

UČEBNÉ OSNOVY

**pre prípravný - 4. ročník
základnej školy pre sluchovo postihnutých**

VARIANT B

Učebné osnovy pre prípravný - 9. ročník základnej školy pre sluchovo postihnutých,
variant B schválilo Ministerstvo školstva Slovenskej republiky dňa 23. septembra 1996
rozhodnutím č. 4496 / 1996-153 s účinnosťou od 1. septembra 1996

Učebné osnovy

PRACOVNÉ VYUČOVANIE

prípravný - 4. ročník
základnej školy pre sluchovo postihnutých

variant B

PRACOVNÉ VYUČOVANIE

Charakteristika predmetu

Úlohou pracovného vyučovania je vyzbrojiť sluchovo postihnutých žiakov najdôležitejšími pracovnými a technickými vedomosťami, zručnosťami a návykmi.

Pracovné vyučovanie ako predmet vo svojom vyučovaní spája duševnú a manuálnu činnosť. Vo vyučovaní sa využívajú poznatky získané v ostatných predmetoch, ako aj skúsenosti, ktoré získali žiaci v prostredí, v ktorom žijú. Pracovné vyučovanie tak prispieva významnou mierou k spojeniu školy so životom.

Už od prípravného ročníka základnej školy pre sluchovo postihnutých žiaci systematicky získavajú vedomosti, pracovné zručnosti a návyky pri práci s rôznym materiálom (drobný materiál, prírodniny, modelovacia hmota, papier, kartón, textil, drevo a pod.), s konštrukčnými stavebnicami z plastov i kovu, bicyklom a v pestovateľských prácach - v kútiku živej prírody a na školskom poli. Zároveň sa žiaci učia zaobchádzať s nástrojmi a náradím.

Žiaci sú vedení k tomu, aby sami hľadali vhodné postupy práce, aby si sami vytvárali nové modely na základe poznatkov v pracovnom vyučovaní a v iných predmetoch. Osobitná pozornosť sa venuje požiadavke bezpečnosti a hygieny práce, požiadavke ochrany plánovania a organizácie práce.

Pri prácach s drobným materiálom sa odporúča voliť čo najrozmanitejší materiál - prírodný i technický a oboznamovať žiakov s jeho vlastnosťami. Pri prácach s modelovacou hmotou žiaci pracujú s modelovacou hlinou, resp. plastelínou a s inými hmotami, ako je napr. modulit alebo dentakryl. Práce s papierom, s kartónom sú odstupňované v jednotlivých ročníkoch. Žiaci poznávajú rôzne druhy a vlastnosti papiera. Podobne pri prácach s textilom, kde sa žiaci učia základy ručného šitia, poznávajú rôzne druhy a vlastnosti textilu.

Práca s drevom a kombinované práce sú spojené, aby mal učiteľ väčšiu voľnosť pri voľbe výrobku tak, aby sa splnila požiadavka osnov, aby žiaci dostali teoretický základ o poznaní materiálov a ich spracovaní a zároveň, aby využívali miestne podmienky, napr. určité krajové osobitosti.

Pre montážne a demontážne práce v nižších ročníkoch najlepšie vyhovujú stavebnice z plastov a drevené odrezky. V 3. a 4. ročníku sa odporúčajú kovové konštrukčné stavebnice. V 4. ročníku bicykel.

Keď základná škola pre sluchovo postihnutých má ťažkosti pri zabezpečovaní vhodného pozemku, obsah pestovateľských prác na týchto školách sa môže realizovať v kútiku živej prírody. V takýchto prípadoch sa vyžaduje uskutočniť viac výletov a exkurzií, ako aj vykonávať verejnosprospešné práce. Treba venovať zvýšenú pozornosť pestovateľským prácam - v kútiku živej prírody a na školskom poličku pokusníctvo. Odporúčame rešpektovať miestne podmienky.

V pracovnom vyučovaní treba výrazne rozvíjať pracovnú výchovu, ktorá je úzko spätá s ostatnými zložkami výchovy. Žiaci sa učia v pracovnej činnosti poznávať materiály, konštrukcie a funkcie používaných nástrojov, vykonávajú pokusnícke práce a riešia problémové úlohy.

Pracovné vyučovanie vo zvýšenej miere umožňuje realizovať medzipredmetové vzťahy. Pri prácach s rôznym materiálom a pri prácach montážnych a demontážnych ako aj pestovateľských sa využívajú poznatky z ostatných vyučovacích predmetov a opačne, zručnosti a návyky osvojené v týchto prácach napomáhajú lepšie pochopiť učivo. Do obsahu pracovného vyučovania sú začlenené prvky dopravnej a brannej výchovy pre ochranu životného prostredia.

Práce žiakov majú byť funkčné, účelné, užitočné a výchovne účinné. Aby sa vo všetkých druhoch prác mohla venovať v priebehu roka potrebná doba na náležité precvičovanie, v učebných osnovách je vymedzený konkrétny počet hodín, ktoré možno podľa podmienok školy a príslušného ročníka upraviť.

Tematické celky v ročníkoch sú doplnené návrhmi na voliteľné učivo. Pri týždennej počte hodín 33 sú 2/3 rozsahu učiva povinne zadané a 1/3, t.j. 11 hodín predstavuje voliteľné učivo, ktoré si učiteľ vyberie z ponúkaných možností.

Podľa uváženia učiteľa a najmä jeho organizačných schopností a podmienok školy nemusia všetci žiaci triedy absolvovať rovnaké voliteľné učivo.

Tematický celok	prípravny ročník	1.		2.		3.		4.	
		PU	PU	VU	PU	VU	PU	VU	PU
Práce s drobným materiálom	5	4	2						
Práce s model. materiálom	6	3	3	4		4			
Práce s papierom a kartónom	6	4	2	4	4	4	4		
Práce s textilom				6		4	2	4	
Práce s drevom								5	1
Montážne a demon-tážne práce (kon-štruovanie)	4	3	3	3		4	2	3	3
Samoobsluha - prí-prava na rodinný život	8	2	3		3		3		3
Pracovne oriento-vané vychádzky		1	1	1	2		2	2	2
Pestovanie črepník. rastlín	1	2	1	2	2	2		1	
Poznávanie semien a plodov					2		2		2
Pestovanie vonkaj. okras. rastlín	1		1		1		1	1	1
Pestovanie zeleniny			1		2		1		2
Rez a úprava kvetov do váz						1	1	1	1
Pokusy a pozorovania	2	2	1	1	1	2	2	2	2
Bicykel								3	
Ľudové tradície a remeslá			3		3		3		3
Vychádzkys pestova-teľským zameraním		1	1	1	2		2		2
Spolu	33	22	22	22	22	22	22	22	22

PU - povinné učivo

VU - voliteľné učivo

Stručná charakteristika navrhovaných celkov:

Tematické celky "Práce s drobným materiálom", "práce s modelovacím materiálom", "Práce s papierom a kartónom", "Práce s drevom", "Práce s textilom", "Montážne a demontážne práce", "Pestovanie črepníkových rastlín", "Pestovanie vonkajších okrasných rastlín", "Pestovanie zeleniny" sú charakterizované v učebných osnovách.

Ľudové tradície a ľudové remeslá na Slovensku

Námety činností: Tradície, ktoré sa viažu k ročným obdobiam a cirkevným sviatkom - veľkonočný korbáč, kraslice, vrbová písťalka, vianočné ozdoby, betlehém, balenie vianočných darčiekov, ...Tradičné remeslá na Slovensku - ľudové výšivky, pletenie, háčkovanie, paličkovanie, drotárstvo - práca s drôtom, košíkárstvo, drevorezba, perníkárstvo, výrobky zo slamy a šúpolia, ...

Pracovne orientované vychádzky

Miesta vychádzok voliť podľa miestnych podmienok v súlade s tematickým zameraním povinného aj zvoleného učiva.

Poznávanie semien a plodov rastlín

Úžitkové rastliny (najmä zelenina) - semeno (osivo) na rozmnožovanie rastlín, plody a konzumná časť rastlín (3 druhy v každom ročníku).

Pokusy a pozorovania

- v kútiku živej prírody - základné podmienky života, správneho rastu a vývinu rastlín a ich zabezpečovanie. Význam prihnojovania a kyprenia zeminy. Pokusy na potrebu svetla, tepla, vody a vzduchu pre rast rastlín a klíčenie semien,

- na školskom pokusnom pozemku - potrebnosť jednotlivých pestovateľských zákrokov, nutnosť dodržiavania agrotechnických termínov - nakoľko ovplyvňujú výsledky pestovania ich kvalitatívnu a kvantitatívnu stránku. Pokusy zamerané na pestovanie rastlín zo suchého naboptnaného osiva;

Vychádzky a exkurzie s pestovateľským zameraním

Oboznámenie s rastlinami, ktoré sa pestujú v záhradách, v skleníkoch, s používaním mechanizácie. Poznanie vybraných druhov zeleniny, okrasných rastlín, utvrdiť a rozšíriť poznatky o ich pestovaní. Všetky tematické celky pestovateľských prác svojím obsahom (teóriou a najmä praktickou činnosťou) vedú žiakov k ochrane a tvorbe životného prostredia.

Rez a úprava kvetín do váz

Základné zásady rezu, prenášanie a úpravy kvetín pred aranžovaním do váz, plochých misiek a podložiek. Práca s rastlinným materiálom a estetické využívanie rastlín. Voliteľné učivo rozširuje poznatky a zručnosti z ošetrovania rezaných kvetov a používania prípravkov na predĺženie ich krásy.

Obsah predmetu

Prípravný ročník (1 hodina týždenne, 33 hodín ročne)

Organizácia a plánovanie práce

Pracovné vyučovanie je v úzkej nadväznosti na tvorenie a rozvíjanie reči. Pracovná aktivita žiakov sa realizuje tak, že si žiaci osvojujú určité pracovné zručnosti, ale na základe tejto aktivity rozvíjajú si aj svoju reč.

Úlohy

Prípraviť si pracovné miesto. Udržiavať poriadok na pracovnom mieste, učiť sa ukladať nástroje a pomôcky na určené miesto.

Priebežne pozorovať a ošetrovať rastliny v kútiku živej prírody.

Bezpečnosť a hygiena pri práci

Bezpečne zaobchádzať s používanými nástrojmi, náradím a pomôckami, aj so spracúvaným materiálom. Dbáť na čistotu rúk (podľa potreby utierať ich handričkou alebo umývať).

1. Samoobsluha

Osobná hygiena. Umyť si ruky, tvár, čistiť si zuby, česať sa, kloктаť, používať vreckovku.

Obúvať sa, šnúrovať a zaväzovať topánky. Čistiť topánky - očistiť prach, nakrémovať, uložiť.

Ovládať rôzne druhy zapínania. Samostatne sa obliecť. Odstrániť prach z odevu, kefovať, prášiť, odkladať odev a obuv.

Hygiena v domácnosti. Utierať smaltovaný riad z plastov. Pomáhať pri stolovaní. Udržiavať poriadok. Zametať. Utierať prach.

2. Práce s drobným materiálom

Praktické činnosti: strihanie, ohýbanie, spájanie (prepichovanie, navliekanie, zlepovanie) nalepovanie a vtláčanie drobného materiálu.

V praktických činnostiach žiaci poznávajú vlastnosti spracúvaného materiálu - veľkosť, farbu, tvar.

Materiál: napr. rôzne plodiny rastlín (gaštany, kukurica, fazuľa), handričky, škatuľky od zápalek, korok, vyfúknuté vajička, bužírka, papier, špagát, tenké izolované drôtičky, listy, šišky, konáriky stromov, prázdne makovice a pod.

Nástroje a pomôcky: nožnice, veľká tupá ihla, štetec na lepidlo, lepidlo, niť.

Poznávanie ich použitia.

Príklady výrobkov: jednoduché ozdoby, hračky, darčeky, pomôcky (napr. náhrdelníky, náramky, zvieratká, kolekcie listov, nábytok pre bábiky a pod.).

3. Práce s modelovaním materiálu

Praktické činnosti: miesenie, valkanie, stláčanie, vtláčanie, ohýbanie, sušenie modelovacieho materiálu.

Materiál: piesok, modelovacia hlina, prípadne plastelína.

Pomôcky: pieskový stôl, podložka na práce s modelovacím materiálom, formičky, špachtľa, modelovacie očko, navlhčovač. Poznávanie ich použitia.

Príklady výrobkov: vrch, cesta, tunel, guľky, placky, rožok, cibuľa, čerešňa, jahoda, misa.

4. Práce s papierom a kartónom

Praktické činnosti: prekladanie, skladanie, strihanie, vystrihovanie, trhanie, vytrhávanie, nalepovanie papiera, prípadne tenkého kartónu. Obkresľovanie jednoduchých tvarov podľa šablóny. Vystrihovanie jednoduchých symetrických tvarov z preloženého papiera.

V praktických činnostiach majú žiaci poznávať vlastnosti papiera (hrúbku, farbu). Rozlišovať tvar obdĺžnika, trojuholníka a kruhu.

Materiál: papier rozličných vlastností a rôznej kvality.

Nástroje a pomôcky: nožnice so zaguľatenými hrotmi, ceruza, navlhčovač, štetec na lepidlo, lepidlo. Poznávanie ich použitia.

Príklady výrobkov: papierová mozaika, skladačky (napr. harmonika, čiapka, loďka), vystrihovačky (napr. kvety, domy, plody, rebrík a pod.), ozdoby (napr. strapce, reťaze), pomôcky na vyučovanie (napr. obdĺžnikové geometrické tvary) a pod.

5. Montážne a demontážne práce

Praktické činnosti: zostavovanie modelov podľa predlohy alebo podľa vlastnej predstavy z jednotlivých častí stavebníc.

V praktických činnostiach sa žiaci učia pomenovať svoju činnosť a názvy zostavených modelov.

Materiál: jednoduché stavebnice z dreva a plastov.

Príklady výrobkov: plošné tvary a priestorové modely (napr. jednoduchý nábytok, domy, ohrady, mosty a pod.).

6. Pestovateľské práce

Praktické činnosti: ošetrovanie izbových rastlín (polievanie, umývanie misky, odstraňovanie odumretých častí). Pestovanie niektorých rastlín (napr. zasadiť tulipán, narcis, gaštan, fazuľu, pripraviť pôdu pred sadením, priebežné ošetrovanie rastliny počas vegetácie).

Pokusy a pozorovanie: v praktických činnostiach poznávať podmienky pre život rastlín (voda, svetlo, teplota, pôda).

Pestovateľské náradie a pomôcky: črepník, debnička, krhlička, detské hrabličky, motyčka, lopatka.

Vychádzky do parku, záhrady a pod.

1. ročník (1 hodina týždenne, 33 hodín ročne)

Pracovné vyučovanie je v úzkej nadväznosti na tvorenie a rozvíjanie reči. Žiaci sa učia pomenovať nástroje, materiály aj činnosti, ktoré vykonávajú, tiež niektoré vlastnosti. Rozsah slovnej zásoby a vetných modelov určuje učiteľ podľa predpokladov žiakov.

Organizácia a plánovanie práce

Prípraviť pracovné miesto. Udržiavať poriadok na pracovnom mieste; ukladať nástroje a pomôcky na určené miesto (význam udržiavania poriadku na pracovnom mieste vzhľadom na úspo-ru času). Rastliny v kútiku živej prírody a v záhrade sa pozorujú a ošetrojú priebežne.

Bezpečnosť a hygiena pri práci

Bezpečne zaobchádzať s používanými nástrojmi, náradím a pomôckami aj so spracovaným materiálom. Dbáť na čistotu rúk (podľa potreby utierať ich handričkou alebo umývať).

1. Práce s drobným materiálom

Praktické činnosti: strihanie, ohýbanie, spájanie (prepichovanie, navliekanie, zväzovanie, zlepovanie), lisovanie drobného materiálu.

V praktických činnostiach žiaci určujú vlastnosti spracúvaného materiálu - farbu, tvar, povrch, tvrdosť, učia sa rozlišovať prírodný a technický materiál.

Materiál: napríklad drôtky, handričky, škatuľky od zápalek, korok, vyfúkané vajíčka, bužírka, papier, špagát, slama, listy, šišky, konáriky stromov, prázdne makovice, rôzne plody rastlín (napr. kukurica, fazuľa, slnečnica a pod.)

Nástroje a pomôcky: nožnice, veľká tupá ihla, štetec na lepidlo, lepidlo, niť. Poznávanie ich použitia a vlastností.

Príklady výrobkov: jednoduché ozdoby, hračky, darčeky, pomôcky (napr. vozíky, zvieratká, náhrdelníky, náramky, kolekcie listov, konárikov stromov, jednoduché počítadlá, nábytok pre bábiky a pod.).

Šitie

Prípravné práce na šitie, preťahovanie bužírky na cvičných drevených doskách. Oboznámiť sa s ihlou - prepichovať kartón s narysovanými priamkami a bodmi.

2. Práce s modelovacím materiálom

Praktické činnosti: miesenie, valkanie, stláčanie, pridávanie, odoberanie, ohýbanie a sušenie modelovacieho materiálu.

V praktických činnostiach žiaci poznávajú tvárnosť a súdržnosť modelovacieho materiálu.

Materiál: modelovacia hlina, prípadne plastelína.

Pomôcky: podložka na prácu s modelovacím materiálom, špachtľa, modelovacie očko, navlhčovač. Poznávanie ich použitia a vlastností.

Príklady výrobkov: jablko, čerešňa, petržlen, repa, redkovka, cibuľa, guľky, rožok, črepník, misa, váza.

3. Práce s papierom a kartónom

Praktické činnosti: prekladanie, strihanie, skladanie, vystrihovanie, nalepovanie, zlepuvanie papiera, prípadne tenkého kartónu. Obkresľovanie jednoduchých tvarov podľa šablóny. Vystrihovanie jednoduchých symetrických tvarov z preloženého papiera. Natieranie menších plôch papiera lepidlom. Trhanie papiera podľa pravítka. Trhanie a vytrhávanie papiera.

V praktických činnostiach majú žiaci poznávať vlastnosti papiera (hrúbku, farbu, povrch) a druhy papiera (novinový, baliaci, kresliaci, farebný a pod.). Rozlišovať tvar obdĺžnika, štvorca, trojuholníka a kruhu.

Materiál: papier rozličných vlastností a rôznej kvality.

Nástroje a pomôcky: nožnice, ceruza, pravítko, navlhčovač, štetec na lepidlo. Poznávanie ich použitia a vlastností.

Príklady výrobkov: skladačky (napr. harmoniky, šípka, čiapka, loďka, pohárik), vystrihovačky (napr. priestorové figúrky zvierat, symetrické vložky, kvety a pod.), ozdoby (napr. reťaze, košíky a strapce), pomôcky na vyučovanie iných predmetov (napr. geometrické tvary - štvorcové, obdĺžnikové, trojuholníkové, kruhové), papierová mozaika.

4. Montážne a demontážne práce

Praktické činnosti: zostavovanie modelov podľa predlohy alebo podľa vlastnej predstavy z jednotlivých častí stavebníc a zo špajdlí.

V praktických činnostiach žiaci poznávajú vlastnosti materiálov, učia sa pomenovať svoju činnosť a názvy zostavených modelov.

Materiál: jednoduché stavebnice z plastov, špajdlí, tenké izolované drôtky (napr. zvončekový drôt) na spájanie konštrukcií zo špajdlí.

Príklady výrobkov: plošné tvary a priestorové modely (napr. jednoduchý nábytok, domy, ohrady, mosty a pod.).

Praktické činnosti: ošetrovanie izbových rastlín (polievanie, kyprenie pôdy, umývanie listov, umývanie misky, odstraňovanie odumretých častí).

Pestovanie fazule alebo hrachu (pripraviť pôdu pred siatím, siatie, priebežné ošetrovanie rastliny počas vegetácie). Pestovanie niektorých rastlín s väčšími semenami (slničnica, hrachor, nechtík a pod.).

Pokusy a pozorovania: význam vody, vzduchu, svetla, tepla pre rastliny (pozorovanie rastlín zalievaných a nezalievaných, umiestnených na svetle a v tme, v triede a vonku, za oknom v zime). Klíčenie veľkých semien (napr. hrachu, fazule, slnečnice), pozorovanie a porovnávanie zmien na semenách pri klíčení a v začiatočnom raste rastliny.

V praktických činnostiach a pri pokusoch overovanie podmienok pre život rastlín (voda, vzduch, svetlo, teplota, pôda).

Pestovateľské náradie a pomôcky: črepník, debnička, kypriaci kolík, ľahké hrable, kolíky so šnúrou, značkovač, ručná plečka, malá (ručná) motyčka. Rozlišovať ich, poznať ich použitie a vlastnosti.

Exkurzie: do parkov, sadov, záhrad a pod. (všímajú si základné ošetrovanie rastlín).

6. Samoobsluha

Upevňovať pracovné návyky z prípravného ročníka.

Osobná hygiena

Umývať si tvár, ruky, čistiť zuby, česať sa, kloktat', používať vreckovku. Obúvať sa, čistiť obuv. Čistiť šaty. Kefovať, prášiť.

Ukladanie odevov. Poriadok v aktovke.

Hygiena v domácnosti

Utierať a uložiť riad. Pomáhať pri stolovaní, estetická úprava stola, rozloženie obrúskov, príborov, tanierov. Udržiavať poriadok, zametať, utierať prach. Ukladať nástroje, potreby, pomôcky na určené miesto. Základné kultúrne návyky pri konzumovaní jedla.

2. ročník (1 hodina týždenne, 33 hodín ročne)

Organizácia a plánovanie práce

Upevňovať poznatky z 1. ročníka, najmä správne ukladanie nástrojov, pomôcok a pracovného náradia na určené miesto. Dbáť na to, aby si žiaci systematicky prehlbovali správnu organizáciu práce a jej postupnosť.

Spracovanie vhodného materiálu a užívanie správnych nástrojov, príp. pomôcok a náradia. Spracovať materiál tak, aby bol čo najlepšie využitý (použitie nového a starého materiálu, využitie zvyškov). Výrobky majú byť spracované tak, aby zodpovedali sledovanému cieľu. Vždy sa majú dodržiavať zásady pracovného postupu. To platí pre technické ako aj pestovateľské práce. Práce v kútiku živej prírody a na pokusnom poli sa robia v priebehu celého školského roka.

Bezpečnosť a hygiena pri práci

Poznať účel a užitie obväzového balíčka, spofaplastu a pod. Rešpektovať požiadavky bezpečnosti a hygieny pri každej práci.

1. Práce s modelovacím materiálom

Praktické činnosti: stláčanie, valkanie, rozťahovanie, pridávanie, uberanie, ohýbanie, lisovanie a sušenie.

V praktickej činnosti prehlbovať poznatky o vlastnostiach modelovacieho materiálu (tvárnosť, súdržnosť a pevnosť).

Materiál: modelovacia hlina, príp. modulit.

Pomôcky: podložka na prácu s modelovacou hmotou, modelovacie očko, špachtľa, nôž a tenký drôt na rezanie hmoty, príp. modelovacej - tehliarskej hliny. Poznávať ich funkčnosť a účelnosť.

Príklady výrobkov: priemyslové výrobky (napr. tehly, trúbky, tvárnice atď.), rôzne figúrky, nádoby, stavebnice a pod.

2. Práce s papierom a kartónom

Praktické činnosti: papier, príp. tenký kartón presne prekladať, strihať, nalepovať, zlepovať, lisovať, rezať, zošívať, preplietť. Obkresľovať tvar podľa šablóny atď. Merať meradlom.

V praktických činnostiach poznávať vlastnosti papiera - ako je pružnosť, tvrdosť, pevnosť atď.

Materiál: papier rôznej kvality a vlastností.

Nástroje a pomôcky: nôž na rezanie papiera, nožnice, ihly, ceruzky, kružidlo, pravítko, navlhčovač, štetec na lepidlo a lepidlo; poznávať funkčnosť.

Príklady výrobkov: zložitejšie skladačky ako je žabka, čert, koník, zobáčik, harmonika, prasiatko a pod. Priestorové vystrihovačky, hračky, učebné pomôcky, ako aj zošit, meter, záložky do kníh. Odporúčajú sa výrobky kombinovaného druhu, kde sa použije papier s rozličným materiálom.

3. Montážne a demontážne práce

Praktické činnosti: z rôznych druhov stavebníc zostaviť rôzne modely podľa predlohy i podľa predstavy žiakov.

Materiál: stavebnice z plastov alebo z dreva, drevené odrezky, príp. odrezky z lepenky.

Nástroje a pomôcky: štetec na lepidlo, lepidlo, príp. sklený papier.

Príklady výrobkov: priestorové modely (ako je nábytok, ale aj domy, mosty, veže a pod., dopravné prostriedky).

4. Práce s textilom

Praktické činnosti: odmerať a odtrhnúť niť, navliecť niť do ihly, urobiť uzlík. Spojiť látku jednoduchým prešíťím a prišit' dvojdierny gombík. Urobiť predný steh, obnitkovať a urobiť spojovací okrajový steh.

V praktických činnostiach zistiť zrakom a hmatom rub a líc tkaniny.

Materiál: textil rôzneho druhu a kvality. Dvojdierné gombíky, nite, bavlnka na vyšívanie.

Nástroje a pomôcky: nožnice, ihly, špendlíky, náprstok. Poznávať ich funkčnosť.

Príklady výrobkov: jednoduché predmety pre domácnosť (napr. podložky, podušky na ihly a špendlíky). Jednoduché opravy odevov, prípadne cvičné práce (prišívanie dvojdierných gombíkov).

5. Pestovateľské práce

Praktické činnosti: ošetrovať izbové rastliny (opakovať práce z 1. ročníka, prihnojovať). Pestovať redkovku (pripraviť pôdu pred siatím, vyznačiť riadky, siať do riadkov, pretrhávať, priebežne ošetrovať rastliny v priebehu vegetácie, zber úrody).

V praktických činnostiach a pri pozorovaní na exkurziách získať najjednoduchšie poznatky o rastlinách - jednoročných, dvojročných, viacročných i trvalkách.

Pokusy a pozorovania: porovnávací pokus pre overenie pestovateľských zásahov (napr. prihnijovanie). Porovnávací pokus s pestovaním pretrhaných a nepretrhaných redkoviek a ich roztriedenie pri zbere. Urýchľovanie vývoja rastlín teplom - rýchliť rastliny vo vode - vetvičky zlatého dažďa, višne a pod.

Pestovateľské náradie a pomôcky: škrabák alebo malá motyčka, ľahké hrable, kanvička, kolíky so šnúrou, kypriaci kolík, značkovač, debnička, kvetináč. Poznávať ich účelnosť a vlastnosti. Exkurzie do záhradníctva (pestovanie kvetín a zeleniny).

6. Samoobsluha

Kultúra bývania. Úprava a výzdoba bytu (funkčnosť a estetika). Udržiavanie poriadku a čis-toty (veku primerané práce).

3. ročník (1 hodina týždenne, 33 hodín ročne)

Organizácia a plánovanie práce

Upevňovať poznatky z predchádzajúcich ročníkov.

Oboznamovať žiakov s možnosťami zhotovenia podobného výrobku rozličnými spôsobmi - hľadať spôsob práce, ktorým sa získavajú lepšie a rýchlejšie výsledky (napr. delenie papiera, strihanie, trhanie, rezanie a pod.). Zvykať žiakov na samostatnú prácu podľa naznačeného postupu. Pri pestovateľských prácach poznávať a využívať možnosti voľby spôsobov pestovateľských postupov (rozličné spôsoby siatia, zalievania).

Bezpečnosť a hygiena pri práci

Ochrana proti účinkom škodlivých látok. Druhy úrazov a ich príčiny. Rešpektovať požiadavky bezpečnosti a hygieny pri každodennej práci.

1. Práce s modelovacím materiálom

Praktické činnosti: miešanie, valkanie, stláčanie, rozťahovanie, pridávanie a odoberanie, ohýbanie, varenie modulitu, farbenie, lakovanie, liatie dentakrylu do foriem.

Pri pracovných činnostiach poznávať vlastnosti rôznych modelovacích hmôt a navzájom ich porovnávať.

Materiál: modulit alebo dentakryl, hlina.

Pomôcky: podložka na prácu s modelovacou hmotou, špachtľa, modelovacie očko, nôž, navlhčovač, nádoba s vodou, formičky na výrobu odliatkov.

Príklady výrobkov: modely na vyučovanie matematiky (napr. geometrické telesá), slovenského jazyka alebo na iné vyučovacie predmety (napr. dopravné značky, semafor a pod.).

2. Práce s papierom a kartónom

Praktické činnosti: papier a tenký kartón presne prekladať, skladať, strihať, vystrihovať, lepiť, rezať, zošívať, merať, dierkovať. Robiť jednoduché kartonážne práce.

V praktickej činnosti porovnávať vlastnosti papiera a kartónu - hrúbku, akosť povrchu, pevnosť, pružnosť, vplyv vody, vsiakavosť. Poznávať nové druhy papiera (napr. pergamenový, fotografický, krepový a pod.).

Získať predstavu o výrobe a spracovaní papiera na základe premietnutého filmu.

Materiál: rozličné druhy papiera a kartónu.

Nástroje a pomôcky: nôž na rezanie papiera, nožnice, ihla, ceruzka, meradlo, pravítko, zošívачka, štetec na lepidlo, lepidlo, navlhčovač, dutý priebojník, trojuholník. Poznávať ich účelnosť.

Príklady výrobkov: pomôcky, potreby (napr. zošit na zbierku papierov, zošit s polotvrdými obalmi, obaly na zošity), hračky, hry (napr. veterník, geometrické loto, figúrky, papierové masky na detský karneval, nalepovanie tematických obrázkov a zoradenie do zbierky).

3. Montážne a demontážne práce

Praktické činnosti: zostavovať jednoduché modely podľa predlohy aj podľa predstavy z kovo-vej konštrukčnej stavebnice (spájať súčiastky pomocou maticových skrutiek, rôznych typov pásov, spojovacích dosák, ložísk, koliesok a pod., rozoberať modely) a z kartónových stavebnicových dielov. Zoznamovať žiakov s jednotlivými súčiastkami stavebnice, s návodom a s predlohami.

Materiál: konštrukčná kovová stavebnica (napr. Merkur), tenký kartón.

Nástroje a pomôcky: skrutkovač, maticový kľúč, držadlo, ceruzka, pravítko, nôž, nožnice, štetec na lepidlo, lepidlo. Poznávať ich funkčnosť a účelnosť pri jednotlivých pracovných operáciách.

Príklady výrobkov: rozličné modely (napr. poľnohospodárske náradia, vozík, pluh, kolobežka, nábytok, stĺp, veža, stožiar, elektrické vedenie).

4. Práce s textilom

Praktické činnosti: zarovnať bavlnenú tkaninu podľa vytiahnutej nite. Šiť zadný, perličkový, krížikový a slučkový steh. Zošívať predným a zadným stehom. Jednoduchý šev. Obruba. Prišitie háčik, spínací gombík, štvordierkový gombík.

V praktickej činnosti rozoznávať bavlnené, ľanové, hodvábné, vlnené tkaniny a tkaniny z ume-
lých vlákien. Porovnávať ich vlastnosti.

Materiál: Tkaniny rôzneho druhu a kvality. Stehové nite, vyšívacie bavlnky, šnúry, háčiky, spínadlá, štvordierkové gombíky.

Nástroje a pomôcky: nožnice, ihla, špendlíky, náprstok, meradlo, pravítko.

Príklady výrobkov: jednoduché predmety pre domácnosť (napr. obrúsok vyzdobený stehmi, kabelka na osobné potreby), pomôcky pre mimoškolskú výchovu (napr. zástavky, šitie odevu pre bábiky), jednoduchá oprava odevov, prípadne cvičné práce (prišívanie háčikov, spínacích gombíkov, štvordierkových gombíkov).

5. Pestovateľské práce

Praktické činnosti: ošetrovanie izbových rastlín (opakovanie a prehľbovanie činností z pred-
chádzajúcich ročníkov, presádzanie, rozmnožovanie izbových rastlín stonkovými odrezkami -
tradeskancia, pelargónia atď.). Rez, jednoduchá väzba a úprava kvetov do vázy.

Pestovanie šalátu: výsev do debničiek, sadenie, ošetrovanie v priebehu vegetácie, zber.

Pestovanie trvaliek: napr. pivónie, konvalinky, narcisu, ľalie a pod. (kyprenie, pletie, polievanie, prihnojovanie). Podľa potreby a možnosti pomoc pri zbere na školskom pozemku, pri čistení a úprave hriadok.

V praktických činnostiach a pri príležitostných pozorovaniach pestovanie iných druhov zeleniny na školskom pozemku získať základné poznatky o pestovaní zeleniny (druhy zeleniny, ich pestovanie, úžitkovosť), spôsob rozmnožovania rastlín semenami a odrezkami.

Pokusy a pozorovania: jednoduché rýchlénie rastlín teplom (kvety a zelenina).

Pestovateľské náradie a pomôcky: motyčka, hrabličky, lopatka, šnúra, sádzací kolík, kyprič, kanvička (i hadica), nôž, výsevná debnička. Poznávať ich funkčnosť.

6. Samoobsluha

Príprava jednoduchého jedla: rôzne druhy desiaty, podľa miesta konzumácie (doma, v škole, pri cestovaní), jej správne zabalenie, varenie čaju, vajička, používanie elektrického a plynového sporáka, bezpečnosť pri zaobchádzaní s plynom a elektrinou.

4. ročník (1 hodina týždenne, 33 hodín ročne)

Organizácia a plánovanie práce

Upevňovať poznatky z predchádzajúcich ročníkov, najmä dbať na poriadok na pracovisku vzhľadom na ekonomiku času a dobrú organizáciu práce.

Oboznámiť sa s výrobnými postupmi, učiť sa účelne voliť rozmery na zložitejších výrobkoch. Porovnávať ručné a strojové práce (mechanizácia, produktivita).

Plánovať pestovateľské práce. Organizovať zberové a pozberové práce. Viest' žiakov k vypracovaniu jednoduchých záznamov o priebehu pestovateľských prác.

Bezpečnosť a hygiena pri práci

Opakovať poznatky o úrazoch a ich ošetrovanie. Oboznámiť sa s bežnými zraneniami. Získavať poučenie o bezpečnom používaní elektrického prúdu. Rešpektovať bezpečnostné a hygienické požiadavky pri každej práci.

1. Práce s drevom a kombinované práce

Praktické činnosti: meranie a obrysovanie dreva (dosky) a plastických materiálov. Rezanie, vŕtanie, opracovanie povrchu dreva rašplou, pilníkom a skleným papierom. Zatĺkanie klincov, zlepovanie, spájanie, štiepenie, vyťahovanie klincov.

V jednotlivých pracovných postupoch spoznávať vlastnosti a druhy dreva a umelých hmôt pre zhotovenie výrobkov úžitkovej hodnoty.

Materiál: kôra, drevá, doštičky, hranolky, lišty, korok, lyká (Viscocel), ďalšie umelé hmoty.

Nástroje a pomôcky: píłka, osadzovačka, pilník, rašpl'a, nebožiec, kliešte, nôž na drevo, kladivko, klinčeky, sklený papier, pravítko, meradlo, štetec. Poznávať ich funkčnosť.

Príklady výrobkov: pomôcky a náradie pre školu i pre domácnosť. Napr. stavebnice, rôzne stojančeky, menovky, štítky, vešiačiky atď. Hračky pre deti v materskej škole atď.

Exkurzie: do drevárskeho podniku alebo premietanie diafilmu, diapásu, príp. filmu.

2. Montážne a demontážne práce

Opakovanie z predchádzajúceho ročníka.

a) Kovová konštrukčná stavebnica

Praktické činnosti: zostavovanie pohyblivých modelov podľa predlôh, príp. predstáv žiakov. Spájanie jednotlivých súčiastok rozličnými spôsobmi (montáž, demontáž).

Pri praktických činnostiach uplatňovať a rozširovať poznatky z 3. ročníka. Riešiť problémové úlohy.

Materiál: konštrukčná kovová stavebnica (vhodná je stavebnica Merkur).

Nástroje: skrutkovač, maticový kľúč, držadlo. Porovnať ich usporiadanie na jednotlivé stavebnicové súčiastky a funkčnosť pri montážnych a demontážnych prácach.

Príklady výrobkov: pohybové modely - motorka, nákladné auto, traktor, lietadlo, helikoptéra, výťah atď. Porovnávanie so strojmi, na ktorých pracujú dospelí.

b) Bicykel

Praktické činnosti: povrchové čistenie jednotlivých častí bicykla - umývať nalakované časti, konzervovať olejom jednotlivé chromované časti. Prekontrolovanie, utiahnutie a vymenenie jednotlivých matic a skrutiek bicykla. Správne používanie kľúčov, skrutkovačov a iných pomôcok. Nastaviť výšku sedadla. Olejovanie ložísk, pedálov a retiazky. Nafukovanie pneumatík, lepenie duše.

Pri praktických činnostiach poznávať jednotlivé časti bicykla: rám, riadenie, brzdy, osvetľovanie a ostatné súčasti, ich funkcia. Zoznámiť sa s montážou predného kolesa a s nábojom predného kolesa. Z hľadiska dopravných predpisov poučiť o význame bicykla v turistike.

Materiál: bicykel.

Nástroje a pomôcky: kľúče, skrutkovač, maticové kľúče, olejnička, pumpa, mazací tuk, olej, čistiace prostriedky, tvrdá kefa, súprava na opravu bicyklových duší.

c) Stavebnice z kartónových prvkov

Praktické činnosti: rysovať jednoduchý technický výkres, merať, vypočítať počet a dĺžku konštrukčných prvkov, strihať, zlepiť, zostavovať modely.

Pri praktických činnostiach opakovať a rozširovať poznatky z prác montážnych a demontážnych, ako aj z prác s papierom v predchádzajúcich ročníkoch.

Materiál: kresliaci papier, tenký kartón.

Nástroje a pomôcky: nôž, nožnice, ceruzka, pravítko, trojuholník, meradlo, lepidlo.

Príklady výrobkov: plošné a priestorové modely (napr. zábradlie, železničný most, veža, dom, továreň a pod.) (podľa podmienok školy sa zvolí jeden z troch variantov, odporúča sa voliť bicykel).

3. Práce s textilom

Praktické činnosti: textílie zošívateľ jednoduchými a dvojíťými stehmi. Obrubovať, obšívateľ, látať. Urobiť jednoduchý vzor podľa nákresu. Vyšiteľ značku podľa nákresu, stonkový steh.

Opakovať praktické činnosti a teoretické poznatky z predchádzajúcich ročníkov.

Materiál: bavlnený, ľanový, hodvábne textílie, príp. umelý vlákna, stužky, spínacie gombíky, stehovka, niť, vyšívacie bavlnky, štopkovacie bavlnky, pletacia priadza, plšť.

Nástroje a pomôcky: nožnice, ihly, špendlíky, náprstok, meradlo, pravítko, krajčírsky meter. Poznávať ich funkčnosť.

Príklady výrobkov: jednoduché predmety osobnej potreby, napr. vrecúško na prezúvky, palčičky a pod. Hračky pre materskú školu. Jednoduchá úprava odevov atď. Vyšiteľ značky (napr. na obrúsku, uteráku, na častiach odevu a pod.).

Exkurzie alebo premietanie diafilmu, diapáasu, príp. filmu z oblasti odevného priemyslu, príp. dielne na výrobu bielizne atď. Na základe poznatkov nadobudnutých na exkurziách alebo z filmových materiálov získať predstavu o výrobe a spracovaní textilných materiálov.

4. Samoobsluha

Oprava a údržba odevov, prišívanie gombíkov, štopkanie a pod.

Používanie elektrických spotrebičov pri prácach v domácnosti (vysavač, mixér, chladnička, elektrická práčka, žehlička, elektrický mangel, fritovací hrniec, mikrovlnná rúra a pod. Bezpečnosť pri zaobchádzaní s elektrickým prúdom.

5. Pestovateľské práce

Praktické činnosti: vypestovať a priebežne ošetrovať jednu príp. dve izbové rastliny (napr. begónia, asparágus, bilbergia a pod.). Poznať ďalšie spôsoby rozmnožovania, napr. delením trsov, výhonkov, hlúz. Oboznamovať sa modernými spôsobmi pestovania izbových rastlín (napr. pestovanie rastlín v živom roztoku). Pestovať jeden druh z koreňovej zeleniny - mrkva, petržlen, paštrnák (spracovať pôdu na záhone pred sadením, priebežne ošetrovať rastliny, spracovať pôdu po vyklíčení rastlín).

Pokusy a pozorovania: vplyv doby pretrhávania na výsledky pestovania niektorej koreňovej zeleniny. Podľa možností urýchľovať niektoré cibulové alebo hluzové kvetiny (tulipán, krokus, georgína a pod.).

V praktických činnostiach a pri pokusoch poznať základné druhy miestnych burín, ich škodlivosť a hospodársky význam boja proti burinám.

Pestovateľské nástroje a pomôcky: lopata, hrable, motyčka, prepichovacia lopatka, sito, hadica, kanvička, nôž, kyprič, kolík, kvetináč alebo debnička. Pomôcky pre pestovanie rastlín v živom roztoku. Prehľbovať poznatky z predchádzajúcich ročníkov. Získať poznatky o nových pomôckach.

Exkurzie na polia - v období jarných prác. Pri exkurziách sa oboznámiť s hlavnými jarnými prácami a dôležitými poľnohospodárskymi strojmi.

Učebné osnovy

VÝTVARNÁ VÝCHOVA

prípravný - 4. ročník
základnej školy pre sluchovo postihnutých

variant B

VÝTVARNÁ VÝCHOVA

Charakteristika predmetu

Cieľom výtvarnej výchovy v prípr. až 4. ročníku základnej školy pre sluchovo postihnutých je estetické osvojovanie prírody, sveta, vecí a človeka prostredníctvom výtvarných prác žiakov i výtvarného umenia.

Tvorivými výtvarnými činnosťami, ako aj vnímaním a prežívaním umeleckých diel, ktoré sa stávajú organickou súčasťou vnútorného sveta žiakov, ich skúseností, zážitkov a predstáv, sa kultivuje estetická citlivosť, rozvíja sa tvorivá fantázia, ako aj citová, vôľová a intelektuálna stránka, harmonizuje a integruje sa osobnosť nepočujúceho dieťaťa. Výtvarnou činnosťou v rôznych výtvarných technikách sa rozvíjajú tvorivé schopnosti, podnecuje a uspokojuje sa potreba žiakov vyjadrovať vlastný postoj k ľuďom a veciam, čím sa prejavuje detská osobnosť, jej cítenie a chápanie života. Prostredníctvom týchto činností a poznávaním tvorivých postupov získavajú žiaci nielen výtvarné skúsenosti, zručnosti a návyky, ale rozvíjajú aj výtvarné myslenie i hodnotenie umeleckej a mimoumeleckej skutočnosti.

Výtvarná výchova prispieva k vytváraniu nových estetických, kultúrnych, spoločenských ako aj budúcich materiálnych hodnôt, významne prispieva k ochrane a tvorbe životného prostredia. Stáva sa tak neoddeliteľnou súčasťou všeobecných cieľov výchovy a vzdelávania sluchovo postihnutého žiaka.

Obsah výtvarnej výchovy tvoria tri hlavné oblasti:

1. Výtvarné osvojovanie skutočnosti
2. Hra, experimentovanie a dekoratívne práce
3. Výtvarné umenie a životné prostredie

Všetky tri oblasti sa ďalej členia na tematické celky, pričom sa navzájom prelínajú a vytvárajú celistvý proces estetického osvojovania skutočnosti prostredníctvom výtvarných činností a prostredníctvom aktívneho vnímania a osvojovania umenia a mimoumeleckého estetického. Súčasťou všetkých oblastí je primerané poučenie predovšetkým o základných výrazových prostriedkoch.

Výtvarné osvojovanie skutočnosti sa zameriava na výtvarné zobrazovanie na základe predstáv, vnímania a poznania skutočnosti. Tematické práce na základe predstavy, pamäti a fantázie rozvíjajú predovšetkým tvorivosť. Pri poznávaní a výtvarnom zobrazovaní prírodných a umeleckých foriem, ich farieb, tvarov, objemov a štruktúr si žiaci rozvíjajú výtvarné vnímanie, výtvarno-grafické predstavy, rozvíjajú si individuálne výtvarné formy a techniky, vytvárajú si estetický vzťah k predmetom dennej potreby a k prírode.

Hra, experimentovanie a dekoratívne práce vedú k poznávaniu a hodnoteniu výtvarných materiálov a výrazových prostriedkov, ako napr. línie, farby, plochy, objemu a priestoru v rôznych výtvarných technikách.

Žiaci si osvojujú základné princípy dekoratívneho riešenia, riešenia na ploche, oboznamujú sa s rytmom a farebnou harmóniou, vytvárajú dekoratívno-úžitkové práce z materiálu, modelujú a poznávajú základné javy životného prostredia spojené s jednoduchou organizáciou priestoru.

Výtvarné umenie a životné prostredie sa zameriava predovšetkým na vnímanie a chápanie umeleckej ilustrácie detských kníh, na oboznamovanie sa s hračkami a bábikami, s ľudovou a súčasnou úžitkovou tvorbou. Žiaci sa príležitostne oboznamujú aj s vhodnými voľnými maliarskymi a sochárskymi dielami, s architektúrou a s niektorými otázkami životného prostredia a slohu. Príležitostne sa kultivuje estetický vzťah k prírode a k jej ochrane.

Prípravny ročník
(1 hodina týždenne, 33 hodín ročne)

1. Výtvarné osvojovanie skutočnosti

a) Tematické práce

Podnecovať a rozvíjať výtvarnú predstavivosť na námetoch blízkych mentalite sluchovo postihnutých žiakov. Využívať ich dané mentálne schopnosti k uspokojovaniu a radosť z tvorivej činnosti (mama, otec, u nás doma).

b) Výtvarné osvojovanie prírody

Využívať možnosti vnímať a poznávať farby, tvary a štruktúry zaujímavých prírodných foriem. Pokúšať sa o ich výtvarné spracovanie a využitie primeraným spôsobom (modelovanie, kresbou, maľbou, polepovaním, kolážou) podľa vzrastajúcich schopností detí (tvar a farba ovocia, listov, kvetín a pod.).

c) Výtvarné osvojovanie predmetov

Zámerné navodiť pozorovanie predmetov, ktoré sú deťom známe a snažiť sa o ich voľné plošné zobrazenie primeranou výtvarnou technikou (hračky z dreva, lopta, auto, bábika).

2. Hra, experimentovanie a dekoratívne práce

a) Hra s farbou

Základné farby - pomenovanie. Metódou zaujímavej hry postupne sa oboznamovať s vlastnosťami farieb užívaných pri výtvarnej činnosti (zapúšťanie základných farieb do mokrej plochy, pokus o rytmizáciu farebných švŕn na mokrej ploche).

b) Modelovanie

Učiť sa poznávať vlastnosti plastických materiálov a tvarovať ich do podoby jednoduchých výtvarných foriem (napr. ovocie, pečivo, zvieratá a pod.). Modelovanie má predchádzať kresbu. Navodzovať prebúdzenie elementárneho zmyslu pre výtvarnú organizáciu priestorových vzťahov v prírode (s využitím makiet domov, stromov, dopravných prostriedkov).

c) Dekoratívne práce

Na vhodne volených výtvarných úlohách rytmického radenia prírodných prvkov, koráľkov, farebných plôch, tvarov, odtlačkov atď. navádzať uspokojenie a radosť detí z výtvarného rytmu.

3. Výtvarné umenie a životné prostredie

Pre vytvorenie predpokladov spontánneho záujmu sluchovo postihnutých o výtvarné hodnoty umeleckého diela rozvíjať zážitky detí prezeraním hodnotných ilustrácií, bábok, hračiek a pod. Príležitostne vychovávať aj zmysel pre úpravu školského prostredia a krásu prírody.

Požiadavky v prípravnom ročníku

V nadväznosti na obsah výtvarno-výchovnej práce materskej školy pre sluchovo postihnuté deti:

- prebúdzajú estetický vzťah k prírode a k predmetom a pokúsiť sa o ich výtvarné vyjadrenie,
- experimentovať so základnými formami a s modelovacími hmotami, poznávať vlastnosti základných materiálov, s ktorými žiak pracuje pri výtvarných činnostiach a pri dekoratívnych prácach,
- prebúdzajú záujem o ilustrovanú detskú literatúru a zmysel pre krásu prírody a prostredia.

1. ročník
(1 hodina týždenne, 33 hodín ročne)

1. Výtvarné osvojovanie skutočnosti

a) Tematické práce

Pokúsiť sa o vyjadrenie zážitku v jednom dejovom obraze s uplatnením vlastnej fantázie (mama a ja, boli sme v lese a pod.). Využiť výtvarné rozprávanie vlastných zážitkov v dejovej nadväznosti.

b) Výtvarné osvojovanie prírody

Vnímať, poznávať a výtvarne realizovať tvar, farbu a veľkosť prírodných foriem kresbou, maľbou, vrypom alebo nalepovaním. Vystihovať rozdiely vo farbách, tvare a veľkosti (ovocie, zelenina, listy, kvety).

c) Výtvarné osvojovanie predmetov

Pozorovať a výtvarne realizovať predmety z okolia detí a vyjadriť ich funkcie vo vzťahu k ľuďom (traktor, nákladné auto, lietadlo, autobus a pod.). Voľne plošne zobrazovať predmety podľa predstavy na základe výtvarného vnímania a poznania.

2. Hra, experimentovanie a dekoratívne práce

a) Hra s farbou

Pri práci do mokrej plochy poznávať rozpíjanie a zapúšťanie farieb: riedke, husté, svetlé a tmavé farby.

Hra s náhodnosťou, ktorú možno výtvarne využiť (napr. dotvárať farebnú škvrnu na základe predstáv a pod.).

Upevňovať poznanie základných farieb a rozširovať stupnicu farieb o oker, hnedú, karmín, oranžovú a zelenú.

b) Modelovanie

Poznávať vlastnosti plastických materiálov stlačením, miesením, váľaním, vytváraním objemu (hĺna). Modelovať jednoduché formy (napr. pečivo, ovocie, figúry a pod.).

Prebúdať elementárny zmysel pre priestor pri hre s vytváraním priestoru z najbližšieho okolia detí (napr. na pieskovom stole, na pieskovisku a pod. s použitím stavebnicových makiet domov a pod.). Vytvárať jednoduchý obytný priestor z panelovej stavebnice (napr. izba a pod.).

c) Dekoratívne práce

Prebúdzaním zmysel pre výtvarný rytmus. Rytmickejšie radiť prírodné prvky (listy, kvety, huby), farebné plochy a tvary. Odtlačky do plastických materiálov, prípadne odtlačky štetcom a iným materiálom na papieri.

3. Výtvarné umenie a životné prostredie

Aktívne osvojovanie ilustrácií výtvarne hodnotných kníh pre deti. Vnímanie ilustrovaného deja jednoduchých rozprávok (O repe, Búdke v poli a pod. - možno premietaním i diafilm).

Vnímať tvar i zovšeobecňujúce znaky jedného druhu hračiek (niekoľko rôznych medvedíkov, psov, autíčka a pod.) s posúdením estetického stvárnenia. Výchova zmyslu pre krásu prírody a školského prostredia.

Požiadavky v 1. ročníku

- pokus o prvé výtvarné vyjadrenie poznania sveta a vlastného vzťahu k nemu,
- prebúdzaním estetický vzťah k prírode a k predmetom, vystihovať farbu, tvar a veľkosť,
- pri hre a experimentovaní s farbou a ďalším materiálom poznávať ich vlastnosti a prácu s nimi s uplatnením vlastného estetického cítenia,
- zaujímať sa o umeleckú ilustráciu kníh pre deti, o hračky, príležitostne o krásu prírody.

2. ročník (1 hodina týždenne, 33 hodín ročne)

1. Výtvarné osvojovanie skutočnosti

a) Tematické práce

Pokus o výtvarné uplatnenie vlastnej fantázie na námetoch zo života detí, na základe vlastných zážitkov, v jednom dejovom obraze (v záhrade, na poli, zimné hry, zážitok z vychádzky).

b) Výtvarné osvojovanie prírody

Prírodné formy výtvarne dotvárať na základe fantázie. Pokusy o ich zoskupovanie a kombinovanie do reliéfnych útvarov. Vyjadriť zaujímavé prírodné formy rôznym grafickým materiálom - uhlom, tušom, rudkou (typické znaky stromov, kvetov, zvierat - lev, žirafa, mačka).

c) Výtvarné osvojovanie predmetov

Pozorovať tvar predmetov z hľadiska tvaru a jeho závislosti od funkcie (ako účelne slúžiť ľuďom). Výrazne tvarove a farebne uplatniť predstavu na základe získaných skúseností (náš dom, auto, autobus, trolejbus, električka, loď, lietadlo).

2. Hra, experimentovanie a dekoratívne práce

a) Hra s farbou a kontrastom

Poznávať vlastnosti svetlej a tmavej plochy v rôznych tvarových zoskupeniach.

Uplatniť belobu na tmavom prírodnom papieri a opačne - tuš, uhol, rudku, mäkkú ceruzu na svetlom podklade. Experimentovanie s tvarom a s plochou (zoskupenie kvetov do kresby stromu, halúzky, vázy).

b) Modelovanie

Porovnávať vlastnosti plastických materiálov, a to pevnosť a tvárnosť. Modelovať jednoduché formy podľa skutočnosti i fantázie. Rozvíjať zmysel pre priestor. Na pieskovišti modelovať konkrétnejšiu predstavu krajiny (kopce, údolia, toky rieky, potoka a pod. s doplnením stavieb z panelovej stavebnice a makiet stromov). Vytvoriť zložitejší priestor z panelovej stavebnice (jednoduchý byt a pod.).

c) Dekoratívne práce

Pokusy rytmicky radiť geometrické prvky s využitím dvoch harmonických farieb vystrihovaním, nalepovaním alebo štetcom (vreckovky, ručníky, šatovky, koberce).

3. Výtvarné umenie a životné prostredie

Pri aktívnej práci s hodnotnými ilustráciami vychádzať od elementárneho popisu obrázka k výtvarnému vyjadreniu vzťahov. Vystihnúť charakteristiku postavy (zlý vlk, dobrá princezná, falošná líška). Ďalej rozvíjať zmysel pre krásu prírody a úpravu prostredia (nástenka, škola, záhrada, byt, sídlisko).

Požiadavky v 2. ročníku

- výtvarne vyjadrovať postrehy z poznania sveta a citového vzťahu k nemu,
- uplatňovať estetický vzťah k prírodným formám a k predmetom a pokúšať sa o ich výtvarné vyjadrenie,
- experimentovať s kontrastom tmavých a svetlých farieb. Rytmicky radiť dva tvary a dve farby na ploche,
- vytvárať tvar prírody a prostredia,
- rozvíjať záujem o charakteristiku dominantnej postavy umeleckej ilustrácie,
- rozvíjať zmysel pre krásu prírody a úpravu najbližšieho okolia.

3. ročník (1 hodina týždenne, 33 hodín ročne)

1. Výtvarné osvojovanie skutočnosti

a) Tematické práce

Rozvíjať predstavivosť a tvorivosť pri zobrazovaní sveta, človeka, jeho činností a prostredia v ilustráciách. Širšie uplatňovať spontánny detský prejav, obohacovať uvedomejším pozorovaním skutočnosti (zážitky z vychádzky, práce na poli, zimné hry, naši vojaci a pod.).

b) Výtvarné osvojovanie prírody

Objavovať, výtvarne vnímať a hodnotiť základné prírodné zákony, predovšetkým rast (tvarovo charakteristické

rastliny, konáriky, kvety a pod.). Pokusy vyjadriť rôzne druhy vetvenia (rozfúkание mokrej škvrny, skladanie tvaru z drevok - kresba drevkom, štetcom, pastelom). Pokusy vystihnúť rast typických holých stromov kresbou.

c) Výtvarné osvojovanie predmetov

Pozorovať tvar úžitkových predmetov a výtvarne ich zobrazovať; rozvíjať pritom pozorovacie schopnosti a zrakovú pamäť (napr. hrnček, džbán, stolička, kreslo a pod.). Porovnávať symetriu a asymetriu umelých a prírodných foriem. Vytrhávať, vystrihovať a nalepovať súmerné a nesúmerné útvary s možnosťou doplniť koláž kresbou, prípadne maľbou.

2. Hra, experimentovanie a dekoratívne práce

a) Práca s farbou a líniou

Presnejšie vyjadrovať dojmy z prírody využitím miešaných a lomených farieb (stromy na je-seň, kvitnúca lúka a pod.). Poznávať, skúšať a overovať výrazové vlastnosti línie v plastických materiáloch (prítlak, odľahčovanie, rovnobežnosť a kríženie; možnosť odliat' pozitívny reliéf v sad-re). Hra s líniou vedenou rôznymi materiálmi na ploche (drevkom, perom, pastelom).

b) Modelovanie

Zostavovať a tvarovať z rôzneho materiálu objekty a figúry pre hravé činnosti (ilustrácia rozprávky, na vychádzke a pod.). Možnosť kolektívnej práce.

c) Dekoratívne práce

Dekoratívne riešiť plochu z hľadiska kompozície tvaru a farby. Vytvárať jednoduchú dekoratívnu výzdobu predmetu lineárnym alebo geometrickým ornamentom na základe oboznámenia s ľudovým umením (obmenou, nie napodobením). Dekoratívne prvky zoraďovať do pásov s prihliadnutím k tvaru a farbe predmetu (keramika, textil a pod.).

3. Výtvarné umenie a životné prostredie

Poznávať hodnotné knižné ilustrácie so zameraním na základné výrazové prostriedky výtvarného umeleckého vyjadrovania (lína, farba, priestor). Príležitostne poznávať niektoré druhy výtvarného umenia (využívať regionálne podmienky).

Využívať primerané podnety z oblasti životného prostredia (napr. vhodné detské oblečenie, bytové doplnky a pod.). Vychovávať estetický vzťah k úprave a ochrane životného prostredia.

Požiadavky v 3. ročníku

- poznávanie svetla a života a uvedomelý vzťah k nim výtvarne vyjadrovať v zámernejších kompozičných riešeniach na ploche,

- rozvíjať výtvarné vnímanie a estetické hodnotenie prírodných a umeleckých predmetov; výtvarne ich zobrazovať, vystihovať ich charakteristické biologické a funkčné znaky,

- experimentovať s farbou a líniou, využívať získané skúsenosti pri výtvarnej činnosti,

- modelovať a zostavovať objekty a figúry z rôzneho materiálu do dejového celku,

- dekoratívnu plochu riešiť na základe poznania ľudového umenia,

- diferencovať výrazové prostriedky použité v ilustrácii, príležitostne poznávať niektoré druhy výtvarného umenia,

- rozvíjať estetický vzťah k prírode a aktívny vzťah k životnému prostrediu.

4. ročník (1 hodina týždenne, 33 hodín ročne)

1. Výtvarné osvojovanie skutočnosti

a) Tematické práce

Pri práci z predstavy rozvíjať tvorivosť a schopnosť sebavyjadrenia pri témach zo života detí, rodiny a spoločnosti. Pokúsiť sa o ilustráciu prečítaného deja. Pri vyjadrovaní dejového celku vychádzať z osvojených zručností (zobrazovať figúru, zviera a farebne i tvarovo zaujímavé predmety).

b) Výtvarné osvojovanie prírody

Farba prírodnej formy. Hra s farbou - zapúšťanie do mokrej plochy a vystihovanie farieb jesene, zrejúcего ovocia a pod. Voľné výtvarné vyjadrenie ovocia a jednoduchej skupiny na základe pozorovania a predstavy (zátišia). Farebný kontrast predmetov a pozadia (skupina predmetov). Hra s farbou pri maľbe kvetín (vyjadrovanie celkového farebného

dojmu z kvetinovej záhrady a záhonov, kytice a pod.). Možnosť spojiť prácu s figurálnym námetom. Symetria prírodnej formy (motýľ a pod.).

c) Výtvarné osvojovanie predmetov

Rozvíjať výtvarné zobrazovanie farebne zaujímavých predmetov na základe pozorovania a predstavy (napr. architektúra, dopravné prostriedky, mechanizmy a pod.). Celkový obrys a vnútorné členenie symetrických a asymetrických plošných a priestorových predmetov vyjadriť kresbou, maľbou kolážou a pod. (napr. sústruhované hračky, svietidlá, nádoby a pod.).

2. Hra, experimentovanie a dekoratívne práce

a) Práca s líniou

Skúšať a overovať výrazové vlastnosti zámerne vedenej línie grafickým materiálom na základe zrakovej skúsenosti, predstavivosti a fantázie. Lineárna kresba zaujímavých predmetov (perom, drevkom, lepeným povrázkom a pod.).

b) Modelovanie

Na základe poznávania vlastností a tvárnych možností materiálov vytvárať trojrozmerné predmety, ľudské a zvieracie figúry (reálne a fantastické); možnosť pritom vystihovať protiklady veľkosti a pod. Poznávať a chápať organizáciu priestoru, zostavovanie makiet.

c) Dekoratívne práce

Poznávať a chápať zmysel dekoratívnej tvorby (keramika, textil, podsádka, obalový papier, tapety a pod.). Poznávať dekoratívnu tvorbu prostredníctvom vlastnej výtvarnej činnosti.

3. Výtvarné umenie a životné prostredie

Chápať vzťah ilustrácie a deja (detská literatúra, učebnica). Poznávať ľudové umenie a jeho dekor (textil, hračky, kraslice, keramika a pod.).

Oboznamovať sa s druhmi výtvarného umenia v najbližšom okolí žiakov (obraty, sochy, pomníky, architektúra).

Vychovávať aktívny vzťah k estetickému úprave okolia a prostredia (obliekanie, bývanie a pod.). Kultivovať estetický vzťah k prírode, ochrane prírody.

Požiadavky v 4. ročníku

- prehĺbujúce poznanie a hodnotiaci vzťah k svetu a životu výtvarne vyjadrovať na základe predstáv a fantázie. Pritom využívať skúsenosti z výtvarného zobrazovania prírodných a umeleckých predmetov,

- systematicky rozvíjať výtvarné vnímanie a estetické hodnotenie zaujímavých prírodných a umelých foriem a vedieť ich vyjadriť prirodzenou farebnosťou,

- poznávať a zámerne využívať líniu v kresbe, modelovať a vytvárať trojrozmerné predmety a reliéfy (reálne a dekoratívne prvky),

- vytvárať dekoratívno-úžitkové práce na základe poznania skutočných predmetov,

- poznávať vzťah ilustrácie a deja, poznávať základné druhy výtvarného umenia (obraz, socha, pomník, architektúra),

- rozvíjať uvedomelý vzťah k životnému a prírodnému prostrediu a ich ochrana.

Riadenie učebného procesu

Metódy práce vychádzajú z prirodzeného, komplexného a nerozlíšeného videnia, chápania, hodnotenia a vyjadrovania sveta sluchovo postihnutých žiakov, v ktorom sa úzko spájajú praktické, poznávacie a estetické momenty. Metódy smerujú najmä k podchyteniu záujmu žiakov a hravou formou rozvíjajú ich tvorivé schopnosti tak, aby podporovali výtvarnú činnosť. Konkrétne a obrazné detské myslenie sa stáva najúčinnejším a najúplnejším prostriedkom výtvarného vyjadrenia farbou, líniou, tvarom a objemom. Pritom sa poskytuje potrebný priestor na to, aby sa z bezprostredného, málo uvedomeného estetického postoja žiakov k svetu systematicky a nenásilne vytváral uvedomelý estetický vzťah k prírode, k svetu vecí a k svetu človeka.

Spomínaný spontánny detský prejav, prameniacy z citových zážitkov a záujmov žiakov, sa stáva východiskom k práci predovšetkým v začiatkových ročníkoch. Ťažiskom je tu práca s farbou a to tak pri vyjadrení psychologicky dobre motivovaného dejového celku, ako aj v dekoratívnych činnostiach.

Pri zobrazovaní emocionálne prítlačlivých prvkov, motívov a jednotlivých predmetov uplatní sa v podstate plošné zobrazenie. Pri kresbe alebo maľbe dejového celku sa postupne prechádza k elementárnemu vyjadrovaniu priestoru.

Postupne sa cibrí schopnosť zmyslovej vnímavosti, uvedomeného pozorovania a výtvarného videnia. Citlivejšie vnímanie tvarov, farieb, štruktúr, vzájomných vzťahov častí a celku má zabezpečiť nenásilný prechod od prvotných jednoduchých k členitejším výtvarným formám.

V deťoch prebúdame záľubu a radosť z prirodzených vlastností a funkcií farieb, tvarov, objemov a z rôznych materiálov (napr. papier, drevo, kameň, kov, textil, plastické materiály). Pri hre a experimentovaní s týmito materiálmi žiaci objavujú nielen ich prirodzené vlastnosti a funkcie, ale rozvíja sa i schopnosť žiakov zaujímať k nim estetický postoj.

Žiaci sa tiež učia objavovať náhodilé, tvarovo a farebne zaujímavé prírodné tvary, odlišovať ich od zámerných ľudských výtvorov a naopak, chápať ich ako zámerne vytvorené výtvarné objekty, dávať im ľudské významy.

Pri výtvarnom vnímaní zaujímavých predmetov sústreďujeme pozornosť nielen na tvar, ale aj na materiál, funkciu a samotnú činnosť (pohyb, prácu). Tým si žiaci rozvíjajú kresliaci pohyb, zmyslovú vnímavosť a predstavivosť tak, aby umožňovala voľné výtvarné stvárnenie.

Záujem žiakov o výtvarné umenie a elementárne estetické postoje prebúdame predovšetkým knižnou ilustráciou v koordinácii s učivom ostatných predmetov. Pozornosť žiakov však zameriavame aj na umenie okolo nás. Vychádzame predovšetkým z prezerania ilustrácií detských kníh a z rozhovoru o nich. Od výpočtu osôb a vecí sa smeruje k opisu a jednoduchému výkladu deja a vzťahov medzi zobrazenými ľuďmi, predmetmi a prírodou. Na bezprostredný zážitok nadväzuje zámerný aktívny estetický postoj žiakov k dielu ako umeleckej skutočnosti.

Systém výchovy k tvorbe životného prostredia a životného slohu preniká obsahom všetkých ročníkov. Vychádza z hravých činností pri priestorovom riešení (napr. na pieskovom stole a pieskovisku) a z práce s rozličným výtvarným materiálom, ktorý úzko súvisí s úžitkovým umením. Na tie-to

práce nadväzujú špeciálne besedy, ktoré popri oboznamovaní s vecným prostredím človeka majú vychovávať vzťah k predmetom, ich hodnotám a k ich úžitkovým a estetickým funkciám.

Obsah jednotlivých oblastí a tém nie je usporiadaný chronologicky. Bude sa prelínať a striedať. Učiteľ im preto určí primeraný čas tak, aby splnil dané úlohy. Potom rozvrhne sled úloh v individuálnom časovom pláne, ktorý si vypracuje podľa miestnych podmienok.

Opiera sa pritom aj o medzipredmetové vzťahy s prvoukou, vlastivedou, prírodovedou, pracovným vyučovaním, vyučovacím jazykom atď.

Príklady námetov, prípadne techník sa v osnovách uvádzajú len na konkretizáciu učebnej látky a pre učiteľa nie sú záväzné. Námety ako menlivé učebné prostriedky si zvolí učiteľ tak, aby boli pre žiakov citovo príťažlivé, aby vychádzali zo zážitkov a rozvíjali tvorivú fantáziu. Pri voľbe techník, ktoré sa podľa podmienok školy vhodne rozširujú o novšie techniky, sa vychádza zo základných grafických maliarskych techník. V úžitkových prácach si učiteľ vyberá zo širokej škály niektoré techniky podľa miestnych podmienok.

Talentovaných žiakov učiteľ zapojí do výtvarného krúžku.

Učebné osnovy

TELESNÁ A ŠPORTOVÁ VÝCHOVA

prípravný - 4. ročník
základnej školy pre sluchovo postihnutých

Variant B

TELESNÁ A ŠPORTOVÁ VÝCHOVA

Charakteristika predmetu

Telesná a športová výchova je významnou integrálnou súčasťou výchovy a vzdelávania žiakov na 1. stupni základnej školy pre sluchovo postihnutých. Jej proces je špecificky zameraný na pozitívne ovplyvňovanie fyzického a duševného zdravia, telesného, funkčného a po-hybového vývinu žiakov, na formovanie psychických, intelektuálnych, morálnych a ďalších vlastností osobnosti. V povinnom vyučovaní, ktoré predstavujú dve vyučovacie hodiny v týždni sa žiaci osvojujú, prehlbujú a upevňujú základné lokomočné i špecifické pohybové zručnosti, vedomosti a návyky, čím získavajú elementárne telovýchovné vzdelanie i vzťah k pohybovej aktivite a telesnej kultúre. Z psychohygienického hľadiska je významnou kompenzačnou a relaxačnou funkciou telesnej a športovej výchovy, t.j. priebežné poskytovanie možnosti psychického uvoľnenia, nových emocionálnych zážitkov a radosti z pohybu.

Telesná výchova žiakov s oslabeným zdravím má v rámci povinného vyučovania charakter zdravotného telovýchovného procesu. Jeho špecifickosť spočíva v zacielení na odstraňovanie, kompenzáciu, resp. aspoň stabilizáciu porúch v zdravotnom stave žiakov. Z tejto prioritnej funkcie zdravotnej telesnej výchovy vyplývajú pre jej proces i špecifické výchovné a vzdelávacie úlohy.

Všeobecne na tento základ nadväzuje v nepovinnom predmete pohybová príprava (ŠH) a v ďalších formách záujmovej telovýchovnej, športovej, pohybovo-rekreačnej a turistickej činnosti v škole i mimo školy. Povinný vyučovací predmet, vrátane zdravotnej telesnej výchovy je potrebné chápať v systéme telesnej výchovy žiakov mladšieho školského veku ako vedúci a integrujúci faktor motivácie, stimulácie záujmu, ale i adekvátnej pohybovej, funkčnej a rozumovej prípravy na aktívnu časť detí v ďalších nepovinných formách telesnej výchovy.

Pri zachovaní mnohostrannej funkcie vyučovacieho predmetu telesná a športová výchova odporúčame citlivý prístup k výkonnostnému chápaniu jeho procesu, najmä v medziľudskom porovnávaní motorických a fyzických výkonov žiakov. V týchto intenciách súčasne odporúčame v prípravnom, 1. a 2. ročníku podriaďovať motorické, ale predovšetkým fyzické výkony, ako cieľové kategórie, emocionálne, t.j. hre, radosti z pohybu, spolupatričnosti v rámci stálych i novovznikajúcich kolektívov. Len na tomto základe odporúčame v 3. a 4. ročníku, a to i za spoluúčasti rodičov, k formovaniu racionálneho jadra motivácie, k zabezpečovaniu aktuálnych i perspektívnych individuálnych potrieb i k prebúdzaniu a posilňovaniu potreby výkonu, ale i športových ambícií talentovaných žiakov.

Pri dôslednom rešpektovaní individuálne rozdielnej úrovne genetického základu telesného rozvoja a psychomotorických schopností sluchovo postihnutých žiakov tohoto vekového obdobia.

Cieľom vyučovania telesnej a športovej výchovy na 1. stupni základnej školy pre sluchovo postihnutých je:

- a) pozitívne ovplyvniť telesný rozvoj a správne držanie tela žiakov;

b) zvýšiť úroveň základných pohybových schopností (vytrvalostných, silových, rýchlostných, obratnostných, flexibilných), individuálnej výkonnosti, telesnej zdatnosti a tým upevniť fyzické a duševné zdravie žiakov;

c) rozšíriť a zdokonaľiť základné lokomočné pohybové zručnosti;

d) osvojiť a upevniť špecifické pohybové zručnosti a návyky v rozsahu základného učiva;

e) osvojiť a upevniť všeobecné i špecifické hygienické návyky,

f) aktívne osvojiť elementárne poznatky a základnú terminológiu najfrekvencovanejších činností;

g) vzbudiť a upevniť záujem, citový vzťah k telesnej výchove a k jej hodnotám;

h) efektívne participovať na výchove k humanizmu, tolerantnosti, znášanlivosti, estetickému cíteniu, k zodpovednosti za konanie vo vzťahu k spolužiakom, učiteľom, rodičom, starším, ale tiež vo vzťahu k životnému prostrediu a prírode.

Pri výbere obsahu odporúčame vychádzať z pôvodných učebných osnov:

a) učiteľom odporúčame urobiť výber základného učiva podľa podmienok školy tak, že redukované učivo nahradia činnosťou, ktorú môžu vykonávať žiaci i v nezariadenom prostredí;

b) komplexy telesných cvičení zameraných na rozcvičovanie, ktoré sú statické a náročné na zapamätanie, odporúčame nahradiť inou spontánnou pohybovou činnosťou;

c) v učive turistiky odporúčame vynechať chôdzu v ochrannej maske, pričom cvičenia v prírode realizovať v plnom rozsahu;

d) výučbu plávania realizovať podľa inovovaných smerníc, v zložitejších podmienkach odporúčame i presun koncentrovaného vyučovania plávania do vyšších ročníkov;

e) detský odznak zdatnosti nahradiť testovacou batériou pre žiakov základných škôl (Mékota a kol.: Teor. Praxe těl. vých., 37, 1989, č. 8, s. 466 - 473);

f) posilniť obsah zameraný na správne držanie tela žiakov;

g) pri vhodných prírodných a poveternostných podmienkach vo väčšej miere, resp. pravidelne využívať sezónne činnosti (turistické vychádzky s námetovými hrami, hry na snehu, korčuľovanie a pod.);

h) do záverečných častí vyučovacích hodín telesnej a športovej výchovy odporúčame zaraďovať vyrovnávacie, uvoľňovacie, kompenzačné, jogové a strečingové cvičenia (len v prípade, ak si tieto cvičenia učiteľ osvojil v teórii a praxi), čo uľahčí plynulý prechod na prácu v ďalších vyučovacích predmetoch;

i) obsah vyučovacích hodín zdravotnej telesnej výchovy odporúčame zachovať a realizovať v plnom rozsahu. V týchto vyučovacích hodinách odporúčame vo väčšej miere využívať, po predchádzajúcej príprave, cvičenia jogy, ale i oboznamovať - rozširovať poznanie žiakov o význame a funkcii jednotlivých cvičení pre zdravie.

V zmysle doteraz platných učebných osnov pre telesnú a športovú výchovu odporúčame v plnej miere rešpektovať pokyny na uplatnenie zásad, postupov, foriem a metód telesného a pohybového zdokonaľovania, rozvoja základných pohybových schopností, všeobecnej pohybovej

výkonnosti, telesnej zdatnosti, správneho držania tela žiakov, zásad bezpečnosti a hygieny a zákonitosti motorického učenia, ale v diferencovanej miere i pokynov k plánovaniu učiva.

Súčasne odporúčame:

a) Vo väčšej miere uplatňovať veku primerané diferencované problémové, programové vyučovanie, ako aj postupy a didaktickointerakčné formy rozvíjajúce sebavedomie, aktivitu, samostatnosť, tvorivosť, schopnosť sebakontroly a dôkladnejšieho sebapoznávania ako základu prípravy k samostatnému sebazdokonaľovaniu, sebazvedelávaniu a seba výchovy.

b) Aby činnosť zameranú na pozitívne zmeny v rozvoji biologických, psychických a sociálnych atribútov osobnosti žiaka v telovýchovnom procese sprevádzala a charakterizovala vzájomná úcta, rešpektovanie individuality žiaka, jeho svedomia, názorov, postojov, zodpovednosť, náročná láskavosť, nezištná pomoc, príjemné citové ladenie, aktívny optimizmus, povzbudivý - v citovej norme - ostrý tón, skutočné zaujatie.

Len v zmysle uvedených zásad odporúčame viesť evidenciu o žiakoch, plánovať a vykonávať kontrolu, slovné i písomné hodnotenie výsledkov bez ich klasifikácie. Hodnotenie žiaka musí byť komplexné, založené na princípe individuálneho prístupu k osobnosti. Hlavným kritériom hodnotenia by malo byť individuálne zlepšenie v pohybových zručnostiach, schopnostiach, vedomostiach, vzťahu k telesnej výchove, snaha o zlepšenie, aktivita, ale i angažovanosť v telesnej výchove v kruhu rodiny. Za týchto okolností prevládajúcim znakom v smere k žiakovi, by malo byť pozitívne hodnotenie, ale v smere k rodičom ďaleko odbornejšie, komplexnejšie, objektívnejšie, ale z hľadiska pozitívneho smerovania pôsobenia rodiča na dieťa i konštruktívnejšie hodnotenie.

Obsah predmetu

Prípravný, 1. a 2. ročník (2 hodiny týždenne, 66 hodín ročne)

Cieľom telesnej výchovy v prípravnom, 1. a 2. ročníku je poskytovať žiakom čo najviac pohybových podnetov, podporovať a sústavne rozvíjať ich prirodzenú pohyblivosť a viesť ich k pochopeniu podstaty a významu organizácie práce a aktívnej spolupráce hernou a súťažnou formou:

- telovýchovnými chvíľkami a spontánnou pohybovou činnosťou zvyšovať adaptáciu žiakov na prácu v škole, odstraňovať únavu z jednostranného zaťažovania a optimalizovať ich pracovnú výkonnosť;

- sústavne rozvíjať správne držanie tela, a to aj v sede pri rozmanitých pracovných činnostiach v škole.

Zdravotná výchova

Čistota odevu, cvičebného úboru. Čistota a poriadok v telovýchovnom prostredí. Primeranosť oblečenia v triede, pri telesnej výchove, mimo budovy školy.

Vetranie. Otúžovanie vzduchom. Osobná hygiena pri telesnej výchove.

Význam pohybovej činnosti v dennom režime.

Pochopenie významu správneho držania tela v stoji, v sede a nevyhnutnosti nosenia školskej aktovky na chrbte. Výchova k správne držaniu tela.

Rozumová výchova

Pasívne ovládanie základných telovýchovných pojmov a termínov preberaných činností.

Osvojenie pravidiel hier a súťaží.

Osvojenie názvu a účelu učebných pomôcok, náčinia a náradia.

Estetická výchova

Rozvíjanie zmyslu žiakov pre krásu ľudského tela a pre prirodzený pohybový prejav. Viesť žiakov k estetickému pohybovému prejavu, k jeho citovému vyjadreniu, prežitiu, k spolupráci a udržiavaniu estetického telovýchovného prostredia.

Morálno-vôľová výchova

Výchova žiakov k vzájomnému porozumeniu, priateľstvu, k samostatnosti, čestnosti, spolupráci s ostatnými a k hodnoteniu vlastných výkonov. Rozoznávajú správne a nesprávne motivovaných postojov jednotlivcov a skupín žiakov. Prekonávanie ťažkostí a únavy pri telesných cvičeniach.

Poradové cvičenia a organizácia žiakov pri telovýchovnej činnosti

Poradové cvičenia

Cieľ: Pochopenie princípov organizácie, pasívne osvojenie povelov a ich uvedomelé plnenie.

- Základný postoj. - Pozor! - Pohov!
- Nástupy do radu. Rozchod.
- Nástupy na značky
- Nástup družstva do radu, do zástupu.
- Chôdza s udržiavaním určeného tvaru (družstva, zástupu).

Organizácia žiakov pri telovýchovnej činnosti

- Cieľavedome pestovať uvedomelú disciplínu žiakov so zacielením na účelnosť a efektívnosť určenej telovýchovnej činnosti.

Pasívne ovládanie pracovných povelov.

- Zaoberanie s náradím a náčiním, jeho príprava a upratanie.
- Postupné oboznamovanie žiakov s princípmi bezpečnosti práce pri telesnej výchove.

Kondičné cvičenia

Cieľ: Rozvíjanie obratnosti, rýchlosti a dynamickej sily s využívaním behu, skokov, prekonávaním prekážok, prenášaním ľahkých predmetov. Pravidelné rozvíjanie vytrvalosti behom.

Cvičenia s využitím behu

- Rýchly beh do 20 metrov po priamej alebo slalomovej dráhe s prebiehaním a preskakaním nízkych prekážok.
- Rýchly beh s vybiehaním z rozličných polôh.
- Rýchly beh v spojení s odrazom jednoňož.
- Beh na vytrvalosť postupne až do 12 minút.
- Beh vzad na 20 m.

Učivo sa delí na základné a prehľbujúce.

Cvičenia s krátkym švihadlom

- Opakované preskoky znožmo, striedavonož so zameraním na techniku a vytrvalosť (v 2 - 3 sériách 20 preskokov alebo 30 s).
- Preťahovanie vo dvojiciach.

Učivo je určené ako základné.

Cvičenie s dlhým švihadlom

- Podbiehanie aj s prekonávaním nízkej prekážky po podbehnutí.

Učivo je určené ako základné.

Cvičenie s využitím lana

- Preťahovanie družstiev primeranej výkonnosti.

Učivo je určené ako základné.

Cvičenia s plnou loptou 1 - 1,5 kg

- Nosenie, prenášanie, gúfanie a podávanie na mieste v rozmanitých postojoch i za pohybu chôdzou a behom.

Cvičenia s využitím lavičky

- Cvičenia rovnováhy a celkovej obratnosti.
 - Chôdza a beh na lavičke - s obratmi a s nosením predmetu.
 - Jednoduché zručnosti - preliezanie, podliezanie a preskakovanie primeraných prekážok.
 - Vystupovanie, vyliezanie a vybiehanie na šikmo zavesenú lavičku (sklon asi 30°), zostupovanie, zliezanie a zbehnutie s obmenami.
 - Opakované výskoky a zoskoky jednoňož i znožmo na lavičku.
 - Dvíhanie, nosenie a obracanie lavičky nad zemou v družstve.
- Učivo sa delí na základné a prehlbujúce.

Cvičenia na rebrinách

- Vystupovanie a zostupovanie v zmiešaných visoch aj s obratmi a zmenou tempa.
- Vyliezanie a zliezanie v zmiešaných visoch.
- Lezenie a preliezanie v zmiešaných visoch.
- Zoskoky zo 4. - 6. priečky na pružnú podložku.

Učivo sa delí na základné a prehlbujúce.

Cvičenia s využitím debny ako prekážky

- Vystupovanie, výskoky a zoskoky na pružnú podložku z dvoch až štyroch dielov debny.
- Vystupovanie, výskoky, preskoky a zoskoky na rozličných zostavách náradia - debien, lavičiek a ďalšieho metacieho náradia - i s nosením predmetu.
- Prekonávanie, preliezanie debny ľubovoľným spôsobom.
- Preliezanie a prebiehanie jednotlivých dielov debny postavených na výšku alebo šírku - i s nosením predmetu.

- Rýchle preskoky odrazom jednož medzi jednotlivými dielmi debny položenými na ze-mi. Učivo sa delí na základné a prehlbujúce.

Cvičenie na rebríku

- Vystupovanie, zostupovanie, vyliezanie a zliezanie v zmiešanom vise na zvislom a šik-mom rebríku.

Učivo je určené ako prehlbujúce.

Šplh na žrdi

- Šplh prírazom na výkon podľa individuálnych schopností.

Podmienkou je spúšťanie sa na žrdi rúčkovaním. Podľa miestnych podmienok možno zaradiť aj šplh na lane.

Učivo je určené ako základné.

Prípravné cvičenia

Cieľ: Zachovanie a zdokonaľovanie prirodzenej pohyblivosti žiakov. Predchádzanie funkčným nedostatkom pohybového aparátu, vytváranie predpokladov na osvojenie techniky pohybových činností, osvojovanie estetického pohybového prejavu.

Základné učivo

Prostné cvičenia jednotlivca zamerané na posilnenie, uvoľnenie a pretiahnutie jednotlivých svalových skupín, na rozvíjanie základnej pohybovej koordinácie a techniky i na zväčšovanie pohybového rozsahu zhybov a chrbtice, na vypracovanie správneho držania tela - primerane dávkované v optimálnom tempe.

Prehlbujúce učivo

Rytmická gymnastika

Cieľ: Zdokonaľovanie estetického pohybového prejavu a rytmického cítenia vo vzťahu k priestoru a času.

- Cvičenia jednotlivca a skupín na mieste i za pohybu bez náčinia.
- Rytmizácia jednoduchých a žiakom známych pohybov paží, nôh a trupu podľa hudobného sprievodu.
- Koordinácia svalového napätia a uvoľnenie celého tela na chrbte i na rytmické signály.
- Rytmizovaná chôdza a beh v základnom tempe.
- Jednoduché pohybové vyjadrenie hudobných pojmov, pomaly - rýchlo.
- Prísuný krok, poskočný krok, cval bokom.
- Návik správneho držania tela v ľahu na chrbte.
- Cvičenia jednotlivca a skupín na mieste i za pohybu bez náčinia.
- Rozvíjanie koordinácie svalového napätia a uvoľnenie v ľahu, na chrbte i v stoj na rytmické signály s obmenami tempa a s krátkymi výdržami.
- Motivovaná a rytmizovaná chôdza a beh s využitím priestoru i s obmenami tempa.
- Pohybovo - priestorové vyjadrenie hudobných pojmov, pomaly - rýchlo.
- Prísuný krok so zmenami tempa.
- Využitie nacvičených tanečných prvkov.
- Pohybová improvizácia na rytmickú predlohu.

Akrobacia

Cieľ: Osvojovanie špeciálnej obratnosti, pohyblivosti zhybov, odrazovej schopnosti, pružnosti, zmyslu pre orientáciu v priestore a rovnováhu.

- | | |
|---|--|
| <p>Prípravné cvičenia na akrobaciu</p> <ul style="list-style-type: none">- Opakované kmity vo vzpore stojmo - vzpriam a kmity záklonmo.- Sed roznožný - hlboký predklon, vzpažiť.- Z ľahu na chrbte - sed | <p>Prípravné cvičenia na akrobaciu</p> <ul style="list-style-type: none">- Vzpor drepmo spojný - odrazom nôh vzpor kľačmo a späť do vzporu drepmo spojného.- Rúčkovanie vo vzpore ležmo s dopomocou (fúrik).- Stoj, ruky v bok - opakované |
|---|--|

skrčmo, chytiť sa za priehlavky.

- Zo sedu - ľah vznesmo.
- Vzpor drepmo spojný - skok s prehnutím, vzpažiť von - doskok do vzporu drepmo.
- Zo sedu skrčmo uchopiť členky - opakovane kolíska.
- Stoj, ruky v bok - opakovane striedať skoky znožmo s poskokmi.
- Zoskoky z vyššej podložky - do 1 m s doskokom do vzporu drepmo na pružnú podložku.
- Prevaly v ľahu (váľanie sudov).
- Sed a stoj bez pomoci paží.
- Sed - ľah - sed - stoj bez pomoci paží.
- Drep - kľak sedmo s predklonom - drep - stoj bez pomoci paží.

Akrobatické cviky

- Zo sedu pádom vzad ľah vznesmo - stoj na lopatkách oporou v bokoch - ľah vznesmo - pádom späť do sedu.
- Zo stoja na lopatkách oporou v bokoch - pádom sed skrčmo.
- Z drepu spojného predpažiť - kotúľ vpred do drepu spojného predpažiť.

skoky:

- a) striedať odraz znožmo a roznožmo,
- b) striedať dva odrazy znožmo a roznožmo,
- c) striedať odraz znožmo a skrížmo,
- d) preskoky na jednej nohe.
- Prevaly v ľahu s krčením nôh v ľahu vzadu.
- Opakované zmeny polôh bez pomoci paží.

Akrobatické cviky

- Zo sedu pádom vzad ľah vznesmo - stoj na lopatkách oporou v bokoch - ľah vznesmo - pádom späť do sedu - opakovane.
- Zo stoja spätného cez sed skrčmo a pádom vzad stoj na lopatkách - pádom späť do sedu alebo do drepu spojného.
- Z drepu spojného predpažiť -

- Z drepu spojného predpažiť - kotúl' vpred do drepu spojného, predpažiť a skok prehnuto do stoja.
- Kotúle vpred opakovane 3 až 5-krát, posledný zakončený skokom prehnuto do stoja.
- Kotúl' vpred na zvýšenej podložke - dva-tri diely debny na dĺžku.
- Kotúl' vzad na mierne šikmej ploche.
- kotúl' vzad do drepu spojného
- kolíska vzad a späť do drepu spojného alebo do stoja.
- Skok prehnuto, vzpažiť von - kotúl' vpred.
- Zo stoja spätného sed skrčmo a pádom vzad kolíska do drepu spojného - kotúl' vpred.
- Kotúl' vpred do širokého stoja rozkročného i opakovane.
- Opakované kotúle vpred do stoja, vzpažiť.
- Opakovane kotúl' vzad do stoja, skok prehnuto, vzpažiť von.
- Kotúl' vpred do drepu spojného - pádom vzad do drepu spojného - pádom vzad stoj na lopatkách oporou v bokoch.
- Zo sedu pádom vzad - kotúl' vzad do vzporu drepmo.
- Opakovane kotúl' vzad do vzporu drepmo spojného.
- Stojka na rukách s dopomocou i samostatne pri stene.

Atletika

Cieľ: Intenzívne zvyšovanie funkcií vnútorných orgánov, rozvíjanie základných pohybových schopností, vytrvalosti, rýchlosti, dynamickej sily, obratnosti.

- Rýchly beh na 30 - 50 m.
- Vytrvalostný beh postupne až do 12 min.
- Rýchly beh na 30 - 50 m s prebiehaním nízkych (20 cm) pravidelne rozostavaných prekážok.

- Beh cez primerané prírodné i umelé prekážky.
- Skok do diaľky z miesta odrazom znožmo.
- Skok do diaľky z rozbehu.
- Hod loptičkou horným oblúkom do diaľky.

- Vytrvalostný beh postupne až do 12 min. s prebiehaním prekážok.
- Skok vysoko-d'aleký z rozbehu.
- Hod loptičkou horným oblúkom na cieľ.

Základné činnosti športových hier

Cieľ: Zvládnutie základných herných činností a zručností s loptou. Osvojenie hádzania a chytania. Pochopenie princípu kolektívnosti pri hre, príprava na hru podľa pravidiel.

Prípravné činnosti

- Nadhadzovanie a chytanie lopty na mieste i v chôdzi.
- Dribling na mieste ľavou i pravou rukou.
- Podávanie lopty na mieste i za pohybu.

Prípravné činnosti

- Nadhadzovanie a chytanie lopty v behu vpred i bokom.
- Dribling za pohybu ľavou i pravou rukou.

Základné herné činnosti jednotlivca

- Prihrávka obojruč trčením na mieste v dvojiciach alebo oproti stene.
- Horná prihrávka jednoruč na mieste.
- Horné chytanie obojruč na mieste vo dvojiciach.

Základné herné činnosti jednotlivca

- Odbitie lopty oboma rukami o zem na mieste a prihrávka oboma trčením vo dvojiciach.
- Nadhodenie lopty a prihrávka obojruč trčením vo dvojiciach.

Drobné pohybové hry

Cieľ: Postupné osvojovanie pravidiel hry. Pochopenie významu spolupráce v kolektíve.

Naháňačky s možnosťou zachrániť sa pred naháňačom vykonaním určenej úlohy (napr. drep, chytiť sa určeného predmetu a pod.), hry obratnosti, loptové hry zamerané na gúľanie, hádzanie, chytanie a hry spojené s rýchlym behom.

Plávanie

Cieľ: Osvojenie plaveckých pohybových zručností - orientácia a potápanie vo vode, skoky do vody na nohy a hlavou dopredu, splývanie na mieste i v pohybe v obidvoch polohách, dýchanie do vody na mieste i v pohybe, pohyb vpred pomocou nôh a paží. Základné osvojenie dvoch plaveckých spôsobov.

- Prípravné hry na oboznámenie sa s vodou a orientácia vo vode, dýchanie do vody.
- Splývanie v obidvoch polohách.
- Skoky do vody na nohy, pády z nízkeho postoja.
- Návčik jedného alebo dvoch plaveckých spôsobov.
- Jednoduché obrátky.
- Štartový skok.

Turistika

Cieľ: Všeobecné zásady bezpečného pohybu a orientácie v teréne.

Pozorovanie prírody, odhad vzdialenosti.

- Chôdza v teréne k cieľu vzdialenému 1,5 - 2 km.
- Precvičovanie behu, skokov, prekonávanie prekážok, hádzania. Vybiehanie do krátkych svahov, beh z krátkych svahov.
- Drobné pohybové hry.

- Správanie v prírode.
- Správanie na komunikáciách a v dopravných prostriedkoch.

Dopravná výchova

Ciel: Osvojenie správneho správania chodca, správania v prostriedkoch hromadnej dopravy, dodržiavanie určených bezpečnostných pravidiel v škole.

Prípravný a 1. ročník

- Účastníci cestnej premávky
 - základné pravidlá pohybu jednotlivých používateľov ciest (chodci, cyklisti, vodiči a iní), miesta, kam je vstup alebo vjazd zakázaný.
- Základné časti komunikácií (cesta, krajnica, chodník).
- Chôdza po chodníku a po ceste (po pravej strane chodníka, po ľavej krajnici alebo po ľavom okraji cesty
 - najviac dvaja chodci vedľa seba).
- Zásady správania chodcov (neprekážať druhým, nezdržiavať premávku) - následky nesprávneho správania (dopravné nehody), miesta na hry v lete a v zime.
- Prechádzanie cez cestu - rozlišovanie pravej a ľavej strany, postup pri prechádzaní (jednotlivé fázy), dobrý rozhľad na obidve strany, prechádzanie cez križovatku (rôzne druhy križovatiek), pokyny polície.
- Jazda na detských dopravných prostriedkoch - jazda na kolobežke aj zvládnutým terénom, rýchlostný pretek.
- Pohyb na detskej dopravnej križovatke.

- Dopravné značky - Zákaz vjazdu všetkých vozidiel (v oboch smeroch). Iný zákaz. Iný príkaz. Priechod pre chodcov. Pozdĺžne čiary typu zebra vyznačujúce priechod pre chodcov.

2. ročník

- Neprehľadné a nebezpečné miesta pre chodcov v obci a v jej okolí, zákruty, vrcholy stúpania, zúženie cesty, práca na ceste, hustá premávka, križovatky, železničné precestia - označenie týchto miest dopravnými značkami a zásady chôdze cez tieto miesta. Osvojiť si základné pravidlo: vidieť a dať sa vidieť.
- Prechádzanie cez cestu - orientácia v priestore a odhad času - výber vhodného miesta na prechádzanie, odhad rýchlosti a manérovacej schopnosti vozidiel (môže vozidlo včas zastaviť, môže sa vyhnúť?), rýchlosť pri jazde v obci.
- Chôdza v organizovanej skupine - rozostupy, stále sledovanie premávky, zásady predchádzania.

- Dopravné značky. Železničné priecestie so závorami a bez závor. Výstražný kríž pre železničné jednokoľajové a viackoľajové priecestie bez závor. Miestne tabule (začiatok a koniec obce), výstražné dopravné značky (všeobecný význam niektorých symbolov), označenie zastávok a staníc hromadnej dopravy osôb.

Korčuľovanie

Cieľ: Jazda vpred, zastavenie, zatáčanie na obidvoch korčuliach.

Voľné korčuľovanie so zacielením na osvojenie:

- jazdy vpred,
- zastavenie pluhom a šmykom,
- zatáčania na obidvoch korčuliach,
- korčuľovanie na vytrvalosť.

Lyžovanie

Cieľ: Osvojenie účelného pohybu v teréne, osvojenie základných oblúkov na zjazdenie primeraného terénu aj s menšími terénnymi nerovnosťami.

- Nosenie lyží, pripínanie a odopínanie lyží.
- Nástup s lyžami.
- Chôdza sunom a klzom.
- Výstup pridupávaním, bokom, obojstranným odvratom.

- Zjazd po spádnicí s prípravou na udržanie rovnováhy a s dojazdom podľa možnosti na rovinu alebo do protisvahu.
- Odšľapovanie pri zjazde.
Korčuľovanie.
- Brzdenie pluhom. Oblúky v pluhu.
- Zjazd cez terénne vlny a mierne nerovnosti.
- Hry na lyžiach.

3. a 4. ročník
(2 hodiny týždenne, 66 hodín ročne)

Cieľom telesnej výchovy v 3. a 4. ročníku je poskytovať žiakom v povinnej a záujmovej telesnej výchove čo najviac intenzívnych pohybových podnetov a vymedzenými telovýchovnými prostriedkami podporovať a rozvíjať ich prirodzený záujem o pohybovú aktivitu a postupne ho usmerňovať na plnenie čiastkových úloh povinnej telesnej výchovy.

Telovýchovnými chvíľkami a spontánnou pohybovou aktivitou odstraňovať únavu z jednostranného psychického zaťažovania a optimalizovať pracovnú výkonnosť žiakov. Sústavne rozvíjať správne držanie tela, a to aj v sede a v rôznych pracovných polohách.

Sústavne rozvíjať pohybovú výkonnosť a telesnú zdatnosť žiakov ich veku primeranými metódami a formami s využívaním určených telovýchovných prostriedkov.

Cieľ: Praktické uplatňovanie vedomostí, zručností a návykov v známom prostredí pri činnostiach riadených učiteľom.

Zdravotná výchova

Čistota odevu, cvičebného úboru. Čistota a poriadok v telovýchovnom prostredí. Primeranosť oblečenia v triede, pri telesnej výchove, mimo budovy školy.

Vetranie. Otužovanie. Osobná hygiena pri telesnej výchove. Význam pohybovej činnosti v dennom režime. Aktívne uplatňovanie zdravotného významu správneho držania tela v stoji a v sede pri rozličných činnostiach.

Rozumová výchova

Pasívne ovládanie základných telovýchovných pojmov a termínov preberaných činností.

Osvojenie pravidiel hier a súťaží.

Osvojenie názvu a účelu učebných pomôcok, náčinia a náradia.

Estetická výchova

Viesť žiakov k estetickému pohybovému prejavu.

Spoluvytváranie telovýchovného prostredia.

Aktívne vysvetlenie estetického významu správneho držania tela v stoji, v sede a po-treby nosenia školskej aktovky na chrbte.

Morálno-vôľová výchova

Výchova žiakov k vzájomnému porozumeniu, priateľstvu, k samostatnosti, čestnosti, spolupráci s ostatnými a k hodnoteniu vlastných výsledkov. Rozoznávanie správne a nesprávne motivovaných postojov jednotlivcov a skupín žiakov. Prekonávanie ťažkostí a únavy pri telesných cvičeniach.

Výber pohybových činností sa zameriava najmä na rozvíjanie pracovných a branných zručností a na pochopenie významu a účelnosti dobrej telesnej a brannej zdatnosti.

Poradové cvičenia a organizácia pri telovýchovnej činnosti

Poradové cvičenia

Cieľ: Aktívne uplatňovanie princípov organizácie a ich samostatné plnenie aj v pozmenených podmienkach telovýchovného procesu.

- Základný postoj. - Pozor! - Pohov!

- Nástup do radu a do dvojradu, do zástupu a do dvojstupu.

Rozchod.

- Nástup do družstva, do radu i zástupov.

- Obraty na mieste.

- Vykročenie a zastavenie. Pochod. Zatáčanie v dvojstupe.

Organizácia žiakov pri telovýchovnej činnosti

- Cieľavedome rozvíjať uvedomelú disciplínu žiakov so zameraním na účelnosť a efektívnosť určenej telovýchovnej činnosti - samostatná práca v družstvách, vedenie družstiev.
- Zaobchádzanie s náradím a náčiním, jeho príprava a upratanie.
- Postupné oboznamovanie žiakov s princípmi bezpečnosti práce pri telesnej výchove.

Kondičné cvičenia

Cieľ: Intenzívny rozvoj všeobecnej vytrvalosti prostredníctvom behu a ďalších činností, ktoré sa dajú dávkovať a mnohokrát opakovať. Rozvoj obratnosti, rýchlosti, dynamickej sily a využívanie behu, skokov, prekonávania prekážok a prenášania náčinia a náradia. Uplatňovanie princípov dopravnej výchovy a dodržiavanie zásad bezpečnosti pri určených činnostiach. Pochopenie a uplatňovanie zásad úrazovej zábrany.

Prejavovanie kladných postojov ku kolektívu pri práci v skupinách.

Cvičenia s využitím behu

- Rýchly beh do 20 m po priamej alebo slalomovej dráhe so zmenami smeru a s prebehovaním i preskakovaním nízkych prekážok.

- Rýchly beh s vybiehaním z rozmanitých postojov a polôh a prekonávaním nízkych prekážok.

- Rýchly beh v spojení s opakovanými odrazmi jednož i s použitím náradia ako prekážky.

- Beh na vytrvalosť postupne až do 12 minút, v teréne i s prekonávaním prekážok.

- Beh vzad a cval bokom.

- Beh na mieste i s dvíhaním kolien.

Učivo sa delí na základné a prehľbujúce.

Cvičenia s krátkym švihadlom

- Opakované preskoky znožmo a striedavonož so zameraním na techniku i vytrvalosť (postupne až 50-krát alebo až 1 min. opakované s prestávkou po 2 - 4 min.). Škôlka zostavená zo skokov znožmo i jednož.

- Preťahovanie vo dvojiciach.

Učivo je určené ako základné.

Cvičenia s dlhým švihadlom

- Podbiehanie krúžiaceho švihadlo aj s prekonávaním prekážky po odbehnutí. Preskoky krúžiaceho švihadla.

Učivo je určené ako základné.

Cvičenia s využitím lana

- Preťahovanie v družstve primeranej výkonnosti a po rýchlom uchopení lana z rozličných polôh. Preťahovanie za dve laná, každé držať v jednej ruke.

Učivo je určené ako základné.

Cvičenia s plnou loptou 1 - 2 kg

- Nosenie, prenášanie, guľanie a podávanie na mieste i za pohybu chôdzou a behom. Súťaživé štafety s pripojenými úlohami.

- Postupné prenášanie niekoľkých lôpt jednotlivcami i skupinami so zameraním na vnútornú organizáciu práce kolektívu.

Učivo sa delí na základné a prehľbujúce.

Cvičenia s využitím lavičky

- Cvičenia rovnováhy a celkovej obratnosti - aj na kladinke lavičky.

- Chôdza a beh po lavičke so sprievodnými pohybmi paží a nôh, s obratmi a nesením predmetu.

- Jednoduché zručnosti - preliezanie, podliezanie, preskoky primeraných prekážok.

- Vystupovanie, vyliezanie a vybiehanie na šikmo zavesenú lavičku (sklon asi 45°), s obmenami zostupovania, zliezania i zbehnutia.

- Opakované výskoky jednož aj znožmo na lavičku.

- Dvíhanie, nosenie a obracanie lavičky nad zemou i vo vzpažení nad hlavou.

Učivo sa delí na základné a prehľbujúce.

Cvičenie na rebrinách

- Vystupovanie a zostupovanie v zmiešaných visoch aj s obratmi.

- Vyliezanie a zliezanie v zmiešaných visoch.

- Lezenie a preliezanie v zmiešaných visoch.

- Zoskoky zo štvrtej - šiestej priečky na pružnú podložku.

- Výskoky z miesta, z chôdze i z rozbehu do zmiešaných visov.

- Posilňovacie cvičenia hlavných svalových skupín.

Učivo sa delí na základné a prehľbujúce.

Cvičenia s využitím debny ako prekážky

- Vystupovanie, výskoky a zoskoky na pružnú podložku zo štyroch - šiestich dielov debny.
- Vystupovanie, výskoky, preskoky a zoskoky na rozličných zostavách náradia - debien, lavičiek a ďalšieho metacieho náradia - i s nesením predmetu.
- Prekonávanie, preliezanie debny ľubovoľným spôsobom, i opreteký - aj s nesením predmetu.
- Preliezanie a prebehávanie jednotlivých dielov debny postavených na šírku alebo výšku - aj s nesením predmetu.
- Rýchle preskoky odrazom jednoňoží medzi jednotlivými dielmi debny položenými na zemi.
- Súťaživé rozoberanie a skladanie debny na inom mieste.

Učivo sa delí na základné a prehlbujúce.

Cvičenie na rebríku

- Vystupovanie, zostupovanie, vyliezanie a zliezanie v zmiešanom vise na zvislom a šikmom rebríku.

Učivo je určené ako prehlbujúce.

Šplh na žrdi

- Šplh prírazom na výkon podľa individuálnych schopností.
- Podmienkou je spúšťanie sa na žrdi rúčkovaním.
- Podľa miestnych podmienok možno zaradiť aj šplh na lane.

Učivo je určené ako základné.

Prípravné cvičenia

Cieľ: Rozvíjanie prirodzenej pohyblivosti žiakov, predchádzanie funkčným nedostatkom pohybového aparátu, utváranie predpokladov na správne držanie tela, osvojovanie a zdokonaľovanie základov techniky pohybových činností, osvojenie estetického pohybového prejavu. Schopnosť meniť tempo pri cvičení. Aktívne osvojenie telovýchovných termínov určených činností.

Základné učivo

- Prostné cvičenie jednotlivca v jednoduchých zostavách, zacielené na posilnenie, uvoľnenie a pretiahnutie jednotlivých svalových skupín, na rozvíjanie základnej pohybovej

Prehlbujúce učivo

- Prípravné cvičenia jednotlivca s náčiním, napr. so stuhou, s loptou, s palicou.
- Posilňovacie cvičenia s gumenou šnúrou a s vrecúškami rozličnej

koordinácie a techniky, na
zväčšovanie pohybového
rozsahu zhybov i chrbtice a
na vypracovanie správneho,
vzpriameného držania tela.

hmotnosti.

Rytmická gymnastika

Cieľ: Uvedomené uplatňovanie estetického pohybového prejavu a rytmického cítenia vo vzťahu k priestoru a k času. Schopnosť jednoduchej pohybovej improvizácie na daný motív.

Cvičenia jednotlivca a skupín
na mieste i za pohybu bez
náčinia.

- Rozvíjanie koordinácie svalového napätia a uvoľnenia v ľahu na chrbte i v stoji na hudobné signály so zmenami tempa s krátkymi výdržami.
- Motivovaná a rytmizovaná chôdza a beh s využitím priestoru i so zmenami tempa.
- Prísunný krok so zmenami tempa.
- Polkový krok.
- Trojdup.

Cvičenia jednotlivca i skupín
aj za pohybu bez náčinia.

- Rozvíjanie svalového uvoľnenia.
- Rozvíjanie koordinácie svalového napätia a uvoľnenia celého tela i jeho jednotlivých častí - paží, nôh a trupu v základných postojoch a polohách.
- Základy techniky rovných pohybov paží a vystretých nôh s dôrazom na správne držanie tela.
- Základy techniky pohybov paží a vystretých nôh oblúkom i kruhom.
- Základy techniky klonov trupu.

- Jednoduché pohybové improvizácie na hudobnú predlohu s uplatnením zvládnutej techniky pohybov.

Akrobacia

Cieľ: Uplatňovanie špeciálnej obratnosti a osvojenie určených akrobatických cvikov, a to i v jednoduchých väzbách. Uplatňovanie estetického pohybového prejavu pri cvičení.

Prípravné cvičenia na akrobaci

- Sed roznožný - hlboký predklon, vzpažiť.
- Z ľahu na chrbte - sed skrčmo, uchopiť priehlavky.
- Z ľahu na chrbte - ľah vnesmo.
- Vzor drepno spojný - skok s prehnutím, vzpažiť von - doskok do vzporu drepno.
- Vzor drepno spojný - odrazom nôh vzpor ležmo - odrazom nôh vzpor drepno spojný.
- Prevaly v ľahu so skrčovaním nôh v ľahu na chrbte.

Akrobatické cviky

- Kotúl vpred.
- Kotúle vpred opakovane 3 až 5-krát, posledný zakončený skokom prehnuto do stoja.
- Kotúle vpred a skok prehnuto, vzpažiť von -

Prípravné cvičenia na akrobaci

- Stoj, ruky v bok - opakované skoky.
- a) striedať odraz znožmo a roznožmo,
- b) striedať dva odrazy znožmo a roznožmo,
- c) preskoky na jednej nohe prednožmo,
- d) výskoky odrazom znožmo s obratmi aj so skrčovaním.
- Kľuk ležmo na bruchu - vzpor a odrazom nôh vzpor drepno - odrazom nôh kľuk ležmo na bruchu - opakovane.
- Kmity v širokom vzpore stojmo rozkročnom.
- Prevaly v ľahu s rýchlym prechodom do sedu skrčmo.

Akrobatické cviky

- Zo stoja spätného sed skrčmo a pádom vzad stoj na lopatkách oporou v bokoch - pádom vpred drep spojný a kotúl vpred.
- Kotúl vpred dos stoja

- opakovane 3 - 5-krát.
- Zo stoja spätného kotúl' vpred na zvýšenej podložke - štyri diely debny na dĺžku.
- Zo stoja spojného - sed skrčmo a pádom vzad kolíska do drepu spojného - rýchly kotúl' vpred do stoja spätného.
- Kotúl' vzad.
- Z drepu spojného kotúl' vzad.
- Kotúle vzad opakovane 3 až 5-krát.
- Dva kotúle vzad do vzporu drepmo spojného a kotúl' vpred do stoja spojného.
- Stojka na rukách.
- Stojka na rukách s dopomocou z drepu v trojiciach.
- Aktívne poskytovanie dopomoci a záchrany.
- Zo stoja prednožného dohmatom vpred stojka na rukách s dopomocou v trojiciach.
- Aktívne poskytovanie dopomoci a záchrany.
- Stojka na rukách pri stene s výdržou 3 s - pokusy a realizovanie bez dopomoci.

Preskoky

- Skoky prosté s použitím trampolíny:
- Návnik odrazu - opakovane výskoky s držaním sa rebrín.

- rozkročného - aj opakovane.
- Kotúl' vpred s oddialeným dohmatom.

Kotúl' vzad.

- Kotúl' vzad do zášvihu i do stojky na rukách s dopomocou.

Stojka na hlave.

- Stojka na hlave z drepu odrazom alebo zo stoja rozkročného bez dopomoci.
- Stojka na hlave roznožmo.

Stojka na rukách.

- Stojka na rukách a kotúl' vpred.

Metodický nácvik premetu bokom.

Skoky prosté s použitím trampolíny:

- Skok prostý so skrčením prednožmo.

- Nácvik náskoku na trampolítku a jeho spojenie s odrazom.
- Skok prostý prehnuto.
- Skokom výskok na štyri diely debny na dĺžku i na šírku.

Preskoky:

- Roznožka cez kozu na šírku z pružného mostíka. Aktívne poskytovanie dopomoci a záchrany.
- Roznožka cez kozu na šírku z trampolítky.

- Skok prostý s prednožením roznožmo.
- Skok s celým obratom.

Preskoky:

- Preskok prostým skokom cez štyri diely debny na šírku z trampolítky.
- Skrčka cez kozu alebo debnu na šírku z pružného mostíka alebo z trampolítky.
- Roznožka alebo skrčka so zášvihom cez kozu alebo debnu na šírku z trampolítky.

Atletika

Ciel: Intenzívne zvyšovanie funkcie vnútorných orgánov, rozvíjanie základných pohybových schopností - vytrvalosti, rýchlosti, dynamickej sily a obratnosti. Schopnosť zmobilizovať vnútorné sily pri meraných výkonoch. Osvojenie a uplatňovanie pravidiel pri súťažiach.

- Rýchly beh na 30 - 50 m z nízkeho štartu s meraním času.
- Rýchly beh na 30 - 50 m s prebehávaním pravidelne rozostavaných nízkych prekážok (20 - 40 cm).
- Vytrvalostný beh postupne až do 12 min. a na výkon.
- Skok do diaľky z miesta odrazom znožmo na výkon.
- Skok do diaľky z rozbehu i na výkon.
- Nácvik niektorého spôsobu skoku do výšky.
- Zdokonaľovanie techniky behu
- "bežecká abeceda".
- Beh v teréne s prírodnými i umelými prekážkami až do 25 min. s vloženými prestávkami.

- Skok do výšky skrčmo i na výkon.
- Hod loptičkou na výkon.

Základné činnosti športových hier

Cieľ: Zdokonaľovanie základných herných činností a zručností s loptou, a to aj s uplatňovaním pravidiel hier. Zdokonaľovanie hádzania a chytania pri hre. Uvedomené dodržiavanie herných systémov a pravidiel hry.

Prípravné činnosti jednotlivca

- Odrážanie lopty o stenu obojruč trčením a jej chytanie po odraze i dopade na zem.
- Nadhadzovanie a chytanie lopty obojruč i jednoruč v behu vpred, vzad a bokom.
- Dobiehanie lopty hodenej vpred - vzad - bokom.
- Nadhadzovanie lopty a jej chytanie aj po dopade na zem.

Základné herné činnosti jednotlivca

- Prihrávka oboma rukami trčením na mieste i v pohybe.
- Horná prihrávka jednoruč na mieste i v pohybe.
- Prihrávka jednou rukou trčením na mieste i v pohybe.
- Chytanie horné obojruč na mieste i v pohybe.

Minibasketbal

- Horná strelba jednou rukou z miesta, po prihrávke a z miesta.
- Minibasketbal s prispôsobenými pravidlami a s uplatnením základných herných prvkov.

Malá hádzaná

Horná strelba jednou rukou v stoji na mieste, po prihrávke, v pohybe i po driblingu.

Malý futbal

- Prihrávky vnútornou stranou nohy, vnútorným priehlavkom, priamym priehlavkom na mieste i v pohybe vo dvojiciach, pravou i ľavou nohou.
- Prihrávky hlavou na mieste po vlastnom nadhodení a po nadhodení spoluhráčom vo dvojiciach.

- Dribling na mieste i za pohybu so zmenami smeru.
- Obrátka (pivot) s držaním lopty oboma rukami.
- Chyťanie horné jednou rukou s pomocou druhej ruky.
- Preberanie lopty zastavením a tlmením vnútornou stranou nohy - nácvik pravou i ľavou nohou vo dvojiciach.
- Vedenie lopty vnútornou stranou nohy - ľavou i pravou nohou.
- Streľba z miesta a po vedení lopty - ľavou i pravou nohou.
- Futbal s upravenými pravidlami a s uplatnením základných herných prvkov.

Drobné pohybové hry

Naháňačky s možnosťou záchrany splnením určenej úlohy, hry obratnosti, loptové hry zamerané na hádzanie, chyťanie a hry spojené s rýchlym behom. Páľkovacie hry. Hry na snehu.

Plávanie

Cieľ: Osvojenie piatich plaveckých pohybových zručností - orientácia a potápanie vo vo-de, skoky do vody na nohy a hlavou dopredu, splývanie na mieste i v pohybe v obidvoch polohách, dýchanie do vody na mieste i v pohybe, pohyb vpred pomocou nôh a paží. Základné osvojenie dvoch plaveckých spôsobov.

- Prípravné hry na oboznámenie sa s vodou, orientácia vo vode, dýchanie do vody.
- Hry s loptou.
- Splývanie v obidvoch polohách.
- Skoky do vody, pády z nízkeho postoja.
- Nácvik jedného alebo dvoch plaveckých spôsobov s cieľom preplávať 25 m.

- Štartový skok.
- Obrátky.
- Nácvik dalších plaveckých způsobov.
- Kotúľové obrátky.

Turistika

Cieľ: Uplatňovanie základnej orientácie v teréne, odhad výšky a vzdialenosti, určovanie svetových strán. Presun k určenému cieľu vzdialenému až 3 km, aj s využitím turistických značiek. Pozorovanie prírody, vnímanie jej krásy, uplatňovanie poznatkov z ostatných vyučovacích predmetov, dodržiavanie zásad ochrany prírody. Vedieť poskytnúť prvú pomoc a osvojiť si jej základné zásady.

- Chôdza v teréne k cieľu aj podľa značiek na vzdialenosť 2,5 - 3 km.
 - Orientácia na mieste podľa hlavných svetových strán a s použitím buzoly.
 - Odhad výšky do 5 m a vzdialenosti do 300 m.
 - Využitie terénu na náročnejšie telesné cvičenia.
 - Ošetrovanie povrchových zranení, zásady prvej pomoci.
 - Ochrana pred úpalom.
 - Využitie miestneho "areálu zdravia" na pohybové činnosti.
 - Výber miesta na urobenie ohniska, zapálenie a uhasenie ohňa, likvidácia ohniska.
 - Príprava jednoduchého teplého nápoja alebo jedla.
- Poučenie o bezpečnosti pri varení, prvá pomoc pri drobných popálení.
- Drobné pohybové hry.

Dopravná výchova

Cieľ: Osvojenie pravidiel pohybu chodca a jazdy na bicykli v podmienkach cestnej premávky. Uvedomenie si významu dopravných značiek, osvojenie pravidiel riadenia premávky a ich praktické dodržiavanie. Ak sú na škole alebo v sídle školy priestorové a materiálne podmienky, aj osvojenie techniky jazdy na bicykli, osvojenie a zdokonalenie praktických činností pri výjazde z okraja cesty, pri odbočovaní, obchádzaní prekážok a predchádzaní.

3. ročník

- Zreteľná chôdza a jazda - význam takého správania, nebezpečenstvo odbočujúcich vozidiel.
- Jazda na detskej dopravnej križovatke.
- Jazda na detskom bicykli.
- Vplyv poveternostných podmienok na cestu - kvalita cesty, brzdná dráha, správanie chodca pri chôdzi za sťažených podmienok, chôdza pri zníženej viditeľnosti.
- Vodič vozidla - cyklista, základné podmienky jazdy na bicykli v podmienkach cestnej premávky.
- Riadenie premávky na križovatkách, význam pokynov polície na svetelnom signalizačnom zariadení, najmä na semafore pre chodcov, rýchla reakcia na pokyny a svetelné znamenia, nevyhnutnosť bezvýhradného rešpektovania týchto pokynov a znamení.
- Dopravné značky - rozlišovanie druhov dopravných značiek podľa tvaru a farieb (výstražné, zákazové, príkazové, informačné, dodatkové tabuľky, vodorovné a zvislé značky).

4. ročník

- Dopravné značky - zákaz - odbočovania vpravo (vľavo), prikázaný smer jazdy, smerové šípky na ceste, chodník pre cyklistov, zákaz vjazdu cyklistov.
- Technika jazdy na bicykli - začiatok jazdy, dodržiavanie jazdnej stopy v priamom smere, prechádzanie zákrut, pomalé brzdenie, zastavovanie, jednoduchá jazda zručnosti (prejazd brámkou, slalom, prejazd cez dosku), cviky na udržanie rovnováhy.
- Výjazd z okraja cesty - zásady: obzrieť sa, dať prednosť v jazde, priama jazda pri pravom okraji cesty (nenarušovať plynulosť cestnej premávky, umožniť predchádzanie), vjazd na cestu z miest ležiacich mimo cestnej premávky alebo z poľných a lesných ciest.
- Odbočovanie - zásady: obzretie sa, znamenie o zmene smeru jazdy, radenie pred križovatkou, prednosť v jazde protiidúcim vozidlám, vzájomné vyhýbanie sa na križovatke.
- Obchádzanie prekážky - zásady: obzrieť sa, dať znamenie o zmene smeru jazdy.

Korčuľovanie

Cieľ: Zdokonaľovanie jazdy vpred, jazdy vzad, zastavenie, zatáčanie na obidvoch korčuliach. Jazda na vytrvalosť.

- Voľné korčuľovanie so zameraním na:
- jazdu vpred,
 - jazdu vzad,
 - zastavenie pluhom a šmykom,
 - zatáčanie na obidvoch korčuliach,
 - prekladanie vpred,
 - korčuľovanie na rýchlosť a vytrvalosť,
 - hry na korčuliach.

Lyžovanie

Cieľ: Zdokonaľovanie účelného pohybu v teréne, jazda v primeranom teréne aj za sťažených snehových podmienok. Zdokonaľovanie zatáčania a zastavovania. Skoky z terénnej vlny i zo snehového mostíka, hry na lyžiach.

- Nosenie lyží, pripínanie a odopínanie lyží.
- Nástup s lyžami.
- Chôdza sunom a klzom.
- Výstup pridupávaním, bokom, obojstranným odvratom.
- Zjazd po spádnici s prípravou na udržanie rovnováhy a s dojazdom podľa možnosti na rovinu alebo do protisvahu.
- Odšľapovanie pri jazde. Korčuľovanie.
- Brzdenie pluhom, Pluhové oblúky.
- Základné oblúky. Jazda v bránkach.
- Prechádzanie cez terénne

- nerovnosti a vlny.
- Skoky z terénnej vlny, zo zlomu, zo snehového mostíka.
 - Vychádzka do terénu podľa vyspelosti a vstrojenia žiakov.
 - Hry na lyžiach.
 - Preteky v behu, slalome a skoky podľa smerníc SZTV o pretekaní mládeže.

Učebné osnovy

ETICKÁ VÝCHOVA

prípravný - 4. ročník
základnej školy pre sluchovo postihnutých

Variant B

ETICKÁ VÝCHOVA

Charakteristika predmetu

Cieľom etickej výchovy ako nepovinného predmetu na 1. stupni ZŠ je v rámci možností nahradiť žiakom chýbajúce pozitívne skúsenosti, vytvoriť u žiakov a podporovať pocit dôvery v seba a okolie, pomáhať im nadobudnúť zdravé sebadomie, budovať zdravé postoje k sebe ako vyvíjajúcemu sa organizmu, učiť sa vychádzať s rovesníkmi, podporovať rozvoj pozitívnych osobnostných vlastností, oboznamovať a pomôcť zvnútorňovať prosociálne hodnoty a postoje (prejavovať súcit, mať radosť z obdarovania niekoho alebo rozdelenie sa s niekym o niečo, tešiť sa z úspechu druhých ľudí a prežívať s inými ľuďmi ich starosti i radosti).

Obsahovo je etická výchova pre 1. stupeň koncipovaná ako program výchovy k prosociálnosti zostavený podľa modelu Rocha-Olivera rozšírený o témy korešpondujúce s vývinovými osobitosťami žiakov I. stupňa.

Uvedené ciele etická výchova dosahuje a obsah realizuje hravým spôsobom, interaktívnymi metódami majúcimi za cieľ formou aktívneho učenia vytvárať pozitívne skúsenosti žiaka v interakcii s učiteľom i spolužiakmi, prezentovať pozitívne vzory správania v rozprávkach, umení a života.

Etická výchova dopĺňa najmä prvouku, slovenský jazyk a výchovy o psychologicky zdôvodnený a overený program, ktorý prispieva k vývinu osobnostne zrelej osobnosti, buduje v žiakoch dôveru v seba a okolie, samostatnosť, odvahu a iniciatívu, etické postoje a sociálne spôsobilosti.

Obsah predmetu

1. ročník (1 hodina týždenne, 33 hodín ročne)

Poznámka: číslo v zátvorke označuje číslo kapitoly v knihe Roche-Olivera: Etická výchova (1-10).

Výchovný cieľ: Osvojovať si sociálne spôsobilosti potrebné v kontakte s druhými ľuďmi.

1. TC: Postoje a spôsobilosti medziľudských vzťahov (1) 15 hodín

Počúvanie. Pohľad. Úsmev. Rozhovor. Pozdrav.
Prejavenie úcty. Otázka a prosba. Poďakovanie

2. TC: Ľudská dôstojnosť a sebaúcta (2) 10 hodín

Prisúdenie dôstojnosti a hodnoty sebe i druhým.
Sebaobraz, sebaúcta.
Uznanie druhého.

3. TC: Pozitívne hodnotenie správania druhých (3) 8 hodín

Pozitívne hodnotenie udalostí i ľudí.
Prisúdenie pozitívnych vlastností druhým žiakom.
Pochvala a uznanie. Sťažnosť a kritika.
Prekonanie antipatie a odpustenie.

2. ročník

Výchovný cieľ: Učiť sa vychádzať s rovesníkmi

- | | |
|---|----------|
| <u>1. Opakovanie tém z 1. ročníka</u> | 6 hodín |
| Postoje a spôsobilosti medziľudských vzťahov.
Sebaúcta a úcta k druhým ľuďom.
Pozitívne hodnotenie druhých. | |
| <u>2. TC: Tvorivosť a iniciatíva (4)</u> | 10 hodín |
| Riešenie tvorivých kognitívnych úloh.
Hádanky, hlavolamy, príslovia.
Rozvíjanie pozorovacích schopností, fantázie.
Tvorivosť vo vzájomnej pomoci. | |
| <u>3. TC: Vyjadrenie citov (5)</u> | 8 hodín |
| Vyjadrenie citov a postojov mimikou.
Nácvik rozhovoru a počúvania.
Vnímanie neverbálnych prejavov (pohľad, úsmev).
Prejavenie citov - pozitívnych i negatívnych.
Emocionálny svet hudby a literatúry. | |
| <u>4. TC: Pochopenie druhých - empatia (6)</u> | 6 hodín |
| Spontánne prijatie druhého.
Pozeráť sa očami druhého.
Prijať a pochopiť výpoveď alebo postoj partnera. | |

3. ročník

Výchovný cieľ: Oboznámiť a napomáhať zvnútorneniu prosociálnych hodnôt a postojov.

1. Výchova k zmieru (7)

10 hodín

Prekonávanie konfliktov - ich riešenie nenásilným spôsobom.

Výchova k sebakontrolu a ovládaniu sa.

Súťaživosť a kooperácia.

2. TC: Reálne a zobrazené vzory (8)

9 hodín

Úloha vzorov a ideálov v živote žiaka.

Identifikácia so vzorom.

Prosociálne vzory z verejného života, masmédií a umenia. Zhodnotenie prosociálnych a agresívnych vzorov (kritické hodnotenie negatívnych vplyvov televízie).

3. TC: Pomoc, darovanie, delenie sa (9)

10 hodín

Prosociálny postoj a motivácia.

Darovanie a pomoc.

Spolupráca. Priateľstvo.

Konkrétne aktivity prosociálneho správania.

4 hodín

4. ročník

Výchovný cieľ: Osvojovanie si sociálnych noriem potrebných pre každodenný život.

1. TC: Rozvoj tvorivosti a iniciatívy (4)

8 hodín

Rozvíjanie pružnosti a originality myslenia.

Vôľa a vytrvalosť pri riešení problémov.

Iniciatíva, odvaha riskovať a bohatosť nápadov ako prejavy tvorivej osobnosti.

Riešenie problémov a rozhodovanie.

2. TC: Sociálna empatia - spolucítenie s potrebami 8 h spoločnosti

10 hodín

Vnímanie potrieb školy a obce, príspevok k riešeniu. Chápanie potrieb starších a fyzicky handicapovaných ľudí.

Šťastné a bolestivé okamihy v živote jednotlivca i národa.

3. Charta práv dieťaťa

5 hodín

1. Právo na rovnosť bez rozdielu rasy, náboženstva, pôvodu a postavenia

2. Právo na zdravý, duševný a telesný rozvoj

3. Právo na meno a štátnu príslušnosť

4. Právo na výživu, bývanie a zdravotnícke služby

5. Právo na zvláštnu opateru pri telesnom, duševnom alebo sociálnom postihnutí

6. Právo na lásku, porozumenie a starostlivosť

7. Právo na bezplatné vzdelávanie, hru a zotavenie

8. Právo na prednostnú ochranu a pomoc

9. Právo na ochranu pred zanedbávaním, krutosťou a využívaním

10. Právo na ochranu pred diskrimináciou a na výchovu v duchu znášanlivosti, mieru

a bratstva

4. TC: Skupinová a komplexná prosociálnosť (10)

10 hodín

Prosociálne modely a pozitívna skupinová identita.

Vzťahy a pravidlá spolunažívania v rodine a škole.

Práca, povolanie a aktivita človeka.

Kultúra mieru.

Riadenie učebného procesu

Počet hodín uvedený v osnovách je orientačný. Učiteľ podľa potreby venuje čas jednotlivým témam. Odporúča sa v štvrtročných intervaloch zaradiť hodinu venovanú aktuálnym etickým problémom triedy a námetom podľa prania žiakov.

V prípade potreby možno spájať žiakov z viacerých tried toho istého ročníka, výnimočne aj žiakov z rozdielnych ročníkov. Pred zavedením etickej výchovy odporúčame informovať rodičov o štýle výchovy a aplikácii prosociálnosti v rodinnej výchove.

Úloha učiteľa etickej výchovy spočíva v usmerňovaní atmosféry a interakcii skupiny tak, aby mali žiaci možnosť prežívať pozitívnu skúsenosť. Na takéto zážitkové učenie sú zamerané metódy etickej výchovy, ktoré pomáhajú žiakom:

- zážitkovou formou vnímať a pochopiť etické hodnoty (senzibilizácia),
- vyskúšať a osvojiť si žiadúce formy správania (návčik v triede),
- takto získané postoje a spôsobilosti preniesť do každodenného života v rodine, škole a skupine (reálna skúsenosť).

V etape senzibilizácie preferujeme najmä didaktické hry, rozprávky, príbehy o zvieratkách, rozprávanie o svojom detstve, alebo o známych osobnostiach.

V etape návčiku žiadúceho správania v triede možno uplatniť najmä hranie rolí, v ktorých postavy realizujú želané formy správania.

V etape prepojenia so životom (reálna skúsenosť) zadávame úlohy skúmajúce, ako sa žiakom darí uskutočniť mimo triedy nacvičované spôsobilosti. Starší žiaci si môžu viesť denník pozorovaní, zbierať výstrižky a obrázky z časopisov súvisiace s preberanými témami alebo rozprávať sa s rodičmi na dané témy.

Metódy etickej výchovy nie sú zatiaľ v bežnej školskej praxi výrazne používané, preto by mali etickú výchovu učiť iba učitelia zúčastňujúci sa rekvalifikačných kurzov, špecializačného štúdia na niektorom z akreditovaných školiacich stredísk.

Predpokladom účinnosti etickej výchovy je pozitívny vzťah žiakov medzi sebou a učiteľa k žiakom. Otázky pedagogiky etickej výchovy sú podrobnejšie rozobrané v publikácii L. Lencz: Pedagogika etickej výchovy. MC Bratislava 1992

Základnou učebnicovou i metodickou literatúrou v súčasnosti sú tituly:

1. Roche-Oliver, R: Etická výchova. Bratislava. Orbis Pictus, 1992.
2. Krížová, O-Lencz L.: Zbierka aktivít z etickej výchovy III.
3. Práva dieťaťa. Bratislava, Mladé letá 1991.