

OBSAH VZDELÁVANIA

7.ročník

PRE ŽIAKOV SO STREDNÝM STUPŇOM MENTÁLNEHO POSTIHNUTIA

SLOVENSKÝ JAZYK A LITERATÚRA

4 vyučovacie hodiny týždenne

- Čítanie 2 hodiny**
- Písanie 1 hodina**
- Literárna výchova a sloh 1 hodina**

CIELE

- Osvojiť nácvik písania ďalších veľkých písmen,
- zvládnuť opis ľahkého textu,
- osvojiť si čítanie slov s dvojhĺskami,
- naučiť sa čítať ľahký text s porozumením,
- zvládnuť písanie jednoduchej vety,
- naučiť sa počúvať a rozprávať najznámejšie jednoduché rozprávky,
- naučiť sa písanie veľkých písmen na PC,
- naučiť sa písanie a čítanie jednoduchej vety prostredníctvom PC,
- upevňovať čitateľské kompetencie žiakov.

OBSAH

Čítanie

Čítanie slov, viet a ľahkých obsahovo primeraných textov.

Čítanie slabík a slov s dvojhĺskami **ia, ie, iu, ô; ä, ř, í.**

Čítanie nápisov, názvov článkov v novinách, prípadne detských kníh.

Čítanie písaného textu. Čítanie slabík a slov, ktoré žiaci sami napíšu.

Čítanie jednoduchej vety prostredníctvom PC.

Opakovať a upevňovať čítanie.

Literárna výchova, sloh

Rozširovanie osobného frekvenčného jazyka o slová s písmenami nacvičovanými v tomto ročníku.

Počúvanie a prerozprávanie rozprávky založenej na jednoduchom časovom rade opakovaných a obmieňaných dejov.

Jednoduchá formulácia odpovedí na otázky z počutého, z čítaného textu.

Písanie

Nácvik písania **ia, ie, iu, ô, ä, ř, í.**

Nácvik písania veľkých písmen **D, F, T, H, K.**

Písanie slabík a ľahkých dvojslabičných slov podľa diktátu.

Prepis čítaných slov, písanie vlastného mena, dátumu narodenia, adresy.

Písanie jednoduchých viet. Individuálne docvičovanie písmen, ťažkých väzieb.

Nácvik písania prebraných písmen, slov, jednoduchých viet na PC.

PROCES

Učíme žiakov počúvať a vnímať krátky príbeh, pokúšame sa o jednoduchú dramatizáciu (s plošnými bábkami, s maňuškami), prípadne ilustráciu počutého príbehu.

Pozorného detského poslucháča vychovávame aj prostredníctvom návštevy detského bábkového divadla. Prostredníctvom zážitkov, ktoré literatúra poskytuje, upevňujeme citový vzťah k rodine, k domovu, k rodnému kraju.

**ROZVÍJANIE KOMUNIKAČNÝCH
SCHOPNOSTÍ**

2 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.

OBSAH

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

Rozvíjanie sluchovej diferenciačnej schopnosti

Rozlišovanie zvukov reči, rytmizovanie slabík, rozlišovanie počtu a dĺžky slabík v slove, rozlišovanie prvej a poslednej hlásky v slove.

Porozumenie reči

Komentovaním všetkých činností a pomenovávaním predmetov rozvíjame porozumenie pojmov a ich vzájomných súvislostí.

Pri hrách sa odporúča používať primerané ilustrácie a obrázky.

Rozvíjanie expresívnej reči

Námetové, edukačné a konštrukčné hry, pri ktorých žiak môže komentovať svoju činnosť.

Vo všetkých hrách kladieme dôraz na hlasné komentovanie činnosti alebo spolukomentovanie 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. Jednoduché rozprávanie zážitku alebo príbehu podľa obrázkov. Práca s detskými ilustrovanými knihami, leporelami, pestovanie vzťahu ku knihám, k čítaniu.

Výmena rolí v rozhovore.

Dramatizácia krátkych príbehov.

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 *Slovenský jazyk a literatúra a Vecné učenie*. Na hodine RKS sa učiteľ má so žiakmi zamerať na porozumenie pojmov a súvislostí a precvičovanie ich používania v komunikácii.

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. Odporúčame rozširovať vytváranie

komunikačných situácií a okruh komunikačných partnerov aj do prostredia mimo školy a rodiny, napr. komunikácia v obchode, na pošte, na stanici a pod.
U žiakov, ktorých hovorená reč je nezrozumiteľná alebo sú úplne nehovoriaci, zaradujeme prvky alternatívnej a augmentatívnej komunikácie (AAK).

VECNÉ UČENIE

3 vyučovacie hodiny týždenne

CIELE

- Vedieť sa orientovať sa v širšom okolí školy,
- rozlišovať charakteristické znaky ročných období,
- vedieť určiť pojmy v priestore a orientovať sa podľa nich,
- vedieť rozlišovať domáce zvieratá a poznať úžitok z nich,
- poznať dopravné prostriedky a základné pravidlá cestnej premávky pre chodcov,
- poznať niektoré druhy zamestnaní.

OBSAH

Škola a okolie školy

Poznávanie názvov bližších ulíc v okolí školy. Orientácia v širšom okolí školy.

Poznávanie budov v okolí školy. Upresňovanie pojmov.

Zariadenie školy, ochrana školského majetku. Učitelia a žiaci.

Orientácia v čase a v priestore

Opakovanie pojmov včera, dnes, zajtra, teraz, potom, skôr, neskôr.

Pojmy: toho roku, vlani, budúci rok.

Kalendár : dni, týždne, mesiace, určovanie a písanie dátumu.

Dátum narodenia.

Určovanie času na celé hodiny.

Určovanie miesta: vpredu, vzadu, blízko, ďaleko, vpravo, vľavo.

Príroda

Upevnenie učiva: ročné obdobia v prírode. Rozlišovať sad, záhradu, park, pole.

Určovanie počasia, tvorenie záznamu o počasí symbolmi.

Živá príroda.

Zvieratá

Chov dobytka: krava, býk, teľa, ovca, baran, jahňa.

Kravín, maštal', chliev.

Starostlivosť o zvieratá. Úžitok z chovu zvierat.

Vzťah človeka k zvieratám.

Rastliny

Listnaté stromy: dub, pagaštan.

Ihličnaté stromy: smrekovec opadavý, jedľa.

Okrasné kry: zlatý dážď, orgován, šípová ruža, tuja.

Izbové rastliny napr.: muškát, fikus, begónia, kaktus, asparágus a iné.

Starostlivosť o zdravie

Prehlbovanie poznatkov o ľudskom tele.

Vnútorne orgány človeka: mozog, srdce, pľúca, žalúdok, obličky a ich funkcie.

Najbežnejšie ochorenia, ich príznaky. Ošetrovanie chorého v rodine.

Praktické precvičovanie ošetrovania odreniny, drobnej reznej rany.

Rodina, obec

Zamestnanie rodičov.

Najbežnejšie zamestnania (predavač, kuchár, pekár, vodič, poštový doručovateľ, upratovačka, lekár, zdravotná sestra, učiteľ a iné). Pozorovanie práce ľudí.

Úcta k ľudskej práci a jej produktom.

Dedina, mesto, kde žiaci žijú. Významné závody, pamiatky, rieka, pohorie, vodná nádrž – všetko s ohľadom na miestne podmienky. Doprava v meste, susedná obec.

Doprava, pravidlá cestnej premávky

Pozemné dopravné prostriedky: auto, autobus, vlak, električka, trolejbus.

Cestovanie a správanie sa v dopravných prostriedkoch. Uvoľnenie miesta starším osobám.

Cestovanie autom.

Zvukové a svetelné znamenia, podľa ktorých sa usmerňuje pohyb vozidiel.

PROCES

Pri učive o listnatých a ihličnatých stromoch precvičujeme rozoznávanie už prebratých stromov (breza, lipa, vŕba, topol, smrek, borovica) a prehľbujeme poznatky o nich.

Učitelia oboznamujú žiakov s tými izbovými rastlinami, ktoré sa v škole pestujú.

Podľa miestnych podmienok sa žiaci v rámci exkurzie zúčastňujú pozorovania práce ľudí v jednotlivých povolaniach. Pozorujú prostredie, kde sa chová dobytok.

ETICKÁ VÝCHOVA

1 vyučovacia hodina týždenne

CIELE

- Osvojiť si základné postoje, ktoré podmieňujú kultivované dospievanie,
- učiť sa obhájiť svoje práva a názory,
- učiť sa kultivovane prejavíť svoj názor,
- chápať pozitívne hodnoty priateľstva, lásky, manželstva a rodiny.

OBSAH

I. Objavenie vlastnej jedinečnosti a identity

Veľkosť a dôstojnosť ľudskej osoby, úcta k človeku.

Poznať svoje silné a slabé stránky, pozitívne a negatívne vlastnosti.

Zdravé sebavedomie.

Prijať sám seba aj so svojimi nedostatkami a rozhodnúť sa pracovať na sebe.

Rovnakú šancu dávať iným.

II. Byť sám sebou, vedieť obhájiť svoje práva a názory

Vedieť sa presadiť a obhájiť v rôznych situáciách.

Opýtať sa prečo, vedieť odmietnuť, vysloviť sťažnosť, vysvetliť svoje názory, požiadať o láskavosť, vysloviť návrh, čeliť manipulácii a tlaku skupiny.

Uplatňovanie asertívneho správania v každodennosti.

III. Prosociálnosť ako zložka vlastnej identity

Vzťah k druhým.

Vzájomná úcta pri komunikácii: pekne sa oslovovať, pozdraviť sa, počúvať sa navzájom.

Úcta k vzájomným požiadavkám, vďačnosť za vykonané dobro: poprosiť, poďakovať.

Vzájomná pomoc medzi spolužiakmi i členmi rodiny.

Rozvíjanie vlastnej identity v interakcii s druhými, ochota odpúšťať a požiadať o odpustenie.

Slobodné prijatie záväzkov a vernosť k nim ako predpoklad zrelosti – prijímanie úloh v rodine, v žiackom kolektíve, v záujmových skupinách.

IV. Etické aspekty vzťahu k vlastnej rodine

Hlbšie poznanie vlastnej rodiny – ako poznám svoju matku, svojho otca, súrodencov.

Uplatňovanie sociálnych zručností v rámci rodiny – byť empatickým, otvorene a citlivo komunikovať, byť asertívnym.

Reflexia nad vlastnou kritickosťou v rodine.

Rešpektovanie pravidiel hry (práva a povinnosti) v rodine.

V. Etické aspekty integrovania sexuálnej zrelosti do kontextu osobnosti

Rozvíjanie sexuálnej identity.

Vzťahy medzi chlapcami a dievčatami.

Priateľstvo a láska.

Utváranie predstáv o budúcom partnerovi.

„Zázrak života“ – počatie a prenatálny život ľudského plodu.

Rozpor medzi pohlavnou a psychosociálnou zrelosťou.
Predčasný sexuálny styk, jeho príčiny a dôsledky.
Neprijateľná iniciatíva iných - sexuálne zneužívanie detí.

VI. Vzťah k starým, k chorým a k osobám so špecifickými potrebami

Rozvoj empatie, komunikácie s vyššie spomínanými ľuďmi.

Ochota chápať ich potreby, ale aj vidieť ich možnosti a bohatstvo, ktoré môžu odovzdať ostatným.

PROCES

Učíme žiakov uvedomovať si hodnoty rodiny, vedieť vyjadriť, čo sa im na ich rodine najviac páči, čo by mohli urobiť pre lepšie vzťahy v rodine. Vedeť ich ku kultivovanému správaniu voči osobám iného pohlavia, uvedomovaniu si svojej sexuálnej identity, chápaniu hodnoty priateľstva a lásky. Učíme žiakov ako odmietnuť neprijateľnú iniciatívu iných k sexuálnemu zneužitiu. Všetky aktivity na hodinách etickej výchovy realizujeme so zreteľom na mentálnu úroveň žiakov.

MATEMATIKA

3 vyučovacie hodiny týždenne

CIELE

- Utvrdiť počtové výkony sčítania a odčítania v obore do 20 s prechodom cez základ,
- utvrdiť súvislosti medzi sčítaním a odčítaním,
- vedieť vymenovať stúpajúci a klesajúci číselný rad a doplniť čísla v číselnom rade,
- pri písaní čísel rozvíjať vytrvalosť a húževnatosť,
- vedieť rozlíšiť geometrické tvary trojuholník, štvorec, obdĺžnik, kruh,
- vedieť určovať čas na polhodiny.

OBSAH

Numerácia v obore do 100.

Počítanie po desiatkach do 100, číselný rad do 100.

Čítanie a písanie čísel do 100.

Sčítanie a odčítanie násobkov čísla 10.

Opakovanie a utvrdenie sčítania a odčítania v obore do 20 s prechodom cez základ.

Manipulácia s peniazmi.

Počítanie s mincami 1 €, 2 € a bankovkami 5 €, 10 €, 20 €, 50 €.

Počítanie s kalkulačkou.

Praktické oboznamovanie sa s pojmami **polovica**, **štvrtina** na predmetoch a kresbách.

Počtový zápis $\frac{1}{2}$, $\frac{1}{4}$.

Určovanie času na polhodiny.

Dĺžkové miery 1m a 1 cm.

Rysovanie čiar, meranie na cm.

Precvičovanie poznávania rovinných obrazcov (trojuholník, štvorec, obdĺžnik, kruh).

Poznávanie geometrických telies medzi predmetmi každodenného života : kocka.

PROCES

Matematické vedomosti a zručnosti sa budujú podľa individuálnych schopností žiaka, systematicky sa uplatňuje zásada názornosti. Žiakov učíme využívať svoje matematické poznatky pri riešení praktických úloh.

INFORMATICKÁ VÝCHOVA

1 vyučovacia hodina 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 možnosti 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.

CIELE

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

OBSAH

Oboznámenie sa s počítačom:

- poznávanie / pomenovanie jednotlivých častí počítačovej zostavy (PC, monitor, klávesnica, myš)
- ovládanie klávesnice a myši samostatne, alebo s pomocou.

Ovládanie jednoduchej hry:

- pustenie / ukončenie hry samostatne alebo s pomocou.
-

Práca v jednoduchom grafickom editore pre deti:

- kreslenie vlastných obrázkov, obrázkov podľa návodu
- kreslenie voľnou rukou i s použitím nástrojov editora.

Práca s edukačným programom:

- na rozvíjanie vnímania, pozornosti, pamäti, myslenia, koordinácie pohybov
- na rozvoj slovnej zásoby, základov počítania a iné
- pre alternatívnu a augmentatívnu komunikáciu.

PROCES

Podľa individuálnych možností jednotlivých žiakov používame programy, ktoré sú ľahko ovládateľné. Napríklad edukačné programy: Altík, Altíkove úlohy, Brepta, Méd'a – farby a tvary, Méd'a a obrázky, Méd'a počíta, Pasívne sledovanie – klikaj a sleduj, Catch me – program určený na nácvik ovládania štandardnej i alternatívnej počítačovej myši; Cirkus šaška Tomáša a iné. Žiaci pracujú s pomocou učiteľa s ohľadom na ich stupeň postihnutia.

PRACOVNÉ VYUČOVANIE
5 vyučovacích hodín týždenne

CIELE

- Osvojiť si správne pomenovanie nástrojov a stavebnícových častí,
- oboznámiť sa s obsluhou žehličky, ručného krájača chleba,
- oboznámiť sa s postupom ošetrenia drobného poranenia,
- osvojiť si ľahký pracovný postup,
- osvojiť si ďalšie manuálne zručnosti pri práci s drevom,
- rozvíjať schopnosť účelne spracúvať materiál.

OBSAH

Sebaobslužné činnosti

Precvičovanie samostatnosti pri osobnej hygiene: umývanie rúk, tváre, sprchovanie celého tela, čistenie zubov.

Precvičovanie samostatnosti pri sebaobslužných činnostiach: obliekanie, vyzliekanie, ukladanie častí odevov a obuvi na určené miesto, používanie vreckovky, úprava účesu, používanie príboru a riadu pri stolovaní a ich odkladanie.

Práce v domácnosti

Upratovanie, utieranie prachu z nábytku, zametanie a umývanie podlahy.

Ustlanie postele, skladanie pyžama.

Pranie a sušenie spodnej bielizne, vreckoviek.

Oboznámenie sa s obsluhou žehličky, poučenie o bezpečnosti pri práci s elektrickým spotrebičom, žehlenie vreckoviek.

Krájanie chleba ručným krájačom, nožom.

Natieranie chleba, sendviča, vianočky, žemle - maslom, džemom, medom, nátierkou, paštétou.

Krájanie a servírovanie zeleniny (rajčiny, papriky, uhorky, reďkovky).

Varenie: príprava čaju, mlieka, kakaa, bielej kávy. Vajíčko natvrdo a namätko. Príprava nátierky, obložených chlebičkov. Varenie polievok, zemiakov. Pečenie jednoduchého hrnčekového koláča, pizze z polotovaru, medovníkov a lineckého pečiva z vopred pripraveného cesta.

Šitie: prišívanie gombíka, patentky, háčka. Vyšívanie na perfor. papier /podľa schopností žiakov /
Ošetrovanie rany – odrenina, rezná rana, popáleniny.

Práce v dielni

Práce s drobným materiálom

Zdokonaľovanie praktických činností s náročnejšími úlohami.

Zaväzovanie mašle. Prepichovanie prírodnín a iných predmetov, navliekanie na niť.

Výroba náhrdelníkov, náramkov; mozaiky a koláže z rozličných materiálov.

Zvieratká z plodov.

Zvyšovanie požiadaviek na presnosť práce.

Práce s papierom a kartónom

Vystrihovanie papiera podľa predkreslenej línie.

Obkresľovanie šablóny a vystrihovanie tvarov.

Vystrihovanie ozdôb, skladačiek, pásových vystrihovačiek, výroba záložky.

Výroba mozaiky z farebného papiera.
Lepenie a prekladanie papiera. Používanie dierkovača a zošívачky.

Práce s textilom

Navliekanie nite do ihly, uzlík.
Prišívanie gombíka na textil.
Strihanie textilu na koláž, jednoduchá koláž z rozličného materiálu.
Jednoduchý steh.

Práce s drevom

Utvrdenie učiva : povrchová úprava dreva, zatĺkanie a vyťahovanie klinev.
Stĺkanie a zlepovanie rôznych materiálov.
Vrtanie dier do dreva pomocou vrtákov.
Spájanie dreva skrutkami. Práca so skrutkovačom.
Poučenie o bezpečnosti pri práci s náradím.

Montážne a demontážne práce

Zostavovanie modelov z konštrukčných stavebníc.
Demontáž modelov, ukladanie súčiastok do škatúl.
Modely podľa stavebnicových predlôh.
Osvojenie si názvov stavebnicových častí a nástrojov.

Pestovateľské práce

Ošetrovanie izbových rastlín.
Príprava pôdy: rýľovanie, hrabanie, úprava hriadok.
Siatie a sadenie zeleniny podľa miestnych podmienok.
Pletie záhonov, prihnojovanie, zavlažovanie.
Pestovanie trvaliek a starostlivosť o ne.
Zber úrody a jej uskladnenie na zimu.
Pozorovanie rastu rastlín v črepníkoch a okrasných rastlín v parkoch.

PROCES

Nakoľko sú veľké rozdiely v úrovni rozvoja motoriky žiakov, vyučujúci to zohľadňuje pri výbere úloh v jednotlivých činnostiach. Ustavične opakujeme názvy pracovných nástrojov a učíme žiakov poznať ich funkciu. V praktických činnostiach oboznamujeme žiakov s vlastnosťami dreva a porovnávame ich s vlastnosťami papiera, kartónu a látky.

SVET PRÁCE

1 vyučovací hodina týždenne

CHARAKTERISTIKA PREDMETU

Cieľom predmetu je oboznámiť žiakov so stredným stupňom mentálneho postihnutia so svetom práce, rôznymi povolaniami ľudí, naučiť ich elementárnej orientácii v povolaniach ľudí, s ktorými sa dostanú do bezprostredného styku vo svojom živote.

Učíme ich vážiť si prácu každého človeka.

Z charakteru postihnutia žiaka vyplýva, že tieto informácie žiakovi poskytujeme cez konkrétne, praktické ukážky práce. Preto sú súčasťou vyučovania tohto predmetu vychádzky a exkurzie, pri ktorých žiaci získavajú konkrétne poznatky z rôznych odborov pracovnej činnosti.

V nižších ročníkoch realizujeme vyučovanie vychádzkami a pozorovaním práce v najbližšom okolí (obchody, zdravotné strediská, nemocnica, lekáreň, pošta, banka), vo vyšších ročníkoch exkurziami na mestský/obecný úrad, do vzdialenejších firiem, podnikov, prevádzok v oblasti služieb a poľnohospodárskych družstiev.

Pri plánovaní exkurzií odporúčame spolupracovať s výchovným poradcom.

CIELE

- Získať základné informácie o povolaniach v najbližšom okolí,
- oboznámiť sa s charakteristikou práce, pracovnými podmienkami a uplatnením v jednotlivých povolaniach na elementárnej úrovni, primeranej k chápaniu žiakov,
- naučiť žiakov vážiť si prácu iných ľudí,
- rozvíjať kladný vzťah k práci.

OBSAH

Povolania v oblasti obchodu a spoločného stravovania

Návšteva obchodu v blízkom okolí – pozorovanie práce zamestnancov obchodu.

Malometrážne predajne, supermarket, hypermarket (podľa miestnych možností).

Predavač, pokladník, skladník, vedúci predajne, aranžér výkladov.

Návšteva školskej kuchyne – pozorovanie práce kuchárky a pomocného personálu.

Návšteva bufetu, cukrárne, reštaurácie.

Návšteva drogérie, samoobsluhy.

Prostredníctvom internetu získavať informácie o povolaniach v oblasti obchodu, spoločného stravovania.

PROCES

V každom povolaní žiakom približujeme na elementárnej úrovni štyri charakteristické znaky: pracovnú činnosť (ako pracuje), pracovné prostredie (kde pracuje), pracovné prostriedky (s čím pracuje) a pracovné ciele, objekty (čo je cieľom práce, o čo sa stará).

Snažíme sa, aby si žiaci osvojili vedomosti v oblasti sveta práce, ktoré dokážu využiť v osobnom živote. Pripravujeme ich v praktickom živote na integráciu do spoločnosti s ohľadom na ich mentálnu úroveň

VÝTVARNÁ VÝCHOVA
1 vyučovacia hodina týždenne

CIELE

- Spresňovať, rozvíjať a obohacovať získané zručnosti v základných výtvarných technikách,
- pestovať vkus a zmysel pre farebnosť,
- rozvíjať obrazotvornosť, fantáziu a spontánny prejav žiaka,
- zdokonaľovať schopnosť kresby postavy a uplatňovať ju v kompozícii tematických prác,
- rozvíjať predstavivosť a tvorivosť pri výtvarnom vyjadrení figúr zo známych rozprávok.

OBSAH

Kresba (drievko, perko – tuš, voskový pastel, ceruza, krieda, rudka, suchý pastel, fixka)
Čo sa mi páči, čo mám rád, čo rád kreslím (zmenšovanie alebo zväčšovanie zvoleného tvaru).
Výtvarné vyjadrenie ľudskej postavy. Pokus o odlišenie mužskej, ženskej a detskej postavy.
Zobrazovanie ľudských a zvieracích figúr zo známej rozprávky, dotváranie pozadia - koláž, kombinácia techník.

Maľba (akvarelové farby, tempery, štetec, drievko, suchý a masťný pastel) Zachytenie reality, proporcionalita jednotlivých častí k celku (napr. zobrazovanie dopravných prostriedkov, domov a iné).

Využívanie kontrastu studených a teplých farieb pri zobrazovaní prírodnín a predmetov dennej potreby.

Dotváranie pozadia mozaiky alebo koláže maľbou (napr. ryba, slnečnica a iné).

Modelovanie (hlina, plastelína, modurit, cesto) Priestorové geometrické tvary rôznych veľkostí (guľa, valec, kocka).

Vytáňovaním modelovacieho materiálu tvarovanie zvieracích a ľudských figúr.

Tvarovanie jednoduchých nádob (tanierov, misiek) z gule jej stláčaním dlaňou a vytláčaním prstami.

PROCES

V procese vyučovania výtvarnej výchovy neustále berieme do úvahy stupeň postihnutia žiaka s prihliadnutím na jeho individuálne možnosti.

Pri téme „Čo sa mi páči, čo mám rád, čo rád kreslím“ ako námet poslúžia hračky, zvieratká, ľudia, domy, kvety, stromy, autá. Žiak si vyberie jeden námet a ten nakreslí ako najmenší.

Potom zväčšuje tento námet ešte 2 krát (malý – väčší – najväčší). Alebo uplatňujeme obrátený postup (veľký – menší – najmenší).

Ľudskú postavu môžeme tvoriť technikou koláže strihaním, vytrhávaním a nalepovaním, alebo kreslením a maľovaním využívajúc celú plochu papiera.

Pri maľbe suchým pastelom je vhodné používať papiere s drsnejším povrchom.

HUDOBNÁ VÝCHOVA

1 vyučovacia hodina týždenne

CIELE

- Viest žiakov k uvoľnenému, plynulému spevu, k ľahkému tvoreniu tónu,
- rozvíjať zmysel pre rytmus,
- uvoľňovať telesno-pohybovú a spevácku motoriku žiakov,
- rozvíjať sluchové vnímanie pri počúvaní skladieb,
- oboznámiť žiakov s hudobnými nástrojmi.

OBSAH

Rytmické cvičenia, rozlišovanie výšky tónov, rozlišovanie rytmu jednoduchej melódie.

Detské ľudové a umelé piesne (Pod horou, pod horou; Zelená sa bučina; Sláviček; Fúkaj, fúkaj fujavica; Vitaj nám, stromček náš; Sniežik sa nám chumelí; Poznáte zajka?; Červený kachleľ a iné).

Počúvanie skladieb s vyhranenou spoločenskou funkciou (uspávanka, pochod).

Poznávanie hudobných nástrojov: klavír, husle.

Hudobno-pohybové hry a ľudové tance.

PROCES

Učíme žiakov tvoriť ľahký tón, hospodárne dýchať, zreteľne vyslovovať a čisto intonovať.

V hudobných činnostiach vychádzame z individuálnych schopností žiakov.

V skladbách na počúvanie učíme žiakov rozoznávať zvuk klavíra, huslí.

Ľudové hudobno-pohybové hry ťiaci nacvičujú v súlade so základným charakterom hudby, nejde o presný nácvik ľudových tancov. Výber piesní na spev a piesní na počúvanie možno doplniť regionálnou hudbou alebo hudbou podľa výberu učiteľa.

TELESNÁ VÝCHOVA

4 vyučovacie hodiny týždenne

CIELE

- Rozšíriť a zdokonaľiť základné lokomočné pohybové činnosti u žiakov,
- upevniť pohybové zručnosti a návyky,
- posilňovať kladný vzťah k fyzickému pohybu, k športu,
- vychovať k tolerantnosti, znášanlivosti a k zodpovednosti vo vzťahu k spolužiakom,
- osvojiť si jednoduché pravidlá loptových hier,
- rozvíjať zmysel pre fair play hru,
- rozvíjať aktívne využívanie voľného času prostredníctvom turistiky,
- upevniť si pravidlá a aktívnu hru stolného tenisu.

OBSAH

Zdravotné cviky

Opakovanie a obmieňanie cvikov z nižšieho a stredného stupňa.

Chôdza na stepperi, po akupresúrnom chodníku.

Bicyklovanie na rehabilitačnom bicykli.

Nácvik bicyklovania na tricykloch a bicykloch.

Kondičné cvičenia

Chôdza- upevňovanie správneho držania tela pri chôdzi, chôdza v danom rytme aj cez nízke prekážky. Chôdza v zástupe, vo dvojiciach, v rade.

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

Chôdza na mieste.

Nácvik chôdze vzad.

Chôdza v prírode, po nerovnom teréne vo vzdialenosti 1 km.

Beh - prirodzený beh s vybehnutím na daný signál zo stoja, z drepu, zo sedu – 10 minút.

Plynulé zrýchľovanie a spomaľovanie behu podľa daného tempa, zmeny smeru udávaného pri behu.

Beh okolo mét, beh po kružnici, beh po „osmičke“.

Skoky – poskoky na mieste i z miesta daným smerom, znožmo i striedavo.

Preskok nízkych prekážok, napnutej mäkkej gummy do výšky 30 cm.

Zoskok z výšky 40 cm na mäkkú podložku do drepu.

Skok do diaľky: preskok medzery medzi dvoma žinenkami bez rozbehu i s krátkym rozbehom.
Skok do diaľky do pieskoviska.

Lezenie – zdokonaľovanie skôr osvojených druhov lezenia, podliezania, preliezania.

Výstup po šikmej lavičke ležením. Zliezanie prírodných prekážok.

Hádzanie a chytanie– zdokonaľovanie hádzania a chytania, gúľanie lopty do cieľa,

Hod lopty do diaľky horným oblúkom, hádzanie a chytanie lopty odrazenej od zeme.
Prehadzovanie cez vyššie prekážky, cez obruče.

Gymnastické cvičenia – chôdza po švédskej lavičke s dvoma prekážkami rozmiestnenými na lavičke. Cvičenia rovnováhy a obratnosti. Chôdza po zavesenej lavičke. Výskok na tri diely švédskej debny do vzporu kľáčmo, z kľaku stoj. Zdvíhanie plnej lopty v kľaku a v stoj, gúľanie a priťahovanie plnej lopty v kľaku.

Základy akrobatických cvičení

Kolíska, prevaľovanie bokom v ľahu na rovnej podložke s napnutými nohami, prevaľovanie.

Kotúľ vpred so správnym zbalením, aj na tvrdej podložke.

Nácvik ľahu vznesmo zo sedu skrčmo kolískou vzad. Rýchle zmeny polôh a postojov.

Rovnovážne postoje.

Rovnovážne cvičenia na dvoch a jednej dolnej končatine. Rovnováha pri pohybe z miesta.

Sezónne činnosti

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

V jarom a letnom období turistika zameraná na chôdzu s prekonávaním terénnych prekážok, preliezanie, podliezanie, preskakovanie nízkych prekážok, dvíhanie a prenášanie drobných predmetov.

Hry a súťaže na orientáciu v teréne.

Odporúča sa plávanie žiakov - podľa možností školy.

Kolektívne činnosti

Naháňačky. Loptové hry s jednoduchými pravidlami zamerané na hádzanie, chytanie, podávanie, prihrávku obojruč trčením, vrchné chytenie obojruč a hry spojené s rýchlym behom. Poznávanie a osvojovanie si jednoduchých pravidiel hier.

Hudobno – pohybové hry Cval bokom a vpred. Prísuný krok vpred i vzad. Vyjadrenie trojštvrťového taktu potleskom, podupom, trojdupom. Pohybové vyjadrenie pojmov: vysoko, nízko, ticho, silno.

Kondičné a relaxačné cvičenia

Opakovanie a obmieňanie cvikov zameraných na lokálne uvoľňovanie častí hornej a dolnej končatiny, trupu, na celkovú relaxáciu, prehĺbené lokálne dýchanie, uvoľnené vydychovanie, aktivity na psychické uvoľnenie. Kondičné cvičenia realizujeme aj v zimnej a letnej prírode.

Stolný tenis

Opakovanie terminológie a pravidiel.

Upevnenie pohybových činností s raketou a podania.

Súťaživé hry vo dvojiciach.

PROCES

Vyrovnávacie, uvoľňovacie a kompenzačné cvičenia odporúčame zaraďovať aj do záverečných častí vyučovacích hodín.

Pri sezónnych cvičeniach si žiaci osvojujú techniku presunu v nerovnom teréne, zručnosť a bezpečnosť presunu po snehu a ľade, orientáciu v prírode.