

OBSAH VZDELÁVANIA

PRE 7. ROČNÍK

PRE ŽIAKOV S ŤAŽKÝM STUPŇOM MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA

K obsahu vzdelávania budú v IVP žiakov rozpracované navyše tri vyučovacie hodiny týždenne podľa individuálnych potrieb jednotlivých žiakov v daných vyučovacích predmetoch.

**ROZVÍJANIE KOMUNIKAČNÝCH
SCHOPNOSTÍ**
3 vyučovacie hodiny týždenne

CIELE

- Stimulovať komunikáciu žiaka v sociálnej interakcii,
- rozvíjať sluchovú diferenciačnú schopnosť,
- rozvíjať porozumenie reči,
- podporovať spontánne vyjadrovanie potrieb, pocitov a názorov žiaka,
- podporovať verbálnu i neverbálnu formu komunikácie žiaka,
- naučiť žiaka základy čítania.

OBSAH

Podľa individuálneho stavu/úrovne komunikačnej schopnosti žiaka stimulujeme a rozvíjame nasledovné oblasti:

Rozvíjanie sluchovej diferenciačnej schopnosti

Hry s nerečovými zvukmi, rozlišovanie rôznych druhov zvukov (zvuky zvierat, štrnganie, búchanie, šuchot, zvonček, píšťalka a pod.), rozlišovanie intenzity a smeru prichádzajúcich zvukov.

Rozlišovanie zvukov reči, rytmizovanie slabík. Rozlišovanie poradia hlások v slove.

Porozumenie reči

Komentovaním všetkých činností a pomenovávaním predmetov rozvíjame porozumenie pojmov a ich vzájomných súvislostí. Komentovanie aj takých činností a dejov, ktoré sa odohrali v minulosti. Kategorizovanie pojmov podľa daných kritérií.

Počúvanie krátkych príbehov s porozumením, podporených ilustráciami alebo dramatizáciou.

Rozvíjanie expresívnej reči

Námetové hry, pri ktorých žiak môže komentovať svoju činnosť. Vo všetkých hrách kladieme dôraz na hlasné komentovanie činnosti alebo spoločné komentovanie s pomocou učiteľky.

Vytváranie situácií z bežného života tak, aby ich mohli žiaci lepšie pochopiť a komentovať a tým si upevňovať slovnú zásobu. Jednoduché aktívne pomenovávanie predmetov a dejov v prostredí školy a rodiny, jednoduché komentovanie vykonávaných alebo prebiehajúcich činností a situácií. Tvorenie dvojslovných a trojslovných viet, slovných pomenovaní. Rozvíjanie jazykového citu. Tvorenie záporu. Tvorenie otázok v rozhovoroch spojených s konkrétnymi situáciami a v námetových hrách. Krátke jednoduché príbehy, rozvíjanie chápania časovej následnosti dejov. Vyjadrenie minulosti a budúcnosti.

Jednoduchý rozhovor, striedanie role s komunikačným partnerom, odpoveď na otázku.

Jednoduché rozprávanie zážitku alebo reprodukcia príbehu podľa obrázkov s pomocou učiteľky.

Práca s detskými ilustrovanými knihami, leporelami, pestovanie vzťahu ku knihám a k čítaniu.

Rozvíjanie schopností potrebných pre základy čítania

Diferencovanie obrázkov, symbolov alebo znakov. Schematické znázornenie slov. Rytmizovanie riekaniiek a detských pesničiek.

Rozvíjanie schopností orientácie v priestore a v rovine (chápanie a vyjadrenie polohy predmetu hore, dolu, v prostriedku; sledovanie a ukladanie prvkov v rade zľava doprava.

Pre osvojovanie čítania analyticko-syntetickou i globálnou metódou je nevyhnutné dosiahnutie určitej úrovne fonologického uvedomenia. Preto je potrebné hrovou formou rozvíjať schopnosť diferencovať zvuky reči (slabiky, hlásky a ich dĺžku).

Ak individuálne schopnosti žiaka nedovoľujú osvojovanie si všetkých tvarov písmen, odporúča sa čítanie a písanie len veľkých tlačенých písmen.

Skladanie slabík mama, mami, mame, máme.

Precvičenie hlásky a písmena l, L, skladanie slabík la, le, li, lo, lu do slov.

Čítanie dvojslabičných slov.

Osvojovanie čítania **o, O**.

Čítanie už osvojených písaných slabík. (me, mi, le, li, lo, lu)

Rozlišovanie začiatkovej hlásky v slove sluchovou analýzou.

PROCES

Žiakovi je potrebné umožniť komunikovať takou formou, pre akú má zachované schopnosti a tieto v komunikácii stimulovať a rozvíjať.

Rozvíjanie komunikačnej schopnosti sa prelína celým vyučovacím procesom a zároveň témy preberané v predmete RKS by mali byť v súlade s témami preberanými najmä v predmete *vecné učenie, rozvíjanie grafomotorických zručností a rozvíjanie sociálnych zručností*. Na hodine RKS sa učiteľ má so žiakmi zamerať na porozumenie pojmov a súvislostí a precvičovanie ich používania v komunikácii. Žiaci vzdelávaní vo variante C si v rámci predmetu RKS osvojujú aj čítanie.

Vhodnou formou aktivít je cielené vytváranie komunikačných situácií. Túto formu vyučovania možno realizovať na vyučovacej hodine alebo v bloku, v priestoroch triedy alebo v prirodzenom prostredí, ktoré súvisí s komunikačným obsahom alebo témou.

U žiakov, ktorých hovorená reč je nezrozumiteľná alebo sú úplne nehovoriaci, zaradujeme prvky AAK.

Nakoľko praktické používanie prvkov AAK si vyžaduje určitú úroveň rozvoja motorických schopností, zaradujeme medzi aktivity v predmete RKS cvičenia hrubej i jemnej motoriky, koordinačné cvičenia, hry na tréning imitácie pohybov a pod. Pre podporu výkonu hovorenej reči odporúčame zaradenie cvikov na správne dýchanie a rozvíjanie motoriky artikulačných orgánov vo forme hry, ktoré je vhodné pripravovať v spolupráci s logopédom.

**ROZVÍJANIE SOCIÁLNYCH
ZRUČNOSTÍ**
1 vyučovacia hodina týždenne

CIELE

- Rozvíjať schopnosť kooperácie so spolužiakmi,
- samostatnejšie nadväzovať, udržať a ukončiť sociálne interakcie s inými deťmi,
- osvojiť si základné pravidlá spoločenského správania,
- vedieť sprostredkovať vedomosti o sebe okoliu prijateľným spôsobom,
- vedieť pomenovať rolu osoby v rodine, v škole, v spoločnosti.

OBSAH

Osvojovanie si pravidiel spoločenského správania: vyjadrovanie súhlasu a nesúhlasu, pozdrav, prosba, poďakovanie a ospravedlnenie v sociálnych situáciách s deťmi i dospelými.

Vyjadrovanie svojich vlastných citov prijateľným spôsobom. Poznávanie a rozlišovanie kladných a záporných vlastností formou dramatického prejavu.

Osvojovanie si základných osobných údajov a ich vyjadrovanie primeranými komunikačnými prostriedkami (meno a priezvisko, bydlisko, dátum narodenia, mená súrodencov). Pomenovanie rolí osôb v rodine, v škole, v spoločnosti (rodič, učiteľ, čiark, školník, lekár a iné).

PROCES

Neustále vedieme žiakov k trpezlivosti, k schopnosti čakať na uspokojenie svojich potrieb. Rozvíjame schopnosť žiaka spolupracovať s ostatnými a v priebehu celého roka ich učíme dodržiavať základné pravidlá spoločenského správania v interakcii s rôznymi osobami. Naďalej odstraňujeme zlozvyky.

**ROZVÍJANIE
GRAFOMOTORICKÝCH
ZRUČNOSTÍ
1 vyučovacia hodina týždenne**

CIELE

- Upevňovať hygienické návyky pri písaní,
- rozvíjať psychomotorické schopnosti a jemnú pohybovú koordináciu rúk,
- rozvíjať koordináciu zrak – ruka pri písaní,
- vedieť udržať ceruzku a pero pri písaní v liniatúre.

OBSAH

Uvoľňovacie a relaxačné cvičenia horných končatín.

Obkresľovanie predkreslených geometrických tvarov.

Opakovanie nacvičených tvarov.

Upevnenie písania tvaru písmen e, m, i, o, u.

Precvičovanie písania písmena l.

Nacvičovanie písania slabík **em, im, el, il, om, um, ol, ul**.

Nacvičovanie písania písmena **a, o**.

PROCES

Pri písaní využívame rytmické riekanky, grafický záznam motivujeme a správadzame slovom.

Snažíme sa o postupné zmenšovanie a spresňovanie písaných tvarov.

Pestujeme a upevňujeme u žiakov hygienické návyky správneho sedenia pri písaní, dodržiavania optimálnej vzdialenosti očí od správne umiestneného papiera, písanky, správne a ľahko držať ceruzku a pero pri písaní.

Ak postihnutie dieťaťa znemožňuje zvládať grafomotorickú náročnosť písania, odporúčame zaradiť prácu s PC.

VECNÉ UČENIE
1 vyučovacia hodina týždenne

CIELE

- Poznať svoje osobné údaje a mená blízkych ľudí,
- orientovať sa v blízkom priestore,
- orientovať sa v čase,
- poznať ďalšie rastliny miestnej oblasti,
- poznať ďalšie zvieratá miestnej oblasti,
- orientovať sa v bežných životných situáciách.

OBSAH

Základná orientácia

Poznávanie základných osobných údajov: meno, priezvisko, vek, adresa bydliska.

Poznávanie mena a priezviska blízkych osôb.

Rozlišovanie ľudí podľa pohlavia a veku.

Orientácia v čase : názvy mesiacov.

Orientácia v priestore: pohybovanie sa v priestore podľa pokynov - von, dnu, hore, dole.

Poznávanie najbližšieho okolia školy: spoznávanie blízkych objektov.

Nácvik pravo-ľavej orientácie (pravá a ľavá ruka).

Poznávanie vlastného tela : vymenovať a ukázať na sebe a na spolužiakovi osem častí ľudského tela. Vymenovať časti ľudskej tváre (oči, uši, nos, ústa, jazyk, zuby).

Poznávanie prírody

Živá a neživá príroda.

Neživá príroda : voda, vzduch, pôda, kamene, piesok.

Živá príroda: rastliny, živočíchy, ľudia.

Rastliny: poznávanie ďalších stromov a kvetov: ihličnaté (jedľa), listnaté (lipa).

Zvieratá: poznávanie ďalších domácich (holub domáci, králik domáci) a voľne žijúcich zvierat (ryba, sova, had, žaba).

Úžitok z domácich zvierat, starostlivosť o domáce zvieratá.

Orientácia v bežných životných situáciách

Rozlišovanie dopravných prostriedkov, cestovanie v dopravnom prostriedku na dlhšiu trasu, kúpa cestovného lístka.

Nacvičovanie využívania informačných služieb k vlakom a autobusom.

Telefonovanie: poznať telefónne číslo domov, vedieť vytočiť/vytúkať číslo.

Nácvik používania mobilného telefónu.

Poznávanie telefónnych čísel tiesňového volania: 150, 155, 158.

Pošta: samostatná orientácia na pošte. Posielanie pohľadnice, listu s pomocou.

Obchod : zvládnuť jednoduchý nákup s pomocou, platenie pri pokladni s pomocou.

Oboznámenie sa s verejnými službami. Holičstvo, kaderníctvo- využitie služieb s pomocou.

Objednávanie jedla a pitia s pomocou/samostatne.

Vyhľadávanie a objednávanie ubytovania.

Nácvik privolávania lekárskej pomoci.

Návšteva detského lekára, zubného lekára, vyzdvihnutie liekov na recept s pomocou.

Nácvik ošetrovania drobného poranenia.

PROCES

Žiaci spoľahlivo rozlišujú príbuzenské vzťahy (rodičia, súrodenci, starí rodičia, strýko, teta) Naďalej upevňujeme u žiakov názvy ročných období a dní v týždni. Učia sa bezpečne orientovať v dopravnom prostriedku, v obchode, na pošte, v zdravotníckom zariadení, poznajú pojmy lekársky predpis, lieky, kartička poistenca. Poznávajú rozdiel v spôsobe nákupu v obchode s predavačom a v samoobsluže.

ETICKÁ VÝCHOVA
1 vyučovacia hodina týždenne

CHARAKTERISTIKA PREDMETU

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

Etická výchova pomáha žiakom rozvíjať svoju identitu, poznať svoje silné a slabé stránky, zároveň ich učí pochopiť a akceptovať druhých, vytvárať pozitívne vzťahy a prevziať zodpovednosť za seba. Vďaka týmto cieľom etická výchova pripravuje aj žiakov s mentálnym postihnutím na život v rodine, v skupine ľudí.

Pozitívne ovplyvňuje hodnotovú orientáciu žiaka, podporuje osvojenie si žiadúceho správania.

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

CIELE

- Osvojiť si základné komunikačné zručnosti,
- osvojiť si základy spoločenského správania,
- získať pozitívne skúsenosti podporujúce sebadôveru a iniciatívu.

OBSAH

I. Verbálna a neverbálna komunikácia

Spolupráca

Zoznámenie sa medzi sebou. Hry a aktivity podporujúce spoluprácu.

Zrakový kontakt

Uvedomiť si význam zrakového kontaktu. Hovoríme nielen slovami, ale aj očami, mimikou, výrazom tváre.

Úsmev

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

Pozdrav

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

Podanie ruky – správny stisk ruky, trvanie stisku ruky.

Otázka a prosba

Osvojiť si základné prvky komunikácie.

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

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

Poďakovanie a ospravedlnenie

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

Rozhovor

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

Počúvanie

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

Pravda a lož

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

PROCES

Snažíme sa, aby si žiaci osvojili základné spôsobilosti neverbálnej komunikácie, ako sú zrakový kontakt, úsmev a podanie ruky. Žiakov učíme, že poprosiť, poďakovať a ospravedlniť sa sú základné podmienky ľudského spolunažívania.

MATEMATIKA
2 vyučovacie hodiny týždenne

CIELE

- Vedieť tvoriť skupiny z rozličných predmetov,
- zdokonaľovať sa v zisťovaní podobnosti a rozdielov,
- vedieť sa orientovať v priestore,
- pochopiť množstvo 7.

OBSAH

Porovnávanie predmetov podľa vlastností.

Triedenie predmetov podľa vlastností: množstvo, veľkosť, farba, tvar.

Osvojovanie pojmov viac – menej - rovnako.

Orientácia v priestore: pred – za, prvý – posledný.

Číslo 7. Počítanie do 7. Čítanie a písanie číslice 7.

Priradovanie predmetov k číslu, priradovanie čísla k predmetom.

Vytváranie skupín o danom počte predmetov.

Pomenovanie a priradovanie k názvu: kruh, štvorec, obdĺžnik, trojuholník.

PROCES

Pri opakovaní a upevňovaní učiva systematicky uplatňujeme zásadu názornosti. Žiaci sa učia využívať svoje matematické poznatky prostredníctvom riešenia konkrétnych úloh, ktorých námety zodpovedajú úrovni poznania žiakov. Nacvičujeme pohotovo triediť predmety podľa jednotlivých vlastností. Učíme ich, že ten istý predmet môže mať niekoľko rozličných vlastností (farba, veľkosť, tvar).

INFORMATICKÁ VÝCHOVA
0,5 vyučovacej hodiny týždenne

CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Predmet informatická výchova má dôležité postavenie aj vo vzdelávaní žiakov s mentálnym postihnutím, pretože podobne ako matematika rozvíja myslenie žiakov.

Cieľom informatickej výchovy je viesť žiakov k pochopeniu základných pojmov, postupov a techník pri práci s počítačom.

Žiaci si prostredníctvom práce s jednoduchými edukačnými počítačovými programami určenými pre výchovu, vzdelávanie a alternatívnu komunikáciu osvojujú obsluhu počítača na elementárnej užívateľskej úrovni primerane k ich individuálnym schopnostiam. Získané zručnosti im v praktickom živote uľahčia spôsob komunikácie.

Tieto zručnosti žiaci upevňujú v medzipredmetových vzťahoch pri práci so špeciálnymi edukačnými programami, ktoré sú ľahko ovládateľné – jednou alebo dvoma klávesami, môžu ich používať aj žiaci s narušenou motorikou rúk.

Odporúčame podľa možností školy, aby mali žiaci vzhľadom k ich individuálnym schopnostiam špeciálne pomôcky pre ovládanie PC ako sú rôzne tlačidlá, držiaky tlačidiel, klávesnice s veľkými aktívnymi plochami, dotykové monitory, polohovacie zariadenia, ktoré nahrádzajú klasickú myš a rôzne komunikátory. Sú vhodné aj pre žiakov s viacnásobným postihnutím.

CIELE

- Oboznámiť sa s počítačom, monitorom, myšou, klávesnicou,
- vedieť zapnúť/ vypnúť počítač s pomocou,
- vedieť pracovať s myšou a klávesnicou s pomocou,
- oboznámiť sa s jednoduchým edukačným programom a hrou.

OBSAH

Oboznámenie sa s počítačom: - poznávanie jednotlivých častí počítačovej zostavy (PC, monitor, klávesnica, myš) - ovládanie klávesnice a myši s pomocou.

Ovládanie jednoduchej hry: - pustenie / ukončenie hry s pomocou.

Práca v jednoduchom grafickom editore pre deti: - kreslenie vlastných obrázkov, obrázkov podľa návodu - kreslenie voľnou rukou i s použitím nástrojov editora (podľa individuálnych možností žiaka).

Práca s edukačným programom: - na rozvíjanie vnímania, pozornosti, pamäti, myslenia, jemnej motoriky, koordinácie pohybov - na rozvoj slovnej zásoby, základov počítania a iné - pre alternatívnu a augmentatívnu komunikáciu.

PROCES

Podľa individuálnych možností jednotlivých žiakov používame jednoduché programy, ktoré sú ľahko ovládateľné. Ich výber prispôbíme primerane schopnostiam žiaka. Žiaci pracujú s pomocou učiteľa s ohľadom na ich stupeň postihnutia.

PRACOVNÉ VYUČOVANIE
2,5 vyčovacej hodiny týždenne

CIELE

- Upevňovať samostatnosť pri hygienických návykoch,
- upevňovať samostatnosť pri sebaobslužných činnostiach,
- upevňovať samostatnosť pri stravovacích návykoch,
- osvojiť si základné pracovné zručnosti pri práci v domácnosti,
- osvojiť si základné pracovné zručnosti pri práci v dielni,
- vedieť rozlišovať rôzne materiály a pracovné náradie.

OBSAH

Sebaobslužné činnosti

Upevňovanie samostatnosti pri osobnej hygiene, používaní hygienických potrieb a úprave zovňajšku.

Osvojovanie hygienických návykov bez pomoci.

Spol'ahlivé rozlišovanie toaliet.

Obliekanie a vyzliekanie bez pomoci.

Spol'ahlivé rozlišovanie poradia obliekania jednotlivých častí odevov.

Obúvanie a vyzúvanie bez pomoci.

Zapínanie a rozopínanie gombíka, používanie zipsu a patentov.

Fixácia správnych stereotypov pri stolovaní.

Samostatné používanie lyžice, používanie ostatného príboru samostatne/ s pomocou.

Práce v domácnosti

Udržiavanie poriadku v hračkách, školských pomôckach, osobných veciach.

Pozbieranie odpadkov do koša.

Zametanie podlahy. Vynášanie odpadkov.

Umytie umývadla, čistenie zrkadla.

Základy stolovania. Samostatné prestieranie: plytký a hlboký tanier, príbor.

Umývanie, utieranie a odkladanie riadu na určené miesto.

Hygiena stola po jedle.

Príprava raňajok: natieranie masla, džemu, pomazánky na chlieb a pečivo.

Príprava obloženého chlebíka: maslo, saláma, paprika, paradajka, uhorka, reďkovka.

Ohrievanie mlieka, kakaa v mikrovlnnej rúre – obsluha spotrebiča.

Príprava čaju pomocou varnej kanvice, ochutenie čaju (cukor, med, citrón), nalievanie do hrnčekov.

Servírovanie čajového pečiva.

Manipulácia so sporákom: varenie vajička.

Práce v dielni

Strihanie papiera, nalepovanie, zlepovanie, koláž.

Strihanie textilu podľa predlohy, lepenie textilu, koláž.

Skladanie jednoduchej mozaiky.

Navliekanie menších korálok.

Práce s rôznym materiálom.(namotávanie vlny na cievku, spletie špagátikov, strihanie povrázok, ukladanie roztriedeného materiálu do škatúl a zásuviek)

Rozoznávanie materiálov: papier, textil, drevo, kov.

Poznávanie vlastností dreva.

Rozoznávanie a pomenovanie náradia: kladivo, píłka, kliešte, pilník.

PROCES

Materiály učíme žiakov rozoznávať na predmetoch každodennej potreby, na predmetoch, ktoré ich bezprostredne obklopujú. Upevňujeme u žiakov zásady bezpečnosti pri práci s nožnicami, príborom, pri obsluhu kuchynských spotrebičov. Pri výbere prác zohľadňujeme individuálne schopnosti a možnosti žiaka.

VÝTVARNÁ VÝCHOVA
1 vyučovacia hodina týždenne

CIELE

- Rozvíjať a dopĺňať získané poznatky a výtvarné zručnosti,
- rozvíjať priestorovú orientáciu,
- učiť sa znázorniť postavu,
- vedieť určiť farby charakteristické pre určité predmety alebo javy,
- spolupracovať pri príprave materiálu a pri upratovaní pracovného priestoru.

OBSAH

Kresba (ceruza, rudka, fixka, suchý pastel, voskový pastel)

Kreslenie predmetov a javov charakteristických farieb (slnko, tráva, obloha, voda, pôda).

Kreslenie pomocou predtlaču.

Kresba ľudskej postavy; zobrazovanie seba a blízkej osoby.

Kresba podľa predlohy.

Maľba (tampón, drievko, akvarelové farby, tempery)

Experimentovanie s vlastnosťami farieb a ich možnosťami, sledovanie tvorenia nových farieb a odtieňov (otlačanie korku, zemiakového tlačidla, štetca).

Jednoduché členenie plochy s využitím farby a línie, maľovanie štetcom hustou sýtou farbou, vypĺňanie plochy medzi líniami farby.

Rozpíjanie, zapúšťanie do vlhkého podkladu.

Modelovanie (hlina, cesto, plastelína, modurit a iné modelovacie materiály)

Modelovanie základných tvarov: guľka, valček, placka.

Modelovanie tvarov jednoduchých predmetov: ovocie, zelenina (vyťahovaním z jedného kusa modelovacieho materiálu), miska, košík, hniezdo (točením ušľahaného valčeka, splošťovaním gule primeraným tlakom dlane, ohýbaním a vyťahovaním okrajov).

PROCES

Tematicky kreslíme na základe citových impulzov a citových vzťahov k blízkym osobám, miestam a veciam (mama, rodičia, súrodenci, starí rodičia, moje hračky, náš dom). Učíme žiakov kresbou zobrazovať postavu a postupne zobrazovať niektoré dôležité detaily: ruky, detaily hlavy, tváre, krku, tela. Intuitívne výtvarne vyjadriť svoj vzťah k tejto postave. V kresbe učíme naznačovať prostredie, v ktorom sa odohráva dej (strom, slnko, dom). Pri maľbe vyberáme také témy, pri ktorých sa uplatňuje farebná plocha a farebný kontrast.

HUDOBNÁ VÝCHOVA
1 vyučovacia hodina týždenne

CIELE

- Rozvíjať sluchové vnímanie spievaného slova,
- rozlišovať niektoré hudobné nástroje,
- osvojiť si jednoduché piesne a hudobno-pohybové hry,
- pohybom vedieť vyjadrovať výrazné dynamické kontrasty (silno-slabo).

OBSAH

Rozlišovanie tempa, rytmu piesne alebo inštrumentálnej skladby.

Na základe sluchového vnímania adekvátne reagovať pohybom na charakteristické zvuky: jednoduché pohyby rúk, prirodzený pohyb v priestore – chôdza, beh, poskoky, cval, elementárna pohybová improvizácia.

Rytmizácia jednoduchých detských piesní tleskaním, vytŕukávaním, hrou na telo.

Rytmické cvičenia s využitím Orffovho inštrumentária (ozvučné drierka, bubon, triangel, činely).

Rozlišovanie tónov hudobných nástrojov bubon – klavír – trúbka - husle.

Počúvanie jednoduchých detských piesní a hudobných skladieb rôzneho žánru (napríklad uspávanka, pochod).

Osvojovanie si jednoduchých piesní: Maličká som, Kukulienka, Červené jablčko, Zahrajte mi muzikanti, Sláviček, Ty a ja, Javorová brána, Malí muzikanti, Konvalinka, Šli dievčence vence viť a iné.

PROCES

Spájame hudbu s pohybom, aby sme dosiahli hlbšie citové prežívanie hudby. Rozvíjame prirodzenú schopnosť detí vyjadriť hudbu pohybom. Pohybové reakcie na hudbu usmerňujeme tak, aby sa približovali k ladnejšiemu prejavu. S oporou o hlas učiteľky učíme žiakov na základe napodobňovania spievať prirodzene, plynule a s primeranou hlasitosťou.

ZDRAVOTNÁ TELESNÁ VÝCHOVA
3 vyučovacie hodiny týždenne

CIELE

- Zvyšovať samostatnosť pri vykonávaní pohybových aktivít,
- zlepšovať správnu koordináciu pohybov,
- zlepšovať schopnosť sebakontroly,
- vedieť dodržiavať poradie v skupine,
- zvýšiť úroveň základných pohybových schopností,
- automatizovať už zvládnuté pohyby,
- posilňovať vôľové vlastnosti k prekonávaniu prekážky spojenej s fyzickou námahou.

OBSAH

Pohybové hry zamerané na uvedomenie si telesnej schémy.

Chôdza: upevňovanie správneho držania tela, vyrovnaný chrbát.

Chôdza v zástupe za učiteľom, po čiare, po lane.

Prekračovanie nízkych prekážok pri chôdzi, chôdza v nerovnom teréne.

Nácvik rytmickej chôdze s udávaním tempa, s hudobným sprievodom.

Chôdza po schodoch hore a dolu striedavo ľavou, pravou nohou, s ľahkým predmetom v ruke.

Chôdza po špičkách.

Prekračovanie vhodných prekážok.

Chôdza po šikmej a zvýšenej rovine.

Lezenie: po kolenách smerom vpred, po vizualizovanej trase.

Podliezanie a preliezanie vhodných prekážok.

Podliezanie napnutého švihadla.

Lezenie na zvislý a šikmý rebrík do výšky 1 m, sklz v sede a v ľahu na chrbte.

Beh: beh daným smerom po priamej dráhe, beh v zástupe.

Vybehnutie na daný signál zo stoja k danému cieľu.

Voľné behanie v priestore určeným smerom, zmena smeru behu, orientácia v priestore.

Využívanie behu pri naháňačkách s jednoduchými pravidlami.

Skoky: poskoky na mieste, znožmo i striedavo, daným smerom.

Skok z miesta, skok cez lano na zemi, preskok napnutej gummy do výšky 15 – 20 cm s pomocou.

Preskakovanie nízkych prekážok v chôdzi.

Výskok z miesta k zavesenému predmetu.

Zoskok z výšky 15 – 20 cm na mäkkú podložku s pomocou, bez pomoci.

Nácvik skoku do diaľky: preskok medzery medzi dvoma žienkami bez rozbehu, s krátkym rozbehom.

Hádzanie a chytanie: chytanie lopty gúľajúcej sa po zemi, po šikmej ploche, chytanie hodenej lopty.

Nadhadzovanie a chytanie lopty na mieste i v chôdzi, prehadzovanie lopty cez nízke prekážky.

Vyhadzovanie lopty do výšky pravou, ľavou aj oboma rukami.

Hod lopty do diaľky horným oblúkom, do terča, do koša (oboma rukami zo vzpaženia, aj jednou rukou od pleca).

Hádzať loptu o zem, aby sa odrazila šikmo, kolmo. Prihrávky vo dvojiciach. Nácvik kopu do lopty.

Kolektívne hry s využitím lopty.

Sezónne činnosti:

V zimnom období hry na snehu, chôdza po klzkej ploche, kĺzanie na snehu, na ľade, šmýkanie, sánkovanie, bobovanie z mierneho svahu.

V jarnom a letnom období turistika.

Odporúča sa plávanie žiakov (podľa možností školy).

PROCES

Zdravotné cviky obmieňame používaním rôzneho náčinia. Dychové cvičenia spájame so striedaním napätia pri nádychu a uvoľnenia tela pri výdychu. Dbáme, aby sa žiaci nadychovali nosom. Snažíme sa žiakov viesť k ostražitosti pri cvičení a dodržiavaní vlastnej bezpečnosti aj bezpečnosti ostatných žiakov.