. Násobenie a delenie v obore násobiliek do 100

- tvorenie a zápis príkladov násobenia a delenia v obore násobiliek do 100.

2. Násobilka číslom 7, 8, 9 a 10 – pamäťový nácvik.
3. Riešenie jednoduchých slovných úloh na násobenie a delenie.

### **Prirodzené čísla v obore do 10 000. Sčítanie a odčítanie**

1. Numerácia do 10 000, orientácia na číselnej osi, porovnávanie čísel.
2. Násobenie a delenie 10, 100, 1 000 a precvičovanie na jednotkách dĺžky, hmotnosti a objemu.
3. Sčítanie a odčítanie do 10 000 - sčítanie a odčítanie spamäti, - písomné sčítanie a odčítanie, - riešenie jednoduchých slovných úloh.

### **Jednotky času**

Základné jednotky sekunda, minúta, hodina. Určovanie času.

## **GEOMETRIA (33 h)**

### **Dĺžka úsečky**

1. Jednotky dĺžky – mm, km - premieňanie jednotiek.
2. Meranie dĺžky, rysovanie úsečiek danej dĺžky ( aj v mm).

### **Rôznobežky, rovnobežky a kolmice**

1. Rysovanie priamok daným bodom a danými dvoma bodmi.
2. Rysovanie rôznobežných priamok.
3. Rysovanie rovnobežných priamok.
4. Rysovanie kolmíc pomocou trojuholníka s ryskou.
5. Pravý uhol.

### **Rovinné obrazce**

Trojuholník, štvorec, obdĺžnik.

Vyznačovanie, popis, vlastnosti strán.

Rysovanie štvorca a obdĺžnika.

### **Geometrické telesá**

Popis základných vlastností – kocka, kváder.

## **PROCES**

Uplatňujeme metódy, ktoré rozvíjajú samostatnosť, aktivitu a tvorivosť žiakov pri samostatnej práci s učebnicou, s pracovným zošitom a s učebnými pomôckami. Vo vyučovacom procese aj pri zadávaní domácich úloh uplatňujeme diferencovaný prístup. Dbáme o to, aby sa správne používala zásada názornosti v závislosti od intelektovej úrovne žiakov, aby sa nebrzdil rozvoj ich abstraktného myslenia, čo je jedným z dôležitých konečných cieľov vyučovania matematiky.

## 7. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Aritmetika	4 hodiny	132 hodín
Geometria	1 hodina	33 hodín

### CIELE

- Opakovať a prehĺbiť učivo z predchádzajúcich ročníkov,
- osvojiť si násobenie a delenie mimo oboru násobilky,
  - vedieť písomne násobiť trojciferné číslo jednociferným činiteľom,
  - vedieť písomne deliť jednociferným deliteľom bez zvyšku,
- osvojiť si numeráciu prirodzených čísel do milióna,
- vedieť používať kalkulačku na sčítanie a odčítanie,
- osvojiť si jednoduché konštrukcie kružidlom,
- vedieť vyznačovať a rýsovať uhly,
- osvojiť si výpočet obvodu rovinných obrazcov.

### OBSAH

#### ARITMETIKA (132 h)

Násobenie a delenie mimo oboru násobilky

Násobenie a delenie mimo oboru násobilky – písomne.

Príklady typu:  $3 \cdot 13 = 39$                        $2 \cdot 15 = 30$

$39 : 3 = 13$                        $30 : 2 = 15$

Delenie so zvyškom - násobok daného čísla, vyznačovanie na číselnej osi - pojmy – neúplný podiel, zvyšok - výpočet neúplného podielu, zápis formou  $13 : 4 = 3 \text{ } 1$

- príklady na delenie so zvyškom v obore do 100.

Písomné násobenie a delenie prirodzených čísel do 10 000

1. Násobenie a delenie číslami 10, 100, 1 000, využitie na praktickom premieňaní jednotiek dĺžky, hmotnosti a objemu.

2. Písomné násobenie maximálne trojciferného čísla jednociferným činiteľom.

3. Písomné delenie jednociferným deliteľom bez zvyšku.

Číselný obor do milióna

1. Numerácia do milióna, porovnávanie čísel, zaokrúhľovanie čísel na desiatky a stovky.

2. Písomné sčítanie a odčítanie čísel do 100 000.

Príklady typu: 235 200 - 15 865

3. Riešenie jednoduchých slovných úloh.

4. Používanie kalkulačky na sčítanie a odčítanie.

## **GEOMETRIA (33 h)**

Jednoduché konštrukcie kružidlom

1. Prenášanie, porovnávanie úsečiek, grafický súčet úsečiek, násobok úsečiek, stred úsečiek

2. Konštrukcie trojuholníka (z troch strán) pomocou kružidla.

Geometrické telesá

Popis základných vlastností – guľa, valec.

Uhol

1. Vyznačovanie a rysovanie uhla, popis uhla.

2. Pojmy – pravý uhol, priamy, ostrý, tupý uhol.

3. Precvičovanie na rovinných obrazcoch (štvorec, obdĺžnik, trojuholník).

Obvod rovinných obrazcov

1. Obvod trojuholníka

2. Obvod obdĺžnika.

3. Obvod štvorca.

## **PROCES**

Násobenie a delenie číslami 6 – 9 je pre žiakov náročnejšie. V čase preberania tohto učiva by mali mať žiaci osvojený algoritmus násobenia a delenia mimo oboru násobiliek. Slovné úlohy vychádzajú z konkrétnych životných situácií. Pri ich riešení je potrebné naučiť žiaka rozlíšiť kľúčové slová, s ktorými je spojený konkrétny matematický postup. Riešenie slovnej úlohy obsahuje zápis, výpočet a odpoveď. Žiakov učíme pracovať s bežnou kalkulačkou, ale učíme ich využívať aj kalkulačku v mobilnom telefóne.

## 8. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Aritmetika	4 hodiny	132 hodín
Geometria	1 hodina	33 hodín

### CIELE

- Poznať algoritmus písomného delenia jednociferným deliteľom so zvyškom a vedieť ho používať,
- poznať algoritmus písomného delenia dvojciferným deliteľom písomne alebo pomocou kalkulačky,
- poznať a vedieť využívať spôsoby kontroly správnosti výpočtu súčtu alebo rozdielu,
- správne chápať pojem zlomok, vedieť čítať a zapisovať zlomok,
- získať zručnosti v rysovaní a meraní uhlov,
- vedieť vypočítať obsahy štvorca, obdĺžnika a kruhu,
- chápať matematiku ako zdroj prostriedkov na riešenie praktických úloh.

### OBSAH

#### ARITMETIKA (132 h)

Písomné násobenie a delenie prirodzených čísel v obore do 10 000

Písomné násobenie a delenie prirodzených čísel číslami 2 až 9.

Číselný obor do milióna

1. Čítanie, písanie a porovnávanie prirodzených čísel v obore do milióna.

2. Sčítanie a odčítanie prirodzených čísel v obore do milióna.

Delenie viacciferných čísel jednociferným deliteľom so zvyškom

Delenie so zvyškom číslami 2 až 9.

Písomné delenie viacciferných čísel dvojcifernými deliteľmi aj pomocou kalkulačky

Písomné násobenie viacciferných čísel dvojcifernými činiteľmi aj pomocou kalkulačky

Písomné násobenie číslami 10 až 99.

Zlomky

1. Pojem zlomku, delenie celku na zlomky, čítanie a písanie zlomkov.

2. Výpočet zlomku z čísla. Názorné uvedenie rovnosti dvoch zlomkov.

3. Desatinný zlomok, rovnosť desatinných zlomkov.

Desatinné čísla

1. Zápis desatinného zlomku ako desatinného čísla.
2. Čítanie a písanie, porovnávanie, zaokrúhľovanie desatinných čísel.
3. Sčítanie desatinných čísel.
4. Odčítanie desatinných čísel.
5. Násobenie desatinných čísel (násobenie číslami 10,100,1000; násobenie prirodzenými číslami; násobenie desatinnými číslami).
6. Delenie desatinných čísel (delenie dvoch prirodzených čísel - podiel je desatinné číslo; delenie desatinných čísel prirodzeným číslom; delenie desatinných čísel číslami 10, 100, 1 000; delenie desatinných čísel desatinnými číslami).

## **GEOMETRIA (33 h)**

Uhol

1. Meranie uhla danej veľkosti
2. Vyznačovanie uhla danej veľkosti

Obsahy rovinných útvarov

1. Jednotky obsahu
2. Obsah štvorca
3. Obsah obdĺžnika

Obvod a obsah kruhu

1. Dĺžka kružnice, obvod kruhu
2. Obsah kruhu

Geometrické telesá

1. Ihlan – popis základných vlastností
2. Kužeľ – popis základných vlastností

## **PROCES**

Geometrické učivo odporúčame preberať priebežne s ostatným učivom počas celého školského roka. Základné spoje sčítania, odčítania, násobenia a delenia spamäti a písomne utvrdzujeme priebežne formou „päťminútoviek“. Učíme žiakov riešiť nepriamo sformulované slovné úlohy. Pri zadávaní samostatných prác uplatňujeme diferencovaný prístup.

## 9. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok

Zložka	Týždenná dotácia	Celoročná dotácia
Aritmetika	4 hodiny	132 hodín
Geometria	1 hodina	33 hodín

### CIELE

- Utvrdiť algoritmus písomného delenia jednociferným deliteľom so zvyškom,
- utvrdiť algoritmus písomného delenia dvojciferným deliteľom písomne alebo pomocou kalkulačky,
- vedieť využívať spôsoby kontroly správnosti výpočtu súčtu alebo rozdielu,
- vedieť vypočítať 1 %, rozlíšiť, pomenovať a vypočítať základ, počet percent a hodnotu príslušnú k počtu percent,
- pochopiť význam pojmu objem,
- poznať používané jednotky objemu a vedieť ich navzájom premieňať,
- osvojiť si postup výpočtu objemu kvádra a kocky,
- poznať sieť kvádra a kocky, rozvíjať priestorovú predstavivosť žiakov,
- naučiť žiakov získané vedomosti aplikovať v praxi.

### OBSAH

#### ARITMETIKA (132 h)

Opakovanie a prehĺbenie učiva z 8.ročníka

Písomné násobenie prirodzených čísel číslami 1 až 99.

Písomné delenie prirodzených čísel jednocifernými deliteľmi aj pomocou kalkulačky.

Písomné delenie prirodzených čísel dvojcifernými deliteľmi pomocou kalkulačky.

Zlomky.

Desatinné čísla: čítanie, odčítanie, násobenie a delenie desatinných čísel.

Percento

Pojem percento, čítanie a písanie percent.

Pojem celok, základ, 100 %.



Výpočet percentovej časti, celku, počtu percent aj s využitím kalkulačky.

Riešenie jednoduchých slovných úloh z praxe.

Istina, úrok, úroková miera Istina, úrok, úroková miera, daň z úroku – informatívne.

Osobný – bežný účet

Osobný – bežný účet, jeho význam a použitie.

Platobná karta.

Prehľadovanie poznatkov z matematiky so zameraním na prax a profesionálnu prípravu

Riešenie slovných úloh a príkladov z praxe.

## **GEOMETRIA (33 h)**

Opakovanie a prehľadovanie učiva z 8.ročníka

Uhly.

Obvody a obsahy rovinných obrazcov.

Geometrické telesá všeobecne

Kocka, sieť a povrch kocky.

Kváder, sieť a povrch kvádra.

Objemy telies všeobecne

Jednotky objemu.

Objem kocky a kvádra.

Riešenie úloh z praxe.

## **PROCES**

V prvom polroku sa venujeme utvrdeniu učiva osvojovaného v ôsmom ročníku. Na získanie početných návykov využívame aktivizujúce vyučovacie metódy. Na zvládnutie numerických zručností žiakov využívame kalkulačky a osobné počítače, hlavne v samostatnej práci, práci vo dvojiciach, pri kontrole výsledkov svojej práce i práce spolužiakov. Rozvíjame vedomosti žiakov z geometrických výpočtov. Dôraz kladieme na úlohy z praxe a na použitie jednotiek medzinárodnej sústavy. V druhom polroku sa zameriavame najmä na aplikáciu poznatkov v praktickom živote a v súvislosti s profesionálnou prípravou.

# **INFORMATIKA**

## **PRE 5. AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S ĽAHKÝM STUPŇOM MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

### **CHARAKTERISTIKA PREDMETU**

Vyučovací predmet informatika má dôležité postavenie aj vo vzdelávaní žiakov s mentálnym postihnutím, pretože podobne ako matematika, rozvíja ich myslenie. Vedie k presnému vyjadrovaniu myšlienok a postupov a ich zaznamenaniu vo formálnych zápisoch, ktoré slúžia ako všeobecný prostriedok komunikácie.

Cieľom informatiky je viesť žiakov k pochopeniu základných pojmov, postupov a techník používaných pri práci s údajmi a toku informácií v počítačových systémoch.

Cieľom vyučovacieho predmetu je zoznámiť sa s počítačom, možnosťami jeho využitia v každodennom živote, získať základné zručnosti v používaní počítača primerane individuálnym schopnostiam žiaka s mentálnym postihnutím.

V rámci medzipredmetových vzťahov si žiaci môžu pomocou rôznych aplikácií precvičovať napr. učivo z matematiky, slovenského jazyka a iných predmetov. Získavajú vedomosti za podpory edukačných programov napr. z vlastivedy.

Obsah vzdelávania je rozdelený na tematické okruhy:

**Informácie okolo nás**

**Komunikácia prostredníctvom IKT**

**Postupy, riešenie problémov**

**Princípy fungovania IKT**

**Informačná spoločnosť**

**Informácie okolo nás** - žiaci sa učia pracovať so základnými počítačovými aplikáciami, aby vedeli základné postupy pri práci s textom a jednoduchou prezentáciou, získali prvé zručnosti pri kreslení v grafickom prostredí, porozumeli nahrávaniu a prehrávaniu zvukov a videí.

**Komunikácia prostredníctvom IKT** - sa venuje využitiu nástrojov internetu na komunikáciu, na vlastné učenie sa. Žiaci by sa mali naučiť pracovať s elektronickou poštou, mali by pochopiť spôsob a mechanizmy vyhľadávania informácií na internete, uvedomovať si bezpečnostné riziká pri práci s internetom.

**Postupy, riešenie problémov** - žiaci sa zoznámia so špecifickými postupmi riešenia problémov prostredníctvom IKT. Zoznámia sa s pojmami ako program, programovanie.

**Princípy fungovania IKT** - sa venuje popisu a pochopeniu mechanizmov informačných a komunikačných technológií. Žiaci by sa mali zoznámiť s možnosťami vstupných a výstupných zariadení, so získavaním základných zručností pri práci so súbormi a priečinkami.

**Informačná spoločnosť** - tematický okruh sa zaoberá s etickými, morálnymi a spoločenskými aspektmi informatiky. Žiaci by mali sa oboznámiť s ukázkami využitia IKT v bežnom živote, pochopiť, že používanie IKT si vyžaduje kritický a zvažujúci postoj k dostupným informáciám, viesť k zodpovednému používaniu interaktívnych médií – rozumieť rizikám, ktoré sa tu nachádzajú

## 5. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

Samostatne/s pomocou zapnúť a vypnúť počítač,

- samostatne/s pomocou pracovať s myšou
- samostatne/s pomocou pracovať s klávesnicou,
- samostatne/s pomocou správnym spôsobom uchopiť a spustiť CD, DVD,
- minimalizovať a maximalizovať pracovné okno, zatvoriť ho,
- pracovať s jednoduchými hrami ovládateľnými myšou a klávesnicou,
- chápať rozdiel medzi ťahaním a klikaním myšou, rozdiel medzi dvojklikom a jedným kliknutím, stláčaním pravého a ľavého tlačidla, spustiť CD, DVD cez tento počítač,
- rozpoznať vhodné detské webové stránky
- vzdelávacie, zábavné, náučné, je oboznámený
- s negatívnym vplyvom stránok, propagujúcich násilie a s erotickým zameraním, získať základy algoritmického myslenia
- príkazy v priamom režime,
- pracovať so slúchadlami
- zapojenie, hlasitosť,
- ovládať zásady správneho sedenia pri počítači.–

### **OBSAH**

#### **Informácie okolo nás**

##### Oboznámenie sa s počítačom

Vedieť z akých základných častí sa skladá počítačová zostava (PC, monitor, klávesnica, myš).

Ovládanie klávesnice, myši.

##### Textový dokument, čísla a znaky, slová, vety, jednoduché formátovanie, textové efekty

Práca s textovým editorom, vytváranie jednoduchého textu, mazanie, ukladanie dokumentu.

Ukladanie rôznych informácií do súborov (text).

Jednoduché nástroje na úpravu textových dokumentov (zmena veľkosti písma, hrúbka).

Dodržiavanie základných zásad písania textu.

Počítačové didaktické hry.

### **Komunikácia prostredníctvom IKT**

www, webový prehliadač, webová stránka, odkaz, vyhľadávanie na webe

Oboznámenie sa s pojmami – www, webový prehliadač, webová stránka.

Bezpečnosť, zásady správania sa v prostredí internetu.

Detské webové stránky (rozprávky, obrázky).

### **Postupy, riešenie problémov**

Oboznámenie sa s pojmami – detský programovací jazyk, elementárne príkazy

Riešenie jednoduchých algoritmov v detskom programovacom prostredí (kreslenie obrázkov).

### **Princípy fungovania IKT**

Oboznámenie sa s pojmami myš, klávesnica

Funkcie vybraných klávesov.

Tlačiareň

Funkcia tlačiarne.

CD

Spúšťanie hry a hudby z CD, ovládanie jednoduchých hier.

Ukladanie informácií, súbor

Uloženie informácií do súboru, otvorenie.

Informačná spoločnosť Informačné technológie v škole

Edukačné programy, komunikácia - objavovanie a využívanie rôznych typov edukačných programov pre rôzne predmety.

Voľný čas a IKT

Počítačové hry, hudba, filmy.

## 6. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Zopakovať a rozšíriť poznatky a zručnosti z piateho ročníka,
- rozšíriť poznatky a zručnosti pri práci s myšou a klávesnicou,
- oboznámiť sa s prostredím jednoduchého textového editora,
- písať a upraviť text, doplniť text o obrázok,
- získať základy algoritmického myslenia,
- vedieť pracovať v programe Skicár,
- spustiť CD, DVD, hru cez Internet,
- spracovať a prezentovať jednoduchý projekt.

### **OBSAH**

#### **Informácie okolo nás**

Oboznámenie sa s počítačom

Pomenovanie jednotlivých častí počítačovej zostavy.

Samostatné ovládanie klávesnice a myši.

Textový dokument, čísla a znaky, slová, vety, jednoduché formátovanie, textové efekty

Práca v textovom editore, písanie a upravovanie textu, jednoduché nástroje na úpravu textových dokumentov (zmena veľkosti písma, hrúbka, kurzíva). Mazanie a ukladanie dokumentu. Dopĺňanie textu o obrázok, ilustráciu. Ukladanie textových a obrázkových informácií do súborov.

#### **Komunikácia prostredníctvom IKT**

www, webový prehliadač, webová stránka, odkaz, vyhľadávanie na webe

Osvojenie pojmov – www, webový prehliadač, webová stránka.

Uvedomenie si bezpečnostných rizík pri práci s Internetom.

Vyhľadávanie informácií na Internete a ich správne použitie.

Detské webové stránky, on-line hry – výber.

#### **Postupy, riešenie problémov**

Oboznámenie sa s pojmi- detský programovací jazyk, elementárne príkazy

Riešenie jednoduchých algoritmov v detskom programovacom prostredí .

Práca s programom Skicár- otvorenie programu, popis panela nástrojov, osvojenie si práce s nástrojmi: pero, štetec, čiara, paleta, práca s farebnou výplňou.

Uloženie súboru, dokončenie existujúceho súboru, úpravy.

## **Princípy fungovania IKT**

### Funkcie vybraných klávesov

Práca s klávesnicou: používanie Esc, Ctrl, Alt, Shift, Backspace, Enter, NumLock, CapsLock.

### Tlačiareň

Funkcia tlačiarne. Zapínanie a vypínanie, vkladanie papiera, poznávanie funkcie jednotlivých tlačidiel.

CD mechanika Ovládanie CD mechaniky, spustenie CD a DVD cez „tento počítač“.

Spúšťanie hry a hudby z CD.

### Ukladanie informácií, súbor

Uloženie informácií do súboru, otvorenie, premenovanie, zrušenie.

### Informačná spoločnosť

Informačné technológie v škole Využívanie rôznych typov edukačných programov pre rôzne predmety (napr. Encyklopédia prírody, Vedomosti v hrsti, Oskar na farme, Oskar pri jazere, Oskar v lese).

### Voľný čas a IKT

Počítačové hry, hudba, filmy.

Ovládanie jednoduchých hier.

## **PROCES**

Žiaci sa oboznamujú s prostredím jednoduchého grafického editora pri kreslení obrázkov, samostatne, ale aj podľa návodu kreslia obrázky, učia sa ich ukladať a otvoriť. Orientujú sa v jednoduchých hrách. Rozpoznávajú vhodné detské webové stránky – vzdelávacie, zábavné i náučné. Učia sa písať v správnom tvare internetovú adresu webovej stránky. Učia sa pracovať v prostredí jednoduchého textového editora a upravovať text. Ovládajú zásady správneho sedenia pri počítači, psychohygienu.

## 7. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Zopakovať a rozšíriť poznatky zo šiesteho ročníka,
- získať základy algoritmického myslenia
- príkazy v priamom režime,
  - rozšíriť zručnosti v práci s textom, vkladať klipart, wordart, upraviť text pomocou efektov,
- naučiť sa pracovať s tabuľkou v MS Word,
- naučiť sa používať e- mail, Internet,
- vedieť vložiť, spustiť, vybrať CD,
- pracovať s multimediálnou informáciou
- zvuk, video,
- vedieť spracovať a prezentovať jednoduchý projekt.

### **OBSAH**

Informácie okolo nás

Textový dokument, čísla a znaky, slová, vety, jednoduché formátovanie, textové efekty  
Rozširovanie zručnosti v práci s textom, vkladanie klipartu, wordartu, upravovanie textu pomocou efektov, farieb.

Estetická úprava textu.

Ukladanie textových a obrázkových informácií do súborov.

Samostatne s obrázkom pracovať a používať operácie – kopírovanie, prilepenie, otáčanie, prevrátenie.

MS Word – vkladanie a formátovanie jednoduchej tabuľky.

Komunikácia prostredníctvom IKT e- mail, poštový program, e- mailová adresa, adresár  
Oboznámenie sa s pojmami – e-mail, poštový program, e-mailová adresa.

Správne posielanie a prijímanie jednoduchých listov (rodičom, kamarátom, spolužiakom).

Bezpečné a etické správanie v e-mailovej komunikácii. www, webový prehliadač, webová stránka, odkaz, vyhľadávanie

Vyhľadávanie informácií a obrázkov na Internete a ich správne použitie.

Výber vhodnej informácie, triedenie informácií.



Práca s kľúčovým slovom.

Detské webové stránky, on-line hry, zásady správania sa na portáloch.

Školské portály.

Postupy, riešenie problémov

Detský programovací jazyk, elementárne príkazy

Riešenie jednoduchých algoritmov v detskom programovacom prostredí.

Riešenie hlavolamov, bludiská, obrázkové stavebnice.

Využívanie geometrických tvarov.

Práca s programom Skicár, LogoMotion.

Používanie vyučovacích programov pre žiakov, ktoré rozvíjajú logické myslenie a precvičovanie rutinných činností ako aritmetické operácie, vybrané slová a iné.

Princípy fungovania IKT

Funkcie vybraných klávesov

Používanie Esc, Ctrl, Alt, Shift, Backspace, Enter, NumLock, CapsLock, Ctrl + c, Ctrl + v.

Tlačiareň

Zapínanie, vypínanie, vkladanie papiera, tlačenie textu, obrázka.

CD mechanika

Ovládanie CD mechaniky, spustenie CD, DVD, USB - pamäťový kľúč.

Ukladanie informácií

Ukladanie informácií: súbor, meno súboru.

Vytváranie priečinkov, ukladanie do priečinkov.

Informačná spoločnosť Informačné technológie v škole

Využívanie edukačných programov a hier.

Bezpečnosť počítača, správne používanie hesiel.

Voľný čas a IKT

Počítačové hry, hudba, filmy.

## **PROCES**

Pomocou edukačných programov využívame vedomosti žiakov z matematiky a slovenského jazyka. Pri práci s textom pracujeme najprv s hotovým krátkym textom a na ňom sa učia žiaci najprv pohybovať so šípkami a robiť jednoduchú úpravu. Učíme žiakov vytvárať jednoduchú tabuľku v textovom editore, orientovať sa v nej a upravovať ju. Algoritmické úlohy

orientujeme len na postupnosť jednoduchých príkazov v priamom režime. Žiaci môžu vo dvojiciach alebo v malej skupinke pracovať na malom, krátkom projekte, pri prezentovaní nejakej učebnej látky alebo zaujímavosti z učiva niektorého predmetu, kde využijú prácu s textom, obrázkom, grafikou (s pomocou učiteľa). S pomocou učiteľa sa učia založiť si vlastnú e-mailovú schránku, posielat' a prijímat' jednoduché e-maily. Nároky na prácu s PC sú u jednotlivých žiakov závislé od ich individuálnych schopností.

## 8. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Vedieť samostatne pracovať s jednotlivými nástrojmi v grafickom editore,
- vedieť pracovať s USB kľúčom,
- rozšíriť zručnosti v práci s textom, vedieť používať nástroje na úpravu textov,
- vedieť používať e-mail, Internet,
- vedieť si samostatne nájsť a prečítať informáciu na Internete,
- vedieť narábať s multimedialnou informáciou
- prehrať video, zvuk, spustiť, zastaviť,
- vedieť vytvoriť oznam, plagát,
- vedieť prezentovať výsledky svojej práce.

### **OBSAH**

Informácie okolo nás

Zvuk, zvukový súbor, prehrávač, nahrávanie, efekty.

Prehrávanie, ukladanie zvukového záznamu.

Rozširovanie zručnosti v práci s textom (dodržiavanie základných zásad písania textu).

Kombinácia textu a obrázka.

Ukladanie informácií do súborov (text, obrázkov, zvuk).

Práca s dvoma oknami- kopírovanie z jedného do druhého.

Počítačové didaktické hry, ktoré obsahujú rôzne typy informácií (hlavolamy s číslami, slovami, písmenami, doplňovanie do máp).

Oboznámenie sa s prezentačným programom MS PowerPoint.

Komunikácia prostredníctvom IKT e-mail, poštový program, e-mailová adresa, adresár  
Samostatné posielanie a prijímanie jednoduchých listov.

Tvorba a využitie adresára.

Bezpečné a etické správanie v e-mailovej komunikácii, ochrana osobných údajov.

www, webový prehliadač, webová stránka, odkaz, vyhľadávanie

Vyhľadávanie informácií a obrázkov na Internete a ich správne použitie.

Výber vhodnej informácie, triedenie informácií.

Práca s kľúčovým slovom.

Dodržiavanie autorských práv.

Detské webové stránky, on-line hry, zásady správania sa na portáloch.

Školské portály.

Postupy, riešenie problémov

Návody, recepty z bežného života (návod na opravu, kuchársky recept).

Riešenie hlavolamov, bludiská, obrázkové stavebnice.

Samostatné ovládanie výučbového softwéru.

Používanie vyučovacích programov pre žiakov, ktoré rozvíjajú logické myslenie.

Princípy fungovania IKT

Tlačiareň, skener

Zapínanie, vypínanie, vkladanie papiera, tlačenie, skenovanie textu, obrázka.

CD mechanika

Ovládanie CD mechaniky, spustenie CD, DVD, USB - pamäťový kľúč.

Samostatné ukladanie informácií ( súbor, meno súboru, vytváranie priečinkov, ukladanie do priečinkov).

Mikrofón, slúchadlá

Práca so slúchadlami - zapojenie, hlasitosť.

Informačná spoločnosť

Informačné technológie v škole

Využívanie rôznych typov edukačných programov pre rôzne predmety.

Bezpečnosť počítača - prečo a pred kým treba chrániť počítač.

Práca s digitálnym fotoaparátom.

Voľný čas a IKT Počítačové hry, hudba, filmy.

## **PROCES**

Žiaci získavajú zručnosti prostredníctvom aplikácií, ktoré sú primerané obsahom aj ovládaním ich veku a mentálnym schopnostiam. V rámci medzipredmetových vzťahov si žiaci pomocou rôznych aplikácií precvičujú základné učivo zo slovenského jazyka, matematiky, prírodovedných i spoločenskovedných oblastí. V rôznych grafických editoroch rozvíjajú svoju tvorivosť a estetické cítenie. Učíme ich využívať možnosti IKT pri riešení projektových úloh a ich prezentácii.

## 9. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Vedieť samostatne pracovať s jednotlivými nástrojmi v grafickom editore,
- rozšíriť zručnosti v práci s textom, vedieť používať nástroje na úpravu textov,
- naučiť sa pracovať s MS PowerPoint,
- rozvíjať schopnosť kooperácie a komunikácie,
- pochopiť základné autorské práva,
- vedieť prezentovať výsledky svojej práce.

### **OBSAH**

Informácie okolo nás

Prehrávanie, ukladanie zvukového záznamu.

Tvorba jednoduchých animácií.

Rozširovanie zručnosti v práci s textom

Kombinácia textu a obrázka.

Vkladanie obrázka do textu cez schránku.

Ukladanie informácií do súborov (text, obrázkov, zvuk).

Základné autorské práva pri kopírovaní textu, obrázkov, hier.

Počítačové didaktické hry.

Práca s prezentačným programom MS PowerPoint.

Komunikácia prostredníctvom IKT e-mail, poštový program, e-mailová adresa, adresár

Samostatné posielanie a prijímanie jednoduchých listov.

Tvorba a využitie adresára.

Posielanie príloh, hromadné odosielanie správ.

Bezpečné a etické správanie v e-mailovej komunikácii, ochrana osobných údajov.

Komunikácia v reálnom čase (chat, skype).

www, webový prehliadač, webová stránka, odkaz, vyhľadávanie

Vyhľadávanie informácií v elektronickej encyklopédii.

Výber vhodnej informácie, práca s kľúčovým slovom, spracovanie informácie z Internetu.

On-line hry, zásady správania sa na portáloch.

Školské portály.

Postupy, riešenie problémov

Skladanie podľa návodov.

Riešenie jednoduchých algoritmov v detskom programovacom prostredí.

Samostatné ovládanie výučbového softvéru.

Používanie vyučovacích programov pre žiakov, ktoré rozvíjajú logické myslenie.

Princípy fungovania IKT

Skener

Skenovanie textu, obrázka a ich ukladanie, upevňovanie zručnosti.

CD mechanika

Ovládanie CD mechaniky, spustenie CD, DVD, USB – upevňovanie zručnosti.

Ukladanie informácií na rôzne médiá, porovnávanie ich kapacity.

Informačná spoločnosť Informačné technológie v škole

Využívanie rôznych typov edukačných programov pre rôzne predmety.

Práca s digitálnym fotoaparátom.

Voľný čas a IKT

Počítačové hry, hudba, filmy.

## **PROCES**

V rámci vyhľadávania informácií na Internete sa žiaci učia vyhľadať praktické informácie (napríklad vhodný dopravný spoj, predpoveď počasia na daný deň, recept na prípravu jednoduchého jedla, ordinačné hodiny svojho lekára). Poučíme ich o výhodách a rizikách internetového obchodu. Učíme ich využívať možnosti IKT pri riešení projektových úloh a ich prezentácii. Vyučujúci vyčlení určitý čas aj na projektovú prácu, ktorá by mala využívať medzipredmetové vzťahy

# VECNÉ UČENIE

## PRE PRVÝ AŽ 3. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S ĽAHKÝM STUPŇOM MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA

### CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Vecné učenie v prípravnom až 3. ročníku pre žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia je syntézou najjednoduchších prírodovedných a spoločenskovedných poznatkov, ktoré žiaci získavajú na základe pozorovania prírodných zmien počas roka a vzťahov medzi človekom a prírodou.

Cieľom vecného učenia je dať žiakom najzákladnejšie vedomosti o prírode, spoločnosti a našej vlasti. Z tohto cieľa vyplývajú predovšetkým úlohy rozumovej výchovy.

Myslenie žiakov sa rozvíja na základe zmyslového poznávania, postupne sa prechádza k jednoduchým konkrétnym myšlienkovým operáciám. Na základe zmyslového vnímania a činností s jednoduchými prírodninami alebo s ich modelmi a s vyobrazenými materiálmi sa žiaci učia chápať význam vecí, ich vlastností, vzájomné vzťahy a súvislosti medzi nimi.

V učive, usporiadanom podľa ročných období, žiaci poznávajú prírodné javy primerané ich chápaniu a pozorujú, ako sú zmeny v prírode počas roka spojené s činnosťou ľudí a s ich životom.

Vo vyučovaní vecného učiva sa vytvárajú a upevňujú zdravotné a hygienické návyky žiakov. Žiaci si osvojujú základné pravidlá kultúrneho správania, utvára sa ich vzťah k spoločenskému a súkromnému vlastníctvu, uvedomujú si význam spolupráce a vedú sa k nej. Vytváraním citových väzieb k spolužiakom, ku škole, k domovu, k obci a k vlasti sa vecné učenie podieľa na mravnej výchove žiakov.

Prostredníctvom realizácie dopravnej výchovy sa utvárajú a prehlbujú základné poznatky žiakov o dopravných prostriedkoch a návyky dodržiavať ich v praktickom živote.

Žiaci sa systematicky pripravujú na aktívnu účasť v cestnej premávke.

Témy obsahu vecného učiva sú prostriedkom hlbšieho poznávania slovenského jazyka, rozvíjania slovnej zásoby a výcviku vyjadrovania. Vecné učenie poskytuje aj námety na pracovné vyučovanie, na praktické činnosti žiakov (modelovanie, kútik živej prírody a pod.).

Hlavným zdrojom poznania sú jednoduché pozorovania prírody a spoločenského diania na vychádzkach, v kútiku živej prírody, pri sledovaní a vedení kalendára prírody; jednoduché pokusy a praktické činnosti, premietanie diapozitívov a filmových slučiek. Učiteľ volí primerané špeciálno-pedagogické metódy, ktoré sa opierajú o zmyslové poznávanie žiakov. Uplatňuje sa výchova žiakov k spolupráci, ktorá sa chápe ako príprava postihnutého žiaka na život v spoločnosti a ako prostriedok socializácie žiakovej osobnosti.



# 1. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

## **CIELE**

Získať základné poznatky o prírode a spoločnosti z ich najbližšieho okolia,

- viesť žiakov k osvojeniu si základných spoločenských a hygienických návykov,
- orientovať sa v školskej budove a na ceste z domu do školy, – získať predstavu o ročných obdobiach,
- poznať názvy ročných období, mesiacov a dní v týždni,
- oboznamovať sa so zásadami osobnej hygieny, správnej životosprávy a kultúrneho – správania,
- zúčastňovať sa na školských a mimoškolských akciách k sviatkom, pamätným dňom a na oslavách významných udalostí.

## **OBSAH**

### **Škola a život v škole**

#### Trieda

Poznať označenie triedy. Pomenovanie zariadenia triedy, rozlišovanie školských potrieb a hračiek (vhodné používať, šetriť a uložiť). Poznať meno svojho učiteľa, prípadne spolužiakov, vedieť sa im predstaviť, pozdraviť. Rozlišovanie vyučovacej hodiny a prestávky. Udržiavanie poriadku v triede, na lavici, v školskej taške.

#### V škole

Orientácia v budove školy. Dodržiavanie poriadku v triede a v budove školy.

#### Bezpečnosť cestnej premávky

Osvojovanie si najdôležitejších poznatkov zo zásad dopravnej bezpečnosti a ochrany vlastnej bezpečnosti (rozlišovať cestu, chodník, prechod pre chodcov, význam svetelných signálov).

### **Príroda**

#### Na jeseň

Zmeny v prírode. Zber úrody. Jesenné mesiace. Dodržiavanie hygienických požiadaviek (otužovanie, prezliekanie). Ochrana pred ochorením, lieky (ich význam a používanie), lekár.

#### V sade a v záhrade

Pozorovanie činností dospelých a detí v jeseni doma, a aj v prírode. Oboznámenie sa so zberom ovocia a zeleniny. Poznávať a rozlišovať ovocie a zeleninu podľa tvaru, chuti a vône.

#### Na poli

Pole - repné a zemiakové, strnisko a zorané pole. Oboznámenie sa so zberom napr. zemiakov, cukrovej repy. Pozorovanie prírody na jeseň (zmeny počasia, rastlín, zvieratá - odlietanie vtákov do teplých krajín, ...).

#### Zvieratá na jeseň

Získavanie poznatkov o zvieratách (rozprávanie učiteľa, vysielanie rozhlasu a televízie). Oboznámenie sa s prípravou zvierat na jeseň. Starostlivosť o voľne žijúce zvieratá (krmelec pre lesnú zver, krmidlá pre vtáky, zber gaštanov, a iné).

### **Domov a jeho okolie**

#### Doma

Poznať mená členov rodiny a príbuzenské vzťahy (otec, matka, súrodenci). Pomenovanie zariadenia bytu, triedenie predmetov v domácnosti podľa ich účelu (nábytok, riad, hračky, školské potreby).

#### V okolí domova a školy

Orientácia v okolí domova a školy. Poznať obchody kde nakupujeme potraviny. Poznať cestu do školy, prípadne k zastávke najbližšieho dopravného prostriedku.

### **Zima**

Príroda v zime - pozorovanie prírody v zime, porovnávanie s inými ročnými obdobiami. Zmeny počasia (mráz, sneh, ľad). Poznávanie vlastností snehu a ľadu (zrakom). Deň a noc – získavanie poznatkov o tom kedy sa rozvidnieva, kedy sa stmieva, že deň je krátky a noc je dlhá. Oboznámenie sa s pravidlami bezpečnosti na ulici - potrebné odhadzovať sneh, posýpať chodníky pred námrazou, nebezpečné sánkovať na vozovke a korčuľovať na tenkom ľade. Poznať zimné mesiace a zimné činnosti detí. Poznať vhodné oblečenie na zimné obdobie. Oboznámenie sa s vianočnými tradíciami, poznajú nebezpečenstvo požiaru pri zapalovaní sviečok.

## **Starostlivosť o zdravie**

Oboznámenie sa so zásadami a dodržiavaním osobnej hygieny - pravidelne ráno a večer sa umyť, umývať si ruky pred jedlom a po ňom, po použití WC.

Význam čistoty tela a prostredia pre zdravie, význam vetrania doma aj v škole. Dodržiavať poriadok v triede, v školskej jedálni, získavať návyky sebaobsluhy.

Predchádzanie úrazom a chorobám. Účelne sa obliekať, otužovať, poznať zdravé a nezdravé potraviny. Uprednostňovať zdravé potraviny – ovocie, zeleninu. Predchádzanie úrazom pri športe, pri prechádzaní cez cestu, pri manipulácii s ohňom, s elektrinou, pri kúpaní, opaľovaní. Osvojovať si poznatky ako chrániť svoje zdravie, aj zdravie druhých (používať vreckovku, posýpať šmykľavé miesta, odpadky odhadzovať do koša, vedieť sa správať v prípade karantény a pod.). Zdravotné stredisko – poznať jeho význam a miesto.

## **Jar**

Pozorovanie zmien v prírode (oteplovanie, odmäk, dlhší deň, kratšia noc). Porovnanie krajiny na jar s predstavou tej istej krajiny na jeseň a v zime. Oboznámenie sa s niektorými typickými jarnými kvetmi (napr. snežienku, fialku a pod.). Poznať ich časti: koreň, stonku, list a kvet, pozorovať jednotlivé fázy vývoja rastliny, starať sa o rastliny v kútiku živej prírody a na školskom pozemku (polievanie, kyprenie, pletie, význam týchto činností).

Domáce zvieratá a ich mláďatá - triedenie z rozličných hľadísk, využívanie vlastných skúseností. Počúvanie poviedok o zvieratách, rozprávanie o vlastných zážitkoch so zvieratami.

Oboznamovanie sa s veľkonočnými tradíciami.

## **Práca a odpočinok**

Deň a jeho časti (ráno, poludnie, večer). Týždeň – pracovné dni a dni odpočinku. Názvy v týždni. Voľná sobota, nedeľa, prázdniny. Účelné využívanie voľného času.

## **Leto**

Zmeny v prírode.

Pozorovanie dĺžky dňa (noci), počasia (letné prehánky, búrky). Vedieť, ako sa správať pred búrkou a počas búrky (ochrana pred bleskom).

Pozorovanie odkvitania stromov a dozrievania ovocia (ktoré ovocie dozrieva najskôr, ktoré neskôr).

Poznávať rôzne druhy ovocie, jeho farbu a chuť (tvrdé, mäkké, sladké, kyslé, horké, trpké).

Poznávať lúčne kvety z najbližšieho okolia.

Poznať názvy letných mesiacov.

Príprava na prázdniny - správanie sa v prírode, ako dbať na bezpečnosť pri letných športoch.

## **PROCES**

Žiaci si postupne uvedomujú rozdiel v požiadavkách na správanie pri vyučovaní a cez prestávku a riadia sa nimi. Postupne si osvojujú návyk dodržiavať poriadok, ticho si sadat' a vstávať, hlásiť sa o slovo, usporiadať si pomôcky, upraviť si svoje miesto, udržiavať poriadok v lavici.

Pozdravia pri vstupe do triedy, pri odchode postavením sa privítajú prichádzajúceho a rozlúčia sa s odchádzajúcim.

Dodržiať podľa svojich možností a schopností pravidlá cestnej premávky. Vedia ako sa polícia stará o bezpečnosť chodcov. Vedia, že hrať sa môžu len na miestach vyhradených na hranie, mimo cestnej premávky. Sústavne pozorujú cestnú premávku. Pozorovanie sa sprevádza opakovaným vysvetľovaním zásad cestnej premávky spôsobom primeraným chápaniu žiakov. Získané skúsenosti si žiaci precvičujú a prehlbujú formou pohybových a didaktických hier. Žiaci si osvojujú návyk chodiť po pravej strane chodníka, prípadne po ľavej strane krajnice, či po ľavom okraji cesty. Učia sa orientovať v okolí školy, v mieste bydliska a spoznajú najbezpečnejšiu cestu z domu do školy.

Vedia si pripraviť školské potreby. Rozprávajú o práci, ktorú vedia, alebo ktorú sa učia pravidelne vykonávať.

## 2. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

Získať ďalšie vybrané základné poznatky o prírode a spoločnosti z ich najbližšieho okolia,

- viesť žiakov naďalej k osvojeniu si základných spoločenských, pracovných a hygienických návykov,
- spresniť zručnosť žiakov orientovať sa v budove školy a určovať ich polohu vzhľadom ku škole,
- spresňovať predstavu žiakov o roku a ročných obdobiach,
- uvedomovať si základné vzťahy v rodine,
- učiť sa o práci dospelých,
- upevňovať si hygienické návyky precvičovať pravidlá kultúrneho správania,
- prehľbovať poznatky žiakov o sviatkoch a pamätných dňoch.

### **OBSAH**

#### **Škola a jej širšie okolie**

##### Trieda

Pomenovanie zariadenia triedy, jeho účel a použitie.

Určovanie polohy vecí v triede.

Pomenovanie školských potrieb a pomôcok, ich uloženie na lavicu, do aktovky, udržiavanie poriadku.

Rozoznávanie spoločných a osobných vecí.

Dodržiavanie ustáleného poriadku: postavenie, posadenie, zoradenie v tichosti, hlásenie sa o slovo.

Pozdravy pri vstupe do triedy a odchode z triedy, vítanie prichádzajúceho a lúčenie sa s odchádzajúcim.

##### V škole

Poznávanie riaditeľa školy, zástupcu riaditeľa, učiteľov iných tried, vychovávateľov, školníka a iných zamestnancov.

Nácvik zdvorilého pozdravenia, požiadania a poďakovania.

Orientácia v školskej budove.

Štetenie školského i súkromného majetku.

### Okolie školy

Poznávanie objektov v okolí školy, určovanie ich polohy smerom od školy (vpravo, vľavo, bližšie, ďalej).

Pozorovanie, ktorým smerom od školy slnko vychádza a zapadá.

Poznávanie najbezpečnejšej cesty z domu do školy.

Rozprávanie o tom, čo cestou žiaci vidia.

Nácvik správneho prechádzania cez križovatku, význam svetelnej signalizácie a reagovanie.

## **Jeseň**

### Jesenné dni

Pozorovanie počasia v jeseni, zaznačovanie do kalendára prírody, poznávanie pojmov slnečný, hmlistý, daždivý.

Pomenovanie jesenných mesiacov.

Oboznamovanie sa s údajmi: hodina, deň, noc, dnes, včera, zajtra, teraz, potom, skôr, neskôr.

### V sade, v záhrade a v parku

Rozoznávanie sadu, záhrady a parku.

Zber a spôsob odkladania ovocia.

Rozoznávanie a triedenie zeleniny a ovocia.

Ich poznávanie podľa tvaru, chuti a vône.

Pozorovanie stromov, ich zmeny.

Poznávanie ovocných stromov.

Veľkosť plodov: menší, väčší, ľahší, ťažší.

Význam ovocia a zeleniny pre zdravie. Ich výstavka v kútiku živej prírody.

### Na poli

Rozlišovanie poľa s obilím, repou, zemiakmi.

Poznávanie zemiakov a cukrovej repy. Význam ich pestovania, zber plodín.

### Zvieratá na jeseň

Poznávanie zvierat v skutočnosti aj na obrázku (veverička, jež, myš, zajac, bažant, vrabec, žaba). Príprava zvierat na prezimovanie (zhustnutie srsti a peria, odlet vtákov, tvorenie zásob, vyhľadávanie úkrytov).

## **Zima**

### **Prišla zima**

Pozorovanie zmeny počasia, rozdiely vzhľadom na predchádzajúce obdobie, dĺžka dňa, stmievanie, rozodnievanie.

Pomenovanie zimných mesiacov.

Poznávanie vlastností snehu a ľadu.

Pozorovanie listnatých stromov v zime.

Poznávanie ihličnatých stromov (smrek, borovica).

Dodržiavanie pravidiel bezpečnosti pri zimných športoch.

Oboznamovanie sa s vianočnými tradíciami.

### Zvieratá v zime

Poznávanie voľne žijúcich zvierat (srnec, jeleň, líška, drozd, sýkorka, vrabec, vrana).

Význam kŕmenia lesnej zveri.

Nebezpečenstvo v lese – besnota zvierat.

Zimný spánok niektorých zvierat (medveď, žaba, jašterica, jež, mucha, včela).

Pozorovanie vtákov na kŕmidle, porovnávanie ich vzhľadu.

Poznávanie, čím sa ktoré zviera živí. Počúvanie poviedok o zvieratách.

## **Rodina a spoločnosť**

### Doma

Poznávanie zamestnania členov rodiny.

Podieľanie sa jednotlivých členov rodiny na spoločnej práci v domácnosti.

Opisovanie práce, ktorú žiaci doma pravidelne vykonávajú. Význam práce jednotlivca pre celok.

Orientácia v príbuzenských vzťahoch - stará mama, starý otec, vnučka, vnuk.

Bydlisko žiaka. Dom a jeho vnútorné členenie, umiestnenie bytu v dome.

Triedenie predmetov podľa účelu (nábytok, kuchynský riad, hračky, školské potreby) a podľa materiálu, z ktorého sú vyrobené.

### V obchode

Poznávanie rozdielov v spôsobe nákupu – obchod s predavačmi a samoobsluha. Osvojiť si, čo sa kde nakupuje.

Nácvik správania sa pri nákupe (hra na obchod).

Poznávanie platidiel – mince.

Oboznámenie sa s najdôležitejšími službami obyvateľstvu (oprava obuvi, oprava odevov, práčovne, čistiarne a pod.).

#### Na pošte

Oboznamovanie sa so službami, ktoré pošta zabezpečuje.

Poznávanie práce poštového doručovateľa.

#### Bezpečnosť cestnej premávky

Dodržiavanie zásad správneho a bezpečného správania sa pri chôdzi po chodníku a po ceste. Križovatka, prechádzanie cez riadenú križovatku, prechádzanie cez vozovku mimo vyznačeného priechodu.

Precvičovanie získaných vedomostí žiakov a vytváranie návykov (cvičenia s jednotlivcami, vo dvojiciach, v malých skupinkách).

Bezpečné miesta na hry v lete a v zime.

#### Starostlivosť o zdravie

Vytváranie návyku dodržiavať zásady hygieny počas celého školského roka, rozvíjať a upevňovať návyky osobnej hygieny: umývanie rúk pred jedlom, po použití WC, čistenie zubov, umývanie ovocia a zeleniny, pravidelné cvičenie, vetranie, kúpanie sa, účelné obliekanie a otužovanie, striedme jedenie.

Čistota svojho okolia, udržiavanie poriadku na svojom mieste, v triede, na chodbe. Udržiavanie čistoty svojho odevu a obuvi.

V školskej jedálni upevňovanie návykov samoobsluhy, nacvičovanie správneho stolovania. Oboznamovanie sa s niektorými chorobami (napr. chrípka, kašeľ, nádcha, hnačka). Vyjadrovanie pocitovej nevoľnosti alebo choroby. Ochrana pred nákazou, správanie sa pri nádche a kašli.

Oboznamovanie s prácou lekárov a zdravotných sestier v zdravotnom stredisku. Správanie sa u lekára.

### **Jar**

#### Prišla jar

Pozorovanie zmien počasia na jar (oteplovanie, odmäk, dlhší deň) a ich vplyv na prírodu. Uvedomovanie si jari ako ročného obdobia. Porovnávanie krajiny v predjarí s predstavou tej istej krajiny v jeseni a v zime.

Porovnávanie záznamov v kalendári prírody s pomocou učiteľa.

Pomenovanie jarných mesiacov.



Pozorovanie činnosti detí a práce dospelých na jar doma a v prírode. Primerané vyjadrovanie svojich poznatkov.

Poznávanie niektorých jarných kvetov z okolia domova žiakov (napr. snežienky, prvosienky, fialky, tulipány a iné).

Opisovanie ich vzhľadu a miesta, kde rastú.

Nebezpečenstvo požiaru v prírode pri vypaľovaní suchej trávy.

Poznávanie a pomenovanie domácich zvierat a ich mláďat (pes, mačka, králik, hus, sliepka, sviňa, krava, kôň).

#### Jar v záhrade a v sade

Pozorovanie jarných prác v záhrade.

Pomoc pri príprave záhonov a poznávanie základných prác na záhonoch.

Význam rýľovania, hrabania, polievania a kyprenia pre správny vývoj rastlín.

Oboznamovanie sa s najdôležitejším záhradným náradím.

Sadenie (veľkých) semien a pozorovanie klíčenia rastlín v kútiku živej prírody.

Pozorovanie sadu v čase kvitnutia ovocných stromov.

Rozlišovanie včely a čmeliaka.

Pozorovanie včiel a ich lietanie do úl'ov.

### **Práca a odpočinok**

#### Ludia a veci

Poznávanie výrobkov, ktoré sa denne používajú. Určovanie, z čoho sú vyrobené.

Oboznamovanie sa s pojmami továreň, dielňa, predajňa.

#### Práca a odpočinok

Týždeň – pracovné dni a dni odpočinku. Voľná sobota, nedeľa, prázdniny.

Osvojovanie si názvov dní v týždni.

Určovanie časti dňa.

Sledovanie času na hodinách, určovanie celých hodín.

Účelné využívanie voľného času.

### **Leto**

#### Začína sa leto

Pozorovanie zmien v prírode (teplé dni, slnko dlho hreje, otepľuje sa voda).

Pozorovanie počasia, osvojenie si správania sa pred búrkou a počas búrky (ochrana pred bleskom).

Oboznámenie sa s bleskozvodom.

Pozorovanie dozrievania letného ovocia ( čerešne, jahody).

Pomenovanie niektorých záhradných a lúčnych kvetov z najbližšieho okolia.

Poznávanie rastlín, ktoré ohrozujú zdravie ( jedovaté plody rastlín, huby a pod.).

Kalendár prírody v lete.

Uvedomovanie si ročného obdobia, osvojenie názvov letných mesiacov.

### Rok a ročné obdobia

Uvedomovanie si striedania ročných období.

Primerané vyjadrovanie svojich poznatkov v priebehu celého roka.

Rozlišovanie situácie v prírode podľa ročných období.

### Príprava na prázdniny

Význam pobytu na čerstvom vzduchu pre zdravie.

Vhodné obliekanie vzhľadom na počasie.

Poznávanie letných športov, bezpečnosť, opatrnosť pri kúpaní a opaľovaní.

Osvojovanie si správania v prírode, ochrana prírody.

## **PROCES**

Žiaci si postupne osvojujú základné spoločenské, pracovné a hygienické návyky. Na základe pozorovania zmien v živote rastlín, zvierat a ľudí si spresňujú predstavu o roku a ročných obdobiach. Postupným poznávaním prírody a spoločnosti rozlišujú skutočnosť od rozprávkových príbehov. Učia sa o práci dospelých, vedia ju v hre napodobniť, vážiť si prácu dospelých, aj svoju vlastnú prácu. V hre na obchod sa učia správaniu pri nakupovaní. Oboznamujú sa s najdôležitejšími službami pre obyvateľstvo.

### 3. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

#### **CIELE**

- Prehľbiť a spresniť jednoduché prírodovedné a spoločenskovedné poznatky žiakov,
- spresniť zručnosť žiakov orientovať sa v blízkom okolí obce,
- spresniť predstavu o roku a ročných obdobiach,
- poznať a vedieť pomenovať vybrané zvieratá a rastliny,
- učiť sa aktívne chrániť prírodu, - oboznamovať sa s rozličnými druhmi práce dospelých,
- naďalej u žiakov upevňovať hygienické návyky, najmä starostlivosť o osobnú čistotu.

#### **OBSAH**

Orientácia v priestore

Širšie okolie školy

Poznávanie významných objektov v okolí školy (blízke alebo vzdialené miesto), určovanie ich polohy smerom od školy (vpravo, vľavo, blízko, ďaleko).

Ústny opis cesty do školy.

Osvojenie si názvov niektorých ulíc a námestí.

Určenie polohy mestského, obecného úradu.

Obec a jej okolie

Pozorovanie okolia obce z vyvýšeného miesta.

Členitosť krajiny v okolí obce (údolie, rovina, úbočie, kopec, pohorie).

Názvy miestnych tokov, rybníka, kopca.

Určovanie polohy vzdialenejších miest z vyvýšeného stanoviska (bližšie, ďalej).

Poznávanie názvov najbližšieho mesta, dediny.

Opis cesty do susedného mesta, dediny.

Orientácia v čase

Kalendár

Začiatok kalendárneho a školského roka.

Pomenovanie dní v týždni, mesiacov a ročných období.

Porovnávanie časových jednotiek – hodina, deň, týždeň, mesiac, rok.

Určovanie celých hodín a polhodín.

Správne určovanie časti dňa.

## Kalendár prírody

Celý rok žiaci pravidelne robia záznamy o počasi.

Uvedomovanie si zmien počasia v priebehu ročných období.

Vplyv zmien teploty počas roka na život v prírode.

Pozorovanie východu a západu slnka.

Určovanie svetových strán: východ, západ, sever, juh.

Poznávanie fáz mesiaca (pribúdanie, spln, ubúdanie).

## Príroda na jeseň

Zber plodov v sade, v záhrade, na poli.

Poznávanie rôznych druhov zeleniny.

Triedenie zeleniny podľa častí, pre ktoré sa pestujú (koreň, stonka, list, plod).

Poznávanie spôsobov konzervovania ovocia a zeleniny.

## Domáce zvieratá

Prehľbovanie poznatkov o domácich zvieratách – mačka, pes, králik.

Poznávanie ich vzhľadu a spôsobu života.

Bližšie poznávanie kravy, ovce, kozy, koňa, kury domácej, holuba domáceho.

Význam chovu domácich zvierat.

## Zdravie a choroba

Upevňovanie návykov osobnej hygieny a čistoty prostredia pre zdravie.

Vonkajšie časti ľudského tela, zmyslové ústroje – zrak, sluch, starostlivosť o ne.

Poznávanie práce lekárov a zdravotných sestier na stredisku, v nemocnici.

Pohotovostná služba, lekáreň.

Pojmy: predpis a lieky.

Praktické meranie teploty.

Vyjadrovanie pocitovej nevoľnosti alebo bolesti.

Ochrana pred nákazou.

Ošetrovanie odreniny.

## Príroda v zime

Poznávanie pojmov mráz, sneh, ľad.

Pozorovanie vody, snehu a ľadu za mrazu v prírode a v teplej miestnosti.

Spoločné a rozdielne vlastnosti snehu a ľadu (biely, priehľadný, hladký, tvrdý, klzký, sypký, studený, teplom sa topí).

## Bezpečnosť cestnej premávky

Poznávanie základných pravidiel správania chodcov na vozovke.

Poznávanie najdôležitejších dopravných značiek pre chodcov a cyklistov.

Umiestnenie dopravných značiek.

Poznávanie dopravných prostriedkov, ktoré sa pohybujú po zemi, vo vode a vo vzduchu.

Technika a výroba

Stavba domu

Poznávanie pracovníkov, ktorí pracujú na stavbe domu.

Poznávanie a rozlišovanie stavebných materiálov (tehly, tvárnice, panely, cement, vápno, piesok).

Stroje na stavbe – miešačka, žeriav, bager, dopravný pás a akú prácu vykonávajú.

Rozlišovanie rôznych druhov budov (podľa veľkosti, počtu poschodí, spôsobu stavby, účelu).

Požiarníci

Oboznamovanie sa so zásadami bezpečnosti pri kúrení, varení a svietení.

Príčiny požiaru, hlásenie požiaru.

Práca požiarnikov.

V pekárni

Poznávanie, z čoho a ako sa vyrába pečivo (múka, cesto, miesenie, kysnutie, tvarovanie, pečenie).

Rozprávanie o výrobe pečiva.

Rodina a spoločnosť

Rodina a príbuzní

Poznávanie ďalších príbuzenských vzťahov: teta, strýko, bratranec, sesternica.

Vedenie žiakov k chápaniu úlohy rodiny, k úcte a vážnosti vo vzťahu k rodičom.

Pracujúci

Rôzne druhy prác v poľnohospodárstve, v továrni, v obchode, na pošte, v službách, v doprave, v zdravotníctve (u obvodného lekára, u zubného lekára, v lekárni).

V obchode Poznávanie rozdielu v spôsobe nákupu v obchode s predavačmi a v samoobsluže.

Nákup tovaru, zisťovanie ceny výrobku, požiadanie o tovar.

Hra na obchod (meranie, váženie, platenie).

Poznávanie platidiel: 1 €, 2 €, 5 €, 10 €, 20 €.

Príroda na jar a v lete

Pozorovanie práce dospelých v záhrade, v sade a na poli.

Pomenovanie vykonávaných činností, používaných nástrojov a strojov, vysvetľovanie ich použitia.

Sadenie semien, pozorovanie ich klíčenia a rastu v kútiku živej prírody alebo na záhone.  
Poznanie podmienok potrebných pre správny rast rastlín (svetlo, teplo, voda).  
Pozorovanie kvitnutia ovocných stromov v sade, opeľovanie kvetov hmyzom.  
Spoznávanie lesa a lesných rastlín: ihličnaté a listnaté stromy, malinčie, jahody.  
Oboznamovanie sa s najbežnejšími hubami.  
Poznávanie niektorých jedovatých rastlín a ich plodov.  
Pozorovanie života zvierat na jar a v lete (stavanie hniezd pre vtákov, liahnutie mláďat).

## **PROCES**

Žiaci si upevňujú návyky osobnej hygieny. Učia sa o význame osobnej hygieny a čistoty prostredia pre zdravie. Udržujú čistotu prostredia a svojho odevu a obuvi. Učia sa, ako sa majú správať v zdravotnom stredisku. Ošetrojú odreniny čistením rany a priložením rýchloobväzu. Učia sa, ako sa majú správať pri čakaní na verejné dopravné prostriedky, pri nakupovaní, počas jazdy a pri vystupovaní. Riešia jednoduché dopravné situácie na cvičnej stolnej križovatke alebo dopravnom koberci.

**FYZIKA PRE**  
**7. AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S ĽAHKÝM STUPŇOM**  
**MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

**CHARAKTERISTIKA PREDMETU**

Učivo fyziky je zamerané na objasnenie základných pojmov a javov z odboru fyziky. Štruktúru obsahu fyziky tvoria tematické celky, v ktorých si žiaci osvojujú sústavu vybraných faktov, javov a pojmov. Učia sa fyzikálne javy pozorovať, opísať, odmerať hodnoty fyzikálnych veličín a meranie vyhodnotiť. Osvojujú si zavedenú terminológiu a symboliku, základné vzťahy medzi fyzikou, matematikou a ostatnými prírodnými vedami. Žiaci si osvojujú dôležité hodnoty, postoje a návyky, správanie sa k prírode a k sebe. Pri vyučovaní fyziky je potrebné opierať sa o zmyslové vnímanie predmetov a javov ako o základ pre utváranie predstáv a pojmov u mentálne postihnutých žiakov. Názornosť je najdôležitejšia zásada pri vyučovaní fyziky. Nové učivo učiteľ vysvetľuje najmä demonštračnou metódou, pri ktorej sa žiaci učia slovne opísať pozorovaný jav. Žiaci merajú, vážia, pripravujú podmienky pre pokusy a vykonávajú také činnosti, ktoré využívajú v praktickom živote. Všetky činnosti robia žiaci v malých skupinách alebo vo dvojiciach. Učia sa spolupracovať, dorozumievať sa pri práci a spoločne niesť zodpovednosť za jej výsledok.

## 7. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### CIELE

- Porozumieť základným fyzikálnym javom v bezprostrednom okolí žiakov,
- vedieť rozlišovať tuhé, kvapalné a plynné telesá,
- vedieť odmerať dĺžku, hmotnosť a objem telesa, urobiť zápis nameraných hodnôt,
- vedieť overiť jednoduchým experimentom vybrané vlastnosti telies,
- vedieť merať v určitých časových intervaloch teplotu a zaznamenať ju do tabuľky,
- nadobudnúť schopnosť pracovať v tíme,
- osvojiť si vybrané metódy práce a súbor činností, ako je pozorovanie a meranie vybraných fyzikálnych veličín.

### OBSAH

Vlastnosti látok a telies

Telesá z tuhých, kvapalných a plynných látok.

Látka a teleso.

Vlastnosti tuhých telies – krehkosť, tvrdosť, pružnosť, tvárnosť.

Merateľné vlastnosti telies: hmotnosť, váhy, váženie, jednotky hmotnosti - 1kg, 1g, 1t.

Dĺžka, meradlá dĺžky, meranie dĺžkovým meradlom, jednotky dĺžky – 1m, 1cm, 1mm, 1km.

Meranie dĺžky nepravidelných telies, odhad dĺžky.

Objem, odmerný valec, meranie objemu geometricky nepravidelných telies, jednotky objemu 1l, 1ml.

Vlastnosti kvapalín – nestlačiteľnosť, tekutosť.

Tlak v kvapalinách.

Využitie takmer nestlačiteľnosti kvapalín v praxi.

Nadľahčovanie telies v kvapalinách, plávanie, vznášanie a potápanie sa telies v kvapalinách.

Vlastnosti plynov – stlačiteľnosť, rozpínavosť, tekutosť plynov.

Nadľahčovanie telies v plynoch.

Vzduch, atmosféra, tlak v plynoch.

Znečisťovanie vzduchu.



Teplota, premeny skupenstva látok

Tuhé, kvapalné a plynné skupenstvo látok.

Meranie teploty, teplomer, Celziova stupnica, jednotka teploty °C.

Meranie teploty a času, jednotka času 1s, 1min, 1h.

Premena vody na paru

Vyparovanie, podmienky vyparovania.

Var.

Meranie teploty a času v priebehu varu vody, záznam nameraných hodnôt do tabuľky.

Skvapalňovanie (kondenzácia)

Podmienky skvapalňovania.

Vznik rosy a dažďa.

Kolobeh vody v prírode.

Kyslé dažde a ich vplyv na prírodu.

Topenie a tuhnutie

Premena ľadu na vodu a vody na ľad.

Tuhnutie.

Topenie.

Meranie teploty a času v priebehu topenia ľadu, záznam nameraných hodnôt do tabuľky.

Meteorologické pozorovanie

Pozorovanie a predpoveď počasia.

Meteorologická stanica.

Meteorologické pozorovanie.

## **PROCES**

Na vyučovacích hodinách sa opierame o zmyslové vnímanie predmetov a javov ako o základ na utváranie predstáv a pojmov. Pri praktických cvičeniach, ktoré robíme v malých skupinách alebo vo dvojiciach, učíme žiakov spolupracovať so spolužiakmi, dorozumievať sa pri práci, spoločne niesť zodpovednosť za jej výsledok, udržiavať poriadok na pracovisku. Učíme ich porozumieť nameraným hodnotám teploty a času v tabuľke, aby mali predstavu konkrétneho deja.

## 8. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Vedieť opísať stav pokoja a pohybu telies ,
- vedieť charakterizovať silu ako vzájomné pôsobenie telies,
- vedieť opísať príčinu pádu telies,
- vedieť zmerať silu silomerom,
- vedieť vysvetliť polohovú a pohybovú energiu na konkrétnych príkladoch,
- opísať javy: odraz, lom a rozklad svetla,
- opísať vznik zvuku a jeho vlastnosti na jednoduchom príklade,
- vedieť prezentovať výsledky práce za skupinu.

### **OBSAH**

Pohyb a sila

Pohyb telies

Pokoj a pohyb telies.

Dráha pohybu, rovnomerný a nerovnomerný pohyb, rýchlosť pohybu telies.

Sila

Gravitačná sila.

Silomer, meranie sily silomerom, jednotka sily 1 N.

Účinky sily.

Deformačné účinky sily.

Tlak.

Trenie škodlivé a užitočné trenie.

Jednoduché stroje

Naklonená rovina, páka, kladka.

Energia

Zdroje energie.

Energia a vykonávanie práce.

Premena polohovej energie a pohybovú energiu.

Teplo

Odovzdávanie a prijímanie tepla.

Vedenie tepla rôznymi látkami.

Teplo, práca, energia.

Svetlo

Zdroje svetla, odraz svetla, lom svetla.

Šošovky a okuliare.

Ako vzniká dúha.

Svetlo a teplo.

Zvuk

Vznik zvuku.

Šírenie a rýchlosť zvuku.

Vnímanie zvuku.

Vplyv slnečného svetla na rast rastlín.

## **PROCES**

Cez riešenie úloh a pokusmi vedieme žiakov k porozumeniu javov a fungovaniu vecí. Učíme ich robiť potrebné merania a skúmať príčiny fungovania vecí. Experimentom sa žiaci učia vykonávať dôkaz jednoduchých vlastností svetla, zvuku. V závere školského roka sa učia porovnávať fyzikálne vlastnosti rastlín.

## 9. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### CIELE

- Vedieť experimentálne overiť magnetické vlastnosti magnetov,
- vedieť experimentom dokázať jav elektrizovania telies,
- vedieť zostaviť elektrický obvod so žiarovkou,
- vedieť triediť vybrané pevné telesá na elektrické vodiče a izolanty,
- vedieť bezpečnostné pravidlá pri práci s elektrickými spotrebičmi,
- vedieť odmerať veľkosť prúdu a napätia v elektrickom obvode,
- vedieť opísať premenu energie na vybraných prírodných javoch,
- vedieť vymenovať dnes využívané prírodné zdroje energie a opísať spôsob ich využitia.

### OBSAH

Magnetické a elektrické javy.

Elektrická energia.

Magnet a jeho vlastnosti.

Magnetické póly Zeme.

Kompas.

Elektrické vlastnosti látok.

Blesk.

Elektrický obvod a jeho časti: elektrický článok, batéria elektrických článkov, žiarovka, spínač, spojovacie vodiče.

Elektrické vodiče a izolanty.

Vedenie elektrického prúdu v kvapalinách.

Sériové a paralelné zapojenie žiaroviek.

Meranie veľkosti elektrického prúdu ampérmetrom.

Jednotka veľkosti el. prúdu 1 A.

Meranie veľkosti elektrického napätia.

Jednotka napätia 1 V.

Elektromagnet.

Elektrický zvonček.

Elektrické spotrebiče v domácnosti.

Pravidlá bezpečnosti pri zaobchádzaní s elektrickými zariadeniami.

Premena energie elektrického prúdu.

Energia v prírode a v technike.

Energia v prírode Slnko ako zdroj energie.

Jednotka energie.

Potrava ako zdroj energie.

Vznik fosílnych palív.

Energia, ktorú nevieme využiť- elektrický výboj pri búrke, sopečná činnosť, zemetrasenie.

Energia v technike

Tradičné zdroje energie: využívanie fosílnych palív; tepelné, vodné a jadrové elektrárne.

Netradičné zdroje energie: využitie slnečnej energie, geotermálnej energie a energie vetra.

Zákon zachovania energie.

Spotreba a racionálne hospodárenie s energiou.

## **PROCES**

Žiaci sa učia určovať póly a vlastnosti magnetu, určujú svetové strany podľa kompasu. Poznávajú praktické využitie elektromagnetu. V manuálnych činnostiach zostavujú elektrický obvod, zapájajú elektrický zvonček do elektrického obvodu, v praktických činnostiach používajú voltmeter a ampérmeter, zapisujú si namerané hodnoty. Precvičujú si manuálne činnosti ako výmena žiarovky, zapojenie elektrického spotrebiča, výmena monočlánku

**CHÉMIA**  
**PRE 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S LAHKÝM STUPŇOM**  
**MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

**CHARAKTERISTIKA PREDMETU**

Vyučovací predmet chémia podáva žiakom základné vedomosti o niektorých prvkoch, zlúčeninách a chemických reakciách s dôrazom na ich praktické vyžitie. Žiaci získavajú elementárne poznatky o chemických prvkoch a vybraných okruhoch anorganických a organických látok, o ich význame a použití v každodennom živote. Žiaci si osvojujú základné činnosti súvisiace s pozorovaním a pokusom a pritom si osvojujú pravidlá bezpečnej práce.

## 9. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Spoznávať vybraný okruh anorganických a organických látok, ich význam a využitie v každodennom živote,
- oboznámiť sa so zložením a vlastnosťami niektorých chemických látok,
- chápať horenie ako chemickú reakciu,
- vedieť uviesť na praktických príkladoch spôsoby oddeľovania zložiek zmesí,
- vedieť dodržiavať zásady bezpečnej práce s kyselinami a hydroxidmi,
- uvedomovať si nebezpečenstvo výbuchu pri unikaní plyných palív v uzavretom priestore,
- oboznámiť sa so základnými zdravotnými a environmentálnymi dôsledkami pôsobenia chémie v živote človeka.

### **OBSAH**

Úvod do chémie

Chemické laboratórium.

Vlastnosti látok.

Skupenstvá látok.

Zloženie a štruktúra látok.

Zmesi.

Oddeľovanie zložiek zmesí.

Chemické prvky

Kovy (železo, hliník, meď, zinok, zlato striebro).

Korózia kovov.

Nekovy (kyslík, dusík, vodík, uhlík, síra).

Voda a vzduch

Chemické zloženie vody, úprava povrchovej vody, čistenie odpadovej vody.

Chemické zloženie vzduchu, znečisťovanie vzduchu.

Ochrana čistoty vody a vzduchu.

Anorganické zlúčeniny Oxidy - vznik, význam a použitie.

Kyseliny – vlastnosti, použitie.

Hydroxidy – vlastnosti, použitie.  
Soli – vznik solí, použitie.  
Soli ako priemyselné hnojivá.  
Stavebné spojivá.  
Keramický a sklársky priemysel.  
Organické zlúčeniny  
Organické látky.  
Hlavné skupiny organických zlúčenín.  
Uhl'ovodíky (zemný plyn, metán, propán, bután).  
Deriváty uhl'ovodíkov (alkoholy, organické kyseliny).  
Ropa: vlastnosti, ťažba, spracovanie.  
Plasty.  
Bezpečnosť pri práci s ropnými produktmi.  
Prírodné látky (cukry, tuky bielkoviny).

## **PROCES**

Učíme žiakov poznávať symboly (výstražné značky) na nálepkách látok, ktoré poškodzujú zdravie, napríklad: jedy, žieraviny, horľaviny, výbušniny. Významným prvkom vo výchovnovzdelávacom procese sú (žiacke aj demonštračné) chemické pokusy a laboratórne práce. Žiakov učíme využívať poznatky z chémie pri činnostiach v bežnom živote.



**BIOLÓGIA**  
**PRE 7. AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S LAHKÝM STUPŇOM**  
**MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

**CHARAKTERISTIKA PREDMETU**

Učivo vyučovacieho predmetu biológia nadväzuje na poznatky, ktoré si žiaci osvojili vo vlastivede. Žiaci získavajú základné poznatky o živej a neživej prírode a prírodných procesoch vo vzájomných súvislostiach. Oboznamujú sa so základnou stavbou tela a spôsobom života živočíchov, rastlín a iných organizmov, s podmienkami ich zdravého vývinu, s ochranou a tvorbou životného prostredia. Učia sa chápať prírodu ako zdroj trvale udržateľného života na Zemi. Učia sa o škodlivosti fajčenia, alkoholu, toxikománie a dôsledkoch na ľudský organizmus. Vyučovanie biológie je nevyhnutné realizovať najmä v prirodzenom prostredí, v konkrétnych podmienkach prírodného prostredia v danom regióne prostredníctvom vychádzok, exkurzií a názorného materiálu v súčinnosti s praktickou skúsenosťou mentálne postihnutých žiakov. Konkrétne druhy rastlín a živočíchov a ich počet si môže vyučujúci určiť podľa regiónu, v ktorom sa škola nachádza.

## 7. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Poznať živočíchy, rastliny a iné organizmy v závislosti od prostredia, v ktorom žijú,
- poznať vzájomné vzťahy medzi organizmami a ich prostredím,
- učiť sa poznávať najznámejších predstaviteľov živočíchov, rastlín a iných organizmov,
- oboznámiť sa s ochranou a tvorbou životného prostredia.

### **OBSAH**

Príroda a jej prírodné deje

Rozmanitosť a život organizmov.

Hlavné skupiny organizmov v prírode, ich znaky – baktérie, huby, rastliny, živočíchy.

Životné prostredie, jeho vplyv na živé organizmy.

Voda ako životné prostredie

Závislosť organizmov od prostredia, v ktorom žijú.

Význam vody pre život rastlín, živočíchov a človeka.

Zdroje znečisťovania vôd.

Ochrana vôd, najmä zdrojov pitnej vody.

Živočíchy a rastliny stojatých vôd – močiarov, jazier, rybníkov a nádrží.

Rastliny stojatých vôd: pálka úzkolistá, lekno biele, žaburinka menšia.

Živočíchy stojatých vôd: kapor obyčajný, mlok veľký, korytnačka bahenná, korýtko rybníčné, larvy komárov.

Živočíchy tečúcich vôd: pstruh potočný, štika obyčajná, ostriež riečny, rak riečny.

Rastliny a živočíchy brehov vôd.

Najčastejšie rastliny: vrba biela, jelša lepkavá, záružlie močiarna, nezábudka močiarna.

Živočíchy: bobor vodný, kačica divá, užovka obyčajná, skokan hnedý, vážka ploská, komár piskľavý.

Chránené živočíchy: rosnička zelená, bocian biely.

Les – spoločenstvo organizmov

Vzťahy medzi živými organizmami a životným prostredím v lese.

Les – hospodársky významné spoločenstvo organizmov.

Lesné dreviny: ihličnaté, listnaté, stromy a kríky.

Byliny: papraď samčia, jahoda lesná, machy, lišajníky, liečivé byliny.

Lesné živočíchy: srna hôrna, myšiak hôrny, ďateľ veľký, vretenica obyčajná, lykožrút smrekový a iné, v lese žijúce organizmy.

Huby: jedovaté (muchotrávka zelená), nejedlé (hríb satanský), jedlé (hríb dubový). Potravové vzťahy medzi organizmami – potravové reťazce.

Význam lesov, ich ochrana.

Vysokohorská vegetácia

Význam a ochrana vysokohorskej vegetácie.

Charakteristickí predstavitelia rastlín (machy, lišajníky, kosodrevina, borievka nízka, plesnivec alpský) a živočíchov (kamzík vrchovský, svišť vrchovský, orol skalný).

Lúky a pasienky – spoločenstvo organizmov

Ošetrovanie lúk a pasienkov, zúrodňovanie – ich význam. Vzájomný vzťah medzi rastlinami a živočíchmi.

Rastliny: trávy, ďatelina lúčna, lúčne kvety.

Živočíchy: ovca domáca, tur domáci, jašterica obyčajná, koník lúčny, kobyľka zelená, motýle, ovad hovädzí.

Polia

Pôda a jej význam pre človeka.

Starostlivosť o pôdu.

Ochrana pôdy.

Hospodársky významné rastliny: obilniny, okopaniny, olejninny, krmoviny.

Buriny: pichliač roľný, nevädza poľná, pýr plazivý, vlčí mak a iné.

Biologická ochrana rastlín, chemická ochrana rastlín – ich význam.

Živočíchy polí: zajac poľný, hraboš poľný, jarabica poľná, bažant obyčajný, škovránok poľný, svrček poľný.

Škodcovia: pásavka zemiaková.

Záhrady a sady

Vzťah medzi rastlinami a živočíchmi v spoločenstve záhrad a sadov, ich význam pre človeka.

Záhrady a sady v rôznych ročných obdobiach.

Pestovanie rastlín a starostlivosť o ne v rôznych ročných obdobiach.

Zelenina, ovocné stromy, kry a byliny; okrasné stromy, kry a kvety – jednoročné, dvojročné trvalky.

Najčastejšie živočíchy: krt obyčajný, jež bledý, hrdlička záhradná, drozd čierny, sýkorka veľká, vrabec domový, škorec obyčajný, mlynárik kapustový, chrúst obyčajný, obalovač jablčný, slimák záhradný, dážd'ovka obyčajná.

Opel'ovače: včela medonosná, čmeľ zemný.

## **PROCES**

Nadväzujeme na poznatky, ktoré si žiaci osvojili v nižších ročníkoch vo vlastivede. Učia sa poznávať vzájomné vzťahy medzi organizmami a medzi organizmami a prostredím. Ak je to možné, vyučovanie biológie realizujeme najmä v prirodzenom prostredí, v konkrétnych podmienkach prírodného prostredia prostredníctvom vychádzok a názorného materiálu v súčinnosti s praktickou skúsenosťou žiakov.

## 8. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Získať základné poznatky o stavbe jednotlivých sústav ľudského tela, o ich základných činnostiach,
- vedieť ako sa prenášajú nákazlivé choroby a ako im predchádzať,
- pochopiť dôsledky škodlivosti užívania alkoholu, drog a fajčenia na ľudský organizmus,
- získať vedomosti o príčinách šírenia pohlavných chorôb a ich škodlivých dôsledkoch na ľudský organizmus,
- vedieť prakticky poskytnúť prvú pomoc.

### **OBSAH**

Človek ako súčasť živej prírody

Pôvod a vývoj človeka.

Ľudské rasy.

Ľudský organizmus ako celok.

Oporná a pohybová sústava

Kosť, vývin a druhy kostí, spojenie kostí.

Kostra človeka. Pohybová (svalová) sústava.

Význam telesnej práce a športu pre vývin kostí a svalov.

Prvá pomoc pri zlomeninách.

Obehová sústava

Krvné cievy.

Krv.

Krvné skupiny.

Srdce.

Krvný obeh.

Vplyv práce a športu na srdce a krvný obeh.

Poranenia ciev.

Vonkajšia masáž srdca.

Dýchacia sústava

Dýchanie, stavba a činnosť dýchacej sústavy.

Plúca.

Starostlivosť o dýchacie orgány.

Prvá pomoc pri zastavení dýchania.

Tráviaca sústava

Ústna dutina, starostlivosť o chrup.

Choroby tráviacich orgánov.

Vylučovanie

Močová sústava, choroby močových orgánov.

Kožná sústava

Koža.

Starostlivosť o kožu.

Zásady prvej pomoci pri poraneniach kože.

Nervová sústava

Mozog, miecha, nervy.

Zmyslové orgány.

Duševné zdravie, závislosť od drog.

Prvá pomoc pri úrazoch mozgu, chrbtice a pri šoku.

Rozmnožovanie, vývin jedinca, vnútromaternicový vývin jedinca.

Jednotlivé obdobia života človeka.

Prenášače a pôvodcovia rozličných ochorení

Mucha domová, šváb obyčajný, ploštica posteľná, voš detská, svrabovec kožný.

Ochrana pred škodlivým hmyzom a jeho ničenie.

Účinky rastlín na ľudský organizmus

Liečivé rastliny.

Jedovaté a zdraviu škodlivé rastliny.

## **PROCES**

K správnej životospráve, stravovaniu, dennému režimu vedieme žiakov cez pochopenie základnej činnosti jednotlivých orgánov ľudského tela. Učíme ich, že za svoje zdravie sú sami zodpovední. Vysvetľujeme im, že neviazaný pohlavný život vedie k narušeniu citového života človeka a je príčinou šírenia pohlavných chorôb a AIDS. Poučíme ich o hygiene tela, bielizne a bytu ako najúčinnnejšej ochrane pred šírením nákazlivých ochorení.

## 9. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Získať základné poznatky o stavbe Zeme, vývoji života na Zemi a vývoji človeka,
- poznať najdôležitejšie minerály a horniny Slovenska a ich využitie,
- poznať spôsoby ťažby minerálov a hornín,
- poznať typy pôdy a spôsoby ochrany pôdy,
- poznať chránené krajinné oblasti, národné parky, prírodné rezervácie na Slovensku a vo svojom regióne,
- vedieť, aké činnosti človeka poškodzujú životné prostredie,
- pochopiť dôsledky znečistenia životného prostredia a možnosti jeho ochrany.

### **OBSAH**

Vzájomná závislosť živej a neživej prírody.

Vznik a vývoj Zeme, stavba Zeme. Dejiny zemskej kôry.

Základné stavebné jednotky zemskej kôry. Minerály a horniny, ich vznik.

Geologické procesy. Vnútorne a vonkajšie geologické procesy. Premena a premenené horniny. Ťažba minerálov a hornín.

Pôda. Vznik pôdy, zloženie pôdy. Druhy a význam pôdy.

Životné prostredie človeka. Znečistenie životného prostredia. Ochrana prírody, chránené územia. Ochrana rastlín a živočíchov.

### **PROCES**

Žiaci sa oboznamujú s vývojom zemskej kôry a života na nej, so stavbou Zeme, s najdôležitejšími minerálmi a horninami na Slovensku, s ochranou prírody.

Pri ťažbe a využití nerastných surovín vychádzame predovšetkým z podmienok svojho regiónu.

Žiaci majú poznávať ochranu prírody cez svoj región (chránenú krajinnú oblasť, národný park, prírodnú rezerváciu, prírodnú pamiatku). Učíme ich pochopiť význam starostlivosti o čistotu ovzdušia, pôdy, vody, ochranu rastlín a živočíchov.

Prostredníctvom triedenia odpadu ich učíme pochopiť recykláciu materiálov.

# VLASTIVEDA

## PRE 4. AŽ 6. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S ĽAHKÝM STUPŇOM MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA

### CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Vlastiveda je integrovaný vyučovací predmet v 4. až 6. ročníku pre žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia. Prostredníctvom tohto vyučovacieho predmetu žiaci získavajú základné poznatky z oblasti prírodovedných a spoločenskovedných odborov. Nadväzuje na poznatky o prírode a spoločnosti, ktoré žiaci získali vo vecnom učive v (prípravnom), 1. až 3. ročníku., a utvára základy pre vyučovanie spoločensko-vedných a prírodovedných predmetov.

Cieľom vyučovacieho predmetu vlastiveda je u žiakov vytvárať vzťah k miestu, kde žijú. Vedie ich k úcte k dospelým, priateľskému vzťahu k spolužiakom. Vychováva ich k ochrane životného prostredia.

Obsah vyučovacieho predmetu vychádza z miestneho prírodného prostredia a prežívanej sociálnej skutočnosti. Na základe pozorovania, získajú žiaci základné poznatky o živej a neživej prírode, z prostredia miestnej krajiny. Na základe bezprostredného poznania miestnej krajiny si žiaci osvojujú základné poznatky o Slovenskej republike.

Dôležitou súčasťou vyučovania vlastivedy sú vychádzky a exkurzie, pri ktorých žiaci získavajú konkrétne poznatky o predmetoch, javoch a živočíchoch v ich prirodzenom prostredí.

Sviatky, pamätné dni a významné výročia žiakom pripomíname priebežne. Využívame predovšetkým miestne a regionálne kultúrne podujatia a slávnosti.



## 4. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 2/ týždeň    spolu: 66 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Vedieť sa orientovať v školskej budove,
- oboznámiť sa so školským poriadkom,
- upevňovať si návyky pri príprave na vyučovanie,
- vedieť sa orientovať v príbuzenských vzťahoch v rodine a v najbližšom príbuzenstve,
- oboznámiť sa s deľbou práce v domácnosti,
- poznávať miestnu obec a okolitú krajinu,
- poznať charakteristické prejavy počasia v jednotlivých ročných obdobiach.

### **OBSAH**

Škola a život v škole

Škola, orientácia v školskej budove (prípadne internáte).

Správanie a povinnosti žiakov v škole (prípadne internáte), školský poriadok, vnútorný poriadok školy.

Naša trieda, triedny kolektív.

Služby v triede, príprava na vyučovanie.

Rodina

Rodina, príbuzenské vzťahy: rodičia, deti, súrodenci, prarodičia, vnuk, vnučka, teta, strýc, bratranec, sesternica.

Členovia rodiny.

Príbuzný – známy.

Orientácia vo veku osôb: starý – mladý, starší – mladší.

Deľba práce v domácnosti.

Starostlivosť o estetické prostredie domova.

Dátum narodenia, menín.

Príroda v jeseni

Charakteristické prejavy počasia a prírody v jeseni.

Odlietanie vtákov, kalendár prírody.

Jeseň v záhrade a v sade.

Zber zeleniny – poznanie a vymenovanie jednotlivých druhov zeleniny, pre ktorú časť sa pestujú, význam zeleniny pre zdravie.

Zber ovocia – poznať jablňo, hrušku, slivku, čerešňu.

Využitie ovocia a jeho význam pre zdravie.

Uskladnenie ovocia a zeleniny na zimu.

Konzervovanie - zaváraním, nakladaním a zmrazovaním.

Poznávanie a pomenovanie 3 - 4 jesenných kvetov (podľa miestnych podmienok).

Jesenné práce v záhrade, na poli.

Zber poľnohospodárskych plodín – zemiakov, cukrovej a kŕmnej repy, kukurice.

Spôsob zberu plodín.

Domov, obec

Poznávanie miestnej obce a okolitej krajiny.

Informácie o obci, sídlo školy, bydliska, názov, poloha v krajine.

Pozorovanie prírodných javov a procesov v miestnej krajine.

Vodné toky, mosty, umelé nádrže.

Poznávanie názvov blízkych obcí, mesta, dopravné spojenie medzi nimi a miestnou obcou.

Oboznámenie sa s činnosťou zdravotníckeho zariadenia, lekárne, pošty, polície a požiarného útvaru.

Doprava: základné pravidlá pre chodcov, základné dopravné značky pre chodcov a cyklistov.

Prechádzanie vozovky, bezpečné správanie sa chodcov v cestnej premávke.

Služby obyvateľstvu v obci.

Významné objekty v miestnej krajine.

Príroda v zime

Charakteristické prejavy počasia a prírody v zime.

Zmeny v porovnaní s jeseňou.

Pozorovanie vody, ľadu, snehu v mraze a v teplej miestnosti.

Rastliny v zime.

Poznanie najmenej 2 izbových rastlín a ich ošetrovanie.

Listnaté a ihličnaté stromy v zime.

Voľne žijúce zvieratá v zime, zimný spánok, starostlivosť o vtáky a lesné zvieratá.

Zimné športy.

Bezpečnosť pri zimných športoch.

Orientácia v čase

Kalendárny rok, školský rok (vedieť, kedy začínajú).

Názvy dní v týždni, názvy mesiacov, názvy ročných období.

Časti dňa.

Činnosť žiakov v jednotlivých častiach dňa.

Celé hodiny, polhodiny.

Príroda a činnosť človeka

Živá a neživá príroda.

Prírodniny.

Rastliny, živočíchy, človek.

Vplyv človeka na prírodu.

Živá príroda

Človek

Hlavné vonkajšie časti tela (určovanie a pomenovanie).

Hlavné časti tváre (určovanie a pomenovanie).

Vnútorne orgány - mozog, srdce, pľúca, žalúdok.

Starostlivosť o zdravie, hygiena, správny režim dňa.

Ochrana pred úrazmi a iným poškodením (chemické látky, fajčenie, alkohol, zlé životné prostredie).

Zvieratá

Hlavné časti tela.

Hmyz, ryby, vtáci, cicavce.

Životné prejavy zvierat (pohyb, prijímanie potravy, starostlivosť o potomstvo).

Vzťah človeka k zvieratám.

Rastliny

Byliny, dreviny (kry, stromy).

Časti tela rastlín: koreň, stonka, list, kvet, plod.

Význam zelených rastlín.

Príroda na jar

Charakteristické prejavy počasia a prírody na jar.

Porovnanie so zimou.

Návrat vtákov, hniezdenie.

Jarné práce na poli, v záhrade, v sade.

Poznávanie čerešne a jablone podľa kvetu.

Ochrancovia ovocných sádov a záhrad (včely, osy, vtáky).

Škodcovia (chrústy, húsenice).

Poznávanie jarých kvetov podľa miestnych podmienok.

Príroda v lete

Charakteristické prejavy počasia a prírody v lete.

Poznávanie druhov obilia.

Žatva.

Význam obilia.

Lesné plody, ich zber, využitkovanie.

Lesné ovocie.

Poznávanie niektorých záhradných a lúčnych kvetov.

Letné športy.

Správanie pri vode, v lese z hľadiska bezpečnosti počas prázdnin.

Ochrana prírody.

Chránené oblasti, ich význam.

## **PROCES**

Na základe poznávania miestnej krajiny sa žiaci učia pozorovať a popisovať okolitú krajinu, oboznamujú sa s jej prírodnými podmienkami. Poznávajú činnosť podnikov, obchodnej siete a služieb. V cestnej premávke spoznávajú osvojené základné dopravné značky. Učia sa privolať prvú pomoc. Vyučovanie vlastivedy má byť založené na pozorovaní, nepreťažujeme žiakov množstvom faktov

## 5. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 2/ týždeň    spolu: 66 hodín/ rok**

### **CIELE**

Orientovať sa v príbuzenských vzťahoch v rodine,

- orientovať sa v príbuzenských vzťahoch v najbližšom príbuzenstve,
- orientovať sa vo veku osôb,
- starať sa primeraným spôsobom o domácnosť,
- orientovať sa na mape v miestnej krajine,
- vedieť najdôležitejšie údaje o obci v ktorej žiak žije,
- oboznámiť sa so životom ľudí v dávnej minulosti,
- získať základné poznatky o živej a neživej prírode.

### **OBSAH**

#### **Život v rodine**

Vzťahy v rodine.

Deľba práce.

Rodičia a deti.

Úcta k starobe.

Povinnosti a práva členov rodiny.

Rodisko a bydlisko.

Vybavenie domácnosti

– jednoduché stroje a prístroje v domácnosti, používanie výtahu, plynového variča, telefónu, elektrických spotrebičov,

– bezpečnosť v domácnosti, možnosti vzniku a šírenia požiaru, predchádzanie požiaru, nebezpečenstvo požiaru v byte, v budove, privolanie požiarnikov.

#### **Orientácia na mape a v regióne**

Orientácia v obci – ulice, ich názvy, križovatky, význam orientačných tabúl.

Dopravné značky, správanie sa chodcov, automobilistov, cyklistov na ceste, spôsoby riadenia križovatky, pravidlá cestnej premávky pre cyklistov.

Poznávanie obce a okolitej krajiny, dominantné prvky obce, pamätihodnosti, významné objekty, inštitúcie a zariadenia - obchod, služby, správne inštitúcie, zdravotnícke zariadenia, stanica polície, požiarny útvar, kultúrne a športové zariadenia.

#### Charakteristika miestnej krajiny na základe pozorovania.

Jednoduchý opis krajiny – nížina, vrchovina, pohorie.

Krajina – mestská, vidiecka, zalesnená, nezalesnená, poľnohospodárska, priemyselná.

Chránené krajinné oblasti najbližšieho regiónu.

Priemysel a poľnohospodárstvo v regióne.

Dopravné spojenie v regióne – cesty, železnice, vodné cesty, letiská.

#### Orientácia na mape

Mapa – farby na mape, značky, turistická mapa, automapa.

Orientácia na mape regiónu. Určovanie hlavných svetových strán (podľa slnka, kompasu).

#### Slovenská republika

Mapa SR.

Poloha.

Hlavné mesto – Bratislava.

Hranice štátu. Susedné štáty – ukázať a vymenovať podľa mapy.

Naše mesto, obec na mape, poloha.

### **Život ľudí v dávnej minulosti**

Život ľudí v najstaršej minulosti, spôsob ich života.

Zberači a lovci, lovci mamutov, prví roľníci.

### **Živá príroda**

Hlavné znaky života.

Rozdelenie živej prírody: živočíchy a rastliny.

#### Živočíchy

*Cicavce* – životné prostredie cicavcov, charakteristické znaky; hlavní predstavitelia: mačka, tur, ostatní predstavitelia: pes, myš, srna, význam a ochrana cicavcov.

*Vtáky* – životné prostredie vtákov, charakteristické znaky; hlavný predstaviteľ: holub, ostatní predstavitelia: hus, kura, lastovička, sova, význam a ochrana vtákov.

*Plazy* – životné prostredie plazov, charakteristické znaky; hlavní predstavitelia: jašterica, vretenica, ostatní predstavitelia: užovka, význam a ochrana plazov.

*Obojživelníky* – životné prostredie obojživelníkov, charakteristické znaky; hlavné predstavitelia: žaba, skokan zelený, ostatní predstavitelia: ropucha, rosnička, význam a ochrana obojživelníkov.

*Ryby* – životné prostredie rýb, charakteristické znaky; hlavný predstaviteľ: kapor, ostatní predstavitelia: štika, sardinka; význam a ochrana rýb.

### Rastliny

Spoločné znaky rastlín a živočíchov.

Charakteristické znaky rastlín.

Rozdelenie rastlín – dreviny, byliny.

*Dreviny*: strom, ker; ihličnaté stromy – smrek; listnaté stromy – dub, čerešňa; ker – ríbezľa.

*Byliny*: púpava, pšenica, zemiak, pelargónia.

Význam a ochrana rastlín.

### **Neživá príroda**

Vzduch, voda, nerasty, horniny.

#### Voda

V prírode a v živote človeka – kolobeh vody v prírode, povrchová a spodná voda, ochrana vôd, úprava vody a jej čistenie, minerálna voda a kúpele.

#### Vzduch

Význam vzduchu pre život, prúdenie vzduchu, znečisťovanie vzduchu.

#### Pôda

Význam pôdy, typy pôd.

Starostlivosť o pôdu - kyprenie, hnojenie, zavlažovanie, odvodňovanie, vplyv vonkajších činiteľov na pôdu, ochrana pôd.

## 6. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 2/ týždeň    spolu: 66 hodín/ rok**

### **CIELE**

Oboznámiť sa so začiatkom našich národných dejín,

- orientovať sa na mape Slovenskej republiky,
- prehľbiť si poznatky o človeku,
- získať poznatky o niektorých nerastoch a horninách,
- oboznámiť sa s praktickým meraním a vážením materiálov,
- získať praktické poznatky z chémie a z fyziky.

### **OBSAH**

**Začiatky našich národných dejín ( 5. – 15. storočie)**

Príchod Slovanov na naše územie.

Samova ríša - prvý pokus o vytvorenie štátu.

Veľká Morava – prvý štát západných Slovanov.

Význam príchodu Cyrila a Metoda a ich prínos pre rozvoj našej vzdelanosti a kultúry.

Rozkvet a pád Veľkej Moravy.

Slovensko súčasťou uhorského štátu.

Románska kultúra a jej pamiatky na Slovensku, najmä vo vlastnom regióne.

Slovensko v 12. – 14. storočí.

Vznik a rozvoj miest.

Vpády Tatárov.

Slovensko v 14. – 15. storočí – hospodársky najrozvinutejšia časť uhorského štátu.

Vznik miest a rozvoj remesiel, zakladanie cechov.

Matúš Čák Trenčiansky.

Gotická kultúra a jej pamiatky na Slovensku, najmä vo vlastnom regióne.

Husitské hnutie, majster Jan Hus, Jan Žižka.

Husiti na Slovensku.

Uhorský kráľ Matej Korvín a rozvoj vzdelanosti.

Academia Istropolitana.

Kultúrne pamiatky na Slovensku, najmä vo vlastnom regióne.



## **Zem a jej zobrazenie**

Glóbus, mapa sveta.

Orientácia na mape.

## **Slovenská republika**

Bratislava – hlavné mesto Slovenskej republiky, sídlo republikových orgánov a inštitúcií. Historické a kultúrne pamiatky v Bratislave. Priemysel a doprava Bratislavy.

Juhozápadné Slovensko. Nitra. Povrch – pohoria, nížiny. Podnebie. Poľnohospodárska výroba. Významné mestá a ich priemysel, rekreačné oblasti, kúpele, chránené prírodné oblasti.

Severné Slovensko. Poprad. Povrch – pohoria, nížiny. Vodstvo. Podnebie. Poľnohospodárska výroba, lesy. Významné mestá a ich priemysel, rekreačné oblasti, kúpele, chránené prírodné oblasti.

Stredné Slovensko. Banská Bystrica. Povrch – pohorie, nížiny. Vodstvo. Podnebie. Poľnohospodárska výroba, lesy. Významné mestá a ich priemysel, rekreačné oblasti, kúpele, chránené prírodné oblasti.

Východné Slovensko. Košice. Povrch – pohoria, nížiny. Vodstvo. Podnebie. Poľnohospodárska výroba, lesy. Významné mestá a ich priemysel, rekreačné oblasti, kúpele, chránené prírodné oblasti. Naše štátne symboly (zástava, znak, hymna, pečať – ich používanie).

## **Živá príroda**

Človek a starostlivosť o jeho zdravie.

Stavba ľudského tela.

Vývojové etapy v živote človeka (detstvo, dospievanie, mladosť, dospelosť, staroba). Zdravie a choroba, infekčné choroby.

Základné hygienické pravidlá.

Zásady správnej výživy.

Prvá pomoc pri úrazoch a zlomeninách.

## **Neživá príroda**

Uhlie, ropa, zemný plyn, kamenná soľ, železná ruda.

Piesok, žula, hlina, vápenec – stavebný materiál.

Výroba malty – laboratórna práca.

## **Poznávanie látok**

Veci a látky.

Zmeny látok (topenie a tuhnutie, rozpustnosť, korózia kovov).

Spoločné a odlišné vlastnosti látok.

Cukor, soľ – vlastnosti týchto látok.

### **Porovnávanie a meranie**

#### Dĺžka

Jednotky dĺžky – km, m, mm. Praktické meranie.

#### Hmotnosť

Jednotky hmotnosti – kg, g. Praktické váženie.

#### Objem

Jednotky objemu – liter, deciliter. Praktické meranie.

#### Teplota

Jednotka teploty - °C. Bod varu. Bod mrazu. Praktické meranie.

#### Čas

Pohyby Zeme a s nimi súvisiace javy (dĺžka dňa a noci, striedanie ročných období). Mesiac, týždeň deň, hodina, polhodina, štvrt'hodina, minúta.

### **Elektrická energia**

Elektrárne. Využitie elektrickej energie v priemysle, poľnohospodárstve, doprave, v domácnosti.

Elektrospotrebiče (k čomu slúžia, ako sa s nimi zaobchádza).

Bezpečnosť pri ich používaní.

Šetrenie elektrickou energiou.

Možnosti vzniku požiaru.

Predchádzanie požiaru v byte, budove.

Privolanie požiarnikov.

## **PROCES**

Prostredníctvom multimédií, obraznej prezentácie, zaujímavým rozprávaním o udalostiach, osobnostiach, kultúrno-historických pamiatkach, poznávacej a emocionálnej zaangažovanosti žiakov oboznamujeme žiakov so začiatkom našich národných dejín. Pri učive o prírode pestujeme u žiakov hlboký vzťah k prírode, k tvorbe a ochrane životného prostredia v prospech človeka.

**DEJEPIS**  
**PRE 7. AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S LAHKÝM STUPŇOM**  
**MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

**CHARAKTERISTIKA PREDMETU**

Cieľom vyučovacieho predmetu dejepis je vytvárať a formovať historické vedomie žiakov, na základe ktorého by boli schopní pochopiť minulosť a prítomnosť krajiny, v ktorej žijú, situáciu Slovenskej republiky ako aj jej postavenie v Európe a zároveň si uvedomovať potrebu mierového spolunažívania národov. Ďalším cieľom je vytvoriť elementárne predstavy z histórie na základe obrazového vnímania, celkového poznávania najdôležitejších období našich národných dejín so zameraním na pokrok, na najzákladnejšiu orientáciu vo vývoji spoločnosti, v slovenských dejinách, vo významných historických udalostiach, v osobnostiach, v kultúre. Dávame prednosť obraznej prezentácii dejín s využitím kultúrno-historických pamiatok regiónu, zaujímavému rozprávaniu o udalostiach, osobnostiach, kultúrno-historických pamiatkach, efektívnemu využitiu umelecky spracovaných historických udalostí a osobností, poznávacej a emocionálnej zaangažovanosti žiakov pred pamäťovým osvojovaním historických faktov.

## 7. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Vytvoriť elementárne historické predstavy žiakov,
- poznať najdôležitejšie obdobia našich národných dejín so zameraním na pokrok,
- naučiť žiaka pracovať s učebnicou,
- naučiť žiaka čítať súvislý text a snažiť sa mu porozumieť,
- vedieť využívať názorný materiál, „čítať obrázky“, časové priamky.

### **OBSAH**

15. storočie

Objavy v 15. storočí a ich vplyv na rozvoj hospodárstva.

Renesančné kultúrne pamiatky na Slovensku, najmä vo vlastnom regióne.

16. storočie

Život šľachty a poddaných v 16. storočí.

Turecké nájazdy do Uhorska.

Bratislava – hlavné mesto Uhorska.

Bitka pri Moháči.

Roľnícke a banícke povstania v Uhorsku.

Vznik habsburskej monarchie.

17. storočie

Náboženské vojny.

J. A. Komenský.

18. storočie

Baroková kultúra a jej pamiatky na Slovensku, najmä vo vlastnom regióne.

Protihabsburské povstanie.

J. Jánošík – symbol boja za slobodu a spravodlivosť.

Habsburgovci - Mária Terézia, Jozef II. Slovenskí osvietenici.

Začiatok slovenského národného obrodzenia - A. Bernolák a bernolákovci.

Vznik a vývoj manufaktúr.

19. storočie Rozvoj dopravy.

Postavenie Slovákov v Uhorsku.

Vývoj slovenského národného obrodzenia - Ľ. Štúr a štúrovci.

Vytvorenie spisovného slovenského jazyka a rozvoj kultúry.

Revolučný rok 1848 v našich dejinách.

Memorandum slovenského národa a Matica slovenská, slovenské národné školstvo.

Vznik Rakúsko – Uhorska.

## **PROCES**

Na vyučovacích hodinách dejepisu dávame prednosť obraznej prezentácii dejín, s využitím kultúrno-historických pamiatok regiónu, zaujímavému rozprávaniu o udalostiach, osobnostiach, kultúrno-historických pamiatkach, efektívnemu využitiu umelecky spracovaných historických udalostí a osobností, poznávacej a emocionálnej zaangažovanosti žiakov pred pamäťovým osvojovaním historických faktov.

## 8. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Pochopiť príčiny a následky prvej a druhej svetovej vojny,
- vedieť využívať názorný materiál, „čítať obrázky“, časové priamky,
- vedieť nakresliť jednoduchú časovú priamku podľa vzoru,
- vedieť samostatne pracovať s pracovným zošitom.

### **OBSAH**

Technické vynálezy na začiatku 20. storočia

Technické vynálezy v oblasti dopravy, energie, komunikácie, médií.

Prvá svetová vojna

Vznik, príčiny, priebeh, koniec a dôsledky prvej svetovej vojny.

Medzivojnové obdobie

Vznik Československa.

Tomáš Garrigue Masaryk, Milan Rastislav Štefánik, Andrej Hlinka.

Svetová hospodárska kríza.

Nástup fašizmu v Európe.

Mníchovská dohoda, rozpad Československa.

Slovenská republika v rokoch 1939 – 1945.

Druhá svetová vojna

Vznik, príčiny, priebeh druhej svetovej vojny.

Slovenské národné povstanie, oslobodzovanie.

Vstup USA do vojny, koniec a dôsledky druhej svetovej vojny.

Povojnové obdobie a súčasnosť

Československo v rokoch 1945 – 1968, obdobie studenej vojny.

Rok 1968, Alexander Dubček.

Československo v rokoch 1968 – 1989, pád komunizmu.

Vznik Slovenskej republiky.

### **PROCES**

V preberanom učive objasňujeme konkrétne životné situácie, do ktorých sa ľudia dostávajú a svojim rozhodnutím môžu v dobrom alebo zlom ovplyvniť svoje prostredie. Žiaci za pomoci učiteľa odhaľujú aj to, čo je v minulosti negatívne, celý rad predsudkov, stereotypov, ktoré často pretrvávajú aj v prítomnosti.

## 9. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Za pomoci učiteľa odhaľovať pozitívne a negatívne príklady v histórii,
- vedieť porovnať súčasnosť so situáciou v minulosti,
- učiť žiakov pochopiť, aké hodnoty nám zanechali minulé generácie,
- vedieť sa spoľahlivo orientovať na časovej priamke,
- vedieť samostatne pracovať s pracovným zošitom.

### **OBSAH**

Pravek

Vznik a vývoj človeka

Starovek

Riečne civilizácie, Staroveké Grécko a Rím

Na úsvite našich národných dejín

Najstaršie národy na území Slovenska

Kresťanský letopočet

Príchod Slovanov

Veľkomoravská ríša, kultúra Veľkomoravskej ríše

Slovensko súčasťou uhorského štátu

Vpád Tatárov

Matúš Čák Trenčiansky

Husitské hnutie

Matej Korvín

Kultúra v stredoveku

Turecké nebezpečenstvo

Obdobie humanizmu a renesancie

Bitka pri Moháči

Turecké nájazdy do Uhorska 1

7. storočie – katolíci a nekatolíci

18. storočie – storočie rozumu

Slovenské národné obrozenie  
Revolučný rok 1848  
Postavenie Slovákov v Rakúsko-Uhorsku  
Novovek  
Prvá svetová vojna  
Vznik Československa  
Vznik fašizmu  
Druhá svetová vojna  
Slovensko v období druhej svetovej vojny  
Koniec druhej svetovej vojny  
Povojnové obdobie a súčasnosť

## **PROCES**

Pri vyučovaní dejepisu uplatňujeme princípy názornosti a konkrétosti, rozvíjania jedinečnosti pojmov, obrazov a predstáv, rozprávania udalostí a dejov. Pri prezentovaní národných a svetových dejín učíme žiakov aktívne využívať okrem učebnice a pracovného zošitu aj čítanky, primeranú populárno-vedeckú literatúru, historické mapy, obrázky, filmy a pracovné materiály pripravené učiteľom. Odporúčame zaradiť návštevu múzeí, realizovať exkurzie v regionálnych dejinách.



# **GEOGRAFIA**

## **PRE 7. AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S LAHKÝM STUPŇOM**

### **MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

#### **CHARAKTERISTIKA PREDMETU**

V rámci vyučovacieho predmetu geografia žiaci získavajú základné poznatky o svojej vlasti a o svete. Učivo nadväzuje na poznatky, ktoré si žiaci osvojili vo vlastivede. Žiaci postupujú od miestnej krajiny k poznaniu SR, jej postavenia v Európe, k základným informáciám o Európe a o svete. Súčasťou vyučovania geografie je práca s rôznymi druhmi máp. Práca s mapou nie je len prostriedkom, ale aj cieľom vyučovania, aby žiaci boli schopní orientovať sa podľa mapy aj v praktickom živote. V rámci geografického učiva si žiaci osvojujú základy ochrany a tvorby životného prostredia. Žiaci si osvojujú základné vedomosti o svojej vlasti, regióne, v ktorom žijú, kultúre a národnej identite v európskom priestore. Učia sa chápať odlišnosti medzi jednotlivými kultúrami, vážiť si tradície národov, snažiť sa o spolužitie so všetkými národmi a národnosťami. Osvojujú si poznatky o vzťahoch medzi zložkami prírodného prostredia a ľudskou spoločnosťou, zručnosti pri práci s mapou, učia sa využívať doplňujúce zdroje informácií.

## 7. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Získať základné poznatky o postavení Zeme v slnečnej sústave,
- informatívne vedieť základné pojmy, ktorými sú označené objekty vesmíru,
- osvojiť si základné informácie o Európe,
- vedieť sa orientovať na mape Európy,
- naučiť sa pracovať s fyzikálnou a politickou mapou.

### **OBSAH**

Zem a jej zobrazenie

Tvar a veľkosť Zeme.

Glóbus ako zobrazenie Zeme.

Základné pohyby Zeme.

Vesmír – Slnečná sústava.

Výskum vesmíru.

Kozmonautika.

Mapa zemských pologúľ.

Svetadiely, oceány.

Určovanie polohy na mape podľa svetových strán.

Európa ako svetadiel Európa – poloha, členitosť, povrch.

Podnebie a vodstvo Európy.

Obyvateľstvo, štáty Európy.

SR – jej poloha v Európe.

Hranice, naši susedia.

Európske štáty.

Stredná Európa: Česko, Poľsko, Maďarsko, Rakúsko, Švajčiarsko, Nemecko.

Východná Európa: Ukrajina, Bielorusko, Rusko.

Západná Európa: Veľká Británia, Írsko, Francúzsko, Holandsko, Belgicko.

Južná Európa: Španielsko, Portugalsko, Taliansko.

Juhovýchodná Európa: Grécko, Slovinsko, Chorvátsko a bývalé štáty Juhoslávie, Albánsko, Moldavsko, Rumunsko a Bulharsko.

Severná Európa: Švédsko, Nórsko, Fínsko, Dánsko, Island, Lotyšsko, Litva, Estónsko.

Najmenšie štáty v Európe: Lichtenštajnsko, Andorra, Malta, Vatikán, Luxembursko, Monako.

## **PROCES**

Žiakov vedieme k získaniu zručnosti pracovať s mapami a vyvodzovať z nich základné charakteristiky zobrazovaného územia. Učíme ich chápať odlišnosti a tradície národov, snažiť sa o spolužitie so všetkými národmi a národnosťami. V rámci vyučovania venujeme dostatočný priestor práci s mapami a ďalšími doplňujúcimi informáciami. Žiakom prezentujeme aj informácie, ktoré pomáhajú žiakom získať vzťah k predmetu.

## 8. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Vedieť pomenovať svetadiely a oceány,
- získať geografické poznatky o polohe, prírodných pomeroch, obyvateľstve a hospodárstve jednotlivých svetadielov,
- vedieť charakterizovať obyvateľstvo svetadielov podľa rás,
- vedieť pracovať s rôznymi druhmi máp a vyhľadávať v nich požadované informácie.

### **OBSAH**

Zem a jej znázornenie na mape Druhy máp.

Poludníky a rovnobežky.

Podnebné pásma Zeme.

Svetadiely a oceány.

Svetadiely

Afrika

Poloha, členitosť, povrch.

Podnebie, vodstvo.

Rastlinstvo, živočíšstvo.

Obyvateľstvo.

Štáty severnej, strednej a južnej Afriky.

Ázia

Poloha, členitosť, povrch.

Podnebie, vodstvo.

Rastlinstvo, živočíšstvo.

Obyvateľstvo.

Štáty juhozápadnej, strednej, východnej, južnej a juhovýchodnej Ázie.

Amerika

Poloha, členitosť, povrch.

Podnebie, vodstvo.

Rastlinstvo, živočíšstvo.

Obyvateľstvo.

Štáty severnej, strednej a južnej Ameriky.

Austrália a Oceánia

Poloha, členitosť, povrch.

Podnebie, vodstvo.

Rastlinstvo, živočíšstvo.

Obyvateľstvo.

Austrálsky zväz, Oceánia.

Antarktída

Poloha, podnebie, povrch.

Rastlinstvo, živočíšstvo, obyvatelia.

Oceány

Tichý, Atlantický, Indický a Severný ľadový oceán.

## **PROCES**

Dostatočný priestor venujeme práci s mapami a ďalšími doplňujúcimi informáciami. Oboznamujeme žiakov s hlavnými problémami súčasného sveta spojenými s rýchlym rastom obyvateľstva, urbanizáciou, s etnickými a náboženskými rozdielmi v jednotlivých častiach sveta, s rozdielmi v hospodárskej úrovni oblastí sveta, rozložením bohatých a chudobných oblastí.

## 9. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Utvrdiť základné poznatky o vzniku a vývoji Zeme,
- utvrdiť základné poznatky o jednotlivých svetadieloch,
- utvrdiť základné informácie o Európe,
- poznať základné informácie o jednotlivých krajoch Slovenska a krajských mestách,
- vedieť spoľahlivo pracovať s fyzikálnou a politickou mapou.

### **OBSAH**

1. Vznik a vývoj Zeme

2. Svetadiely Afrika, Ázia, Amerika, Austrália, Antarktída, Európa

3. Slovenská republika

Poloha, rozloha, povrch, podnebie, vodstvo, rastlinstvo a živočíšstvo, chránené územia, obyvateľstvo, poľnohospodárstvo, nerastné bohatstvo, priemysel, doprava.

Bratislava – hlavné mesto Slovenska

Bratislavský kraj

Trnavský kraj

Nitriansky kraj

Trenčiansky kraj

Žilinský kraj

Banskobystrický kraj

Košický kraj

Prešovský kraj

4. Región, v ktorom žijem

### **PROCES**

Na hodinách sa snažíme využívať čo najčastejšie činnostné zložky učiva, najmä čítanie z mapy, využitie primeranej doplnkovej literatúry, informačno-komunikačné technológie. Touto činnosťou si žiaci obohacujú vedomosti o prírodných podmienkach, pamätihodnostiach, turistických zaujímavostiach, priemysle a poľnohospodárstve v jednotlivých regiónoch. V závere školského roka sa zameriavame na regionálnu geografiu, ktorú je možné spojiť aj s vychádzkami a exkurziami.

**OBČIANSKA NÁUKA**  
**PRE 7. AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S ĽAHKÝM STUPŇOM**  
**MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

**CHARAKTERISTIKA PREDMETU**

Občianska náuka cieľavedome ovplyvňuje poznanie a konanie žiakov v duchu humanity, morálky a demokracie. Vede žiakov k tomu, aby svojimi postojmi a činmi prejavovali občiansku aktivitu, vlastenectvo, pozitívny vzťah k práci a jej výsledkom. Vplýva na žiakov v tom smere, aby si uvedomovali zodpovednosť k sebe, svojim blízkym, národu a celej spoločnosti, aby si uvedomovali svoju národnú a štátnu identitu. Obsah vyučovacieho predmetu je založený na uplatňovaní väzieb výchovy a vzdelávania, na spájaní teoretických poznatkov s osobnou praxou, so životnými zážitkami a skúsenosťami žiakov. Získané poznatky poskytujú žiakom vhodnú orientáciu pre budúci občiansky život. Občianska náuka prináša žiakom právne a ekonomické informácie, ktoré v inom predmete nedostanú. Pozornosť venuje i rozvoju citovej a vôľovej sféry osobnosti žiaka. Integruje poznatky z iných predmetov. Najužšie medzipredmetové vzťahy ju viažu s dejepisom, geografiou, etickou výchovou, materinským jazykom a literatúrou a biológiou.

## 7. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Poznať funkciu rodiny a školy,
- upevniť u žiakov elementárne mravné postoje, hygienické a kultúrne návyky,
- oboznámiť žiakov so zásadami dopravnej disciplíny a bezpečnostných opatrení,
- ovplyvňovať poznanie a konanie žiakov v duchu demokracie, humanizmu a morálky.

### **OBSAH**

Život v spoločnosti

Rodina

Význam rodiny pre mladého človeka a pre štát.

Kto tvorí rodinu (mama, otec, súrodenci, starí rodičia, širšia rodina – príbuzní).

Rodičia a deti, vzťahy medzi nimi.

Správanie sa v rodine – úcta, porozumenie, vzájomná pomoc.

Sviatky a významné udalosti v rodine.

Škola

Škola ako súčasť moderného človeka.

Poslanie školy, funkcie školy.

Ako sa učiť, narábať s vedomosťami.

Správanie sa v škole – školský poriadok.

Základy spoločenského styku

Ako by sa mal správať každý človek doma a na verejnosti; pozdrav, oslovenie, predstavenie sa, kultúrne správanie na verejnosti (na ulici, v obchode, v dopravnom prostriedku, na pošte, u lekára, na návšteve, na kultúrnom predstavení).

Starostlivosť o vlastné zdravie, prevencia ochorenia a úrazu

Osobná hygiena a jej význam v prevencii ochorenia.

Ochrana pred infekčnými a civilizačnými ochoreniami.

Škodlivosť fajčenia, alkoholizmu a drog pre mladého človeka, boj proti ich požívaniu, negatívny príklad dospelých.

Nebezpečenstvo AIDS.



Bezpečnosť cestnej premávky

Bezpečnosť na cestách, cesta do a zo školy, orientácia okolo domu, školy, v obci či meste.

Dodržiavanie dopravných predpisov pre chodcov a cyklistov.

Charakterové a mravné hodnoty človeka

Vytváranie dobrých medziľudských vzťahov v rodine a na verejnosti.

Základné mravné hodnoty – úcta k sebe a k druhým ľuďom, čestnosť, statočnosť, spravodlivosť, pravdovravnosť, pracovitosť, láska k vlasti a ich uplatňovanie v živote človeka.

Charakter človeka – kladné a záporné vlastnosti človeka, vplyv rodiny a spoločnosti na charakterové vlastnosti človeka.

Vplyv výchovy a sebvýchovy na charakter človeka.

Zmysel života – spolužitie ľudí na zásadách spolupráce a tolerance (schopnosť rozumieť druhým ľuďom, dobre s nimi vychádzať).

Štúdium, práca, rodina, oddych.

## **PROCES**

Pri vyučovaní občianskej náuky uplatňujeme väzby výchovy a vzdelávania, spájame teoretické poznatky s osobnou praxou, so životnými zážitkami a skúsenosťami žiakov. Oboznamujeme žiakov s normami spoločenského správania a ich uplatňovaním v bežnom živote.

## 8. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### CIELE

- Poznať úlohu štátu v spoločnosti,
- oboznámiť sa s ústavou Slovenskej republiky,
- poznať základné práva a slobody občana Slovenskej republiky,
- vedieť sa orientovať vo vzťahoch kamarátstva, priateľstva a lásky,
- poznať a pochopiť úlohy rodiny pre človeka a štát.

### OBSAH

Charakteristika štátneho zriadenia Slovenskej republiky

Vznik Slovenskej republiky, štátne symboly, štátne sviatky a pamätné dni.

Hlavné mesto Slovenskej republiky.

Funkcie štátu, orgány štátnej moci, orgány miestnej správy.

Národnostné zloženie obyvateľstva SR, slovenské štátne občianstvo.

Ústava, základné práva a slobody občana SR.

Medzinárodné postavenie Slovenskej republiky.

Kamarátstvo, priateľstvo, láska, manželstvo

Dospievanie: kamarátstvo, priateľstvo, láska.

Manželstvo: vznik a funkcie manželstva.

Rodičovstvo: úlohy a poslanie rodiny, hospodárenie v rodine, zachovanie potomstva.

Rozvod: jeho príčiny, dôsledky a prevencia.

Základné práva detí.

### PROCES

Pri preberaní učiva prvého tematického celku nadväzujeme na poznatky žiakov, ktoré získali vo vlastivede, dejepise a zemepise, orientujeme žiakov na budúci občiansky život. Učivo druhého tematického celku orientuje žiaka ako budúceho zakladateľa rodiny. Pri preberaní jednotlivých tém odporúčame zaradiť besedy s lekárom, sexuológom, psychológom, právnikom. Vhodné je aj spoločné sledovanie filmov, filmových ukážok a rozhovor o nich.

## 9. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Poznať štátne symboly Slovenskej republiky,
- oboznámiť sa so spôsobom voľby prezidenta Slovenskej republiky,
- poznať podmienky aktívneho a pasívneho volebného práva,
- poznať rozdiel medzi parlamentnými a komunálnymi voľbami,
- viesť žiakov k uvedomovaniu si práv a povinností občanov,
- získať základné vedomosti o ekonomickom fungovaní spoločnosti,
- získať základné vedomosti o Zákonníku práce.

### **OBSAH**

Slovenská republika. Štátne symboly.

Prezident Slovenskej republiky.

Vláda Slovenskej republiky.

Národná rada Slovenskej republiky.

Voľby a volebné právo (voľba prezidenta, poslancov NR SR, poslancov do miestnych a regionálnych zastupiteľských orgánov).

Základné práva a povinnosti občanov.

Slovenská republika – demokratický štát.

Slovenské hospodárstvo

Trhové hospodárstvo.

Vlastníctvo v demokratickej spoločnosti.

Poctivá práca občanov.

Peniaze a ich vznik.

Peňažné ústavy v trhovej ekonomike.

Rodinný a štátny rozpočet.

Podnikanie.

Sociálna politika štátu.

Čo by mal občan vedieť

Doklady občana.

Zmenená pracovná schopnosť.

Úrady štátnej správy.

Zákonník práce.

Medziľudské vzťahy na pracovisku.

Pracovné problémy a prekážky v práci.

Choroba, liečebný poriadok, nemocenské dávky .

Záujmové organizácie.

Odborová organizácia.

Poistenie a sporenie.

## **PROCES**

Vyučovanie realizujeme v konkrétnych situáciách tak, aby bol obsah učiva blízky chápaniu mentálne postihnutých žiakov. Žiaci si osvojujú podmienky práva voliť a byť volený. Vedíme ich k tomu, aby poznali význam základných dokladov občana. Oboznamujeme žiakov so záujmovými organizáciami v mieste ich bydliska.

# **ETICKÁ VÝCHOVA**

## **PRE 5. AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S LAHKÝM STUPŇOM**

### **MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

#### **CHARAKTERISTIKA PREDMETU**

Vyučovací predmet etická výchova predstavuje overený výchovný model, ucelený program, vedúci žiakov k pozitívnym hodnotám a k ich uplatneniu v bežnom živote.

Etická výchova pomáha žiakom rozvíjať svoju identitu, poznať svoje silné a slabé stránky, zároveň ich učiť pochopiť a akceptovať druhých, vytvárať pozitívne vzťahy a prevziať zodpovednosť za seba i za druhých. Vďaka týmto cieľom etická výchova účinne pripravuje žiakov na zmysluplný a produktívny život v rodine, na pracovisku i v spoločnosti.

Etická výchova sa neuspokojuje iba s podávaním informácií o morálnych zásadách, ale pomocou moderných interaktívnych výchovných metód pozitívne ovplyvňuje hodnotovú orientáciu žiaka. Podporuje pochopenie a interiorizáciu mravných noriem, napomáha osvojenie si správania, ktoré je s nimi v súlade.

Cieľom etickej výchovy je v rámci možností nahradiť žiakom chýbajúce pozitívne skúsenosti, vrátiť im pocit dôvery v seba i okolie, pomáhať im nadobudnúť zdravé sebavedomie, učiť ich vychádzať s rovesníkmi, podporovať rozvoj pozitívnych osobnostných vlastností, oboznamovať a pomôcť zvnútorňovať prosociálne hodnoty a postoje.

## 5. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

Získať pozitívne skúsenosti podporujúce sebadôveru a iniciatívu,

- osvojiť si základné komunikačné zručnosti,
- osvojiť si základy spoločenského správania,
- učiť sa pozitívne hodnotiť seba aj druhých,
- učiť sa riešiť každodenné situácie v medziľudských vzťahoch,
- oboznámiť sa so základnými pojmami súvisiacimi s ochranou prírody a životného prostredia.

### **OBSAH**

#### **Úvodná hodina**

Oboznámenie žiakov s obsahom predmetu etická výchova.

#### **I. Verbálna a neverbálna komunikácia**

##### Spolupráca

Zoznámenie sa medzi sebou. Hry a aktivity podporujúce spoluprácu.

##### Zrakový kontakt

Uvedomiť si význam zrakového kontaktu. Hovoríme nielen slovami, ale aj očami, mimikou, výrazom tváre a pod. Snažíme sa odstrániť ľahostajný výraz tváre.

##### Úsmev

Uvedomiť si význam úsmevu. Urobiť rôzne úkony s úsmevom, tie isté bez úsmevu (poprosiť, poďakovať, prikázať, upozorniť niekoho a pod.).

##### Pozdrav

Pozdrav je prejavom úcty, priateľstva. Pozdravom nadväzujeme kontakt. K pozdravu patrí aj zrakový kontakt a úsmev.

Podanie ruky – správny stisk ruky, trvanie stisku ruky. Oboznámenie sa so spoločenskými pravidlami pri podaní ruky – kto prvý podáva ruku, v pri akých príležitostiach sa podáva ruka a pod.

##### Otázka a prosba

Osvojiť si základné prvky komunikácie.

Otázka – môže byť výzvou k priateľstvu, posolstvom druhého, že nás zaujíma on sám, to čo robí, čo si myslí.

Prosba – vedieť milo, skromne poprosiť, ale bez zbytočného ponížovania seba samého.

#### Podakovanie a ospravedlnenie

Osvojiť si základné prvky komunikácie. Podakovať a ospravedlniť sa, sú základné podmienky ľudského spolunažívania. Ospravedlniť sa ak sme sa dopustili chyby.

#### Rozhovor

Vedieť začať, udržiavať a ukončiť rozhovor. Zreteľný zrakový kontakt, primeraný výraz tváre, postoj prijímania a vysielania – orientácia tela k partnerovi, primeraná vzdialenosť, pokoj, zdržiavanie sa nedočkavých pohybov, neskákať druhému do reči.

#### Počúvanie

Precvičiť pozorné počúvanie. Poukázať na komunikačné chyby. Pri rozhovore udržiavať zrakový kontakt s partnerom. Pri rozhovore s viacerými ľuďmi pozeráť striedavo na všetkých členov skupiny (modelové situácie).

#### Pravda a lož

Rozlíšiť pravdu od lži. Zážitkovým spôsobom si uvedomiť negatívne dôsledky lži. Prečo je lož nesprávna, prečo ľudia klamú (modelové situácie).

## **II. Poznanie a pozitívne hodnotenie seba**

Hodnota a veľkosť človeka, úcta k ľudskej osobe. Úcta k človeku. Ujasniť nereálnosť a absurdnosť obrazu „hrdina“ vo vedecko-fantastických filmoch.

Pozitívne sebahodnotenie Žiaci si uvedomujú a vážia vlastné pozitívne stránky. Sebaovládanie. Modelové situácie na sebaovládanie. Hry a aktivity podporujúce pozitívne sebahodnotenie.

Poznať svoje slabé a silné stránky Vedieť spracovať svoje zlyhania a chyby. „Aký som“ – sebaopoznávanie, ochota nechať sa poznať.

## **III. Poznanie a pozitívne hodnotenie druhých**

Pozitívne hodnotiť druhých v bežných podmienkach. Pozitívne hodnotenie druhých vyjadriť prejavmi pozornosti. Vyjadriť uznanie a sympatie. Konkrétne vyjadriť vlastnosti dobrého priateľa. Uvedomiť si účinnosť pochvaly na sebe a iných. Vyslovovať a prijímať pochvaly druhých.

Pozitívne hodnotenie druhých v „sťažených podmienkach“ Vedieť odpustiť, prekonať antipatiu. Zbavovať sa predsudkov (rasizmus, xenofóbia). Komunikovať otvorene, adresne. Vedieť vyjadriť a aj prijať kritiku a pochvalu. Dokázať vidieť na druhých pozitívne aj negatívne vlastnosti. Pozitívne hodnotiť udalosti aj ľudí.

#### **IV. Tvorivosť v medziľudských vzťahoch, iniciatíva**

##### Tvorivé myslenie žiakov

Rozvíjanie predstavivosti a obrazotvornosti. Pozorovanie. Hry a úlohy rozvíjajúce tvorivosť.

Riešenie problémov Tvorivé riešenie každodenných situácií zo života žiakov..

#### **V. Etické aspekty ochrany prírody**

##### Životné prostredie

Úcta ku všetkým formám života. Ekologická etika z pohľadu žiaka (ochrana prírody, zber odpadu, čistota ovzdušia a pod.).



## 6. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Učiť sa efektívne komunikovať s rovesníkmi,
- upevniť si základy spoločenského správania,
- učiť sa základné pravidlá vyjadrovania citov,
- učiť sa spolupracovať s druhými, nadobúdať sociálne zručnosti- asertivitu, empatiu.

### **OBSAH**

#### **I. Identifikácia a vyjadrenie vlastných citov**

##### Naučiť sa identifikovať a vyjadriť city

Mimické vyjadrenie citov a postojov. Vedieť vyjadriť radosť a vďačnosť. Identifikovať vlastné city. Relaxácia. Identifikácia negatívnych citov a ich zvládnutie.

##### Naučiť sa zvládnuť prudké emócie

Identifikovať negatívne city a ich zvládnutie. Depresia. Ovládať základné pravidlá vyjadrovania citov.

Vyššie emócie Úloha vyšších emócií v rozvoji charakteru. Hľadať vhodné spôsoby ako ovládať negatívne city.

#### **II. Empatia**

##### Základné zručnosti emocionálnej a kognitívnej empatie

Neverbálne vyjadrenie empatie. Pochopenie druhých. Vžiť sa do situácie druhých. Empatia v každodennom živote.

#### **III. Asertivita**

##### Pasívne, agresívne a asertívne správanie

Aktivity zamerané na pochopenie významu asertivity. Príčiny a opodstatnenosť svojho rozhodovania. Odmietnutie. Sťažnosť. Vysvetliť svoje názory a práva. Mať odvahu vysloviť návrh. Poznať nevhodnosť pasívneho a agresívneho správania. Riešenie konfliktov.

#### **IV. Reálne a zobrazené vzory**

Pozitívne vzory správania v každodennom živote. Pozitívne vzory správania v literatúre.

#### **V. Prosociálne správanie**

##### Spolupráca

Vedieť spolupracovať s druhými. Výhody spolupráce.

### Pomoc, darovanie, delenie sa

Prijímať a dávať – základné prvky v medziľudských vzťahoch, priateľstve a láske. Motivácia k prosociálnemu správaniu.

Priateľstvo Význam a hodnota priateľstva.

### **PROCES**

Prostredníctvom princípov aktívneho sociálneho učenia vytvárame pozitívne sociálne skúsenosti žiaka v interakcii s učiteľom i spolužiakmi. Prezentujeme pozitívne vzory správania v literatúre, v umení i v každodennom živote. Prežitú skúsenosť postupne žiaci rozumovo chápu a vytvárajú si tak racionálne komponenty svojho prosociálneho správania.

## 7. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Osvojiť si základné postoje, ktoré podmieňujú kultivované dospievanie,
- učiť sa obhájiť svoje práva a názory,
- učiť sa kultivovane prejavovať svoj názor,
- chápať pozitívne hodnoty priateľstva, lásky, manželstva a rodiny.

### **OBSAH**

#### I. Objavenie vlastnej jedinečnosti a identity

Veľkosť a dôstojnosť ľudskej osoby, úcta k človeku.

Poznať svoje silné a slabé stránky, pozitívne a negatívne vlastnosti.

Zdravé sebavedomie.

Prijat' sám seba aj so svojimi nedostatkami a rozhodnúť sa pracovať na sebe.

Rovnakú šancu dávať iným.

#### II. Byť sám sebou, vedieť obhájiť svoje práva a názory

Vedieť sa presadiť a obhájiť v rôznych situáciách.

Opýtať sa prečo, vedieť odmietnuť, vysloviť sťažnosť, vysvetliť svoje názory, požiadať o láskavosť, vysloviť návrh, čeliť manipulácii a tlaku skupiny.

Uplatňovanie asertívneho správania v každodennosti.

#### III. Prosociálnosť ako zložka vlastnej identity

Nový vzťah k druhým.

Nezávislosť a rešpektovanie, ponúkajúce a prijímanie slobody ako predpokladu pre schopnosť preberať zodpovednosť.

Rozvíjanie vlastnej identity v interakcii s druhými, ochota odpúšťať a požiadať o odpustenie.

Slobodné prijatie záväzkov a vernosť k nim ako predpoklad zrelosti – prijímanie úloh v rodine, v žiackom kolektíve, v záujmových skupinách.

#### IV. Etické aspekty vzťahu k vlastnej rodine

Hlbšie poznanie vlastnej rodiny – ako poznám svoju matku, svojho otca, súrodencov.

Uplatňovanie sociálnych zručností v rámci rodiny – byť empatickým, otvorene a citlivo komunikovať, byť asertívnym.

Reflexia nad vlastnou kritickosťou v rodine.

Rešpektovanie pravidiel hry (práva a povinnosti) v rodine.

V. Etické aspekty integrovania sexuálnej zrelosti do kontextu osobnosti

Rozvíjanie sexuálnej identity.

Vzťahy medzi chlapcami a dievčatami.

Priateľstvo a láska.

Utváranie predstáv o budúcom partnerovi.

VI. Vzťah k starým, k chorým a k osobám so špecifickými potrebami

Rozvoj empatie, komunikácie s vyššie spomínanými ľuďmi.

Ochota chápať ich potreby, ale aj vidieť ich možnosti a bohatstvo, ktoré môžu odovzdať ostatným.

**PROCES**

Žiakov učíme poznávať samých seba, objavovať svoju identitu, preberať zodpovednosť za svoje rozhodnutia. Prehlbujú si svoju sexuálnu identitu. Rozvíjame u nich pozitívny postoj k postihnutým, chorým a k iným skupinám obyvateľstva, ktoré potrebujú pomoc a porozumenie.

## 8. ROČNÍK

Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok

### CIELE

- Učiť sa chápať základné etické problémy súvisiace s ekonomickými hodnotami, pravdou a dobrým menom,
- učiť sa rešpektovať ľudí s inými názormi, zároveň však ostať sám sebou,
- vedieť formulovať svoje životné ciele,
- vedieť zdôvodniť základné mravné normy,
- vedieť zaujať správny postoj k otázkam súvisiacim so sexualitou, manželstvom a rodinou.

### OBSAH

#### I. Zdroje etického poznania ľudstva

Etika, mravné hodnoty a normy, svedomie.

Osvojovanie si základných pojmov súvisiacich s voľbou životných cieľov, svetonázorom, náboženstvom, etickými hodnotami a normami.

Hľadanie pozitívnych vzorov v literatúre, náboženstve, umení a ľudovej slovesnosti.

#### II. Život, telesné a duševné zdravie ako etická hodnota

Ochrana života a starostlivosť o zdravie ako etický problém.

Základy duševnej hygieny.

Niektoré problémy lekárskej etiky: eutanázia, génová manipulácia.

#### III. Etické aspekty manželstva, rodinného a sexuálneho života „Zázrak života“ – počatie a prenatálny život ľudského plodu.

Rozpor medzi pohlavnou a psychosociálnou zrelosťou.

Predčasný sexuálny styk, jeho príčiny a dôsledky.

Pohlavné choroby a AIDS.

Sloboda a zodpovednosť v dozrievaní sexuálnych vzťahov v manželský a rodinný zväzok.

Sebaovládanie ako podmienka zdravého sexuálneho života.

Priateľstvo, zamilovanosť, známosť, manželstvo.

Plánované rodičovstvo, antikoncepcia a prirodzené metódy regulácie počatí, interrupcia a jej možné následky.

#### IV. Ekonomické hodnoty a etika

Vlastníctvo a peniaze ako prostriedok a ako cieľ.

„Ekonomické cnosti“, sporivosť, podnikavosť, umenie hospodáriť.

Svojpomoc, solidarita, pomoc sociálne slabším.

Poctivosť, ochrana spotrebiteľa.

#### V. Dobré meno a pravda ako etické hodnoty

Poznanie a pravda ako etické hodnoty.

Pravda a lož. Tajomstvo.

Je vždy správne povedať pravdu?

Česť, dobré meno, ublíženie na cti.

#### VI. Tvorivosť v medziľudských vzťahoch, v zamestnaní a v povolání

Vzťahy v škole, v zamestnaní.

Mravné aspekty národného uvedomenia a demokratického občianstva.

### **PROCES**

Žiakov učíme chápať význam svedomia vo svojom živote. Vedia pomenovať, čo v sebe zahŕňa ochrana života a starostlivosť o zdravie, učíme ich vážiť si svoj život, svoje zdravie. Vedíme ich k tomu, aby vedeli prejavovať solidaritu a pomoc slabým a chorým, aby mali správny vzťah k peniazom, rozumne ich využívali a čestne získavali. Aby pochopili ciele a metódy reklamy, vedeli pomôcť podporiť finančne charitu.

## 9. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Rozvíjať povedomie vlastnej dôstojnosti a hodnoty ľudskej bytosti,
- prehĺbiť komunikačné spôsobilosti orientované na riešenie problémov a vedenie dialógu,
- oboznámiť sa s niektorými vlastnosťami podporujúcimi zdravý životný štýl,
- učiť sa preberať zodpovednosť pri ponuke rozličných typov závislostí, vrátane nevhodných masmediálnych vplyvov,
- chápať význam radosti a pozitívneho myslenia v ľudskom živote a snažiť sa ich šíriť.

### **OBSAH**

#### I. Prehĺbenie povedomia vlastnej dôstojnosti a hodnoty ľudskej bytosti vôbec

Objavovanie nových darov, ich kultivovanie, rozvoj záujmov.

Dar priateľstva pre vnútorný rozvoj ľudskej osoby.

Ľudské možnosti, túžby a odvážne sny, odvaha konať.

#### II. Prehĺbenie komunikačných spôsobilostí

Počúvanie, vedenie dialógu, riešenie konfliktov.

Asertivita orientovaná na prosociálnosť – požiadať o láskavosť, hovoriť adresne, vedieť povedať nie, oprávnená a neoprávnená kritika.

#### III. Zdravý životný štýl

Povedomie vlastnej hodnoty.

Skromnosť (opak neprimeraného sebaocenenia), nepovyšovať sa nad iných vo vystupovaní, v nárokoch, v rečiach.

Dobroprajnosť - dopriať iným materiálne i duchovné dobré, vedieť sa tešiť spolu s nimi.

Cieľavedomosť, pracovitnosť, usilovnosť.

Čistota zmysľania, reči a prejavov správania v oblasti sexuality, význam studu a intimity v prejavoch náklonnosti medzi chlapcom a dievčaťom.

Kultivované vyjadrenie svojich citov, hlavne negatívnych.

Veselosť.

Sebaovládanie.

Ovocie zdravého životného štýlu.

#### IV. Závislosti, ktoré môžu znehodnotiť a ohrozovať náš život

Fajčenie, alkohol, omamné látky.

Konzumný a nezodpovedný sex.

Hracie automaty, nadmerné sledovanie televízie.

Sekty a kulty, skupiny orientované na rasovú neznášanlivosť.

#### V. Masmédiálne vplyvy

Prosociálne vzory v masmédiách (osobné i kolektívne).

Kritické hodnotenie videoprodukcie a televíznych programov.

Televízna pseudorealita a jej hodnotenie.

Výchova kritického diváka.

Možnosti pozitívneho ovplyvňovania televíziou.

#### VI. Radosť a optimizmus

Radosť ako dôsledok objavovania hodnôt.

Radosť ako výsledok vynaloženej námahy pri dosahovaní cieľa.

Radosť ako predpoklad i dôsledok socializácie.

Radosť ako dar pre iných (šírenie optimizmu a nádeje vo svojom okolí).

Pozitívny vzťah k životu a k ľuďom.

## **PROCES**

Etická výchova sa v 9. ročníku zameriava na prehĺbenie niektorých hodnôt a sociálnych spôsobilostí, s ktorými sa žiaci stretli v predchádzajúcich ročníkoch. Snažíme sa diskutovať a zaujať prosociálne postoje k rozličným aktuálnym problémom žiakov. Tematický celok Radosť a optimizmus – trvalé nastavenie ľudského života, zameriame na poskytnutie skúsenosti pozitívneho myslenia v období dospievania žiakov. Zaradíme aj námety podľa záujmu žiakov a výberu učiteľa zamerané na obdobie dospievania.



# **PRACOVNÉ VYUČOVANIE PRE PRVÝ AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S LAHKÝM STUPŇOM MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

## **CHARAKTERISTIKA PREDMETU**

Pracovné vyučovanie je pre žiakov s mentálnym postihnutím najdôležitejším rehabilitačným predmetom, ktorý od najnižšieho ročníka systematicky ovplyvňuje rozvoj ich motoriky vytváraním pracovných zručností a spolupôsobí na zvýšenie ich rozumovej úrovne.

Žiaci v tomto predmete získavajú vedomosti z rôznych pracovných činností, vrátane elementárnych technických a výrobných poznatkov. Pracovné vyučovanie vytvára u žiakov kladný vzťah k práci, plní základnú prípravu pre budúce povolanie, ale aj pre potrebu praktického života v rodine a spoločnosti. V spolupráci s ostatnými predmetmi pôsobí na harmonický rozvoj žiakov.

V pracovnom vyučovaní získavajú žiaci základné vedomosti o materiáloch, nástrojoch a o pracovných postupoch. Učia sa rozoznávať druhy materiálov, ich vlastnosti, poznávať konštrukciu a funkciu nástrojov, učia sa hovoriť o tom, čo robia a s čím pracujú. Žiaci sa postupne primerane veku vedú k chápaniu vzťahov medzi materiálom, nástrojmi a spôsobmi práce. Postupne sa tak rozvíja ich technické myslenie a vyjadrovanie a technická pripravenosť.

Pracovné vyučovanie vzbudzuje u žiakov záujem o prácu, uspokojuje ich túžbu po činnosti, zameranie práce na užitočný výsledok vzbudzuje ich iniciatívu a pozitívny vzťah k práci, pestuje zmysel pre poriadok, cit pre krásu a vhodnosť materiálu, nástrojov a spôsobov práce.

Pri práci si žiaci osvojujú kultúrne návyky. Systematicky poznávajú hlavné prvky organizácie, hygieny a bezpečnosti pri práci. Učia sa pracovať disciplinovane, starostlivo, hospodárne zaobchádzať s materiálom a nástrojmi.

Pri výbere úloh učiteľ prihliada aj na učebnú látku ostatných predmetov. Nevyhnutnosť koordinácie pracovného vyučovania s inými vyučovacími predmetmi vyplýva z podstaty

rozvoja poznávacích možností mentálne postihnutých žiakov - spájať konkrétnu činnosť s poučením, prax s teóriou.

Pracovné zaťaženie musí byť primerané fyzickým schopnostiam žiakov. Nesmie byť tak náročné, aby žiakov vyčerpal, ale ani príliš jednoduché, lebo by nedostatočne aktivizovalo ich myslenie a v dostatočnej miere ich nezamestnávalo.

Veľmi dôležitou podmienkou je materiálne zabezpečenie pracovného vyučovania. Sú to najmä pracovne a dielne, sklad materiálu, pozemok, dostatok vyhovujúcich nástrojov, pracovných a učebných pomôcok a jednotného materiálu pre žiakov.

Pracovné prostredie musí vyhovovať hygienickým podmienkam (čistý vzduch, vhodné osvetlenie, čistota pracoviska, atď.). K hygienickým podmienkam patrí aj vhodné oblečenie na pracovné vyučovanie. Nevyhnutným doplnkom dielne je príručná lekárnička.

V pestovateľských prácach sa na školskom pozemku (záhrade) určí pre jednotlivé pracovné skupiny dostatočná plocha s prihliadnutím na vek a možnosti žiakov a na technickú vybavenosť školy. Na pestovateľské práce možno využiť aj kútik prírody v každej učebni. Na hodinách pracovného vyučovania sa používajú rôzne učebné pomôcky. Zvyčajne je to vzorový výrobok a súbor nástrojov, materiálov, potrieb a zariadení pre určitý druh práce; ďalej sú to výkresy, pracovné postupy, obrazy, ilustrácie, modely, diagramy, prírodniny, predlohy, filmy, diapozitívy a diafilmy.

Nevyhnutnou súčasťou pracovného vyučovania sú exkurzie, ktoré umožňujú žiakom už od najnižších ročníkov poznávať prácu dospelých na rozličných pracoviskách a posilňovať spojenie pracovného vyučovania so životom.

Obsah pracovného vyučovania je členený na zložky. Toto rozdelenie vychádza zo schopností žiaka osvojiť si obsah daného učiva, a zo schopnosti vedieť ho aplikovať v súčasnom i budúcom praktickom živote.

V zložke **sebaobslužné činnosti** žiaci nadobúdajú zručnosti v starostlivosti o hygienu tela a zovňajšku, osvojujú si stravovacie návyky a pravidlá stolovania.

Obsahom zložky **práce v domácnosti** je osvojovanie si základných pracovných návykov v domácnosti, zručností potrebných pri domácich prácach a udržiavanie poriadku. Súčasťou tejto zložky je aj šitie. Žiaci nadobúdajú zručnosti v základných technikách šitia a ručných prác. Súčasťou zložky sú aj práce v kuchyni. Žiaci si osvojujú základné znalosti o potravinách, a ako udržiavať poriadok a hygienu v kuchyni. Vo vyšších ročníkoch nadobúdajú žiaci zručnosti pri príprave jednoduchých nápojov a jedál.

V zložke **práce v dielni** si žiaci osvojujú schopnosť rozlišovať rozličné materiály, spoznávajú ich v praktickom živote, osvojujú si manuálne zručnosti s nimi a vytvárajú jednoduché výrobky.

V zložke **pestovateľské práce** sa žiaci učia rozpoznávať rôzne druhy ovocia a zeleniny, nadobúdajú základné pestovateľské zručnosti, osvojujú si starostlivosť o izbové rastliny.

Vzhľadom na to, že nie každá škola má školský pozemok, odporúčame práce na školskom pozemku nahradiť inou činnosťou, podľa podmienok školy tak, aby bola zachovaná časová dotácia predmetu pracovné vyučovanie podľa učebného plánu. Počet hodín pre jednotlivé zložky pracovného vyučovania si škola upravuje podľa podmienok školy a regionálnych možností. Od 5. ročníka sa pracovné vyučovanie spravidla delí podľa pohlavia. Odporúčame pre dievčatá vyšší počet hodín praktických činností v zložke práce v domácnosti a pre chlapcov vyšší počet hodín praktických činností v zložke práce v dielni. Počet hodín praktických činností v zložke pestovateľské práce je rovnaký u oboch pohlaví.

# 1. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 2/ týždeň    spolu: 66 hodín/ rok**

## **CIELE**

- Utvárať základné hygienické návyky a samoobslužné zručnosti,
- utvárať základné návyky pri stravovaní,
- rozvíjať jemno-motorické zručnosti a schopnosť napodobňovania,
- rozlišovať rôzne materiály,
- rozvíjať schopnosť adekvátne používať predmety a hračky,
- utvárať základné pracovné zručnosti a návyky.

## **OBSAH**

### **Sebaobslužné činnosti**

Osobná hygiena.

Umyť si ruky, tvár, čistiť si zuby, česať sa, klokať, používať vreckovku, používať WC.

Obúvať sa, šnurovať a zaväzovať topánky.

Čistiť topánky - očistiť prach, nakrémovat', vyleštiť.

Ovládať rôzne druhy zapínania.

Samostatne sa obliekať.

Odstrániť prach z odevu, kefovať, prášiť.

Odkladať odev a obuv.

### **Práce v domácnosti**

Hygiena v domácnosti.

Utierať smaltovaný riad a riad z plastov.

Pomáhať pri stolovaní.

Udržiavať poriadok.

Zametať.

Utierať prach.

### **Práce v dielni**

#### Práce s drobným materiálom

Navliekanie korálov rovnakej farby alebo v rôznom farebnom rytme, rovnakej veľkosti alebo rozdielnej veľkosti, triediť podľa veľkosti, tvaru, farby.

Skladanie mozaiky, pracovať s plodmi - napichávať, navliekať, nadväzovať, nalepovať (náhrdelníky, náramky, mozaiky z rozličných materiálov, zvieratká z plodov, koláže a iné).

### Modelovanie

Oboznámenie sa s modelovacím materiálom.

Modelovací materiál miesiť, stláčať, valkať, guľať, vyťahovať, odštipávať, modelovať základné tvary - valčeky, šišky, placky atď.

Modelovať jednoduché tvary z jedného kusa, neskôr modelovať predmety z dvoch a viacerých častí.

Na dokončenie výrobkov používať drievka, zápalky, špajdle, špáradlá, papier, perie atď.

Modelovať na pieskovisku alebo na pieskovom stole.

### Montážne a demontážne práce

Hry so stavebnicami z dreva aj z plastov.

Triediť a ukladať časti stavebníc.

Voľne zostavovať a spájať časti stavebníc.

Zisťovať, čo patrí a nepatrí do súboru.

Cvičiť motoriku, pozornosť, presnosť.

Zisťovať lateralitu.

### Práce s papierom a kartónom

Poznávať vlastnosti papiera (povrch - hladkosť, drsnosť, hrúbku, farbu).

Triediť papier podľa vlastností.

Prekladať, skladať, vystrihovať, nalepovať, zlepovať.

Perforácia podľa tvaru šablóny.

Poučiť o práci s nožnicami.

Potláčať papier odtlačkami rozličných predmetov a detskými tlačídielkami.

### **Pestovateľské práce**

Polievať kvetiny na záhone aj v kútiku živej prírody.

Pestovať hrach a fazuľu, siať ich do črepníka, polievať.

Pomáhať pri zbere zeleniny, ovocia, čistiť záhony a cesty, vyberať kamienky.

Oboznámiť sa s jednoduchým záhradníckym náradím.

Ísť na vychádzku do záhrad, do parkov.

## 2. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 2/ týždeň    spolu: 66 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Upevňovať základné hygienické návyky a sebaobslužné zručnosti,
- oboznamovať sa so základmi jednoduchého pracovného postupu,
- pozorovaním a triedením materiálu získať elementárne poznatky o materiáloch,
- správne používať pracovné nástroje a pomôcky.

### **OBSAH**

#### **Sebaobslužné činnosti**

Osobná hygiena.

Umývanie rúk, tváre, čistenie zubov, česanie sa, kloktanie, používanie vreckovky, používanie WC.

Obúvanie sa, čistenie obuvi.

Čistenie šiat, kefovanie, prášenie.

#### **Práce v domácnosti**

Hygiena v domácnosti.

Utieranie a ukladanie riadu.

Pomoc pri stolovaní, estetická úprava stola, rozkladanie obrúskov, príborov, tanierov.

Udržiavanie poriadku, zametanie, utieranie prachu.

Ukladanie nástrojov, potrieb, pomôcok na určené miesto.

#### Šitie

Prípravné práce na šitie, preťahovanie bužírky na cvičných drevených doskách.

Oboznámenie sa s ihlou – prepichovanie kartónu s narysovanými priamkami a bodmi.

#### **Práce v dielni**

##### Práce s drobným materiálom

Skladanie, spájanie, navliekanie, upravovanie, ohýbanie, strihanie, lisovanie, prepichovanie, zväzovanie a zlepovanie drobného materiálu.

Určovanie farby, triedenie materiálu podľa farby a tvaru, rozlišovanie prírodného a umelého materiálu (mozaiky, vláčik a stôl zo zápalkových škatuliek, vianočné a veľkonočné ozdoby, koláže).

#### Modelovanie

Miesenie, stláčanie, valkanie, gúľanie, vyťahovanie, odoberanie, odštipávanie, rozdeľovanie modelovacieho materiálu, vytváranie základných tvarov : valčeky, šišky, placky – sušenie. Poznávanie tvárnosti a súdržnosti materiálu.

Modelovanie predmetov z viacerých častí.

Doplňovanie výrobkov inými materiálmi: drievka, špajle, papier, špáradlá a iné (jednoduché tvary zeleniny, ovocia, pekárenských výrobkov, rozprávkové postavy, zvieratá).

Modelovanie na pieskovisku a na pieskovom stole (ulice, križovatka, okolie školy, kopec).

#### Montážne a demontážne práce

Zostavovanie modelov podľa predlohy a podľa vlastnej predstavy z jednotlivých častí stavebníc.

V praktických činnostiach poznávanie vlastností materiálov, ktoré sa používajú na montážne práce a ich porovnanie s inými materiálmi.

#### Práce s papierom a kartónom

Prekladanie, skladanie, vytrhávanie, strihanie, nalepovanie, zlepovanie, rezanie, obkresľovanie tvaru podľa šablóny, vystrihávanie jednoduchých symetrických tvarov z predloženého papiera.

Určovanie vlastností papiera (hrúbka, povrch, farba) v praktických činnostiach.

Rozlišovanie druhov papiera, s ktorým sa pracuje: novinový, baliaci, priekleповý, výkresový, farebný, pijavý (skladačky, vystrihovačky, ozdoby, geometrické tvary).

#### **Pestovateľské práce**

Ošetrovanie izbových rastlín: polievanie, kyprenie, prihnojenie, čistenie listov od prachu, odstraňovanie odumretých častí.

Pestovanie hrachu, fazule a reďkovky: úprava pôdy pred siatím, siatie do riadkov, pretrhávanie, zalievanie, priebežná starostlivosť o rastliny počas vegetácie.

Práca s motyčkou a hrablami pri úprave záhonov.

Zalievanie a priebežná starostlivosť o trvalky.

Poznávanie podmienok života rastlín (voda, vzduch, svetlo, teplo, pôda).

Pozorovanie klíčenia semien hrachu a fazule, sledovanie zmien na semenách pri klíčení a začiatočnom raste.

Pestovanie hrachu a fazule na suchých a predklíčených semenách.

Siatie obilia do misky (príprava veľkonočnej výzdoby).

Vychádzky do záhrad a parkov.

## **PROCES**

Upevňovať poznatky z 1. ročníka, najmä ukladanie pomôcok na určené miesto. Účelne spracúvať materiál tak, aby bol čo najlepšie využitý. Priebežne po celý školský rok vykonávať práce v kútiku živej prírody.



### 3. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 3/ týždeň    spolu: 99 hodín/ rok**

#### **CIELE**

- Upevňovať zručnosti získané z predchádzajúcich ročníkov,
- udržiavať poriadok na pracovnom stole,
- zvládnuť základy jednoduchého pracovného postupu,
- rešpektovať požiadavky hygieny a bezpečnosti práce.

#### **OBSAH**

##### **Sebaobslužné činnosti**

Osobná hygiena.

Prehlbovanie zdravotných a hygienických návykov.

Oboznamovanie sa s významom otužovania, vhodného obliekania podľa ročných období.

##### **Práce v domácnosti**

Umývanie ovocia a zeleniny pred použitím.

Balenie jedla na desiatu.

Hygiena v domácnosti.

Umývanie, utieranie a odkladanie riadu.

Čistenie kovových častí nábytku a bytového zariadenia.

Príprava pokrmov.

Nákup najzákladnejších potravín (chlieb, pečivo, mlieko).

Nalievanie mlieka do hrnčeka.

Umývanie zemiakov.

##### Šitie

Odmeranie nite, navliekanie do ihly navliekačom i bez neho, robenie uzla. Šitie predným stehom na páse kartónu, látky, s vyznačenými bodmi a spojnicami.

Obnitkovávací steh.

Porovnávanie vlastností tkaniny a papiera.

##### **Práce v dielni**

##### Práce s drobným materiálom

Zdokonaľovanie praktických činností z predchádzajúcich ročníkov.

Využívame drevka, handričky, škatuľky, korok, bužírku, papier, špagáty, vyfúkané vajíčka na výrobu hračiek, ozdôb a darčiekov.

Navliekanie, skladanie mozaiky, práca s plodmi a prírodným materiálom (slama, listy, šišky, gaštany, konáriky zo stromov, ryža, plody slnečnice a iné).

#### Modelovanie

Miesenie, valkanie, stláčanie, pridávanie, odoberanie, ohýbanie, delenie na časti, sušenie, varenie modelovacieho materiálu, používanie formičiek.

Poznávanie vlastností rozličných materiálov, porovnávanie rozdielov medzi nimi.

Výroba drobných úžitkových predmetov.

#### Montážne a demontážne práce

Zostavovanie jednoduchých modelov z konštrukčnej stavebnice vyrobenej z plastu (spájanie súčiastky pomocou matíc a skrutiek, rôznych typov pásov, spojovacích dosiek) a z kartónových stavebnicových častí (rozlišovanie modelov).

Vytváranie priestorových modelov (vozík, nábytok, veža a iné).

Oboznámenie sa s jednotlivými súčasťami stavebnice a s predlohami.

#### Práce s papierom a kartónom

Vytrhávanie podľa jednoduchého predkresleného vzoru.

Nalepovanie vytrhávaných obrazcov.

Vystrihovanie podľa predkresleného jednoduchého vzoru, nalepovanie vystrihovaných obrazcov.

Zostavovanie viacfarebných vzorov.

Používanie lepiaceho papiera.

Natieranie papiera lepidlom a nalepovanie.

Prekladanie, skladanie, stláčanie, strihanie, rezanie a meranie papiera a tenkého kartónu. (Obal na knihy, záložka, hračky, pohárik, lastovička, vrtuľka, lietadlo, maska na karneval, ozdoby.)

#### **Pestovateľské práce**

Ošetrovanie izbových rastlín – opakovanie a prehlbovanie činností z predchádzajúcich ročníkov.

Presádzanie izbových rastlín.

Rozmnožovanie rastlín stonkovými a listovými odrezkami (tradeskancia, pelargónia a iné).

Zisťovanie podmienok pre život rastlín porovnávaním (voda, svetlo, vzduch, teplo, pôda).

Práca s klíčidlom (hrach, obilie, zemiaky).

Pestovanie trvaliek (pivónie, králiky, nevädze): kyprenie, pletie, polievanie.

Zbieranie liečivých rastlín podľa miestnych podmienok (správne trhanie, sušenie, uskladňovanie).

Pestovanie šalátu: sejba do debničiek, sadenie, ošetrovanie počas vegetácie, zber.

Pestovanie hrachu, reďkovky, fazule.

## **PROCES**

Snažíme sa o zdokonaľovanie praktických činností, ktoré si osvojili v predchádzajúcich ročníkoch. Zameriavame sa na kombináciu rozličného materiálu, sledovanie správneho pomeru veľkosti a ladenia farieb. Žiaci sa učia používať správne názvy nástrojov a stavebnice. V praktických činnostiach sa oboznamujú s vlastnosťami papiera a kartónu – hrúbkou, akosťou povrchu, pevnosťou, pružnosťou, vplyvom vody, nasiakavosťou. Porovnávajú rôzne druhy papiera a zostavujú si z nich zbierku.

## 4. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 4/ týždeň    spolu: 132 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Oboznámiť sa s názvami a funkciou pracovných nástrojov,
- oboznámiť sa s vlastnosťami dreva,
- oboznámiť sa s vlastnosťami kože a koženky,
- naučiť sa pracovať s mäkkým drôtom,
- udržiavať poriadok na pracovnom mieste,
- naučiť sa šetriť materiálom.

### **OBSAH**

#### **Sebaobslužné činnosti**

##### Osobná hygiena.

Umývanie rúk toaletným mydlom, čistenie nechtov kefkou.

Ošetrovanie pri bodnutí hmyzom, pri malej popálenine.

##### Práce v domácnosti

Hygiena domácnosti.

Umývanie, utieranie a upratovanie riadu.

Utieranie prachu, čistenie nábytku.

Umývanie umývadla a vane.

##### Príprava pokrmov

Obsluha elektrického variča, varnej kanvice, mikrovlnnej rúry.

Prestieranie stola k raňajkám.

Príprava raňajok: chlieb s maslom a džemom, čaj s citrónom, biela káva.

Varenie zemiakov v šupke, ošúpanie zemiakov.

##### Šitie

Šitie predným stehom na kanave.

Spájanie látky jednoduchým zošitím, prišívanie gombíka, spínačky, pútka.

Zošívanie látky predným stehom, zadným stehom do jednoduchého švíka.

Začísťovanie okrajov látky obnitkovacím alebo slučkovým stehom.

Navliekanie šnúrky a gumy, zošívanie koncov gumy.

Rozoznávanie tkanín: bavlnené, hodvábné, vlnené, syntetické.

Háčkovanie.

Nacvičovanie retiazkových očiek.

## **Práce v dielni**

### Práce s papierom a kartónom

Prekladanie, skladanie, strihanie, vystrihovanie, lepenie, rezanie, zošívanie, meranie a prebíjanie (používanie dierkovača, zošívачky).

Zostavovanie skladačky z papiera.

Prepletanie farebných pásikov.

Strihanie podľa predkresleného vzoru.

Balenie balíka.

### Modelovanie

Príprava hliny na modelovanie (vláčnosť, hustota), používanie modelovacích potrieb.

Modelovanie drobných predmetov tvaru kocky, hranola, valca, gule.

### Montážne a demontážne práce

Zostavovanie modelov z konštrukčnej stavebnice, spájanie maticami, skrutkami.

Nacvičovanie správneho pomenovania nástrojov a stavebnicových dielov.

Oboznámenie žiakov s funkciou používaných nástrojov.

Demontáž modelov a ukladanie jednotlivých častí do škatule.

Zostavovanie modelov z kartónových stavebnicových častí.

### Práce s drevom

Oboznamovanie žiakov s vlastnosťami dreva.

Oboznámenie sa s názvami a funkciou pracovných nástrojov.

Nacvičovanie základných prác s drevom: Rezanie dreva (nožom, pílou chvostovkou a čapovkou), opracovanie dreva (rašpľou, pilníkom), vŕtanie (nebožiecom), brúsenie (šmirgľovým papierom), napúšťanie hydrovoskom a leštenie.

Používanie drevených a oceľových tužidiel, pokosnice a uholnice.

Meranie skladacím metrom.

Rezanie prútu nožom na menšie časti, delenie pomocou zárezov, zaobl'ovanie a zahrocovanie koncov.

### Práce s kovom

Práca s mäkkým drôtom – vyrovnávanie, ohýbanie, strihanie, pílenie, začisťovanie koncov.

Vyrovňovanie klincov.

Práce s kožou alebo koženkou

Oboznamovanie sa s vlastnosťami spracovávaného materiálu.

Strihanie, rezanie podľa kovového pravítka, prebíjanie dutým priebojníkom.

### **Pestovateľské práce**

Ošetrovanie izbových rastlín: zalievanie, kyprenie, prihnojovanie, presádzanie.

Rozmnožovanie izbových rastlín stonkovými odrezkami (pelargónia, begónia a iné).

Práca s kľúčidlom (cibuľa, cesnak).

Rýchlenie cibulovitých rastlín (narcis, tulipán, krokus).

Pestovanie zeleniny: hrach, reďkovka, šalát, fazuľa, pažitka, rajčiak.

Zber liečivých rastlín podľa miestnych a časových podmienok. Pestovanie trvaliek (pivónia, králiky, nevädze a iné).

### **PROCES**

Pri modelovaní učíme žiakov zachovávať proporcie vo veľkostiach modelovaných predmetov. Pri práci s drevom sa v praktických činnostiach žiaci oboznamujú s vlastnosťami dreva a porovnávajú ich s vlastnosťami papiera, kartónu, látky, kože. Pracujú s mäkkým drevom, kôrou, prútom, tenkou tyčou, kolíkom, špajdlou, drevenou doštičkou. Pri prácach v domácnosti pred používaním čistiacich prostriedkov na nábytok, vane a umývadlá žiakov poučíme o bezpečnosti pri práci s chemickými látkami a ich správnej aplikácii pri čistení. Žiaci pri práci s čistiacimi prostriedkami používajú ochranné rukavice.

## 5. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 4/ týždeň    spolu: 132 hodín/ rok**

### **CIELE**

Upevňovať zručnosti získané v nižších ročníkoch,

- rozvíjať estetické cítenie,
- aktívne využívať voľný čas,
- vytvárať stereotyp pri základných hygienických návykoch a samoobslužných zručnostiach,
- upevňovať pravidlá správneho stolovania,
- rozlišovať rôzne materiály, spoznávať ich vlastnosti, rozširovať a prehĺbovať základné manuálne zručnosti pri práci s nimi, osvojiť si základné vedomosti a pracovné zručnosti pri pestovateľských prácach.

### **OBSAH**

#### **Sebaobslužné činnosti**

Osobná hygiena.

Pravidelne si čistiť zuby.

Obviazať poranenie na ruke alebo na nohe.

Stolovanie

#### **Práce v dielni**

##### Práce s papierom a kartónom

Poučiť o výrobe papiera, o závislosti kvality papiera od použitého výrobného materiálu. Jednoduchšie kartonážne práce. Papier a kartón merať, strihať, rezať, narezávať podľa pravítka, ohýbať, prebíjať,...

Zhotovovať zložitejšie skladačky, vytvárať priestorové kužeľovité figúrky a papierové plastiky.

Zošívať listy osmičkovým a dvojslučkovým stehom. Vlepovať vložky do mäkkých obalov bez orezania.

##### Modelovanie

Opakovať zručnosti z predchádzajúcich ročníkov, používať formičky a profilové šablóny, farbiť a lakovať výrobky. Pracovať s pilinovou kašou. Oboznamovať sa s vlastnosťami rozličných modelovacích materiálov a porovnávať rozdiely medzi nimi.

#### Montážne a demontážne práce

Zostavovať zložitejšie modely (aj pohybové) z konštrukčnej stavebnice z plastu aj z kovovej stavebnice. Zostavovať priestorové modely z kartónových vystrihovačiek.

#### Práca s drevom

Poznať názvy pracovných nástrojov a ich funkciu. Oboznámiť sa so štruktúrou dreva, posúdiť podľa štruktúry dreva ako sa dá deliť, rezať, štiepať. Rozoznať mäkké a tvrdé drevo. Mäkké drevo merať, upínať, rezať, orezávať, hladiť, vŕtať, spájať klincami, moriť. Vyťahovať zatlčené klince.

Oboznámiť sa s rezaním a opracúvaním tvrdého dreva.

#### Práce s kovom

Zdokonaliť sa v osvojených technikách z predchádzajúceho ročníka. Vytvárať meandre z drôtu podľa nákresu v skutočnej veľkosti, figúrky z drôtu a nastrihaných plechových pásikov.

#### Práce z kože alebo koženky

Pokračovať v jednoduchých prácach z kože alebo koženky.

Vystrihovať, vysekávať, rezať materiál podľa kovového pravítka, zošívajúť.

#### Práce s rozličným materiálom

Náplň určí učiteľ.

### **Pestovateľské práce**

Ošetrovať izbové rastliny - umývať rastlinu, čistiť črepník, odstraňovať plesň a mach. Oboznámiť sa so zásadami správneho zalievania.

Pracovať s kľúčidlom. Pozorovať klíčenie obilnín.

Okopaniny. Oboznámiť sa s významom okopanín, najmä s druhmi, ktoré rastú v mieste školy.

Pestovať zemiaky - pripraviť pozemok, pripraviť sadivo, sadiť, ošetrovať (kypriť, plieť, okopávať, obhŕňať, ochraňovať pred škodcami a burinou).

Pestovať strukoviny (hrach, fazuľu, šošovicu).

Oboznámiť sa s hlavnými druhmi burín, poznať ich škodlivosť a zásady boja proti nim.

Založiť herbár, ukladať kvety a listy poznávaných rastlín. Siat' semená kvetín do debničiek.

Presádzať kvetiny. Starat' sa o okrasné kry.



## **Práce v domácnosti**

Hygiena domácnosti.

Umývať a udržiavať rôzne druhy podlahových krytín. Vysávať.

### Príprava pokrmov

Urobiť jednoduchý nákup.

Prípraviť raňajky - vajíčko na mäkko, na tvrdo, miešané.

Prípraviť polievku zeleninovú, zemiakovú.

Čistiť zeleninu a zemiaky.

### Šitie

Zvládnuť základné stehy (vrátane jednoslučkového stehu).

Prišívanie rozličných gombíkov, spínačiek, háčikov.

Plátať a vykonávať jednoduché opravy odevov.

Háčkovanie.

Háčkovať retiazku, krátky stĺpik, dlhý stĺpik.

## **PROCES**

Upevňovať poznatky z predchádzajúcich ročníkov. Rešpektovať požiadavky bezpečnosti a hygieny pri každej práci. Pozor na zranenie pri práci s pílkou, nebožiecom a plechovými pásmi.

## 6. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 4/ týždeň    spolu: 132 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Upevňovať zručnosti získané v nižších ročníkoch,
- osvojiť si základné vedomosti a zručnosti v spracovaní pôdy, siatí semien, sadení priesad a zbere plodín,
- upevniť poznatky o základných druhoch dreva a prehĺbiť manuálne zručnosti pri práci s ním,
- oboznámiť sa s vlastnosťami organického skla a novoduru, s ich použitím v praxi,
- zdokonaľovať rozličné spôsoby montáže a demontáže osvojené v predchádzajúcich – ročníkoch,
- osvojiť si manuálne zručnosti pri práci so strojčkami na mletie mäsa, maku, strúhanky,
- osvojiť si názvoslovie pracovných nástrojov a postupov.

### **OBSAH**

#### **Sebaobslužné činnosti**

Osobná hygiena.

Starostlivosť o vlasy – česanie, umývanie šampónom.

Ničenie vši detskej.

#### **Práce v dielni**

##### Práce s papierom a kartónom

Zdokonaľovanie osvojenej techniky, zvyšovanie požiadaviek na presnosť práce. Zošívanie zošitov, meranie, orezávanie, rezanie, lepenie a používanie knihárskeho materiálu a pomôcok. Zhotovovanie zošitov s orezanými okrajmi, škatúl, dosiek s pláteným chrbtom, rámik – pasparta a iné.

##### Modelovanie

Modelovanie dutých predmetov aj s použitím modelárskeho očka a špachtle – guľa, valec, hrnčeky, vázy, misy, duté vajíčka.

Modelovanie figúrky s vystihnutím pohybu.

Práca so sadrou, odlievanie do formy, kašírovanie, vyškrabovanie predkresleného vzoru - sadrové odliatky, geografické makety.

##### Montážne a demontážne práce

Samostatná práca podľa predlohy.

Zostavovanie zložitých pohyblivých modelov z kovovej stavebnice.

Zdokonaľovanie rozličných spôsobov montáže a demontáže osvojené v predchádzajúcich ročníkoch.

#### Práce s drevom

Upevnenie poznatkov o základných druhoch dreva (mäkké a tvrdé drevo) a oboznamovanie sa s ich priemyselným spracovaním (rezivo – hranoly, dosky, latky, preglejky, dyhy). Obrábanie dreva základnými technikami, používanie svorkovnic.

Rezanie malou rámovou pílkou a chvostovkou.

Vrtanie nebožiecom a kolovrátkom. Spájanie dreva skrutkami do dreva, brúsenie, lakovanie.

Výrobky: podložka pod hrniec, jednoduchý svietnik, hračka, vešiak na šaty, kýmldo.

#### Práce s kovem

Práca s medeným, hliníkovým a tenkým ocelovým drôtom, oboznamovanie sa s ich vlastnosťami a najvhodnejším využitím.

Meranie, strihanie, spleťanie, ohýbanie, vyrovnávanie drôtu, používanie rôznych klieští.

#### Práce s plastmi

Oboznamovanie sa s vlastnosťami organického skla a novoduru, s ich použitím v praxi. Ich opracovanie- meranie, obrysovanie, rezanie, vrtanie, pílenie, brúsenie, leštenie.

Lepenie novoduru.

Výrobky: geometrické tvary, stojan na servítiky, stierka, dekoračné a úžitkové predmety.

#### Práce s rozličným materiálom

Náplň určí učiteľ.

### **Pestovateľské práce**

Úprava a spracovanie pôdy - rýľovanie, hrabanie. Úprava hriadok.

Zvyšovanie úrodnosti – hnojenie, striedanie plodín.

Siatie a sadenie plodín podľa priority kultivarov v regióne.

Príprava sadeníc – siatie, pikírovanie, presádzanie priesad.

Zavlažovanie, kyprenie pôdy, jednotenie zeleniny.

Poznávanie škodcov a ochrana pred nimi.

Prirodzená ochrana a spolužitie rastlín.

Zber plodín, úprava pôdy po zbere, uskladnenie.

Úžitková záhrada na okne, balkóne, loggii.

Oboznamovanie sa s ošetrovaním ovocných stromov a kríkov.

Zber ovocia a uskladnenie.

Letničky, dvojročné rastliny, trvalky, skalničky.

Kvety na balkóne a loggii.

Izbové kvety, hydroponické pestovanie rastlín.

Viazanie a aranžovanie kvetín.

### **Práce v domácnosti**

Hygiena v domácnosti.

Čistenie podlahovej krytiny, nábytku.

Čistiace prostriedky a bezpečnosť pri práci s nimi.

Pranie osobnej bielizne.

#### Príprava pokrmov

Nátierky, puding, polievky, pokrmy zo zemiakov.

Obsluha plynového a elektrického sporáka. Práca so strojčekmi na mletie mäsa, maku, strúhanky.

#### Šitie

Oboznamovanie sa s pomôckami a nástrojmi pre ručné šitie a s drobnou textilnou a technickou prípravou.

Základné stehy. Pomocné stehy. Obnitkovacie stehy. Prišívanie zapínadiel.

Zošívanie dvoch látok jednoduchým stehom ( chňapka).

Navliekanie nite, šitie bez nití.

#### Háčkovanie

Háčkovanie s vlnou. Krátky a dlhý stĺpik. Pridávanie do kruhu. Opakovanie a zdokonaľovanie techniky (ihelníček, podložka).

Pletenie Ručné pletenie hladkých a obrátených očiek, začínania a ukončenie (šál, čelenka).

### **Základy technického kreslenia**

Učivo základov technického kreslenia aplikujeme v súlade s konkrétnym výrobkom, na ktorom žiaci pracujú.

Rysovacie potreby, manipulácia s nimi.

Technické normalizované písmo.

Druhy čiar a ich využitie: hrubé – obrysové, tenké - pomocné, rozlišovacie (využívanie hrúbky čiar a tvrdosti ceruziek).

Rysovanie priamok, úsečiek : základné pojmy – opakovanie, rysovanie úsečiek danej dĺžky, označovanie úsečiek, premieňanie dĺžkových jednotiek, smer úsečiek, priamok.

## **PROCES**

Upevňovať poznatky z predchádzajúcich ročníkov. Rešpektovať požiadavky bezpečnosti a hygieny pri každej práci. Byť opatrný pri obsluhu kuchynských spotrebičov. Praktické činnosti uvedené v prácach v dielni sú pre chlapcov povinné v celom rozsahu, pre dievčatá sa urobí výber tak, aby bola zastúpená práca s každým materiálom. Praktické činnosti uvedené pre práce v domácnosti sú pre dievčatá povinné v celom rozsahu, pre chlapcov sa urobí výber tak, aby boli zastúpené práce pri hygiene v domácnosti, základy šitia a varenia.

## 7. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Upevňovať vedomosti získané z predchádzajúcich ročníkov,
- vedieť urobiť záznam o pracovnom postupe,
- rešpektovať požiadavky bezpečnosti a hygieny pri každej práci,
- oboznámiť sa s hlavnými druhmi plechu a s jeho vlastnosťami,
- oboznámiť sa so strihom na najjednoduchších príkladoch.

### **OBSAH**

#### **Sebaobslužné činnosti**

Osobná hygiena.

Poučenie o kozmetike rúk a nôh.

Starostlivosť o nechty.

Založenie domácej lekárničky.

Hygiena v domácnosti.

Umývanie okien a dverí.

Čistenie odevov a obuvi.

#### **Práce v dielni**

##### Práce s papierom

Meranie, strihanie, rezanie, lepenie papiera a kartónu.

Príklady výrobkov: stojan na ceruzky, puzdro na ihlice, darčkové vrečko, leporelo.

Montážne a demontážne práce

Montáž a demontáž bicykla.

Údržba bicykla.

##### Práce s drevom

Obrábanie dreva základnými technikami.

Spájanie dreva klincami, skrutkami do dreva, plátovaním a glejením.

Dlabanie.

Úprava povrchu výrobkov brúsením, hydrovoskovaním, leštením, morením, lakovaním.

Tmelenie, brúsenie výrobkov pred natieraním, natieranie farbou.

Čítanie jednoduchých výkresov, kreslenie jednoduchých náčrtov, obrysovanie materiálu.  
Príklady výrobkov: podložka pod riad, sušiak na uteráky a utierky, polička na kvety, krmidlo pre vtáky, búdky, lopáriky, rám spájaný plátovaním, debničky, vešiak na kľúče.

#### Práce s kovom

Oboznamovanie sa s hlavnými druhmi plechu a s jeho vlastnosťami.

Obrysovanie, ohýbanie, pílenie, prebíjanie, nitovanie, spájanie skrutkami, maticou.

Úprava povrchu brúsením a lakovaním.

Rezanie pákovými nožnicami.

Používanie raznice.

Príklady výrobkov: zvieratka podľa šablóny, menovka na záhony, štítky na kľúče, plechová škatuľka, chrániče na zveráky, háky.

#### Práce s plastmi

Pokračovanie v práci s organickým sklom a novodurom.

Ohýbanie.

Príklady výrobkov: škatuľky, ťažidlo, nôž na papier, ozdobný háčik, tabuľka k menovke, hračky.

#### Práce s kožou a koženkou

Meranie, rezanie, strihanie, prebíjanie, spájanie kože a koženky.

Príklady výrobkov: ozdobné prívesky, opasok, puzdrá.

#### Práce s rozličným materiálom

Náplň určí vyučujúci.

### **Práce v domácnosti**

Hygiena v domácnosti.

Umývanie okien a dverí.

Čistenie odevov a obuvi.

#### Príprava pokrmov

Polievky.

Úprava pokrmov z ryže.

Zeleninové šaláty.

Konzervovanie zeleniny sušením a solením.

#### Šitie

Spojovacie stehy (perličkový, základný).

Spájanie a začisťovanie látky.

Prišitie pútka.

Oboznámenie sa so strihom na najjednoduchších príkladoch (posteľná bielizeň).

Oboznamovanie sa so šijacím strojom a jeho základnou obsluhou.

Šitie na stroji – rovné šitie.

Ozdobný steh – hladkovanie.

Príklady výrobkov: vankúšik, čelenka, pútka. Pletenie Pridávanie a uberanie. Výrobok: jednoduché oblečenie.

### Háčkovanie

Háčkovanie jednoduchého vzoru.

Výrobok: jednoduché oblečenie.

### **Pestovateľské práce**

Úprava a spracovanie pôdy - rýľovanie, hrabanie.

Úprava hriadok.

Zvyšovanie úrodnosti – hnojenie, striedanie plodín.

Siatie a sadenie plodín podľa priority kultivarov v regióne.

Príprava sadeníc – siatie, pikírovanie, presádzanie priesad.

Zavlažovanie, kyprenie pôdy, jednotenie zeleniny.

Poznávanie škodcov a ochrana pred nimi.

Prirodzená ochrana a spolužitie rastlín.

Zber plodín, úprava pôdy po zbere, uskladnenie.

Úžitková záhrada na okne, balkóne, loggii.

Oboznamovanie sa s ošetrovaním ovocných stromov a kríkov.

Zber ovocia a uskladnenie.

Letničky, dvojročné rastliny, trvalky, skalničky.

Kvety na balkóne a loggii.

Izbové kvety, hydroponické pestovanie rastlín.

Viazanie a aranžovanie kvetín.

### **Základy technického kreslenia**

Učivo základov technického kreslenia aplikujeme v súlade s konkrétnym výrobkom, na ktorom žiaci pracujú.

Rysovanie rovnobežiek: - manipulácia s rysovacími potrebami pri rysovaní rovnobežiek, - základné vlastnosti rovnobežiek.



Kružnice, rysovanie kružníc: - stred kružnice, priemer, polomer, - kótovanie dier a kružníc.

## **PROCES**

V pestovateľských prácach obsah učiva prispôbíme úrovni žiakov, regionálnym a materiálnym podmienkam školy. Nadväzujeme na dosiahnutú úroveň vedomostí a zručností zo 6.ročníka. Praktické činnosti uvedené v prácach v dielni sú pre chlapcov povinné v celom rozsahu, pre dievčatá sa urobí výber tak, aby bola zastúpená práca s každým materiálom. Praktické činnosti uvedené pre práce v domácnosti sú pre dievčatá povinné v celom rozsahu, pre chlapcov sa urobí výber tak, aby boli zastúpené práce pri hygiene v domácnosti, základy šitia a varenia. Žiakov vedieme k čistote pracovného prostredia, dbáme na to, aby po práci uložili náradie a materiál na určené miesto.

## 8. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Zdokonaľovať sa v ručnom obrábaní dreva a kovu,
- vedieť používať posuvné meradlo,
- učiť sa robiť pracovný náčrt, zostaviť pracovný postup,
- naučiť sa čítať náčrty a jednoduché technické výkresy,
- naučiť sa hodnotiť výsledok svojej práce,
- poznať potraviny, ktoré sú dôležité pre zdravie,
- rešpektovať požiadavky bezpečnosti a hygieny pri každej práci.

### **OBSAH**

#### **Sebaobslužné činnosti**

##### Osobná hygiena

Opakovanie zásad osobnej hygieny.

Intímna hygiena dievčaťa a ženy.

##### Hygiena domácnosti

Veľké upratovanie domácnosti.

Ručné pranie bielizne.

Pranie bielizne v práčke (podľa možností školy).

Žehlenie podľa značiek na textile.

#### **Práce v dielni**

##### Práce s drevom

Zdokonaľovanie sa v ručnom obrábaní dreva, hobl'ovanie, povrchové natieranie.

Tmelenie, brúsenie.

Spájanie dreva čapmi a rozperami.

Práca podľa technického výkresu.

Rezanie rámovou pílou.

Napúšťanie hydrovoskom a leštenie.

Príklady výrobkov: stojan na obrúsky, sušič na utierky, polička, rám čapovaním.

##### Práce s kovom

Obrysovanie, sekane, rezanie ručnou pílkou, vŕtanie, pilovanie, spájkovanie, rezanie vnútorného a vonkajšieho závitú.

Vyklepávanie.

Používanie posuvného meradla.

Príklady výrobkov: svietnik, ozdobný vešiak, lopatka na smeti a iné.

### Práce s plastmi

Oboznámenie sa s rozličnými druhmi plastov.

Význam recyklácie plastov.

Pílenie, vŕtanie, tvarovanie, lámanie, spájanie, lepenie, brúsenie, leštenie organického skla, novoduru.

Rezanie závitov.

Tvarovanie novoduru.

Príklady výrobkov: obuvák, kliešte na cukor, držiak na zubné kefky a iné.

### Práca s kožou a koženkou

Meranie, rezanie, prerážanie, šitie, nitovanie kože.

Príklady výrobkov: púzdro na nôž, šľapky.

### Práce s rozličným materiálom

Náplň určí vyučujúci.

## **Práce v domácnosti**

### Príprava pokrmov

Úprava mäsa.

Propagovanie jedál živočíšneho pôvodu s nízkym obsahom tuku a s vysokým obsahom plnohodnotných bielkovín (ryby, hydina, syry, jogurty, tvaroh).

Príprava jedál podľa receptov, oboznámenie sa s kuchárskou knihou.

Príprava jedál z ovocia a zeleniny (hlavne šaláty).

Oboznámenie sa s mixérom, šľahačom, príp. kuchynským robotom.

Konzervovanie ovocia a zeleniny.

Rodinné oslavy: stolovanie a obsluha pri významných rodinných oslavách.

### Šitie

Práca s textilom.

Druhy textilných materiálov (hrúbka, štruktúra, pevnosť, pružnosť).

Vkusné pracovné a spoločenské obliekanie.

Práca so strihom.

Oboznámenie sa s úpravou kúpeného strihu podľa miery.

Kladenie strihu na látku, vystrihovanie, šitie výrobku, žehlenie, štepovanie látky.

Ozdobné stehy krokvička, krížik.

Príklady výrobkov: zásterka, prestieranie.

### Pletenie

Zdokonaľovanie techniky pletenia.

Príklady výrobkov: rukavice, ponožky.

### Háčkovanie

Zdokonaľovanie techniky háčkovania.

Výrobok: napríklad jednoduchý odev pre bábiku.

### Starostlivosť o dojča

Oboznamovanie sa s detskou výbavičkou.

Prebaľovanie dojčat'a, udržiavanie dojčat'a v čistote, kúpanie.

Príprava mlieka.

Denný režim dieťaťa.

Hygiena ženy a matky.

## **Pestovateľské práce**

Obsah učiva prispôsobíme úrovni žiakov, regionálnym a materiálnym podmienkam školy v praktických činnostiach v oblastiach: zelenina a poľnohospodárske plodiny, kry a stromy, kvety, izbové rastliny.

## **Základy technického kreslenia**

Učivo základov technického kreslenia aplikujeme v súlade s konkrétnym výrobkom, na ktorom žiaci pracujú.

Rysovanie uhlov, kolmíc: - základné vlastnosti rôznobežíek, - kolmica, - pravý uhol, - druhy uhlov, označenie uhlov.

Rovinné obrazce: - pomenovanie obrazcov, rozlišovanie na základe vlastností (obdĺžnik, štvorec, kruh) - kosoštvorec, kosodĺžnik (rysovanie, rozlišovanie).

Kótovanie rovinných obrazcov: - kótovanie v technickej praxi, - význam a úloha kótovania, objekt kótovania, - základné pojmy: kótovacie čiary, vynášacie čiary, hraničenie, - šípky, šikmé čiary, písanie kót a ich význam, - kótovanie rovinných obrazcov, - kótovanie uhlov.

Zhotovovanie náčrtov rovinných obrazcov.

## PROCES

Odporúčame podľa miestnych možností exkurziu do stolárskej a zámočnickej dielne so zameraním na ručné opracovanie dreva a kovu. Pri preberaní učiva o plastoch odporúčame zaradiť vychádzku orientovanú na pozorovanie odpadových materiálov z plastov vo vzťahu k životnému prostrediu. Oboznamujeme žiakov s významom triedenia odpadkov a využitia odpadového materiálu z domácnosti pre ďalšie spracovanie. Pri práci s materiálmi upriamujeme pozornosť žiakov na efektívnu prácu – racionálnu prácu s materiálmi a nástrojmi. Snažíme sa využívať tímovú prácu, viesť žiakov ku vzájomnej komunikácii v tíme, vedieť uplatniť svoj názor pri riešení problému, učiť sa niest' zodpovednosť za prácu celého tímu. Pri príprave jedál podľa receptov poučíme žiakov, že pôsobením vyššej teploty ako aj dlhším zohrievaním sa v rastlinných olejoch, ale aj iných druhoch tukov ničia cenné látky. V rámci medzipredmetových vzťahov s učivom biológie ich poučíme o ukladaní cholesterolu v stenách tepien.

## 9. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Upevniť a prehľbovať získané zručnosti a vedomosti o základných druhoch dreva,
- vedieť pracovať s profilovým materiálom,
- zdokonaľiť sa v pracovných zručnostiach s plastmi,
- naučiť sa pracovať s kuchárskou knihou a receptom,
- vedieť pripraviť jedlá z ovocia a zeleniny,
- naučiť žiakov racionálne používať mechanizačné prostriedky v domácnosti, poznať zásady bezpečnej práce a ich bežnej údržby,
- oboznámiť sa so základmi starostlivosti o dieťa, chorých a starých ľudí.

### **OBSAH**

#### **Sebaobslužné činnosti**

##### Osobná hygiena

Intímna hygiena .

##### Hygiena domácnosti

Zariadenie bytu, výber bytových doplnkov, starostlivosť a spôsoby ich ošetrovania.

Veľké upratovanie, tepovanie kobercov.

Čistiace prostriedky.

Bezpečné zaobchádzanie s modernými prístrojmi v domácnosti.

Ustlanie posteľe, prevliekanie posteľnej bielizne.

Údržba odevu a bielizne: spôsoby prania, čistenie škvŕn.

Žehlenie, regulácia tepla v žehličke.

#### **Práce v dielni**

##### Práce s drevom

Zdokonaľovanie sa v ručnom obrábaní dreva a povrchovej úprave.

Spájanie dreva kolíčkami.

Práca podľa technického výkresu.

Rezanie lupienkovou pílou.

Príklady výrobkov: stojan na časopisy, debničky na kvety a iné.

### Práce s kovem

Práca s profilovým materiálom – rezanie, sekanie, vŕtanie, pilovanie.

Príklady výrobkov: kladivko, uholník a iné.

### Práce s plastmi

Zdokonaľovanie pracovných činností s organickým sklom a novodurom.

Príklady výrobkov: maliarska paleta, polička, puzdro a iné.

### **Údržbárske práce**

Praktické činnosti podľa potreby pri údržbe školského nábytku, záhradného náradia a školského areálu.

### Práce s rozličným materiálom

Náplň určí vyučujúci.

### **Práce v domácnosti**

#### Príprava pokrmov

Príprava jedál podľa kuchárskej knihy, príprava receptov.

Rôzne spôsoby spracovania zeleniny a ovocia a zachovanie vitamínov.

Konzervovanie ovocia a zeleniny, príprava kompótov a lekvárov.

Príprava cukrárenských výrobkov.

Praktické využitie moderného technického vybavenia kuchyne pri príprave pokrmov.

#### Šitie

Odievanie a móda: voľba materiálu, strihu, kombinácia farieb, odievanie pri rôznych príležitostiach.

Práca s textilom.

Zdokonaľovanie sa v šití všetkých ručných stehov.

Vyšívanie gombíkovej dierky.

Zhotovenie pútka obnitkovaním z látky.

Práca so strihom.

Strojové šitie: šitie do kruhu, štepovanie, začisťovanie látky.

Žehlenie zložitých tvarov.

Príklady výrobkov: jednoduchá blúzka, kruhové prestieranie a iné.

#### Pletenie

Zdokonaľovanie techniky pletenia.

Výrobok podľa vlastného výberu.

## Háčkovanie

Zdokonaľovanie techniky háčkovania.

Výrobok podľa vlastného výberu.

Starostlivosť o dieťa a Informácie o narodení dieťaťa.

Detská výbava.

Prebaľovanie dojčat'a, príprava mlieka a ďalších pokrmov pre dieťa.

Hygiena matky.

## Starostlivosť o chorých a starých ľudí

Oboznámenie sa s hygienickou starostlivosťou o chorých a starých ľudí, s rôznymi spôsobmi merania telesnej teploty, s prikladaním obkladov, s používaním liekov, so základnými lekárskymi vyšetreniami (röntgenové, sonografické, moču, krvi a iné).

## **Pestovateľské práce**

Obsah učiva prispôsobíme úrovni žiakov, regionálnym a materiálnym podmienkam školy.

Význam pestovania zeleniny pre zdravie človeka.

Pestovanie základných druhov zeleniny.

Zužitkovanie odpadu kompostovaním.

Biologická ochrana pestovaných plodín.

## **Základy technického kreslenia**

Učivo základov technického kreslenia aplikujeme v súlade s konkrétnym výrobkom, na ktorom žiaci pracujú.

Osová súmernosť - využívanie osovej súmernosti v praxi (dekoratívna a ľudová tvorba) - znázorňovanie s využitím osovej súmernosti.

Zhotovovanie technických náčrtov výrobkov.

Rysovanie jednoduchých technických výkresov, praktické využitie.

## **PROCES**

V tomto ročníku sa zameriame na upevnenie zručností z predchádzajúcich ročníkov. Vedeťme žiakov ku skvalitňovaniu práce. Praktickú činnosť zameriavame na profesijnú prípravu. Jednoduchý technický výkres žiaci zhotovujú len ku konkrétnemu výrobku. Pri príprave pokrmov poučíme žiakov o význame sacharidov pre ľudský organizmus, o dôsledkoch nadmernej konzumácie rafinovaných cukrov a sladkostí. Vedeťme ich k získaniu praktických



skúseností pri príprave pohostenia. V rámci exkurzií podľa miestnych možností žiaci spoznávajú tradičné technológie používané v ľudových remeslách daného regiónu, výrobky ľudových remesiel a spracovanie tradičného materiálu. 181 V rámci pestovateľských prác žiaci rozlišujú osivo a sadivo, poznajú ich kvalitatívne vlastnosti rozhodujúce pre rozmnožovanie a úrodu, rozoznávajú vegetatívne časti rastlín vhodné na rozmnožovanie. Dbáme na to, aby žiaci poznali a rešpektovali požiadavky bezpečnosti a hygieny pri každej pracovnej činnosti. Na hodinách je možné využívať aj iné techniky (napríklad: viazanie - macramé, frivolitkové čipky, šitá čipka, flanderská čipka, gatra, cigánske tkanice, batika, sieťovanie, krosienkovanie, tapiséria, tkanie, pletenie na stroji, aplikácia, intarzia, sútašky, reliéf, kovotepectvo, keramika, drevorezba).

# HUDOBNÁ VÝCHOVA

## PRE 1. AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S ĽAHKÝM STUPŇOM MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA

### CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Hudobná výchova ako jeden z esteticko-výchovných predmetov je neoddeliteľnou súčasťou výchovy harmonicky rozvinutej osobnosti. Učí žiakov vnímať a prežívať krásu nielen v hudbe, ale aj v iných druhoch umenia.

Ciele hudobnej výchovy sú podmienené spoločnými a individuálnymi problémami rozvoja osobnosti žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia, bezprostrednou fyziologickou pôsobivosťou hudby a možnosťami jej psychoterapeutického pôsobenia.

Cieľom hudobnej výchovy je rozvoj hudobnosti žiakov spevom, hrou na jednoduché hudobné nástroje, počúvaním hudby, pohybovým prejavom vychádzajúcim z hudby. Pritom je potrebné rešpektovať ich hudobné schopnosti a zručnosti.

Vyučovaci predmet hudobná výchova vedie žiakov k tomu, aby sa hudba stala súčasťou ich každodenného života. Orientuje žiakov aj v súčasných hudobných žánroch, citlivo ich vedie k tomu, aby sa učili rozlišovať v hudbe kvalitu.

Výchovno-vzdelávacie úlohy hudobnej výchovy plnia žiaci v prítlačivo motivovaných hudobných činnostiach - speváckych, inštrumentálnych, pohybových a posluchových.

Piesne sa učia spievať kultivovaným hlasom, intonačne a rytmicky správne.

Osvojujú si základné poznatky o hudobných nástrojoch, rozlišujú ich podľa zvuku. Aktívne sa oboznamujú s Orffovým inštrumentárom, prípadne s ďalšími hudobnými nástrojmi.

Skladby na počúvanie sú vyberané tak, aby boli primerané pre žiakov z hudobnej i obsahovej stránky, aby nadväzovali na poznatky z ostatných zložiek hudobnej výchovy a prispievali k utváraniu kladného vzťahu k hudbe. V priebehu školského roka sa žiaci oboznámia najmenej so siedmimi skladbami na počúvanie.

Pri počúvaní skladieb orientovať žiaka aj v súčasnej tvorbe, populárnej tvorbe, ale aj v regionálnej ľudovej tvorbe. Podporovať spontánnu detskú kreativitu, rozvíjať emocionálnosť, rozvíjať prepojenie pohybovej, hudobnej a slovesnej kultúry. Chápať hudobnú výchovu ako psychoterapeutický prostriedok hudobnej relaxácie cieľavedome zameraný na psychickú a somatickú aktivizáciu osobnosti a jej uvoľnenie.

Pohybové vyjadrenie hudby vychádza zo spontánneho prejavu detí, vedie ku kultivovanému pohybu zladenému s hudbou, rytmom a obsahom skladieb.

Hudobná výchova prispieva aj k formovaniu psychických procesov a vlastností žiakov. Pôsobí na ich pozornosť, predstavivosť, pamäť, výrazne ovplyvňuje sluchové vnímanie a obohacuje citový život žiakov.

## 1. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Rozvíjať zrakové a sluchové vnímanie, sluchovú pamäť a diferenciáciu, senzomotorické schopnosti,
- nadväzovať sociálne interakcie prostredníctvom hudobno-pohybových hier,
- uvoľňovať telesno-pohybovú a spevácku motoriku, – rozoznávať hovorený a spievaný prejav.

### **OBSAH**

Osvojovanie piesní, inštrumentálnych a vokálnych skladieb a hudobno-pohybových hier. Detské rečovanky, vyčítanky, jednoduché popevky, piesne o prírode, o zvieratách, hudobné rozprávky, skladby s vyhranenou spoločenskou funkciou (napr. uspávanka, pochod) a detské hudobno-pohybové hry.

Grafické znázorňovanie pohybu melódie (vysoko - nízko, stúpanie – klesanie).

#### Piesne pre spev žiakov

Kohútik jarabý (ľudová); Jeden, dva, tri (L. Galko); Išla sova na tanec (ľudová); Čo je to? (Š. Kantor); Zima nám je, zima (ľudová); Červené jabĺčko(ľudová); Za humnami (ľudová); Heličky, beličky (ľudová); Mamička (O. Francisci); Keby som ja mala prepeličky nôžku (ľudová); Hopsa, Zuzka, srdce moje (ľudová); Prší, prší (E. Hula); Ej oráč (ľudová); Paste sa, húsatká, paste (ľudová); Sláviček (ľudová); Sviet' slniečko (S. Hochel).

#### Piesne na počúvanie

Padá sniežik; Hádanky (A. Čobej); Kozipolka (ľudová); Oženil sa Kulifaj (ľudová); Pod'me deti na čačky (ľudová).

#### Počúvanie skladieb

Škovránok (P.I. Čajkovskij); Bábika; Koníček (T. Frešo); Čertík v komíne (J. Matuška); Dana, rúčky, Dana; Chodí pavúk po papuči; kolo, kolo mlynské; Osievame múčku; Ťap, ťap, ťapušky; Uspávanka (E. Suchoň).

#### Hudobno-pohybové hry

Češem si hlavičku (ľudová); Na vlka a líšku (K. Ondrejka – A. Biľová); Sviet' slniečko (S. Hochel); O husličky (ľudová).

## **PROCES**

V hudobno-pohybových hrách uvoľňovať motoriku, rozvíjať zmyslové vnímanie žiakov, hudobnú pamäť, predstavivosť, pozornosť, zmysel pre rytmus, tempo, dynamiku, kultivovať všetky hudobné prejavy žiakov. Osvojovaním piesní, inštrumentálnych a vokálnych skladieb a hudobno-pohybových hier prebúdzat' radosť zo spevu a z počúvania hudby. Vytvárať základy aktívneho vzťahu žiakov k hudbe.

## 2. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Prehľbiť základné hudobné návyky, ktoré žiaci získali v predchádzajúcich ročníkoch,
- osvojiť si ďalšie piesne zborovým a skupinovým spevom,
- prehľbiť sluchové vnímanie a obohatiť citový život žiakov,
- podporovať spontánnu detskú kreativitu.

### **OBSAH**

Osvojovanie ďalších piesní zborovým a skupinovým spevom.

Práca v skupine pri vytváraní inštrumentálnych sprievodov, výber najvhodnejšieho sprievodu (dvojtónového).

Piesne na spev žiakov Gúľalo sa, gúľalo (ľudová); Pradú ženičky (ľudová); A tam hore na komíne (ľudová); Malí muzikanti (E. Hula); Padaj sniežik, padaj (O. Francisci); Semafor (O. Francisci); Ej, chlapci, šuhajci (ľudová); Tancuj, tancuj (ľudová); Konvalinka (J. Matuška); Keď slniečko jasne svieti (E. Hula); Keď sa tá sýkorka vydávala (ľudová) Povedz biela holubička (A. Čobej); Na dvore býva sliapočka naša (J. Matuška) Piesne na počúvanie Náš orchester (O. Vygotskij); Letia sane (J. Matuška); Belíže mi, beli (J. Cikker), Mamička (Z. Macháček); Kúpil si pes; Pradie mačka (I. Dibák); Pomôžte mi dobré deti (A. Čobej); Lietala si lastovička (ľudová) Počúvanie skladieb Zajačik; Hracie hodiny (T. Frešo); Medveď Mišo (J. Dlouhý); Let čmeliaka (N.RimskijKorsakov); Hymna Hudobno – pohybové hry Ty a ja (K. Ondrejka – A. Biľová); Má milá má trnku (ľudová); Šli dievčence vence viť (ľudová); Fúka vetrík (H. Šimoneková); Javorová brána (ľudová)

### **PROCES**

Žiakov vedieme slovom, melódiou a rytmom k jednoduchému samostatnému prejavu vo všetkých zložkách hudobnej výchovy. Pomáhame im a spolupracujeme s nimi podľa ich schopností a celkového charakteru triedy tak, aby hudba a spev v nich vyvolávali radosť, kladné emócie a snahu uplatniť svoje schopnosti.

### 3. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

#### **CIELE**

- Učiť sa rozlišovať melódiu a sprievod,
- vytvárať sprievod k piesňam na elementárnych nástrojoch,
- vedieť rozlišovať pieseň a nástrojovú skladbu,
- učiť sa rozoznávať zvuk klavíra, huslí, bubna, a trúbky,
- uplatňovať základné pohybovo-rytmické prvky v ľudových hudobno-pohybových hrách.

#### **OBSAH**

Rozlišovanie piesne a nástrojovej skladby, vyčítanky, rečňovanky, uspávanky, pochodu a hudby k tancu.

Vytváranie sprievodu k piesňam s využitím kvinty alebo opakovaného motívu na elementárnych nástrojoch.

Počúvanie inštrumentálnej a vokálnej skladby, zameriavanie pozornosti na výrazný prvok skladby.

Rozoznávanie zvuku klavíra, huslí, bubna, a trúbky v skladbách na počúvanie.

Uplatňovanie a rozvíjanie základných pohybovo-rytmických prvkov v ľudových hudobno-pohybových hrách, napodobňovanie známych pracovných činností.

#### Piesne na spev žiakov

Milá kamarátka (O. Francisci); Maličká som (ľudová); Nech si lieta (A. Čobej); Ovce moje, ovce (ľudová); U susedov, tam je topoľ (ľudová); Lietala si lastovička (ľudová); Letela páva, letela (ľudová); Fúka, fúka fujavica, Vianočné koledy, Snehuliak (S. Hochel); Sniežik sa nám chumelí (J. Matuška); Fašiangy, Turíce (ľudová); Čierne oči, choďte spať (ľudová); Ej, už sa k jari bliži (ľudová); Kukulienka, kde si bola (ľudová); Na bielej hore (ľudová); Číže je to biely dom (ľudová); Zahrajte mi muzikanti (ľudová); Mamička moja (O. Francisci); Od kolieska do kolieska (ľudová) a iné.

#### Piesne na počúvanie

Uspávanka (F. Schubert); Mamičkám (I. Hurník); Nad Tatrou sa blýska a iné. Skladby na počúvanie Maličká som; Zahrajte mi muzikanti (E. Suchoň); Zázračná muzika (J. Letňan), Chorá bábika, Pohreb bábiky, Nová bábika (P.I.Čajkovskij); Pochod komediantov (B.

Smetana) a iné. Hudobno-pohybové hry Tiki-taki, tiki-tak (Š. Kantor); Cip, cip, cipovička (ľudová); Čížiček, čížiček (ľudová)

## **PROCES**

Pri spievaní piesní a v hudobno-pohybových hrách vedieme žiakov k uvoľnenému, plynulému spevu, k ľahkému tvoreniu tónu, hospodárnemu dýchaniu, zreteľnej výslovnosti, čistej intonácii a spontánnemu rytmu. V skladbách na počúvanie učíme žiakov rozoznávať zvuk hudobných nástrojov, s ktorými sa oboznamujú. V hudobno-pohybových činnostiach si rozvíjajú základné pohybovo-rytmické prvky, napodobňujú známe pracovné činnosti.



## 4. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### CIELE

- Učiť sa rozlišovať melódiu a sprievod,
- vytvárať sprievod k piesňam na elementárnych nástrojoch,
- vedieť rozlišovať pieseň a nástrojovú skladbu,
- učiť sa rozoznávať zvuk klavíra, huslí, bubna, a trúbky,
- uplatňovať základné pohybovo-rytmické prvky v ľudových hudobno-pohybových hrách.

### OBSAH

Rozlišovanie piesne a nástrojovej skladby, vyčítanky, rečňovanky, uspávanky, pochodu a hudby k tancu.

Vytváranie sprievodu k piesňam s využitím kvinty alebo opakovaného motívu na elementárnych nástrojoch.

Počúvanie inštrumentálnej a vokálnej skladby, zameriavanie pozornosti na výrazný prvok skladby.

Rozoznávanie zvuku klavíra, huslí, bubna, a trúbky v skladbách na počúvanie. Uplatňovanie a rozvíjanie základných pohybovo-rytmických prvkov v ľudových hudobno-pohybových hrách, napodobňovanie známych pracovných činností.

Piesne na spev žiakov

Milá kamarátka (O. Francisci); Maličká som (ľudová); Nech si lieta (A. Čobej); Ovce moje, ovce (ľudová); U susedov, tam je topoľ (ľudová); Lietala si lastovička (ľudová); Letela páva, letela (ľudová); Fúka, fúka fujavica, Vianočné koledy, Snehuliak (S. Hochel); Sniežik sa nám chumelí (J. Matuška); Fašiangy, Turíce (ľudová); Čierne oči, choďte spať (ľudová); Ej, už sa k jari blíži (ľudová); Kukulienka, kde si bola (ľudová); Na bielej hore (ľudová); Číže je to biely dom (ľudová); Zahrajte mi muzikanti (ľudová); Mamička moja (O. Francisci); Od kolieska do kolieska (ľudová) a iné.

Piesne na počúvanie

Uspávanka (F. Schubert); Mamičkám (I. Hurník); Nad Tatrou sa blýska a iné.

Skladby na počúvanie

Maličká som; Zahrajte mi muzikanti (E. Suchoň); Zázračná muzika (J. Letňan), Chorá bábika, Pohreb bábiky, Nová bábika (P.I.Čajkovskij); Pochod komediantov (B. Smetana) a iné.

Hudobno-pohybové hry

Tiki-taki, tiki-tak (Š. Kantor); Cip, cip, cipovička (ľudová); Čížiček, čížiček (ľudová)

## **PROCES**

Pri spievaní piesní a v hudobno-pohybových hrách vedieme žiakov k uvoľnenému, plynulému spevu, k ľahkému tvoreniu tónu, hospodárnemu dýchaniu, zreteľnej výslovnosti, čistej intonácii a spontánnemu rytmu. V skladbách na počúvanie učíme žiakov rozoznávať zvuk hudobných nástrojov, s ktorými sa oboznamujú.

V hudobno-pohybových činnostiach si rozvíjajú základné pohybovo-rytmické prvky, napodobňujú známe pracovné činnosti.

## 5. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### CIELE

Prehlbovať záujem o hudbu,

- rozvíjať sluchové vnímanie spievaného slova,
- rozlišovať sluchom jednotlivé hudobné nástroje v skladbe.

### OBSAH

Učenie sa piesní - Čierne oči choďte spať (ľudová); Po valašsky od zeme (ľudová); Červený kachle, biela pec (ľudová); Pri Prešporke na Dunaji (ľudová); Zjedzte ma vlčky, zjedzte (ľudová); Do hory ma poslali (ľudová); Prešporská kasáreň (ľudová); Chodíme, chodíme (ľudová); Anička, dušička, kde si bola (ľudová); Tu je zima zas (O. Francisci) a iné.

Počúvanie piesní zamerané na rôzne žánre - Hej, lepšie na doline (ľudová); Javor, javor vysoký si (ľudová) a iné.

Počúvanie skladieb - Zázračná muzika (J. Letňan); Pochod drevených vojakov (P. Čajkovskij); Keď sa vlci zišli (E. Suchoň) a iné.

Hudobno-pohybové hry a tance - Čížiček, čížiček (ľudová); Trebišovské dzivky (ľudová) a iné.

### PROCES

V 5. ročníku žiaci spevom a nástrojovou hrou uskutočňujú rytmickú a melodickú hru na ozvenu a hudobný dialóg. Hru na rytmickú ozvenu sprevádzajú pohybom a hrou na telo. Rytmizujú texty rečovaniiek a vyčítaniiek, spievajú ich ako popevky na 2 - 3 tónoch.

Žiaci vnímajú 4-taktovú inštrumentálnu a vokálnu melódiu. Zrakom a sluchom sledujú jej pohyb v jednoduchom notovom zápise. Všímajú si, či sledovaná melódia je smutná, veselá, žartovná, rázna, slávnostná a pod. V inštrumentálnych skladbách rozlišujú hru rozličných hudobných nástrojov.

Žiakov usmerňujeme k intonačne čistému spevu piesní interpretovaných rytmicky správne, v ucelených speváckych frázach, s mäkkým nasadením tónu a jednoduchým odstupňovaním dynamiky (slabo - silno). Spev žiakov zjednocujeme podľa taktovacích pohybov učiteľa,

najmä na nástup a ukončenie. K piesňam vytvárajú žiaci jednoduché nástrojové a pohybové sprievody.

V skladbách na počúvanie žiaci sluchom rozoznávajú hru rozličných hudobných nástrojov (napr. flauty, klarinetu, lesného rohu), hru dychového orchestra a cimbalovej hudby. Pohybom stvárajú najznámejšie ľudové tance (napr. karička, čardáš, odzemok). Ľudové hudobno-pohybové hry žiaci nacvičujú v súlade so základným charakterom hudby.

## 6. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### CIELE

- Prehlbovať čistotu kolektívneho spevu,
- oboznámiť sa s notami, notovými čiarami a husľovým kľúčom,
- rozlišovať zvuk symfonického orchestra a detského zboru,
- získať prvé poznatky o hudobných skladateľoch.

### OBSAH

Piesne na spev – Dobrú noc, má milá (ľudová); To tá Heľpa (ľudová); Ej, už sa na tej hore (ľudová); Chlapec som ja, chlapec (ľudová); Tam okolo Levoči (ľudová); Z brezového dreva voda kvapká (ľudová); Vysoký jalovec (ľudová); Jedna ruža, dve ruže (ľudová); Marjánko, Marjánko (ľudová); Poduj mi vetričku; Jarná (L. Burlas); Dar pre mamičku; Padá snežik; Snehuliačik (M. Novák).

Piesne a skladby na počúvanie – Aká si mi krásna (E. Suchoň); Nevolám slnko z oblohy (M. Schneider-Trnavský); Rodný môj kraj (G. Dusík); My Fair lady (F. Loewe); Trepak z baletu Luskáčik (P. I. Čajkovskij); Chyť ma! Prečo padá sneh? (J. Cikker); Tanec snehových vločiek (C. Debussy); Polka z opery Predaná nevesta (B. Smetana).

Hudobno-pohybové hry a tance Čičence, čičence (ľudová); Andulko šafárova (ľudová); Dýnom, dánom (ľudová); Vytĺkačky (B. Urbanec).

### PROCES

V speváckych prejavoch žiakov skvalitňovať mäkké nasadenie a znenie hlasu, snažiť sa o ľahkú a presnú spevnú artikuláciu, odlišovať plynulý a úsečný spev (legato a staccato), prehlbovať čistotu kolektívneho spevu. Opierať sa o zrkovú orientáciu v notovom zápise pri osvojovaní jednoduchých piesní podľa počutia. Spev piesní obohacovať inštrumentálnym sprievodom, predhrou a dohrou, ktoré sa tvoria pomocou ostinátnych motívov. Oboznámiť žiakov s notami, notovými čiarami, husľovým kľúčom. Jednoduchým pohybom rozlišovať párne a nepárne metrum, plynulú a úsečnú melódiu. Spevom, nástrojovou hrou a pohybom si tvorivo osvojovať výrazné rytmy v 2/4 a 3/4 takte. V osvojovaných skladbách objavovať výrazné kontrasty, opakovanie a posunutie melódie. V spievaných piesňach a skladbách na počúvanie rozoznávať striedanie rôznych melodických častí. Medzi inými tanečnými skladbami poznávať valčík.

## 7. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Spievať osvojované piesne správne rytmicky a čisto intonačne v durovej a molovej tónine,
- poznávať dvojdielnosť a trojdielnosť melódie v piesňach a skladbách na počúvanie,
- vedieť rozoznať zvuk mužského speváckeho zboru,
- vedieť rozlišovať pieseň so sprievodom, zborovú scénu a melodrámu,
- prehľbovať schopnosť rozoznávať symfonický a dychový orchester, malý inštrumentálny
- súbor, hru jednotlivých známych nástrojov a nástrojových skupín.

### **OBSAH**

#### Piesne na spev

- Spievanky, spievanky (ľudová); Ej, zalužicky poľo (ľudová); Ide furman dolinou (ľudová); Trenčín, dolinečka (ľudová); Kysuca, Kysuca (ľudová); Išeu Macek do Mauacek (ľudová); Hej, keď ma šikovali (ľudová); Všetci ľudia povedajú (ľudová); Kázala mi mati (ľudová); Ach synku, synku (ľudová); Pieseň o jari (J. Matuška); Všetko sa chystá na zimu (S. Hochel)

#### Piesne a skladby na počúvanie

Spievajte si spievaj (ľudová); Zvoní, zvoní zvonček (M. Novák); Uspávanka, Keby som bol vtáčkom (M. Schneider-Trnavský); Hajulienky, haj (Z. Mikula); Marmurjeva (S. Stračina), Labula (M. Novák); Cigánsky barón (J. Straus); Humoreska (A. Dvořák); Zbojnícke tance (J. Cikker); Gopak z opery Soročinský jarmok (M. P. Musorgskij); Polky z lašských tancov (L. Janáček); Dieťa zaspáva (R. Schumann). Hudobno-pohybové hry a tance Sedemdesiat sukien mala (ľudová); Povedal mi jeden chlapec (ľudová); Tancovala a neznala (ľudová); Svätenie jari (M. Novák).

### **PROCES**

V piesňach žiaci vyhľadávajú rozmanité rytmické útvary. Jednoduchým pohybom, spevom a nástrojovou hrou ich precvičujú a obmieňajú, sluchom ich porovnávajú a rozlišujú. V ľudovej tanečnej hre vytvárajú jednoduchú pohybovú charakteristiku rozličných postáv. Osvojujú si tanečný krok polky a karičky. Rozvíjajú inštrumentálne sprievody piesní na melodických elementárnych nástrojoch pomocou päťtónového radu (e, d, c, g, a). V tesnom spojení s osvojovanými skladbami získavajú prvé poznatky o A. Dvořákovi, M. Schneiderovi-Trnavskom a J. Cikkerovi.

## 8. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 5/ týždeň    spolu: 165 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Spievať čisto a rytmicky správne s výraznou výslovnosťou a zmenami dynamiky, dychovo
- úsporne a so správnou rezonanciou,
- usilovať sa o výrazný prednes zodpovedajúci žánru piesne a jej charakteru,
- prehlbovať schopnosť rozoznávať hru jednotlivých známych nástrojov,
- vedieť rozoznať zvuk fagota v inštrumentálnych skladbách,
- vedieť rozlišovať modernú hudbu 20. storočia od staršej hudby.

### **OBSAH**

Rozoznávanie zvuku fagota v osvojovaných inštrumentálnych skladbách, sledovanie hry známych nástrojov, nástrojových skupín a súborov.

#### Piesne na spev

– Ej, padá, padá rosička (ľudová); Tancujem, tancujem (ľudová); Horela lipka, horela (ľudová); Zasadil som tri stromčeky (ľudová); Trenčín, dolinečka (ľudová); Mala som milého (ľudová); Hore Hron, dole Hron (ľudová); Ej, čo koho do toho (ľudová); Horička, hora, zelená hora (ľudová); Nebola som veselá (ľudová); Tam okolo chotára (ľudová); Prídi ty šuhajko (ľudová); Cez zelené žitko (ľudová); Stavíme máje (ľudová); Ej, Jáne, Jáne (ľudová); Dobré ráno (A. Čobej); Hej, pod Kriváňom (S. Tomášik); Slovenčina moja (J.Valaš'an-Dolinský); Moja rodná zem (A. Čobej); Zvončeky (M. Žikavská); Narodil sa Kristus Pán (koleda); V slzách matička sedela (K. Ruppeldt)

#### Piesne a skladby na počúvanie

Kvetinový valčík (P. I. Čajkovskij); Slovenská sonatina (M. Schneider-Trnavský); Kto za pravdu horí (K. Kuzmány); Hoj, vlast' moja (M. Schneider-Trnavský); Pieseň o rodnej zemi (G. Dusík); Uspávanka (J. Brahms); Tance z Pohronia (A. Moyzes); Peter a vlk (S. Prokofiev); Vodník (Z. Fibich); Spi, duša, spi (M. Schneider-Trnavský) Hudobno-pohybové hry a tance Okolo Súče vodička tečie (ľudová); Pod tým našim okienečkom (ľudová); Štrnka, brnka (ľudová); Vtáčkovia (ľudová)

## **PROCES**

Pri práci s piesňami čardášového charakteru si žiaci osvojujú tanečný krok čardáša. Jednoduchým spôsobom využívajú klasické hudobné nástroje na inštrumentálny sprievod piesní základnými harmonickými funkciami (tónika, dominanta, subdominanta). Pri oboznámení žiakov s muzikálom odporúčame ukážky z My Fair Lady (F. Loewe) alebo Cyrano z predmestia (Hamel – Varga). Oboznámime ich tiež s muzikálom pre mládež - podľa výberu učiteľa. Výber piesní na spev a piesní a skladieb na počúvanie možno doplniť regionálnou hudbou alebo hudbou podľa výberu učiteľa. V tesnom spojení s osvojovanými skladbami získavajú poznatky o S. Prokofievovi a A. Moyzesovi.



## 9. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Rozvíjať hudobnú a kultúrnu úroveň žiakov,
- pestovať záujem o pozorné počúvanie hudby rozličných žánrov,
- osvojovať si hudobno-kultúrne a posluchácke návyky,
- aktívne sa oboznamovať s hudobnými nástrojmi a rozlišovať ich podľa zvuku,
- sprevádzať spev a hudbu tanečnými krokmi valčíka, polky, karičky a čardáša.

### **OBSAH**

Aktívne oboznamovanie sa s hudobnými nástrojmi, ich rozlišovanie podľa zvuku. Sprevádzanie spevu a hudby tanečnými krokmi valčíka, polky, karičky a čardáša.

#### Piesne na spev

- Prala som ja na potôčku (ľudová); Ja som chlapec vrtký (ľudová); Limbora, limbora (ľudová); Tam okolo Levoči (ľudová); Zalet' sokol, biely vták (ľudová); Javorník, Javorník (ľudová); Z Východnej dievčatá (ľudová); Poďme bratia do Betlema (ľudová); Neďaleko mlyna (ľudová); Sobotienka ide (ľudová); Na tej Detve (ľudová); Žalo dievča, žalo trávu (ľudová); Láska, Bože, láska (ľudová); Mám ja kosu, kosičku (ľudová); Neodchádzaj slniečko (A. Čobej); Keby som mal gitaru (A. Čobej); Lúčenie, lúčenie (O. Francisci - B. Wallnerová) a iné.

#### Piesne a skladby na počúvanie

Árie z oper (napríklad: Verdi, Bisset, Cikker a iné). Piesne z muzikálov (napríklad: West Side Story, Na skle maľované a iné). Piesne z operiet (napríklad: Strauss, Dusík, Lehár a iné). Džezové piesne, country, rock and roll (podľa výberu učiteľa). Slovenská populárna pieseň. Hudobno-pohybový prejav Ľudové tanečné hry a ľudové tance podľa spevu žiakov a počúvanej ľudovej hudby. Pohybová improvizácia v rytme modernej hudby.

### **PROCES**

Pri osvojovaní piesní a v hudobno-pohybových prejavoch zohľadňujeme regionálne osobitosti. V hudobno-pohybových činnostiach môžeme uplatňovať diskotékové tance, rockovú a jazzovú hudbu s prihliadnutím na úroveň hudobných schopností a záujem žiakov. Pri vyjadrovaní hudby pohybom vychádzame z už osvojených pohybových prvkov.

# VÝTVARNÁ VÝCHOVA

## PRE 1. AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S ĽAHKÝM STUPŇOM MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA

### CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Hlavným cieľom výtvarnej výchovy je využiť esteticko-výchovný charakter predmetu, čo znamená prebúdzanie a formovanie estetického vzťahu žiaka s mentálnym postihnutím ku skutočnosti prostredníctvom výtvarných aktivít a výtvarného umenia. Estetické zážitky a tvorivé činnosti prispievajú k postupnému zlepšovaniu psychomotorického stavu žiakov, k vyrovnávaniu ich disharmonického rozvoja a celkovej rehabilitácii umožňujúcej úspešné zaradenie do praktického života.

Výtvarná výchova vzhľadom na jej rozmanité možnosti pôsobenia na motoriku a psychiku žiakov s mentálnym postihnutím je v špeciálnej základnej škole nezastupiteľná. Má široký záber medzipredmetových vzťahov, v rozvoji citovej výchovy a veľkou mierou prispieva k celkovej rehabilitácii žiakov.

Cieľom výtvarnej výchovy vo vyšších ročníkoch špeciálnej základnej školy je i naďalej viesť žiakov k vytváraniu správneho vzťahu k prírodnej a umeleckej kráse, k výchove vkusu a k rozvoju už osvojených základných výtvarných zručností. V procese vyučovania výtvarnej výchovy je potrebné neustále brať do úvahy nielen výtvarnú typológiu detí, ale hlavne druh a stupeň postihnutia s prihliadnutím na individuálne možnosti každého žiaka.

Vhodné je využiť možnosti terapeutického pôsobenia predmetu s použitím relaxačných činností spätých s emocionálnym prežívaním žiakov.

# 1. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

## **CIELE**

Upevňovať zručnosti nadobudnuté v predchádzajúcom ročníku,

- rozvíjať koordinovaný pohyb rúk, uchopenie a pustenie predmetu,
- rozvíjať senzomotorickú koordináciu,
- rozvíjať percepciu, – rozvíjať lateralitu,
- rozvíjať priestorovú orientáciu,
- napomáhať rozvíjať grafomotorické zručnosti.

## **OBSAH**

### **Výtvarné osvojovanie skutočnosti**

Na vychádzkach a pri hrách žiaci si všímajú prírodu a jednotlivé prírodniny. Zbierajú prírodné materiály pre ich zvláštnosti; kamene, kamienky, halúzky, plody, listy a pod., pozorujú ich, triedia a porovnávajú, rytmicky radia, zoskupujú, vtlačajú do vhodných materiálov - piesok, hlina, blato, sadra, plastelína.

Tematické práce - domov; školské prostredie, moja mamička, kamaráti, na ihrisku, dom, v ktorom bývam; naša škola; naša mačka a pod. Príroda v rôznych ročných obdobiach (vegetácia), ilustrácie k rozprávkam. Uplatňujeme kresbu, maľbu, modelovanie, výtvarné hry s rozličnými materiálmi a výtvarnými prostriedkami, priestorové vytváranie, konštruovanie. Výtvarné prostriedky vyberáme v súvislosti s nácvikom jednotlivých tvarov písma.

### **Práca s výtvarnými prostriedkami**

Kresba (mäkká ceruza, fixka, rudka, krieda, suchý pastel, voskový pastel) Grafické vyjadrovanie pohybových predstáv – žiaci napodobňujú pracovné pohyby, ako napr. miešanie, mletie, vstávanie, skákanie, kyvadlové hodiny, vietor, graficky ich zaznamenávajú. Rytmicky radia rozličné prírodné a dekoratívne prvky. Voľné kreslenie – rozvinutie grafického pohybu. Vertikálne a horizontálne čiary, oblúky, kruhy, veľkým aj malým pohybom, grafický záznam robia postojáčky a na veľkej ploche.

Maľba (štetec, tampón, drevko, prsty / temperové farby, akvarelové farby) Základné zručnosti v práci so štetcom a farbami. Ukladať farby štetcom na plochu papiera, prerušovať

Ťahy štetca: bodky, škvrnny, čiarky. Zväčšovaním škvŕn zo stredu vytvárať niektoré jednoduché tvary: lopta, jablko a pod.

Modelovanie (plastelína, hlina, modurit) Poznávanie základných vlastností modelovacích materiálov stláčaním, miesením, vaľkaním, vyťahovaním. Vytváranie modelov jednoduchého tvaru, napr. pečivo, ovocie, zeleninu, rozličné nádoby točením ušúľaného valčeka podľa vzoru. Ozdobovanie modelov. Vytváranie modelov z piesku na pieskovisku alebo pieskovom stole pomocou formičiek na vyklápanie, kopce, cesty a pod.

## **PROCES**

Žiakov priebežne oboznamujeme s ukázkami výtvarného umenia, s umeleckou tvorbou pre deti, ilustráciami kníh a časopisov pre deti (V. Machaj, L. Fulla, J. Lada a ďalší).

## 2. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Upevňovať zručnosti nadobudnuté v predchádzajúcom ročníku,
- rozvíjať zmyslové vnímanie, pozornosť a predstavivosť,
- prostredníctvom výtvarných činností získavať základné zručnosti, poznatky a výtvarné – skúsenosti,
- poznávať vlastnosti farby,
- oboznámiť sa s výtvarným dielom prostredníctvom ilustrácií a reprodukcií výtvarných diel.

### **OBSAH**

#### **Výtvarné osvojovanie skutočnosti**

##### Tematické práce

Námety zo života detí a dospelých, ilustrácie k známym rozprávkam a rečňovankám. Výtvarné rozprávanie zážitkov dieťaťa kresbou a maľbou.

Zobrazovanie prírodných a umelých foriem Na vychádzkach vyhľadávanie tvarovo, farebne a štruktúrou zaujímavých prírodných materiálov, ich dotváranie. Práca s prírodnými materiálmi (otlačanie, vtlačanie do vhodných materiálov, prenášanie do plochy a pod.) Pozorovanie vecí dennej potreby z hľadiska tvaru, funkcie a materiálu. Ich zobrazovanie na základe poznania a detských predstáv ( kresbou, maľbou, modelovaním).

#### **Výtvarné hry a dekoratívne činnosti**

##### Hry s farbou

Využívanie hry s farbou na poznanie vlastností farby, rozpíjanie, zapúšťanie do vlhkého podkladu; husté a riedke, svetlé a tmavé farby.

Kontrast svetlých a tmavých farieb (obloha, krajina, svetlo a tieň v krajine).

Radenie svetlých a tmavých rozlične širokých pásov (pastel, tempera, krieda, akvarel, lepidlo, klovatína, farebné tuše a pod.)

##### Priestorové vytváranie

Poznávanie vlastností modelovacích materiálov (sochárska a tehliarska hlina, cesto, modurit, plastelína).

Modelovanie jednoduchej skutočnosti (napr. ovocie, huby a pod.)

Prebúdžanie elementárneho zmyslu pre priestor v súvislosti s poznávaním životného prostredia.

Vytváranie konkrétnych priestorových situácií z najbližšieho okolia dieťaťa na pieskovom stole, pieskovisku a pod. (tvarovanie kopcov, údolí, koryta rieky, hlavnej cesty, stavebných dominant a pod.) s využitím makiet domov a stromov.

#### Dekoratívne práce

Prebúdžanie zmyslu pre rytmus. Rytmické radenie rôznych prírodných prvkov, farebných plôch a tvarov, odtlačkov do vhodných materiálov (piesok, hlina, blato, cesto, sadra, plastelína), trhanie, strihanie, nalepovanie, práce so štetcom – pásy látok, stužky, koberce a pod.

#### **Výtvarná kultúra**

Oboznamovanie žiakov s ilustráciami kníh pre deti (A. Klimo, Š. Cpin, J. Čapek). Vymenovanie osôb a vecí na obrázku, pokus o jednoduchý opis obrázka. 200 Hračky. S čím sa deti hrajú. Hračka, bábika, maňuška.

#### **PROCES**

Pestovanie zmyslu pre krásu prírody a vzťah k životnému prostrediu. Oboznamovanie sa s výtvarným dielom prostredníctvom ilustrácií a reprodukcí výtvarných diel pre deti.

### 3. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

#### **CIELE**

- Rozvíjať detskú predstavivosť dejovými a figurálnymi námetmi zo života detí,
- rozvíjať zmysel pre vystihnutie proporčných vzťahov,
- rozvíjať elementárny zmysel pre priestor,
- rozvíjať zmysel pre krásu prírody a vzťah k životnému prostrediu.

#### **OBSAH**

##### **Výtvarné osvojovanie skutočnosti**

Tematické práce

Námety zo života detí na základe vlastných zážitkov a rozprávania.

Dejové a figurálne námety, nadväzujúce na úlohy predchádzajúcich ročníkov smerujú k rozvoju detskej predstavivosti.

Približné vystihnutie proporčných vzťahov.

##### **Výtvarné rozprávanie.**

Zobrazovanie prírodných a umelých foriem

Vyhľadávanie a výtvarné dotváranie prírodných materiálov na základe fantázie – reliéfne (odtlačky alebo odlievanie do sadry) alebo voľné útvary – napr. strašiak v poli a podobne formou kolektívnych aj samostatných prác).

##### **Veci, ktoré slúžia človeku.**

Objavovanie a pozorovanie tvarov, vecí z hľadiska ich úžitku a materiálu.

Pokusy o kresbové a farebné vyjadrovanie tvarovo aj farebne výrazných predmetov (detské hračky, žehlička, visiaci zámok a iné).

Výtvarné hry a dekoratívne činnosti

##### **Hry s farbou**

Rozpíjanie, zapúšťanie do mokrého podkladu, napr. krajina, obloha.

Hra s náhodou, ktorú možno výtvarne využiť – dotváranie farebnej škvŕny na základe predstáv a podobne.

Kontrast svetlých a tmavých farieb ako výrazový prostriedok na vystihnúť náladu (kontrast svetlej a tmavej krajiny a naopak).

Poznávanie výrazových vlastností svetlej a tmavej plochy.

Rozdelenie rozlične širokých svetlých a tmavých pásov (napr. vzory na textil) rozširovaním a narastaním, nie vyplňovaním.

### **Priestorové vytváranie**

Rozvíjanie elementárneho zmyslu pre priestor.

Modelovanie jednoduchých skutočností a vyjadrovanie predstáv na základe fantázie (napr. rozprávkové postavy).

Rozvíjanie elementárneho zmyslu pre priestor a súvislosti s poznávaním životného prostredia.

Hra s vytváraním priestoru z najbližšieho okolia dieťaťa na pieskovom stole, pieskovisku (tvarovanie kopcov, údolí, koryta rieky a pod.) s využitím stavebnícových makiet domov a stromov.

### **Dekoratívne práce**

Pomocou jednoduchých techník tlače (odtlačky prírodnín, zvitku papiera, vyrobených tlačidiel – zemiak, guma, pokrčený papier) rozvíjať zmysel pre rytmus a tvorivé radenie prvkov.

V dekoratívnych kompozíciách môžeme využiť rôzne vystrihovačky, koláže a mozaiky. 202

### **Výtvarná kultúra**

Ukážky ilustrácií z kníh pre deti z predchádzajúceho ročníka rozširovať o ďalšie (V. Hložník, V. Gergel'ová, J. Trnka, V. Bombová).

Čo vyjadrujú farby, napr. modrá (obloha, voda), červená (ohň, ruža), zelená (tráva, les), žltá (slnko, obilie) a podobne.

### **PROCES**

Pri ilustráciách kníh postupujeme od jednoduchého opisu obrázka k opisu jednotlivých postáv, k vyjadreniu priestoru (vzdialenosti). Pri plošných prácach dbáme na dôsledné pokrytie plochy. Upozorňujeme deti na možnosti vytvárania odtieňov zmenou prítlačku. Využívame možnosť terapeutického pôsobenia predmetu s použitím relaxačných činností spätých s emocionálnym prežívaním žiakov.



## 4. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Spresňovať, rozvíjať a obohacovať získané poznatky a výtvarné zručnosti,
- pestovať vkus a zmysel pre farebnosť,
- učiť sa správne komponovať a zobrazovať priestor,
- učiť sa správne vidieť a odpozorovaný tvar nakresliť.

### **OBSAH**

#### **Výtvarné osvojovanie skutočnosti**

Tematické práce

Námety zo života detí, ich činností a prostredia, v ktorom sa pohybujú v nadväznosti na obsah vyučovania ostatných predmetov v tomto ročníku ( slovenský jazyk a literatúra, vlastiveda, pracovné vyučovanie, hudobná výchova).

**Komponovanie a zobrazovanie priestoru:** maľbou (akvarel, tempera, suchý pastel) a kresbou (mastný pastel v kombinácii s akvarelom, tuš kolorovaný akvarelom).

Zobrazovanie prírodných a umelých foriem

Výtvarné stvárnenie skutočnosti na základe priameho pozorovania (zrakového, hmatového, sluchového vnímania).

Zachytenie tvarov, štruktúr a farebnosti prírodnín.

Zachytenie veľkosti, tvarov a materiálov vecí dennej potreby.

Výtvarné stvárnenie kresbou (rudka, mäkká ceruzka, kolorovaná kresba, kombinované techniky), maľbou (suchý a mastný pastel, fixy).

Plošné a priestorové úžitkové práce

#### **Dekoratívne práce**

Poznávanie a hodnotenie rôznych výtvarných techník a materiálov.

Jednoduché členenie plochy s využitím farby a línie.

Ornamentálna kresba, vyplňanie plochy podľa šablóny.

Dvojfarebné a trojfarebné kombinácie.

Volíme námety v súvislosti s kultúrou bývania a odievania.

## **Priestorové práce**

Modelovanie a priestorové vytváranie s rôznym výtvarným materiálom.

Modelovanie dvojrozmerných a trojrozmerných plastík.

## **Výtvarná kultúra**

Návšteva výstav prác detí, umelcov, ľudových umelcov, remeselníkov podľa regionálnych možností.

Vychádzky zamerané na pozorovanie architektúry a panorámy krajiny.

Besedy o ilustráciách a reprodukciách umeleckých diel.

## **PROCES**

Pri zobrazovaní prírodných a umelých foriem vedieme žiakov k pokusom o výtvarné stvárnenie napríklad kôry stromov, konárov a listov. Žiakov upozorňujeme na funkčnosť 204 a estetiku predmetov dennej potreby. Učíme ich pochopiť výrazové možnosti grafických techník a ich uplatnenie vo výtvarnej výrobe. V kompozíciách dekoratívnych prác vychádzame z ľudového umenia. Učíme ich prezentovať vlastnú prácu v triede, v škole.

## 5. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 3/ týždeň    spolu: 99 hodín/ rok**

### **CIELE**

Získané poznatky a výtvarné zručnosti z predchádzajúcich ročníkov ďalej zdokonaľovať,  
– rozvíjať a dopĺňať, rozširovať používanie farebnej škály miešaním základných farieb a učiť žiakov paletu

– farieb v jednotlivých oblastiach obsahu výtvarnej výchovy vhodne používať, zdokonaľovať schopnosť kresby postavy a naučiť žiakov uplatniť ju v kompozíciách  
– tematických prác (dynamická, statická kompozícia).

### **OBSAH**

#### **Výtvarné osvojovanie skutočnosti**

Pri voľbe námetov vychádzame zo sveta blízkeho deťom, z ich priamych zážitkov a skúseností - z vychádzok, pracovných činností, zo života v rodine, v škole, na ulici, v obchode, dopravnom prostriedku a pod..

Ďalším zdrojom námetov sú ilustrácie filmových, divadelných a literárnych útvarov. Na základe priameho pozorovania predmetov dennej potreby, pozorovania prírodnín vedieme žiakov k zachyteniu reality a k jej výtvarnému stvárneniu. Upozorňujeme na proporcionálne vzťahy jednotlivých častí k celku, šírky k výške a pod.

Žiakov učíme využívať kontrast svetlých a tmavých tónov, studených a teplých farieb.  
Výtvarné techniky: kresba, maľba, kombinované a materiálové techniky - koláž, textilná aplikácia, mozaika.

Výtvarné materiály: tuš, rudka, mäkká ceruzka, akvarel, tempera, fixky, farebný papier, časopisy, textil a iné.

#### **Práca s výtvarnými prostriedkami**

V kompozíciách vychádzame z osvojených základných poznatkov z predošlého ročníka. Odporúčame realizovať rastlinný, vecný, figuratívny i geometrický dekoratívny motív. Používať šablónu, ktorú učíme zhotovovať samostatne. Využívať pritom zjednodušené štylizované tvary. Dbáť na vhodnú jednoduchú farebnú kombináciu. Opäť uplatňovať kontrast tmavých, svetlých, teplých a studených farieb.

Maľba (akvarel), kombinované techniky - modrotlač (odkrývacia technika, vosková rezerva), batika.

V priestorovom vytváraní uplatňujeme a dopĺňame poznatky a výtvarné zručnosti z predošlého ročníka. Modelujeme dvoj a trojrozmerné plastiky jednoduchých štylizovaných tvarov. Námety volíme analogicky s oblasťou - výtvarné osvojovanie skutočnosti. Modelovanie (hlína, sadra, plastelína, modurit), kaširovanie (noviny, papierová buničina, škrob, voda). Plastiky z rôzneho materiálu (látka, farebný papier, kartónové škatuľky, prírodniny, drevo ...).

### **Výtvarné umenie**

Návštevy výstav výtvarných prác detí, umelcov, ľudových umelcov, remeselníkov, múzeí. Vychádzky zamerané na okolitú architektúru.

### **PROCES**

Postupne dopĺňame vedomosti žiakov v oblasti výtvarného umenia - maliarstva, sochárstva, architektúry, užitého umenia. Vychádzame z regionálnych možností.

## 6. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 3/ týždeň    spolu: 99 hodín/ rok**

### CIELE

- dopĺňať, rozvíjať a zdokonaľovať získané poznatky a nadobudnuté zručnosti z predchádzajúcich ročníkov,
- rozvíjať vnímanie, predstavivosť, tvorivosť a fantáziu žiakov,
- učiť žiakov výtvarne vyjadriť dejový celok vo vzťahu k prostrediu, z ktorého sa námety čerpá,
- odhaľovať zákonitosti stavby prírodných a umelých foriem.

### OBSAH

#### **Výtvarné osvojovanie skutočnosti**

Námety tematických prác je potrebné orientovať na skutočné zážitky detí, aby sa pretransponovaním skutočnosti rozvíjala predstavivosť a na základe predstáv i fantázia.

V tematických prácach učiť žiakov výtvarne vyjadriť dejový celok vo vzťahu k prostrediu, z ktorého čerpáme námety. Nezabúdať pri tom i na uplatňovanie spontánneho prejavu. Námety - ilustrácie krátkych dejových celkov: rozprávky, poviedky, filmové príbehy. Zážitky z exkurzií a vychádzok. Zobrazovanie pracovných činností.

Výtvarné techniky: kresba - kolorovaná perokresba, kresba drievkom maľba – tempera, suchý a masný pastel grafika – tlač z kartónovej koláže, tlač z textilnej koláže Výtvarný materiál voliť podľa výberu techník.

Učiť žiakov správne vidieť a zobrazovať predmety dennej potreby, viesť ich k zachyteniu reality a k jej výtvarnému stvárneniu – ľudská hlava (portrét spolužiaka), postava, zviera, rastliny, školské potreby.

Výtvarné techniky: kresba - rudka, mäkká ceruzka, perokresba, fixy maľba – tempera, gvaš materiálové techniky – mozaika z papiera, prírodnín, koláž modelovanie – hliny, reliéf z plastelíny, cesto, kaširovanie Výtvarný materiál voliť podľa výberu techník.

**Práca s výtvarnými prostriedkami** V plošných dekoratívnych prácach využívanie výtvarných techník spojených s experimentovaním. Orientácia na farebné cítenie detí, obohacovanie používania farebnej škály. Zameriavanie sa na farebnú výplň plochy a

ornamentálnu tvorbu, rozširovanie poznatkov o technikách výtvarnej tvorby. Jednoduchými formami oboznamovanie žiakov s tradičnou ľudovou technikou textilnej tvorby.

Výtvarné techniky: techniky spojené s experimentovaním – zapúšťanie do riedenej klovatiny, hra s akvarelovými škvrnami preklápaním, rozfukovanie tušových škvŕn s dotváraním, farebná výplň dekoratívnej plochy, vosková rezerva, odkrývanie na vosku, radenie prvkov odtlačaním..., modrotlač návrh na dekoračnú látku do detskej izby, na šatovku.

Výtvarné materiály: 208 voskový pastel, parafín (biela svieca), tuš, farebný tuš, akvarelové farby, klovatina – podľa výberu techník. V priestorovom vytváraní orientovanie sa na tvar ako hlavný výtvarno-výrazový prostriedok. Na modelovanie využiť rôzny odpadový materiál. Vychádzať z jednoduchých foriem a tvarov. Citlivo využívať ukážky ľudových artefaktov formou besied, návštevou ľudových umelcov v ich pracovnom prostredí, podľa regionálnych možností.

Výtvarné techniky: modelovanie, priestorové vytváranie z papiera, montážne práce z rôzneho materiálu.

Výtvarné materiály: hlina, plastelína, modulit, cesto, rôzny odpadový materiál, krabičky, drôt, kaširovací hmoty (novinový papier, buničina, škrob), sadra.

### **Výtvarné umenie**

Návštevy výstav výtvarných prác detí, dospelých, návštevy galérií a múzeí. Priblížiť žiakom diela ilustrátorov detských kníh (napr.: A. Brunovský, V. Bombová)

### **PROCES**

Skvalitňovanie názorov žiakov na kultúru bývania, odievania, a prispôsobovania, pretvárania prostredia. Pestovanie vkusu, ochrana prírody.

Oboznamovanie žiakov s umením a kultúrou nášho národa.

## 7. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Zdokonaľovať, rozvíjať a dopĺňať získané poznatky a výtvarné zručnosti,
- rozvíjať zmyslové, rozumové a emocionálne poznávanie žiakov,
- kultivovať výtvarný prejav žiakov bez násilných zásahov do spontánnej detskej tvorby,
- prehľbovať vzťah k umeniu a prírode.

### **OBSAH**

#### **Výtvarné osvojovanie skutočnosti**

Znázorňovanie dejového celku v kompozíciách väčšieho formátu.

Postupné stupňovanie náročnosti na usporiadanie kompozičných prvkov.

Rozširovanie obzoru poznania detí v náuke o farbách – vlastnosti farieb a ich využitie.

Príklady námetov: zážitky z výletov, exkurzií, motív krajiny, postava v krajine, športové námety, školské aktivity, predstava o budúcom povolání.

Rozvíjanie priestorového videnia, cítenia a vyjadrovania vnímaním a pozorovaním priestorových útvarov a javov v prírode.

Nenásilné upriamovanie pozornosti na perspektívne zobrazovanie rotačných a hranatých telies a učenie žiakov ich zobrazovaniu.

Príklady námetov: námety čerpať z ľudovej tvorby – zobrazovanie hlinených nádob rôzneho tvaru a veľkosti, pomôcky v domácnosti, pracovné náradie, prírodniny, ľudská postava.

Výtvarné techniky: maľba (mokré a suché materiály), kolorovaná kresba uhl'om, kolorovaná perokresba, maľba na sklo.

Grafické techniky – linoryt, tlač z kartónovej a textilnej koláže, suchá ihla (do kartónu).

Kresba (rudka, uhoľ, mäkká ceruzka), frotáž, textilná aplikácia.

Výtvarné materiály: volíme podľa výberu výtvarných techník.

#### **Práca s výtvarnými prostriedkami**

Pri plošných dekoratívnych prácach uplatňujeme výtvarno – výrazové prostriedky grafických techník – línia, plocha (negatívna, pozitívna, štrukturovaná), využívame kontrast svetla a tmy vlastnosti farieb. Príklady námetov: jednoduché návrhy na plagáty, návrhy na prestieranie, knižné prebaly, obrusy, dekoračné látky.

Výtvarné techniky: práce z kartónu (vystrihovacie, preklápanie, lepenie), konštrukčné práce z kartónových krabičiek (liekoviek) s výtvarným dotváraním priestoru, kaširovanie, modelovanie z hliny, modulitu, cesta.

Výtvarný materiál: výber výtvarného materiálu určuje zvolená výtvarná technika. Výtvarné umenie

Využívame všetky formy výtvarných aktivít vrátane zapojenia sa do rôznych výtvarných súťaží.

Citlivo stupňujeme náročnosť výberu umeleckých a ďalších prostriedkov k besedám o umení.

Krajinomalba – porovnanie tvorby M. Benku a M. Bazovského. Figurálna kompozícia, postava v krajine – L. Fulla, Galanda, C. Majerník.

## **PROCES**

Žiaci sa učia znázorňovať priestor na ploche a citlivo odstraňovať chyby v komponovaní typické pre mentálne postihnuté deti. (Prvky perspektívneho zobrazovania – členenie plochy na prvý, druhý a tretí plán – popredie, stredný plán – poradie, zmenšovanie prvkov v pozadí a pod.) Vytvárame symetrické a asymetrické kompozície. Žiaci poznávajú zákonitosti využitia písma v užitom umení.



## 8. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Prehlbovať získané poznatky a zručnosti v základných výtvarných technikách dopĺňaním
- zložitejších foriem výtvarného vyjadrovania,
- kultivovať výtvarný prejav žiakov hlbším poznávaním výrazových prostriedkov,
- rozvíjať cit a pochopenie pre estetickú a praktickú funkciu trojrozmerných foriem a ich
- vzťah k priestoru a vzájomnému usporiadaniu,
- prehlbovať vzťah žiakov k výtvarnému umeniu a k estetickým hľadiskám a hodnotám
- životného prostredia.

### **OBSAH**

#### **Výtvarné osvojovanie skutočnosti**

Čerpanie námetov zo skutočnosti, ktorá zodpovedá záujmom žiakov, ich zážitkom.

Kompozície s postavou a menšou skupinkou postáv jednoducho rozmiestnených v priestore.

Voľné vyjadrenie proporcie a pohybu ľudskej postavy na základe poznania, pozorovania a poučenia.

Zjednodušovanie typických predmetov a tvarov do grafickej podoby.

Details v kresbe (postavy, tváre a pod.)

Výtvarné techniky: kresba, grafika (tlač z výšky, tlač z hĺbky – suchá ihla, sadroryt, linoryt.

Výtvarný materiál volíme podľa výberu výtvarnej techniky.

Výtvarné vyjadrovanie tvarových, farebných a priestorových javov, prehlbovanie poznatkov perspektívneho zobrazovania.

Príklady námetov: Svet pod lupou a mikroskopom, kryštály, nerasty.

Motív krajiny – blízke okolie školy, tiché zákutia ulíc a parkov.

Výtvarné techniky: široká škála základných, čistých i aplikovaných a kombinovaných techník.

Výtvarný materiál volíme podľa výberu výtvarnej techniky.

#### **Práca s výtvarnými prostriedkami**

Prehlbovanie poznatkov žiakov o zákonitostiach úžitkového umenia, výtvarnej výrobe prostredníctvom dekoratívnych prác a výtvarných činností spojených s experimentovaním.

Informačná, myšlienková a výtvarno-estetická funkcia grafiky.

Uplatňovanie spojenia motívu a písma na ploche v kompozíciách.

Výrazové možnosti písma v hravých a experimentálnych činnostiach s použitím hotového typografického písma.

Výtvarné techniky: využívame širokú paletu výtvarných techník podľa záujmu žiakov; ako novú naučíme žiakov viacfarebnú voskovú batiku.

Výtvarný materiál volíme podľa výberu výtvarnej techniky.

Prehlbovanie poznatkov o vzťahu výtvarných a technických princípoch architektúry, možnosti architektonického a urbanistického riešenia, práca s trojrozmerným materiálom.

Poznávanie vzťahu funkcie a formy objektu a jeho priestorový výraz na základe experimentovania pri ich vytváraní.

Námety čerpáme zo súčasnej bytovej a nábytkovej kultúry.

Vytváranie architektonických objektov s doplnením životného prostredia – prírody.

Výtvarné techniky: modelovanie, asambláž a všetky vhodné techniky pre výtvarnokonstruktívne činnosti.

Výtvarný materiál: využitie rôznych odpadových materiálov a farieb.

### **Výtvarné umenie**

Poznávanie umenia cez umelecké reprodukcie, filmy, fotografie.

Súčasná architektúra a urbanizmus.

Bytová kultúra – funkčné a estetické požiadavky.

Zátišie v dielach umelcov – J. Mudroch, M. Medvecká, L. Guderna, V. Špála, J. Šturdík, porovnať s tvorbou P. Picassa, H. Matissa.

### **PROCES**

Na vystihnutie prostredia volíme typické predmety a tvary, ktoré učíme žiakov zjednodušovať do grafickej podoby.

Uprednostňujeme vlastné kompozičné riešenia žiakov, vyhýbame sa vnucovaniu vlastných predstáv.

Vhodnými formami a metódami práce upozorňujeme na jednotu informačnej, myšlienkovej a výtvarno-estetickú funkcie grafiky.

Odporúčame zaradiť aj grafické operácie na počítači: typograficko-textové, s kresliacimi a maliarskymi nástrojmi (ceruza, guma, štetec, pečiatka, označenie výberu, základné filtre).

## 9. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 1/ týždeň    spolu: 33 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Formovať osobnosť a estetický vzťah žiaka ku skutočnosti prostredníctvom výtvarných aktivít a výtvarného umenia,
- prehĺbovať získané poznatky a zručnosti v základných výtvarných technikách dopĺňaním zložitejších foriem výtvarného vyjadrovania,
- posilniť výchovno-estetické a arteterapeutické zameranie predmetu.

### **OBSAH**

#### **Námety**

Pri výbere námetu využívame témy preberané na iných vyučovacích predmetoch, prípadne využívame prvky projektového vyučovania.

Zapájame žiakov do výzdoby interiéru a exteriéru školy, triedy, školskej jedálne, do výtvarných súťaží s námetmi podľa tém daných vyhlasovateľom súťaže.

#### **Výtvarné techniky**

Výtvarné techniky relaxačného charakteru zamerané na činnosť, rozvíjanie výtvarných zručností, estetickosť, sebaujadrovanie, podporovanie spontánnej expresivity, vyjadrenie zážitku.

Plošné, priestorové, figurálne, dekoratívne techniky.

Netradičné formy práce s využitím všetkých arteterapeutických techník.

#### **Výtvarný materiál**

Výber materiálu je určený voľbou výtvarnej techniky.

### **PROCES**

Vyučovacie hodiny výtvarnej výchovy v 9. ročníku majú v prevažnej miere relaxačný charakter. Využívame arteterapeutické cvičenia. Ten istý námet môžu skupiny alebo dvojice žiakov realizovať rozličnými technikami, ktoré si osvojili v predchádzajúcich ročníkoch a rozličným výtvarným materiálom. Pri ich voľbe zohľadňujeme mieru postihnutia každého žiaka. Nevyžadujeme, aby žiaci zvládli všetky zvolené techniky súčasne. Využívame individuálne, párové, skupinové výtvarné aktivity, ktoré uvoľňujú napätie, stres a uspokojujú potrebu zmysluplnej činnosti.

# **TELESNÁ A ŠPORTOVÁ VÝCHOVA PRE PRVÝ AŽ 9. ROČNÍK PRE ŽIAKOV S LAHKÝM STUPŇOM MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA**

## **CHARAKTERISTIKA PREDMETU**

Ciele vyučovacieho predmetu telesná a športová výchova sledujú dosiahnutie optimálneho telesného a pohybového rozvoja žiakov s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia, t. j. dosiahnutie žiadaného stupňa telesnej zdatnosti, odolnosti a pohybových zručností. U žiakov sa snažíme vypestovať hygienické návyky, pozitívny vzťah k pohybu, cvičeniu a športu v rámci ich obmedzených možností a rešpektovaním ich výrazných individuálnych osobitostí.

Zo zdravotného hľadiska je významná kompenzačná, reedukačná a relaxačná funkcia telesnej a športovej výchovy, zameraná k zmiernovaniu alebo odstraňovaniu pohybových nedostatkov, nahradzovaniu chýbajúcich zručností inými a k zlepšovaniu celkového fyzického stavu.

Rozvíjanie pohybovej aktivity súvisí s rozvojom poznávacej činnosti, pretože v rámci telesnej a športovej výchovy zámerne pôsobíme na rozvoj psychických funkcií, ako je vnímanie a pozorovanie, pamäť, pozornosť, fantázia, myslenie a reč.

Pri zachovaní mnohostrannej funkcie vyučovacieho predmetu telesná a športová výchova odporúčame citlivý prístup k výkonnostnému chápaniu jeho procesu, hlavne v porovnávaní motorických a fyzických výkonov žiakov. Odporúčame podriadiť motorické, ale predovšetkým fyzické výkony, ako cieľové kategórie emocionalite, t.j. pre radosť z pohybu, spolupatričnosti.

Podľa regionálnych podmienok a možností školy odporúčame zaradiť predplaveckú a plaveckú prípravu, lyžovanie, korčuľovanie, florbal a iné pohybové aktivity.

# 1. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 3/ týždeň    spolu: 99 hodín/ rok**

## **CIELE**

Rozvíjať prirodzenú pohyblivosť žiakov a špeciálnymi prostriedkami dosiahnuť ich optimálny telesný a pohybový rozvoj, pri pohybových činnostiach upevňovať základné hygienické návyky,

- formovať kladné postoje k pohybovej aktivite v škole i mimo nej a postupne žiakov viesť
- k dodržiavaniu zásad bezpečnosti pri cvičení.

## **OBSAH**

### **Poradové cvičenia**

- Základný postoj
- Pozor!
- Pohov!
- Nástupy do radu. Rozchod.
- Nástup družstva do radu a do zástupu.

### **Kondičné cvičenia**

#### Beh

- Rýchly beh do 20 m po priamej alebo slalomovej dráhe s predbiehaním a preskakovaním nízkych prekážok.
- Beh na vytrvalosť.

#### Cvičenia s krátkym švihadlom

- Preskoky jednoožmo, striedavo, znožmo. Cvičenia s dlhým švihadlom
- Podliezanie a preskakovanie napnutého švihadla. - Podbiehanie krúžiaceho švihadla.

#### Cvičenie s využitím lana

- Preťahovanie družstiev približne rovnakej výkonnosti.

#### Cvičenie s plnou loptou 1 - 1,5 kg

- Nosenie, prenášanie, gúľanie a podávanie na mieste i v pohybe.

#### Cvičenie s využitím lavičky

- Cvičenie rovnováhy a celkovej obratnosti.
- Chôdza, beh, lezenie so sprievodnými pohybmi rúk a nôh, so zmenami postojov a polôh i s nosením ľahkého predmetu.

- Výskoky, zoskoky jednoožmo i obojžmo.

#### Cvičenia na rebrinách

- Vystupovanie a zostupovanie, vyliezanie a zliezanie.

#### Cvičenie s použitím debny ako prekážky

- Preliezanie, prebiehanie a preskakovanie jednotlivých dielov debny.

#### **Prípravné cvičenia**

- Prostné cvičenia zamerané na rozvíjanie pohybovej koordinácie a techniky pohybu, na pretiahnutie a posilnenie svalových skupín a udržanie pohybového rozsahu v chrbtici a kĺboch.

#### **Rytmická gymnastika a tanec**

- Rytmizovaná chôdza a beh.

- Rytmizácia jednoduchých pohybov rúk, nôh i trupu podľa riekaniek, piesní a hudobného sprievodu.

- Jednoduché pohybové vyjadrenie hudobných pojmov: ticho - silno, pomaly - rýchlo, nízko - vysoko.

#### **Akrobacie**

- Zo sedu pádom vzad, ľah vznesmo, stoj na lopatkách s oporou v bokoch - ľah vznesmo, pádom do sedu.

- Z drepu spojného, predpažiť - kotúl vpred do drepu spojného, predpažiť.

- Kotúl vpred a výskok prehnuto do stoja.

#### **Atletika**

- Skok do diaľky z miesta s odrazom znožmo a z rozbehu.

- Hod loptičkou horným oblúkom na diaľku a na cieľ.

#### **Základné činnosti športových hier**

- Nadhadzovanie a chytanie lopty na mieste i v chôdzi.

- Dribling na mieste.

- Podávanie lopty.

- Prihrávka - obojručne.

- Vrchná prihrávka jednoručne.

- Vrchné chytenie obojručne.

## 2. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 3/ týždeň    spolu: 99 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Poskytnúť žiakom čo najviac pohybových podnetov a rozvíjať ich prirodzenú pohyblivosť,
- pasívne osvojiť základné povely a poradové cviky,
- rozvíjať obratnosť, rýchlosť a dynamickú silu v kondičných cvičeniach,
- upevňovať základné hygienické návyky a dodržiavanie zásad bezpečnosti pri cvičení.

### **OBSAH**

#### **Poradové cvičenia**

- Základný postoj - Pozor! - Pohov!
- Nástupy do radu. Rozchod ! Voľno!
- Nástup družstva do radu a do zástupu.

#### **Kondičné cvičenia**

##### Beh

- Rýchly beh do 20 m po priamej alebo slalomovej dráhe s predbiehaním a preskakovaním nízkych prekážok.
- Beh na vytrvalosť.
- Beh striedavý až do 12 minút (i v teréne).

##### Cvičenia s krátkym švihadlom

- Preskoky jednoňož, striedaním nôh, znožmo. Cvičenia s dlhým švihadlom
- Podliezanie a preskakovanie napnutého švihadla.
- Podbiehanie krúžiaceho švihadla.

##### Cvičenie s využitím lana

- Preťahovanie družstiev približne rovnakej výkonnosti.

##### Cvičenie s plnou loptou 1 – 1,5 kg

- Nosenie, prenášanie, gúľanie a podávanie na mieste i v pohybe. Cvičenie s využitím lavičky
- Cvičenie rovnováhy a celkovej obratnosti.
- Chôdza, beh, lezenie so sprievodnými pohybmi rúk a nôh, so zmenami postojov a polôh i s nosením ľahkého predmetu.
- Výskoky, zoskoky jednoňožmo i znožmo.

- Vystupovanie, vyliezanie a vybiehanie na šikmo zavesenú lavičku (sklon asi 30°) s obmenami.

#### Cvičenie na rebrinách

- Vystupovanie a zostupovanie, vyliezanie a zliezanie. - Výskoky a zoskoky.

#### Cvičenie s použitím debny ako prekážky

- Preliezanie, prebiehanie a preskakovanie jednotlivých dielov debny.
- Vystupovanie a výskoky na debnu z 3 až 4 dielov a zoskoky na pružnú podložku.

**Prípravné cvičenia** - Prostrné cvičenia zamerané na rozvíjanie pohybovej koordinácie a techniky pohybu, na pretiahnutie a posilnenie svalových skupín a udržanie pohybového rozsahu v chrbtici a v kĺboch.

#### **Rytmická gymnastika a tanec**

- Rytmizovaná chôdza a beh.
- Rytmizácia jednoduchých pohybov rúk, nôh i trupu podľa riekaniiek, piesní a hudobného sprievodu.
- Jednoduché pohybové vyjadrenie hudobných pojmov: ticho- silno, pomaly – rýchlo, nízko – vysoko.
- Prísuný krok, poskočný krok, cval stranou.

#### **Akrobacie**

- Zo sedu pádom vzad, ľah vznesmo, stoj na lopatkách s oporou v bokoch – ľah vznesmo, pádom späť do sedu.
- Z drepu spojného, predpažit'- kotúl' vpred do drepu spojného, predpažit'.
- Kotúl' vpred a výskok prehnuto do stoja.
- Kotúl' vpred na zvýšenej podložke.
- Kotúl' vzad na mierne šikmej podložke.

#### **Atletika**

- Rýchly beh na 30 – 50 m.
- Skok do diaľky z miesta s odrazom znožmo a z rozbehu.
- Hod loptičkou horným oblúkom do diaľky a na cieľ.



### **Základné činnosti športových hier**

- Nadhadzovanie a chytanie lopty na mieste i v chôdzi.
- Dribling na mieste.
- Podávanie lopty.
- Prihrávka obojruč trčením.
- Vrchná prihrávka jednoruč.
- Vrchné chytenie obojruč.

### **PROCES**

Postupne rozvíjame prirodzenú pohyblivosť, obratnosť, estetický pohybový prejav a rytmické cítenie vo vzťahu k priestoru a času. Vytvárame predpoklady k správne držaniu tela a predchádzame funkčným nedostatkom pohybového systému. Žiaci si osvojujú špeciálnu obratnosť, kĺbovú pohyblivosť, odrazové schopnosti, pružnosť a rovnováhu.

### 3. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 3/ týždeň    spolu: 99 hodín/ rok**

#### **CIELE**

- Podporovať a sústavne rozvíjať záujem o pohybovú aktivitu, - pestovať v žiakoch hygienické návyky a kladný vzťah k pohybu, k cvičeniu a športu,
- rozvíjať telesnú zdatnosť a pohybovú výkonnosť,
- uplatňovať osvojené základné povely a určené poradové cviky.

#### **OBSAH**

##### **Poradové cvičenia**

- Upevnenie pasívne osvojených základných povelov z nižších ročníkov.
- Nástup družstva do radu, dvojradu, zástupu a dvojstupu.
- Obraty na mieste.

##### **Kondičné cvičenie**

Cvičenia s využitím behu - Rýchly beh do 20 m po priamej alebo slalomovej dráhe so zmenami smeru s predbiehaním a preskakovaním nízkych prekážok.

- Vytrvalostný beh postupne až do 12 minút podľa individuálnych možností žiakov.
- Beh vzad.

##### Cvičenia s krátkym švihadlom

- Opakované preskoky znožmo, jednonož, striedavonož, so zameraním na techniku a vytrvalosť.
- Preťahovanie vo dvojiciach.

##### Cvičenia s dlhým švihadlom

- Preskoky krúžiaceho švihadla.

##### Cvičenia s využitím lana

- Preťahovanie družstiev i po rýchlom uchopení lana z rôznych polôh.

##### Cvičenie s plnou loptou 1 – 2 kg

- Nosenie, prenášanie, gúľanie a podávanie na mieste i v pohybe.
- Súťaživé štafety.

##### Cvičenie s využitím lavičky

- Precvičovanie osvojených pohybových zručností a ich ďalší rozvoj na doske i kladinke lavičky (sklon lavičky asi 45°).

- Dvíhanie a nosenie lavičky.

#### Cvičenie na rebrinách

- Precvičovanie osvojených pohybových zručností z nižších ročníkov.

- Zoskoky zo 4. priečky na pružnú podložku.

#### Cvičenie s použitím debny ako prekážky

- Vystupovanie a výskoky na debnu a zoskoky na pružnú podložku.

- Rýchle preskoky odrazom jednoňoz medzi jednotlivými dielmi debny položenými na zemi.

#### Cvičenie na rebríku

- Vystupovanie, zostupovanie, vyliezanie a zliezanie na zvislom a šikmom rebríku.

#### Jazda na bicykli

- Nácvik pedálovania.

- Cvičenie rovnováhy.

### **Prípravné cvičenia**

- Prostné cvičenia jednotlivca zamerané na rozvíjanie základnej pohybovej koordinácie a techniky pohybu v kĺboch a chrbtici.

- Prípravné cvičenia jednotlivca s náradím – s tyčou.

### **Rytmická gymnastika a tanec**

- Rytmizovaná chôdza, beh s využitím priestoru a zmenami v tempe.

- Prísunný krok so zmenami v tempe.

- Využitie nacvičených tanečných prvkov miestnych ľudových tancov.

- Polkový krok.

### **Akrobacie**

- Zo stoja na lopatkách oporou v bokoch – pádom vpred skrčmo.

- Kotúl vpred.

- Kotúl vpred opakovane, posledný zakončený skokom prehnuto do stoja, vzpažiť.

- Kotúl vpred na zvýšenej podložke (2 diely debny).

- Kolíska vzad z rôznych postojov a polôh.

- Kotúl vzad do vzporu drepmo i opakovane.

## **Atletika**

- Rýchly beh na 30 – 50 m s preskakovaním nízkych (20 cm) pravidelne rozostavaných prekážok.
- Vytrvalostný beh do 12 minút.
- Skok do diaľky skrčmo z rozbehu.
- Hod loptičkou do diaľky a na cieľ.

## **Základné činnosti športových hier**

- Precvičovanie osvojených pohybových zručností z nižších ročníkov v zmenených, náročnejších podmienkach.
- Podávanie lopty na mieste i v pohybe.
- Dribling v pohybe pravou i ľavou rukou.
- Prihrávka obojruč trčením na mieste v dvojiciach alebo proti stene.
- Odbitie lopty obojruč o zem na mieste a prihrávka obojruč trčením v dvojiciach.

## Drobné pohybové hry

Formovanie kladných vlastností.

- Loptové hry zamerané na hádzanie, chytanie a hry spojené s rýchlym behom.
- Hry na snehu, na ľade. Turistika
- Chôdza a beh v teréne k cieľu vzdialenému 1,5 km.

Prekonávanie terénnych prekážok.

Vybiehanie a zbiehanie krátkeho svahu.

Preliezanie a podliezanie prekážky.

Cvičenie rovnováhy na prírodných prekážkach.

Dvíhanie a nosenie ľahkých predmetov.

- Hádzanie, vrhanie predmetu do diaľky, do výšky, na cieľ.

Preťahovanie vo dvojiciach a pretláčanie v skupinách.

## **PROCES**

Žiaci si osvojujú a zdokonaľujú základy techniky pohybových činností, rozvíjajú prirodzenú pohyblivosť a obratnosť, osvojujú si estetický pohybový prejav. Vytvárame predpoklady k správne držaniu tela. Rozvíjame u žiakov rýchlosť, vytrvalosť, pohybovú silu a obratnosť. Zdokonaľujú si základné herné zručnosti s loptou.

## 4. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 3/ týždeň    spolu: 99 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Sústavne rozvíjať telesnú zdatnosť a pohybovú výkonnosť žiakov,
- poskytovať žiakom čo najviac pohybových podnetov,
- rozvíjať všeobecnú vytrvalosť, obratnosť, rýchlosť a dynamickú silu,
- uplatňovať estetický pohybový prejav a rytmické cítenie.

### **OBSAH**

#### **Poradové cvičenia**

- Upevnenie osvojených základných povelov z nižších ročníkov.
- Nástup družstva do radu, dvojradu, zástupu a dvojstupu.
- Obraty na mieste.
- Pochod podľa hudby, pochod so spevom.

#### **Kondičné cvičenie**

Cvičenia s využitím behu

- Rýchly beh do 20 m po priamej alebo slalomovej dráhe so zmenami smeru s predbiehaním a preskakovaním nízkych prekážok.
- Vytrvalostný beh postupne až do 12 minút podľa individuálnych možností žiakov.
- Beh vzad, cval stranou.

#### Cvičenia s krátkym švihadlom

- Opakované preskoky znožmo, jednonož, striedavonož, so zameraním na techniku a vytrvalosť.
- Preťahovanie vo dvojiciach.

#### Cvičenia s dlhým švihadlom

- Preskoky krúžiaceho švihadla.

#### Cvičenia s využitím lana

- Preťahovanie družstiev i po rýchlom uchopení lana z rôznych polôh.

#### Cvičenie s plnou loptou 1 – 2 kg

- Nosenie, prenášanie, gúľanie a podávanie na mieste i v pohybe.
- Súťaživé štafety.

### Cvičenie s využitím lavičky

- Precvičovanie osvojených pohybových zručností a ich ďalší rozvoj na doske i kladinke lavičky (sklon lavičky asi 45°).
- Dvíhanie a nosenie lavičky.

### Cvičenie na rebrinách

- Precvičovanie osvojených pohybových zručností z nižších ročníkov.
- Zoskoky z 5. - 6. priečky na pružnú podložku.

### Cvičenie s použitím debny ako prekážky

- Vystupovanie a výskoky na debnu a zoskoky na pružnú podložku.
- Rýchle preskoky odrazom jednoňož medzi jednotlivými dielmi debny položenými na zemi.

### Cvičenie na rebríku

- Vystupovanie, zostupovanie, vyliezanie a zliezanie na zvislom a šikmom rebríku.

### Jazda na bicykli

- Nácvičenie pedálovania.
- Cvičenie rovnováhy.

## **Prípravné cvičenia**

- Prostné cvičenia jednotlivca zamerané na rozvíjanie základnej pohybovej koordinácie a techniky pohybu v kĺboch a chrbtici.
- Prípravné cvičenia jednotlivca s náradím – s tyčou, činkami a iným náradím.

## **Rytmická gymnastika a tanec**

- Rytmizovaná chôdza, beh s využitím priestoru a zmenami v tempe.
- Prísuný krok so zmenami v tempe.
- Využitie nacvičených tanečných prvkov miestnych ľudových tancov.
- Polkový krok.
- Pohybová improvizácia na hudobnú alebo rytmickeú predlohu.

## **Akrobacia**

- Zo stoja na lopatkách oporou v bokoch – pádom vpred skrčmo.
- Kotúl vpred.
- Kotúl vpred opakovane, posledný zakončený skokom prehnuto do stoja, vzpažiť.
- Kotúl vpred na zvýšenej podložke (2 - 3 diely debny).
- Kolíska vzad z rôznych postojov a polôh.
- Kotúl vzad do vzporu drepmo i opakovane.

- Stoj na rukách s dopomocou aj samostatne pri stene.

### **Atletika**

- Rýchly beh na 30 – 50 m s preskakovaním nízkych (20 cm) pravidelne rozostavaných prekážok.
- Vytrvalostný beh do 12 minút.
- Skok do diaľky skrčmo z rozbehu.
- Hod loptičkou do diaľky a na cieľ.
- Skok do výšky.

### **Základné činnosti športových hier**

- Precvičovanie osvojených pohybových zručností z nižších ročníkov v zmenených, náročnejších podmienkach.
- Podávanie lopty na mieste i v pohybe.
- Dribling v pohybe pravou i ľavou rukou.
- Prihrávka obojruč trčením na mieste v dvojiciach alebo proti stene.
- Odbitie lopty obojruč o zem na mieste a prihrávka obojruč trčením v dvojiciach.
- Nafhodenie lopty a prihrávka obojruč trčením v pohybe.
- Prihrávka jednoruč, obojruč trčením v pohybe.

### Drobné pohybové hry Formovanie kladných vlastností.

- Loptové hry zamerané na hádzanie, chytanie a hry spojené s rýchlym behom.
- Hry na snehu, na ľade.

### Turistika

- Chôdza a beh v teréne k cieľu vzdialenému 2 km.

Prekonávanie terénnych prekážok.

Vybiehanie a zbiehanie krátkeho svahu.

Preliezanie a podliezanie prekážky.

Cvičenie rovnováhy na prírodných prekážkach.

Dvíhanie a nosenie ľahkých predmetov.

- Hádzanie, vrhanie predmetu do diaľky, do výšky, na cieľ.

Preťahovanie vo dvojiciach a pretláčanie v skupinách.

- Ošetrovanie povrchových poranení.
- Prenášanie ranených.
- Základné spôsoby orientácie v prírode.

Plávanie žiakov podľa podmienok školy.

## **PROCES**

Prostné cvičenia zameriavame na rozvíjanie základnej pohybovej koordinácie a techniky pohybu, na posilnenie a pretiahnutie svalových skupín, na zväčšovanie rozsahu pohybu v kĺboch a chrbtici. Pri pohybových hrách sa zameriavame na zdokonaľovanie lokomočných a špecifických herných zručností



## 5. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 2/ týždeň    spolu: 66 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Osvojiť si telesné cvičenia, základné pravidlá a organizáciu športových hier,
- upevniť zmysel pre kolektív, spoluprácu a vzájomnú pomoc,
- osvojiť si základy techniky a taktiky používaných cvičení,
- osvojiť si znalosť pravidiel, pasívnu znalosť základov odbornej terminológie,
- získať elementárne zručnosti k účinnému poskytovaniu prvej pomoci, záchrany a pomoci,
- pri cvičení a k osvojovaniu zásad dodržiavania bezpečnosti cestnej premávky.

### **OBSAH**

#### **Poradové cvičenia**

- Postoje.
- Obraty na mieste.
- Nástupové tvary družstva.
- Pochodové tvary družstva.

#### **Prípravné, kondičné, koordinačné a kompenzačné cvičenia**

- Zásady správneho držania tela.
- Zásady správnej techniky pohybov švihových, vodených hmitov a výdrží.
- Cvičenia bez náčinia, s krátkou tyčou, s plnou loptou a malými činkami (500 g), s krátkym švihadlom, so švédskou lavičkou, cvičenia na rebrinách, šplh na tyči, šplhanie s prírazom, šplh na lane (dĺžka max. 5 m).
- Rýchly beh na vzdialenosť 60 m.
- Beh na vytrvalosť, beh striedavý až do 12 min. prekážková dráha.

#### **Drobné a prípravné pohybové hry**

- Základné pravidlá pohybových hier.
- Zásady úrazovej zábrany.
- Drobné pohybové hry - bežecké, skokanské, loptové, štafetové, hry s náčiním, bez náčinia, prekážkové hry.

- Prípravné pohybové hry -gymnastické, atletické, hravé.

### **Športová gymnastika**

- Zásady organizácie práce a bezpečného cvičenia.
- Zásady pre poskytovanie pomoci a záchrany.

### **Akrobacia**

- Kotúľ vpred, vzad.
- Kolíska vzad z rôznych postojov a polôh.
  - Stoj na lopatkách.
  - Stoj na rukách pri opore.
- Skoky na mieste.
- Skoky z miesta.
- Preskoky (s použitím pružného mostíka alebo trampolíny).
- Nácvič odrazu.
- Skok jednoduchý.
- Roznožka.
- Výskok do vzporu drepmo na debne.

### **Rytmická gymnastika**

- Technika cvičenia základných pohybov.
- Chôdza, poklus, tanečné kroky, skoky, obraty, ktoré sú primerané pohybovej vyspelosti žiakov.
- Technika cvičenia z hľadiska princípov správneho držania tela.
- Osvojenie tanečného kroku polky, valčíka.

### **Atletika**

- Bežecká technika.
- Nízky a polovysoký štart.
- Beh na 60 m.
- Skok do diaľky, do výšky.
- Hod loptičkou 150 g (do diaľky, na cieľ).
- Hod granátom 350 g (do diaľky a na cieľ).

## **Športové hry**

Futbal - pasívna znalosť pravidiel a terminológie, pohybové činnosti.

- Prihrávky vnútornou stranou nohy, vnútorným členkom a priehlavkom aj v pohybe vo dvojiciach, ľavou aj pravou nohou.
- Vhadzovanie lopty.
- Strelba z miesta a po vedení lopty - ľavou aj pravou nohou.
- Vedenie lopty priamym smerom, zastavenie lopty zašliapnutím.
- Chytanie lopty v základnom postoji.

### Pohybové činnosti

- Prihrávka - vrchná, jednoruč, obojruč, trčením z miesta, na stojaceho alebo bežiaceho spoluhráča.
- Strelba z krátkej vzdialenosti jednoruč, obojruč z miesta.

### Prehadzovaná, vybíjaná

## **Cvičenia v prírode**

### Špecifické poznatky

- Ochrana a tvorba životného prostredia.
- Zásady bezpečnosti pri turistike.

### Pohybové činnosti

- Chôdza a beh v teréne.
- Dĺžka trasy 4 km.
- S prekonávaním nízkych terénnych prekážok.
- Lezenie, podliezanie, preliezanie.
- Zdolávanie prírodných a umelých prekážok šplhaním, rúčkovaním, preliezaním, preskakovaním.
- Cvičenie rovnováhy na prírodných a umelých prekážkach zmenou polohy tela, chôdzou s obratmi, vyhábaním vo dvojiciach, nosením (hádzaním a chytaním predmetov).
- Dvíhanie a nosenie predmetov (využívať kamene, polená).
- Hádzanie a vrhanie predmetov do diaľky, do výšky, na cieľ.
- Preťahovanie a pretláčanie v dvojiciach, trojiciach, skupinách.

### Praktické precvičovanie odbornotechnických vedomostí a zručností z turistiky

- Odhad vzdialenosti (do 100 m) a výšok do 10 m.
- Ochrana životného prostredia.

### Praktické precvičovanie prvej pomoci

- Ošetrenie povrchového zranenia.

Praktické precvičovanie vedomostí a zručností z dopravnej výchovy

- Dopravné značky, riešenie dopravných situácií pri presune a na stanovištiach.

**PROCES**

Žiakov vedieme k pestovaniu vôle a cieľavedomosti, k získavaniu elementárnych zručností k poskytovaniu prvej pomoci a k osvojovaniu zásad dodržiavania bezpečnosti cestnej premávky. Podľa podmienok školy odporúčame plávanie.

## 6. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 2/ týždeň    spolu: 66 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Rozvíjať aktivitu žiakov,
- osvojiť si pohybové zručnosti, základné športové disciplíny a základy telovýchovného názvoslovía,
- naučiť sa chápať význam pohybovej aktivity v živote človeka,
- rozvíjať pružnosť, ohybnosť, rovnováhu, priestorovú orientáciu.

### **OBSAH**

#### **Poradové cvičenia**

- Osvojenie si poradových povelov a povelovej techniky.
- Vytváranie nástupových a pochodových útvarov.
- Hlásenie žiaka.

#### **Prípravné, kondičné, koordinačné a kompenzačné cvičenia**

- Cvičenie s náčiním i bez náčinia, relaxačné, zábavné cvičenia.
- Rozvíjanie brušného a hrudného dýchania.
- Rozvoj obratnosti, rovnováhy.
- Chôdza, beh, lezenie, plazenie, podliezanie, vystupovanie, zostupovanie, skákanie.
- Dynamické posilňovanie svalstva dolných končatín a trupu.

#### **Športová gymnastika**

- Akrobacia.
- Viacnásobný kotúľ.
- Kotúľ vpred na vyvýšenej podložke, na vyvýšenú podložku, z vyvýšenej podložky.
- Kotúľ vzad s obmenami.
- Stoj na hlave.
- Prípravné cvičenia a stoj na rukách s dopomocou.
- Premet stranou (vľavo, vpravo).

## **Rytmická gymnastika a tanec**

- Krok prísunný, cvalový a poskočný v ľudovom tanci.
- Chôdza, beh, poskoky, skoky a obraty na jednoduché hudobné rytmy.
- Jednoduchý krajový tanec v 2/4 takte. Atletika
- Vysoký štart.
- Beh.
- Stupňovanie rovinky.
- Beh na 60 m.
- Nízky štart z blokov.
- Vytrvalostný beh (dievčatá – 400 m, chlapci – 600 m).

### Skok do diaľky

- Skok do diaľky skrčmo so závesom zo skráteného rozbehu.

### Skok do výšky

- Skok technikou „nožničky“.
- Prípravné techniky pre skok technikou obkročmo flop.

### Hod loptičkou

- Hod z krátkeho rozbehu.
- Hod loptičkou na výkon.

### Plná lopta

- Pohybové hry a súťaže s hádzaním plnej lopty.

### Prekážkový beh

- Beh cez čiaru a nízke prekážky.

### Štafetový beh

- Držanie kolíka, chôdza, beh s kolíkom.

## **Športové hry**

### Basketbal a hádzaná

- Prihrávky a chytanie lopty na mieste, v pohybe.
- Dribling na mieste v pohybe.
- Strelba z krátkej vzdialenosti, strelba trestných bodov.
- Hra s upravenými pravidlami minibasketbalu a minihádzanej.

## **Futbal**

- Hra s upravenými pravidlami minifutbalu.

## **Cvičenie v prírode**

- Orientácia v teréne.
- Plán obce, terénu.
- Mapa, turistické značky.
- Kompas.
- Orientácia v cestovnom poriadku.
- Prenášanie raneného, prvá pomoc.

## Pešia turistika

- Chôdza podľa plánu.
- Terénne hry.

Odporúčame korčuľovanie, plávanie (podľa podmienok a možností školy).

## **PROCES**

Postupne rozvíjame veku zodpovedajúcu úroveň kondičných a koordinačných schopností. Učíme žiakov spoľahlivo rozlišovať obsah základných telovýchovných pojmov a správne na ne reagovať. Žiaci si postupne osvojujú pravidlá pohybových i športových hier. Učia sa prejavovať primeranú rozhodnosť, nebojnosť, snahu po lepšom výkone, radosť z víťazstva, schopnosť oceniť súpera a zmieriť sa s prehrou. V rámci športových hier si škola môže vybrať aj iné druhy športových hier, napríklad: prehadzovanú, vybíjanú, florbal, stolný tenis, bocca.

## 7. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 2/ týždeň    spolu: 66 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Rozvíjať aktivitu žiakov,
- osvojiť si pohybové zručnosti, základné športové disciplíny a základy telovýchovného názvoslovía,
- uvedomele dodržiavať disciplínu a tak prispievať k vyššej efektívnosti vyučovacích hodín,
- mať pozitívny vzťah ku kondičným cvičeniam, uvedomele ich využívať i v čase mimo vyučovania v spontánnej, alebo organizovanej pohybovej aktivite,
- dodržiavať pravidlá a bezpečnosť pri pohybových hrách.

### **OBSAH**

#### **Poradové cvičenia**

- Osvojenie si poradových povelov a povelovej techniky.
- Vytváranie nástupových a pochodových útvarov.
- Hlásenie žiaka.

#### **Prípravné, kondičné, koordinačné a kompenzačné cvičenia**

- Cvičenie s náčiním i bez náčinia, relaxačné, zábavné cvičenia.
- Rozvíjanie brušného a hrudného dýchania.
- Rozvoj obratnosti, rovnováhy.
- Chôdza, beh, lezenie, plazenie, podliezanie, vystupovanie, zostupovanie, skákanie.
- Dynamické posilňovanie svalstva dolných končatín a trupu.
- Pretáhanie, pretláčanie.
- Strečingové cvičenia.

#### **Športová gymnastika**

- Akrobacia.
- Viacnásobný kotúľ.
- Kotúľ vpred na vyvýšenej podložke, na vyvýšenú podložku, z vyvýšenej podložky.
- Kotúľ vzad s obmenami.
- Stoj na hlave.
- Prípravné cvičenia a stoj na rukách s dopomocou, preskoky (koza, debna, kôň, stôl).



- Roznožka, skrčka.
- Preskok s oddialeným mostíkom.

Kladina – výška 1 m

- Obmeny chôdze, chôdza sprevádzaná pohybmi paží, obraty, zmeny polôh tela.
- Súhrnné cvičenia, húpanie na lane.
- Skoky s obratmi, skrčmo, prehnuto.

### **Rytmická gymnastika a tanec**

- Krok prísunný, cvalový a poskočný v ľudovom tanci.
- Chôdza, beh, poskoky, skoky a obraty na jednoduché hudobné rytmy.
- Jednoduchý krajový tanec v 2/4 takte.

### **Atletika**

- Vysoký štart.
- Beh.
- Stupňovanie rovinky.
- Beh na 60 m.
- Nízky štart z blokov.
- Vytrvalostný beh (dievčatá – 400 m, chlapci – 600 m).

### Skok do diaľky

- Skok do diaľky skrčmo so závesom zo skráteného rozbehu.

### Skok do výšky

- Skok technikou „nožičky“.
- Prípravné techniky pre skok technikou obkročmo flop.

### Hod loptičkou

- Hod z krátkeho rozbehu.
- Hod loptičkou na výkon.

### Plná lopta

- Pohybové hry a súťaže s hádzaním plnej lopty.

### Prekážkový beh

- Beh cez čiaru a nízke prekážky.

### Štafetový beh

- Držanie kolíka, chôdza, beh s kolíkom.

### **Športové hry**

#### Basketbal a hádzaná

- Prihrávky a chytanie lopty na mieste, v pohybe.

- Dribling na mieste v pohybe.
- Strel'ba z krátkej vzdialenosti, strel'ba trestných bodov.
- Hra s upravenými pravidlami minibasketbalu a minihádzanej.

### Futbal

- Hra s upravenými pravidlami minifutbalu.

### Volejbal

- Prípravné hry a cvičenia s údermi, s odbíjaním, s odbíjaním ľahkej lopty, prehadzovaná.
- Odbíjanie a prihrávka obojruč zdola.
- Odbíjanie a prihrávka obojruč zvrchu.
- Odbíjanie cez sieť.

### **Cvičenie v prírode**

- Orientácia v teréne.
- Plán obce, terénu.
- Mapa, turistické značky.
- Kompas.
- Orientácia v cestovnom poriadku.
- Prenášanie raneného, prvá pomoc.

### Pešia turistika

- Chôdza podľa plánu.
- Terénne hry.

### Cykloturistika

- Jazda na vozovke, jazda v skupine, predchádzanie na bicykli.
- Jazda z kopca, do kopca.
- Prechádzanie zúženým miestom.

## **PROCES**

Učíme žiakov spoľahlivo rozlišovať obsah základných telovýchovných pojmov a správne na ne reagovať. Vhodným výberom pohybových hier zámerné rozvíjame pohybové schopnosti a zdokonaľujeme niektoré pohybové činnosti žiakov. Zaradenie pohybových hier do vyučovacej hodiny spájame s osvojovaním vybraných poznatkov. V rámci športových hier si škola môže vybrať aj iné druhy športových hier, napríklad: prehadzovanú, vybíjanú, florbal, stolný tenis, bocca. Cykloturistiku odporúčame realizovať na miestach podľa možností školy.

## 8. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 2/ týždeň    spolu: 99 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Osvojiť si zložitejšie pohybové zručnosti základných športových disciplín, telovýchovnej terminológie a poznatkov z telesnej kultúry,
- vedieť súperiť, kooperovať a tolerovať súperov,
- vedieť prijímať a dodržiavať normy a pravidlá kolektívu,
- poznať základné pravidlá vybraných športových hier.

### **OBSAH**

#### **Poradové cvičenia**

Upevňovanie poznatkov z poradových povelov a povelovej techniky.

#### **Prípravné, kondičné, koordinačné a kompenzačné cvičenia**

- Cvičenia k upevňovaniu správneho držania tela.
- Zvyšovanie pohyblivosti kĺbov.
- Rozvoj obratnosti a rovnováhy.
- Zdokonaľovanie chôdze, behu, lezenia, plazenia, podliezania, preliezania, vystupovania, zostupovania, zoskakovania, rúčkovania, dvíhania, nosenia, ťahania, gúľania, hádzania.
- Dynamické posilňovanie svalstva dolných končatín, trupu a horných končatín.
- Strečingové cvičenia.

#### **Športová gymnastika**

##### Akrobacia

- Kotúľ letmo.
- Stoj na rukách.
- Premet bokom.
- Samostatná akrobatická zostava.
- Preskoky (koza, debna, kôň, stôl).

##### Rytmická gymnastika a tanec

- Jednoduchý krajový tanec v  $\frac{3}{4}$  takte – trojdup. –  
Jednoduché varianty diskotancov.

## **Atletika**

### Beh

- Rozložené rovinky.
- Beh na 100 metrov.
- Nízky štart z blokov.
- Vytrvalostný beh na 600 – 1000 metrov.

### Skok do diaľky

- Skok do diaľky skrčmo.

### Skok do výšky

- Skok technikou obkročmo flop z 3 krokov, zo skráteného rozbehu.

### Hod granátom

- Držanie granátu, hod z miesta, z bočného postavenia.

### Vrh guľou

- Vrh guľou z miesta.

### Prekážkový beh cez prírodné prekážky

#### Štafetový beh

- Nízky štart so štafetovým kolíkom.
- Štafetový beh 4 x 60 m.

## **Športové hry**

### Basketbal a hádzaná

- Dvojtakt, strel'ba po dvojtakte, doskakovanie lopty (basketbal).
- Obranné činnosti jednotlivca.
- Útočné kombinácie.
- Hra na jeden kôš (jednu bránu).
- Hra s upravenými pravidlami basketbalu a hádzanej.

### Futbal

- Hra s upravenými pravidlami futbalu, sálového futbalu.

### Volejbal

- Nahrávka, hra na zmenšenom ihrisku s upravenými pravidlami.

## **Cvičenie v prírode**

- Orientácia v teréne.
- Mierka mapy.

- Kompas, buzola.
- Práca s nožom, sekerou a pílou.
- Stavba stanu.
- Ochrana prírody.

#### Pešia turistika

- Chôdza so záťažou.
- Orientačný pretek s úlohami.

#### Cykloturistika

- Jazda so záťažou.

Učiteľ vyberá pohybové aktivity ako joga, tenis, stolný tenis, badminton, nohejbal, florbal.

### **PROCES**

Hodiny športových hier rozdelíme na nácvičné, opakovacie a zdokonaľovacie. Snažíme sa zdokonaľovať herné činnosti jednotlivca. Učíme žiakov preukazovať pozitívny vzťah k súperovi, dodržiavať prijaté zásady v rámci skupiny. V rámci športových hier si škola môže vybrať aj iné druhy športových hier, napríklad: prehadzovanú, vybíjanú, florbal, stolný tenis, bocca. Cykloturistiku realizujeme na miestach podľa možností školy. Počas presunu žiakov pri cvičeniach v prírode so žiakmi upevňujeme a precvičujeme pravidlá cestnej premávky pre chodcov a cyklistov.

## 9. ROČNÍK

**Časová dotácia: počet hodín 2/ týždeň    spolu: 66 hodín/ rok**

### **CIELE**

- Osvojiť si zložitejšie pohybové zručnosti základných športových disciplín, telovýchovnej terminológie a poznatkov z telesnej kultúry,
- osvojiť si základné poznatky o poskytovaní pomoci pri cvičeniach,
- zvyšovať všeobecnú pohybovú výkonnosť a zdatnosť s orientáciou na udržanie a zlepšenie zdravia,
- dodržiavať princípy fair-play.

### **OBSAH**

#### **Poradové cvičenia**

Upevňovanie poznatkov z poradových povelov a povelovej techniky.

#### **Prípravné, kondičné, koordinačné a kompenzačné cvičenia**

- Cvičenia k upevňovaniu správneho držania tela.
- Zvyšovanie pohyblivosti kĺbov.
- Rozvoj obratnosti a rovnováhy.
- Zdokonaľovanie chôdze, behu, lezenia, plazenia, podliezania, preliezania, vystupovania, zostupovania, zoskakovania, rúčkovania, dvíhania, nosenia, ťahania, gúľania, hádzania.
- Dynamické posilňovanie svalstva dolných končatín, trupu a horných končatín.
- Strečingové cvičenia.

#### **Športová gymnastika**

##### Akrobacia

- Kotúľ letmo.
- Stoj na rukách s obmenami.
- Premet bokom.
- Samostatná akrobatická zostava.
- Preskoky (koza, debna, kôň, stôl), skrčka odrazom z mostíka.

## **Rytmická gymnastika a tanec**

- Jednoduchý krajaný tanec v  $\frac{3}{4}$  takte – trojdub.
- Jednoduché varianty tancov disko a country.
- Vyjadrenie rytmických motívov improvizovaným pohybovým prejavom.

## **Atletika**

### Beh

- Rozložené rovinky.
- Beh na 100 metrov.
- Nízky štart z blokov.
- Vytrvalostný beh na 600 – 1000 metrov.
- Beh v zatáčke.

### Skok do diaľky

- Skok do diaľky skrčmo.

### Skok do výšky

- Skok technikou obkročmo flopp z 3 krokov, zo skráteného rozbehu., z celého rozbehu.

### Hod granátom

- Držanie granátu, hod z miesta, z bočného postavenia, z rozbehu.

### Vrh guľou

- Vrh guľou z miesta, z bočného postavenia.

### Prekážkový beh cez prírodné prekážky

### Štafetový beh

- Nízky štart so štafetovým kolíkom.
- Štafetový beh 4 x 60 m, 4 x 100 m.

## **Športové hry**

### Basketbal a hádzaná

- Dvojtakt, strelba po dvojtakte, doskakovanie lopty (basketbal).
- Obranné činnosti jednotlivca.
- Útočné kombinácie.
- Hra na jeden kôš (jednu bránu).
- Hra s upravenými pravidlami basketbalu a hádzanej.

### Futbal

- Hra s upravenými pravidlami futbalu, sálového futbalu.

### Volejbal

- Nahrávka, hra na zmenšenom ihrisku s upravenými pravidlami.
- Spodné podanie, hra s upravenými pravidlami.

### **Cvičenie v prírode**

- Orientácia v teréne.
- Mierka mapy.
- Kompas, buzola.
- Práca s nožom, sekerou a pílou.
- Stavba stanu.
- Ochrana prírody.

### Pešia turistika

- Chôdza so záťažou.
- Orientačný pretek s úlohami.

### Cykloturistika

- Jazda so záťažou.
- Súťaž v slalome, vrchárska, rýchlostná.

Učiteľ podľa podmienok vyberá pohybové aktivity ako prvky jogy, tenis, stolný tenis, badminton, nohejbal, florbal, prvky sebaobrany.

## **PROCES**

Počas vyučovacích hodín si žiaci osvojujú základné poznatky o poskytovaní pomoci pri konkrétnych cvičeniach. Učíme žiakov poznávať účinok vykonávaných pohybových činností na svoj organizmus, primerane hodnotiť kvalitu vlastnej realizovanej pohybovej činnosti. Poznatkami z telesnej kultúry pomáhame žiakom pri utváraní vzťahu k správnej životospráve a celoživotnej pohybovej aktivite. Pri relaxačných cvičeniach dbáme na to, aby boli žiaci schopní uvoľňovať svalové skupiny a uvedomovať si ich pri polohách a pri pohybe. V rámci športových hier si škola môže vybrať aj iné druhy športových hier, napríklad: prehadzovanú, vybíjanú, florbal, stolný tenis, bocca. Cykloturistiku realizujeme na miestach podľa možností školy.