

8. ročník (týden **od 19. 10.**)

capova@skolajinocany.cz

Občanská výchova

Přečtěte si v učebnici na straně 11 o charakteru a vůli a kapitolu Potřeby, zájmy, hodnoty (strana 11 a 12). Zápis si přepište nebo vytiskněte a nalepte do sešitu.

Úkol: Do sešitu vypracujte úkoly s lupou číslo 10 a 11 ze strany 11 (Napište, čeho byste chtěli v životě dosáhnout....). Vypracované úkoly mi zatím neposílejte, zkontroluju si je a ohodnotím později v sešitech (doufám).

Zápis do sešitu:

Téma: **Charakter**

= souhrn dobrých a špatných povahových vlastností člověka = **povaha**

- získáváme v průběhu života, není dědičný, lze měnit výchovou, sebevýchovou

- projevuje se v chování a jednání člověka

Emoční inteligence – zvládání emocí, vnímání emocí druhých

Svědomí – morální kontrola, autoregulace

→ vztah ke společnosti (např. spravedlnost, ohleduplnost, svědomitost, štědrost, tolerance)

→ vztah k práci (pečlivost, snaživost, lenost, kreativita, přesnost, nepořádnost, pohodlnost)

→ vztah k vlastní osobě (zdravé sebevědomí, hrdost, skromnost, nadhled, egoismus, drzost, domýšlivost, stydlivost, samolibost, bezcitnost)

→ volní rysy (cílevědomost, rozhodnost, vytrvalost, sebekázeň, zodpovědnost, důslednost)

Vůle = schopnost realizovat své úmysly, dosáhnout vytyčených cílů a záměrů

Téma: **Potřeby, zájmy, hodnoty**

= motivy našeho jednání

Potřeby = nedostatek nebo nadbytek něčeho, co potřebujeme k životu – tělesné, psychické, kulturní, estetické, společenské

Zájmy = dlouhodobá snaha zabývat se dobrovolně nějakou činností, dlouhodobý vztah k něčemu, někomu; citová vazba

Hodnoty = co je pro nás důležité, potřebné, čeho si ceníme, co obdivujeme

- obecně dané (život, zdraví, přátelství apod.) nebo osobní

a) materiální – např. peníze, majetek

b) duchovní – např. přátelství, rodina

c) materiální i duchovní – např. cenné obrazy

Výchova ke zdraví

Zápis do sešitu:

Téma: **Dítě v předškolním zařízení**

- setkání s cizí autoritou – učitel, vychovatel

Motivace – jasné a blízké cíle, uspokojení potřeb, snaha udělat dojem, zalíbit se, být uznáván

Neustálá **aktivita**

Imaginace = obrazotvornost

Frustrace = neuspokojení potřeb, zklamání, znemožnění aktivity, kontaktu, přílišná zodpovědnost, nejisté zázemí, neschopnost orientovat se ve vztazích, hodnotách blízkých

Dlouhodobé neuspokojení základních potřeb

→ **agrese** vůči okolí (zvíře, kamarád, rodič) nebo vůči sobě (štípání, škrubání vlasů)

→ **únik** – nehraje si, nekomunikuje, regrese = únik do mladšího věku, šaškuje, upozorňuje na sebe

Téma: **Dětská hra, druhy her**

- rozvoj motoriky, zralost dítěte

1. Hry instinktivní (nepodmíněně reflexní)

Lokomoční – pobíhání, skákání, plavání apod.

Lovecké – honičky, „bafání“, číhání, trkání

Agresivní a obranné – škádlení, zápasení, pronásledování, unikání, schovávání

Sexuální – dvoření, upejpání, laskání, milostné zápasení

Sběratelské – sbírání nálepek, obalů, panáčků

2. Hry senzomotorické

Motorické – házení, manipulace s předměty, atletické hry, rytmicko-taneční hry

Sluchové – bubnování, trubení, výskání, pokřikování, pískání, hudebně-rytmické

Zrakové – pouštění prasátek, krasohled, prohlížení obrázků, barevné hračky

3. Hry intelektuální

Funkční – brouzdání vodou, přelévání vody, přesypání písku, hrabání tunelů

Námětové – hra na listonoše, lékaře, řidiče, psa, maminku

Fantazijní – ošetřování loutky, užití prutu jako pušky, hovor s vymyšlenou postavou

Konstruktivní – stavění, vystřihování, zatloukání

Hlavalamové a skládací – skládání obrázků apod.

4. Hry kolektivní

Soutěživé – míčové hry, lehkootletické, akrobatické

Pospolité – turnaje, hry na školu, táboření apod.

Rodinné – hra na tatínka a maminku, na domov, hry s panenkou

Stolní – dáma, karty, domino, člověče, nezlob se atd.

Hra → učební a pracovní návyky; typ hry → předpoklady

Přírodopis

Vypracujte s pomocí učebnice (strana 24 až 33) v pracovním sešitě cvičení ke kapitole Opěrná soustava (do strany 18). Výpisky nemusíte opisovat, máte-li možnost, vytiskněte si je a (hezky! 😊) nalepte do sešitu.

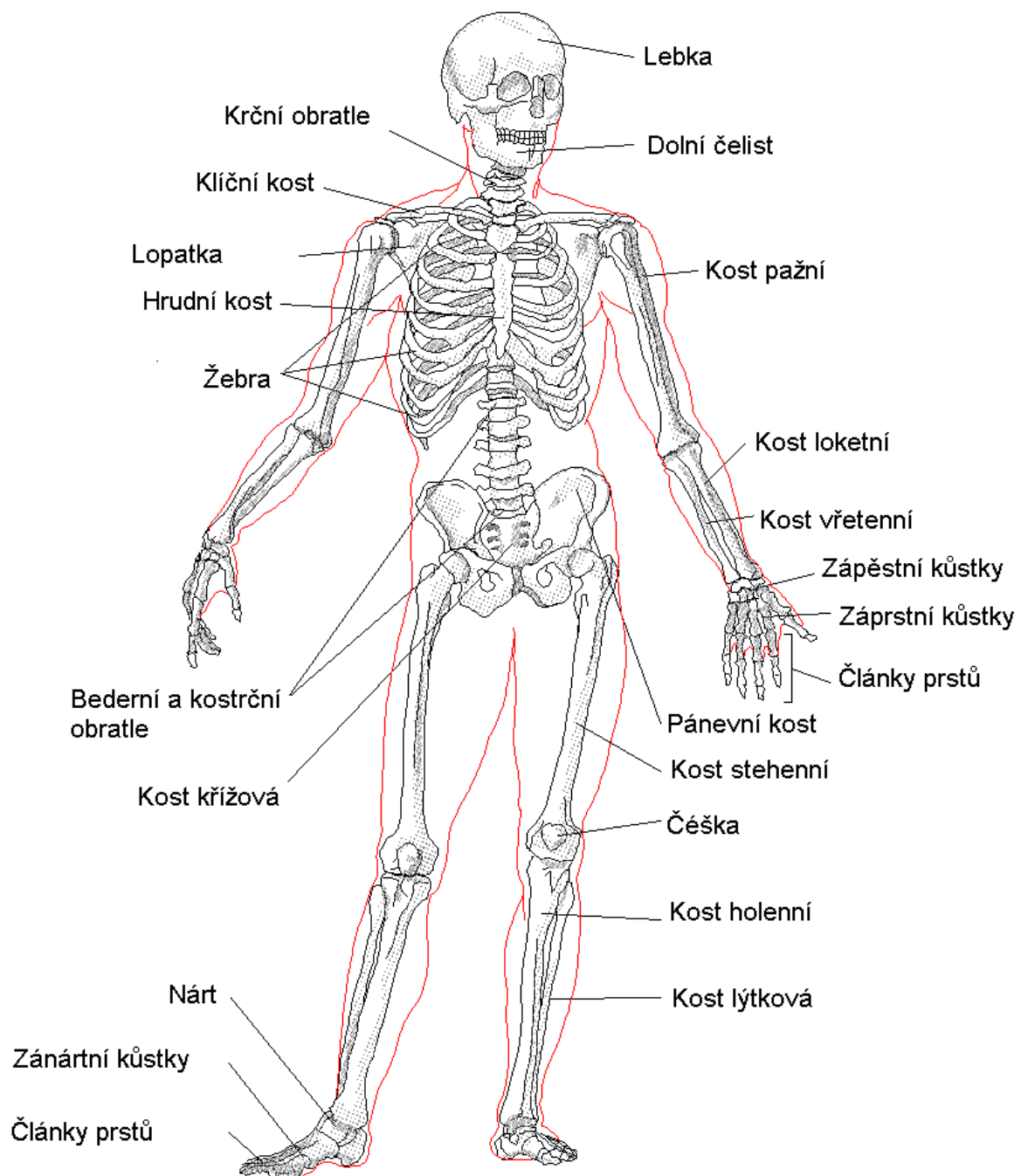
Zápis do sešitu:

Dokončení poslední hodiny:

Stavba obratle – tělo, oblouk s výběžky (trnový, příčný, kloubní), obratlový otvor (mícha)

Meziobratlové ploténky – chrupavka – tlumí nárazy, umožňují pohyb

Páteř – 2x esovitě prohnutá → pružnost



Téma: **Kostra končetin**

Horní končetina – uchopení předmětů, práce

- k páteři připojena **pletencem lopatkovým** = klíční kost a lopatka

Ramenní kloub → pažní kost → loketní kloub → předloktí = loketní kost (malíček) a vřetenní kost (palec) → kostra ruky = zápěstní kosti (8), záprstní kosti (5), články prstů (14)

Dolní končetina

- k páteři připojena **pletencem pánevním** = pánevní kost

Pánev = pánevní kosti + křížová kost + kostrč (u žen je širší – porod)

Kyčelní kloub → stehenní kost → kolenní kloub → holenní kost (k palci) + lýtková kost (k malíčku) = bérec → kostra nohy = zánártní kosti (7, největší je kost patní), nártní kosti (5), články prstů (14)

Plochá noha = zborcení klenby nohy, při oslabení šlach a vazů (špatná obuv, dlouhodobé stání) → vhodná obuv, sport, rehabilitace

Téma: Vady a onemocnění kostry

Páteř má být **2x esovitě prohnutá**

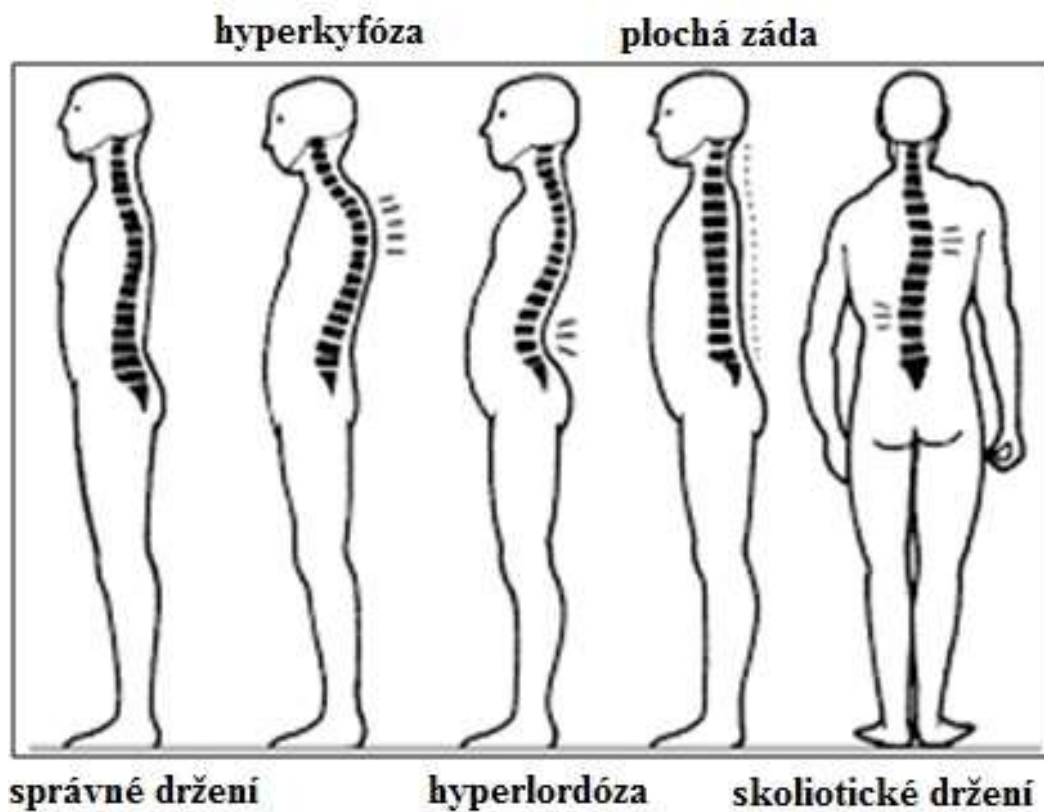
Ochablé zádové svalstvo → **plochá nebo kulatá záda**

Nošení břemena na jednom rameni → **skolióza** = vybočení páteře

Předcházení:

Batož nebo střídání ramen

Silné kosti – dostatek vápníku, vit. D, fosfor, pohyb (mléčné výrobky, celozrnný chléb, mandle, ořechy, zelená zelenina)



Zlomenina kosti

1. **zavřená** (praskliny, zlomení)
2. **otevřená** (kost pronikne kůží)



Wilhelm **Röntgen** – německý fyzik, r. 1895

Léčba: **znehybnění** – sádrový obvaz nebo ortéza

Poranění kloubů

– vymknutí, pohmoždění

Léčba: **klid**, protizánětlivé masti

Osteoporóza – řídnutí kostí → křehké, lámou se

Artróza – ztráta chrupavky v kloubech prstů, kolen, kyčlí, páteře – dědičná

Revmatická artritida – autoimunitní choroba, zánět kloubů – únava, ztuhlost, deformace kloubů, zvýšená teplota, úbytek hmotnosti

Dna – bolestivé onemocnění kloubů – porucha látkové přeměny, usazují se krystalky kyseliny močové

Můžete se podívat na výukové video k opěrné soustavě:

<https://www.youtube.com/watch?v=UrrfLL5s560>

Němčina

Učte se slovíčka ze 4. lekce. Postupně si je zapisujte do slovníčku.

PS – udělejte si na straně 34 cvičení 1 a 2 a na straně 35 cvičení 4, zkontrolujeme při online výuce.

Přepište si zápis do sešitu:

Datum

Schule - Fragen und Antworten

Was ist das? Das ist ein Lineal. / Das ist eine Schere. / Das ist mein Rucksack.

Wie heißt das auf Deutsch? Zirkel, das ist ein Zirkel.

Wie schreibt man das? Z-i-r-k-e-l.

Ist das richtig? Ja, das ist richtig. / Nein, das ist falsch.

Ist das dein Heft? Ja, das ist mein Heft. / Nein, das ist Petras Heft. / Ich weiß nicht.

Ist das Leas Lineal? Ja, klar. / Nein, das ist mein Lineal. / Keine Ahnung!