

8. ročník (týden **od 14. 12.**)

Výpisky nemusíte opisovat, máte-li možnost, vytiskněte si je a (hezky! 😊) nalepte do sešitu.

Občanská výchova

*Přečtěte si v učebnici na straně 26 až 29 kapitolu **Závislost**.*

Zápis do sešitu:

Téma: **Závislost**

- nezvladatelná touha po něčem
- zanedbávání jiných věcí, potřeb
- snížení sebeovládání
- abstinenční příznaky

Návykové látky – přírodní i chemické

- nepříznivě ovlivňují chování člověka
- mohou vyvolat závislost → zdravotní problémy

DROGY

Příčiny užívání: nuda, zvědavost, snaha zapadnout x odlišit se, únik od problémů

Závislost = touha po dalším užití drogy, zvyšují se dávky → trestná činnost

1. tlumivé látky – **prášky na spaní**, utlumují tělesné funkce

2. organická rozpouštědla – alkohol, toluen

Alkohol – postižení jater, nervového systému, otrava → ztráta vědomí, smrt

Toluen – inhalační droga, silná závislost → poruchy vědomí, smrt

3. stimulační látky – nikotin, kofein, kokain, pervitin – povzbuzující účinky

Kofein – v kávě, čaji → nesoustředěnost, úzkost

Nikotin – v tabáku → závratě, nevolnost, bolest hlavy

→ onemocnění dýchacích cest a plic, nemoci cév a žaludku

Kouř obsahuje dehet, formaldehyd, kyanid atd.

Kokain – listy koky → vztek, neklid, halucinace

→ zástava srdce, nechut' k jídlu anorexie

Pervitin – z léků → psychické poruchy, úzkost, zmatenost → selhání srdce

Injekční podání → HIV, žloutenka

4. opiáty – heroin, morfin – z nezralých makovic

Heroin – rychlá závislost, předávkování → smrt; celkové chýtrání, poruchy zažívání, spánku; HIV, žloutenka

Morfin – lékařství – analgetikum

5. konopné drogy – **marihuana, hašiš** – z konopí → poruchy paměti, nezám, sklony k násilí; rakovinotvorné látky v cigaretách

„Marihuana dělá z nadaných průměrné, z průměrných hloupé, z bojovníků poražené.“

6. halucinogeny – LSD, extáze, lysohlávky

LSD – silné halucinace, poruchy paměti, deprese, úzkosti, ztráta sebekontroly

Extáze – přehřátí, vysoký krevní tlak, deprese, pocit žízně

Výchova ke zdraví

Zápis do sešitu:

Téma: **Období dospívání – emocionální změny**

Emoční labilita = negativní rozladění, krize, pocitové zvraty; způsobené hormonálními změnami, zráním mozku

EMOCE – subjektivní, těžko vyjádřitelné slovy, neopakovatelné, doprovázejí duševní činnost; láska x nenávisť, radost x smutek

ADOLESCENCE – odeznívá náladovost, estetické a mravní citění, učí se zacházet s láskou, nenávisť, se vztahy s opačným pohlavím i obecně

Přírodopis

*Přečtěte si v učebnici látku na straně 52 až 54. V **pracovním sešitě** vypracujte cvičení ke kapitole Dýchací soustava na straně 28.*

Zápis do sešitu:

Téma: **Dýchací soustava**

Funkce: příjem kyslíku, výdej oxidu uhličitého

Stavba a činnost:

Dýchací cesty – vedou vzduch do plic a zase ven

1. horní cesty dýchací

Dutina nosní – zvlhčuje, otepluje, čistí vzduch; obsahuje čichové buňky

Nosohltan – patrohltanový uzávěr

Hltan – vzduch i potrava

- vystlány **řasinkovým epitelem**, **hlen** – zachycuje a vypuzuje ven cizorodé látky

2. dolní cesty dýchací

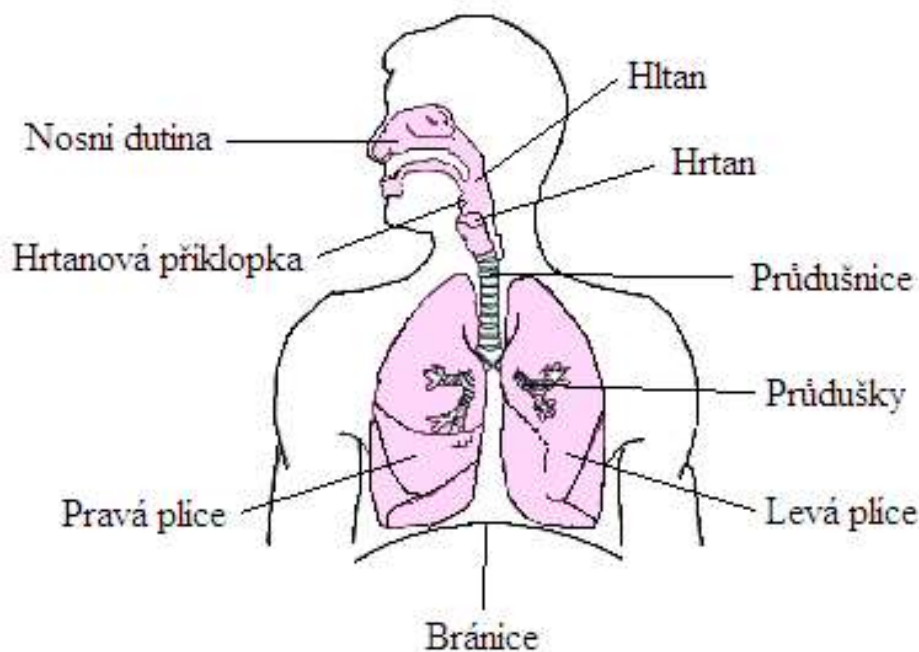
Hrtan – hrtanová přiklopka (při polykání uzavře hrtan)

Hlasové ústrojí (vazy a svaly) – při výdechu vazy kmitají = hlas

Štítná chrupavka = ohryzek

Průdušnice → dvě **průdušky** → pravá (3 laloky) a levá (dva laloky) **pľíce**

Plicní sklípky → kyslík do krve – v tkáních se spotřebuje – oxid uhličitý krví do pľic – ze sklípků při dýchání ven



Téma: **Dýchání**

a) vnitřní – výměna plynů mezi krví a tkáněmi (kyslík do tkání, oxid uhličitý ven)

b) vnější – výměna plynů mezi krví a pľicemi

nádech, výdech

dýchací svaly: bránice, mezižeberní svaly

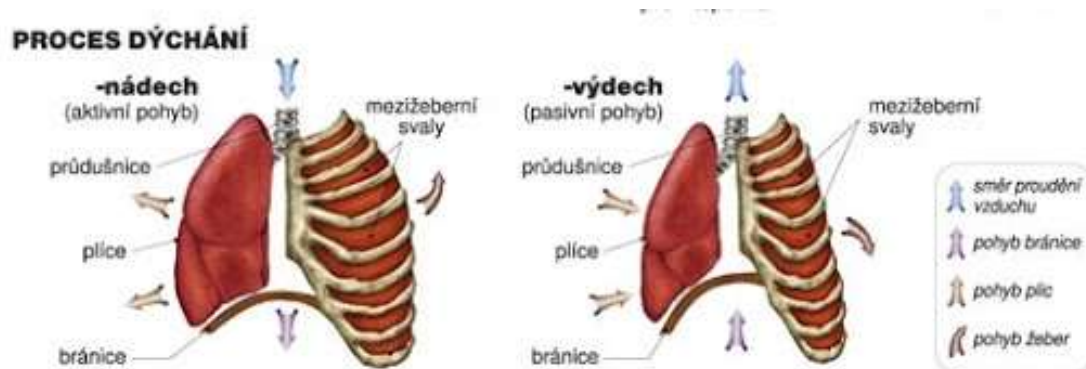
dechová frekvence

= počet nádechů za 1 minutu – dospělý 16 až 18, dítě 19 až 26

1 nádech = 0,5 litru vzduchu (vliv: námaha, věk, kondice)

Vitální kapacita plic = největší možný objem vydechaného vzduchu – dospělý 4 až 5 litrů – měří spirometr (největší mají sportovci a hráči na dechové nástroje)

Dýchání je řízeno dýchacím centrem v mozku.



Výuková videa:

Dýchací soustava 1:

https://www.youtube.com/watch?v=aDnGTQ9Q8BM&list=PLu9YmWHGvyyv_FhObYocwjXMIPy_jEkDt&index=7

Dýchací soustava 2:

https://www.youtube.com/watch?v=VRZWbg0Mro&list=PLu9YmWHGvyyv_FhObYocwjXMIPy_jEkDt&index=8

Onemocnění dýchací soustavy: https://www.youtube.com/watch?v=b1Q-7OQYUzc&list=PLu9YmWHGvyyv_FhObYocwjXMIPy_jEkDt&index=9

Němčina

PS – při online výuce budeme dělat cvičení **5, 6, 7** ze strany **44**.

Budeme pracovat s **učebnicí** na str. **53, 54**

Zápis do sešitu:

Den 15. Dezember

Téma: **Was machst du am ...?**

am Montag = v pondělí

montags = každé pondělí

Am Dienstag lerne ich Deutsch.

Freitags spiele ich Basketball.