

8. ročník (týden od 18. 1.)

## Občanská výchova

Přečtěte si v učebnici na straně 38 až 39 kapitolu **Vztahy mezi lidmi**.

Zápis do sešitu:

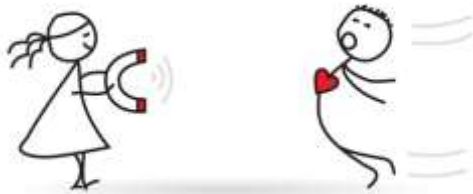
Téma: **Mezilidské vztahy**

- od narození žijeme ve společnosti, vytváříme si mezilidské vztahy
- je potřeba dodržovat pravidla mezilidského soužití, udržovat dobré vztahy v rodině i jinde

### **Druhy vztahů:**

**Dobré x neutrální x špatné**

**Jednostranné (neopětované) x oboustranné (vzájemné)**



**Autorita** = převaha člověka nad ostatními

**Přirozená** – člověk je všeobecně uznávaný a vážený díky svým vlastnostem

**Formální** – dána funkcí, společenským postavením

**Solidarita** = soudržnost, podpora, pomoc, schopnost poskytovat pomoc druhým



**Solidarita** znamená obvykle dobrovolnou společenskou soudržnost mezi rovnými, ochotu ke vzájemné pomoci a podpoře v rámci nějaké skupiny. Člověk je solidární s nějakou skupinou, pokud ji podporuje a její úspěchy i neúspěchy pociťuje jako vlastní.

**Altruismus** = obětavá, nezištná pomoc druhým

**Egoismus** = sobectví – láska k sobě samému → vyvyšování se, pohrdání

## Výchova ke zdraví

Zápis do sešitu:

Téma: **Člověk a zdraví**

**Zdraví** – zranitelné, jeho hodnotu si často uvědomujeme, až když ho ztrácíme

**Nemoc** – chorobný stav těla nebo mysli, důležitá je prevence, aktivní péče o zdraví

**Zdravotnictví** – má u nás vysokou úroveň (léky, antibiotika, očkování, operace)

Nevhodný způsob života, nedbalost o vlastní zdraví, **konzumní styl života** → **předčasné zdravotní problémy**, nemoci, úmrtí – zvyšují se **náklady** na péči

**Determinanty zdraví** = souhrn jevů a podmínek, které ovlivňují zdraví:

Genetický základ

Životní prostředí

Chování lidí

Zdravotnické služby



### **Přehled zemřelých podle příčin smrti (rok 2015):**

Oběhová soustava	muži 42%	ženy 50%
Novotvary	26,5%	22%
Dýchací soustava	7,5%	6%
Vnější	7%	3,5%
Trávicí soustava	5%	3,5%
Ostatní	13%	15%

**Definice zdraví** = **vyvážený stav tělesné, duševní a sociální pohody** – navzájem se ovlivňují; pocit pohody, radosti = pocit být zdrav



## ZDRAVÍ

= stav úplné fyzické, duševní a sociální pohody

- fyzické** – tělesný stav zdraví
- mentální** – stupeň duševní vyspělosti
- emocionální** – vnímání a schopnost zvládnání citů
- sociální** – schopnost vycházet s lidmi
- osobní** – stanovení osobních cílů, které mi přinášejí uspokojení
- duchovní** – stanovení hodnot a smyslu lidského života

## Přírodopis

*Přečtěte si v učebnici látku na straně 61 až 63 – Trávicí soustava. V pracovním sešitě vypracujte cvičení k této kapitole na straně 32.*

*Zápis do sešitu:*

Téma: **Trávicí soustava**

**Hltan** – spojuje ústa a jícen, **polykání**

**Jícen** – stahováním **posunuje potravu** do žaludku (25 cm dlouhý, 1,5 cm)

**Žaludek** – zásobník potravy = **trávenina**

**Žaludeční šťávy** – voda, hlen, kyselina chlorovodíková (rozkládá potravu), trávicí enzymy – **pepsin** (rozkládá bílkoviny)

**Zvracení** = obranná reakce

**Tenké střevo** – další trávení, vstřebávání živin (až 6 m dlouhé, Ø 3 cm)

3 části: **dvanáctník, lačník, kyčelník**

**Střevní šťávy** – rozklad bílkovin, cukrů, tuků

**Klky** – výběžky zvětšující povrch střeva – vstřebávání živin do krve a mízy

**Játra** – **pomáhají trávení**, ústí do dvanáctníku

- **odvádějí odpadní látky z krve**

- udržují stálé složení krve

- ukládají se v nich živiny – **zásobní látky**

- rozklad odumřelých červených krvinek

- **tvorba žluči** – shromažďuje se ve žlučníku, žlučovodem do dvanáctníku

(soli – rozkládají tuky, cholesterol, barviva)

**Slinivka břišní** – žláza umístěná pod žaludkem

**Trávicí enzymy** – rozkládají většinu složek potravy (škrob, bílkoviny, tuky)

Vylučuje hormon **inzulin** – udržuje stálou hladinu glukózy v krvi

**Tlusté střevo** – sliznice vstřebává vodu a soli

3 části: **slepé střevo, tračník, konečník** (1,5 m dlouhé, Ø 5-7 cm)

Nestravitelné zbytky se zahušťují → **stolice**

**Konečník** – naplněný → pocit nucení na stolicí

- končí **řitním otvorem**

*Výukové video: Trávicí soustava: [https://www.youtube.com/watch?v=EyVni7s\\_eHY](https://www.youtube.com/watch?v=EyVni7s_eHY)*

## Němčina

**PS** – při online výuce budeme dělat cvičení ze strany **52**.

Učte **slovíčka z 6. lekce** na straně 59, první sloupec.

Budeme pracovat s **učebnicí** na str. **60, 61**.

*Zápis do sešitu:*

Den 19. Januar

Téma: **4. pád podstatných jmen**

Ich habe zu Hause **einen** Computer. **Der** Computer ist neu.

Eva kauft **eine** Maus. **Die** Maus ist schwarz.

Oskar fotografiert **ein** Tier. **Das** Tier ist klein.

**Neurčitý člen** (ein, eine) má **ve 4. pádě** (koho, co) **u mužského rodu** podstatných jmen **koncovku -en**, **v ženském -e**, **v rodu středním je bez koncovky**.