

Ministerstvo školstva Slovenskej republiky

**UČEBNÝ PLÁN
A
UČEBNÉ OSNOVY
PRE
NULTÝ ROČNÍK
ZÁKLADNEJ ŠKOLY**

Koordinátor tvorby učebných osnov: PaedDr. K. Vladová

Vypracovali: PaedDr. A. Štihová - RKS

PaedDr. K. Ferliková - RGZ a Vv

PaedDr. Z. Kadlečíková - Zv a zákl. mat. predstáv

Mgr. S. Kompoltová, PaedDr. Z. Kadlečíková - Hv a pohybová výchova

Mgr. J. Slezák - Tv

PaedDr. K. Vladová - Pv

Schválilo Ministerstvo školstva Slovenskej republiky ako Učebný plán a Učebné osnovy pre nultý ročník základnej školy, s prílohou Vzorové Časovo-tematické plány pre nultý ročník ZŠ, číslo CD-2004-10152/20037-1:091, platné od 1. septembra 2004.

Úvod

Úlohou nultého ročníka základnej školy (ďalej len nultý ročník), je v priebehu jedného školského roka akcelerovať vývin dieťaťa tak, aby dieťa po jeho absolvovaní bolo schopné začleniť sa do výchovno-vzdelávacieho procesu a zvládlo požiadavky prvého ročníka základnej školy (ďalej len ZŠ)..

Zriadenie nultého ročníka vychádza z potreby pomôcť deťom, ktoré pochádzajú zo sociálne a výchovne nedostatočne podnetného prostredia alebo nenavštevovali predškolské zariadenie a z rozličných dôvodov majú odloženú povinnú školskú dochádzku.

Táto skupina detí je špecifická tým, že potrebuje zvláštny prístup. Preto sa predpokladá, že aj nultý ročník bude špecifický. Špecifická bude aj práca učiteľa s týmito deťmi, jeho prístup k tejto skupine detí a správny výber metód a foriem práce.

Učebné osnovy pre nultý ročník základnej školy zohľadňujú vek detí, sociálne pomery v rodine, podnetné výchovné prostredie a individuálne schopnosti dieťaťa.

Odporúčame pedagógom v nultom ročníku, aby v rámci výchovno-vzdelávacieho procesu využívali vzorové Časovo-tematické plány pre jednotlivé predmety, ktoré tvoria prílohu predkladaných Učebných osnov pre nultý ročník ZŠ.

Učebný plán pre nultý ročník ZŠ

Rozvíjanie komunikačných schopností	6
Rozvíjanie grafomotorických zručností a výtvarná výchova	4
Zmyslová výchova a základy matematických predstáv.....	4
Telesná výchova	2
Hudobno-pohybová výchova	3
Pracovná výchova.....	3
<hr/>	
Spolu	22

Učebné osnovy pre nultý ročník ZŠ

Rozvíjanie komunikačných schopností

(6 hodín týždenne, 198 hodín ročne)

Reč, ako prostriedok vzájomnej ľudskej komunikácie, poznávania a myslenia je špecificky ľudská schopnosť. Môže sa vyvíjať len v prostredí poskytujúcom správny rečový vzor a príležitosť aktívnej rečovej komunikácie.

CIELE

Celkovým cieľom predmetu rozvíjanie komunikačných schopností (RKS) je dosiahnutie takej úrovne komunikačných schopností, ktorá umožní zvládnutie obsahu učiva predpísaného učebnými osnovami pre prvý ročník základnej školy, za predpokladu normálnej úrovne inteligencie:

- utváranie pojmov ako základov k porozumeniu reči,
- osvojenie si poznatkov o predmetoch a javoch okolitého sveta,
- kategorizovanie pojmov,
- rozvíjanie jednoduchých myšlienkových operácií,
- podporovanie aktivity detí pri rečovej komunikácii,
- motivácia k práci v škole.

OBSAH

Obsah je zameraný na:

- poznávanie svojho rodného mena a priezviska, bydliska, členov najbližšej rodiny a príbuzenských vzťahov,
- poznávanie okolia školy, iného spoločenského prostredia,
- poznávanie základných pravidiel spoločenského styku (pozdrav, predstavenie sa, požiadanie, prosba, poďakovanie, a pod.),
- poznávanie a diferenciacia nehudobných a hudobných zvukov (smer, výška, dĺžka trvania) ako príprava na poznávanie a diferenciaciu zvukov ľudskej reči, hlások,
- poznávanie a rozlišovanie rodu a čísla podstatných mien ako názvov predmetov a javov zo známeho prostredia (skutočných i zobrazených),
- pomenovanie prebiehajúcich činností, rozlišovanie času a záporu sloviess,
- poznávanie a rozlišovanie rodu a čísla prídavných mien ako vlastností predmetov a javov (opačný význam, podobný význam),
- použitie zámen namiesto podstatných a prídavných mien,
- tvorenie jednoduchých viet podľa situácie, podľa obrázkov,
- odpovede na jednoduché otázky,
- formulácia otázok,
- dopĺňovanie neúplných viet,
- poznávanie pojmov označujúcich smer a polohu (hore, dolu, vedľa, pri, nad, pod, vpredu a vzadu, jedna strana a druhá strana, vpravo a vľavo),

- jednoduchý opis známych predmetov a javov (hádanky),

Rozširujúce učivo

1. Pre žiakov, u ktorých sa komunikačné schopnosti rozvinú v prvom polroku natoľko, že budú schopné diferencovať sluchom aj prvky ako hláska v slove, slovo vo vete, slabika - je možné zaradiť ako rozširujúce učivo aj prvé hlásky zo šlabikára pre 1. ročník ZŠ. Rozširujúce učivo by v každom prípade mali preberať len tí žiaci, ktorí zvládli sluchovú diferenciaciu prvkov reči a súčasne sú zrelé aj v oblasti grafomotoriky tak , že zvládnu písanie tvarov písmen.

Ak začnú preberať prvé hlásky v predmete rozvoj komunikačných schopností (RKS) súčasne majú preberať súvzťažné učivo v predmete rozvoj grafomotorických zručností a výtvarná výchova (RGZ a VV). Dieťa má totiž poznávať zvukovú podobu - *určitú hlásku* a grafickú podobu - *to isté písmeno* súčasne, bez rušivého pôsobenia iných hlások a písmen.

Nepodceňujte čas potrebný na utvrdenie učiva, než prejdete na nové.

2. Odporúčame v súvislosti s učivom v predmete RKS a RGZ a VV takto preberať hlásky a písmená: A, E, I, O, U, M, L. Zaradiť ich možno od februára. Začať treba so zvukovou diferenciáciou a poznávaním hlásky na začiatku slova, na konci a potom vo vnútri slova. Pri svojovaní a upevňovaní učiva treba využívať hry a jeden z existujúcich alternatívnych šlabikárov.

3. Učiteľ by mal v každom prípade (každého dieťaťa) zvážiť, či je konkrétne dieťa dostatočne zrelé a chápe a ovláda dostatok pojmov zo slovenského jazyka na to, aby sme ho začali učiť čítať a písať.

Ak totiž tomu tak nie je, treba sústrediť všetku pozornosť práve na osvojovanie pojmov slovenského jazyka. K tomu využívame zážitkové, námetové a iné hry, ktoré jednoducho a opakovane komentujeme so žiakmi. Nenásilne ich vedieme k tomu, aby sami nahlas komentovali (najskôr jednoslovne, dvojslovne) všetko čo sa okolo nich deje a čo robia.

Tieto činnosti rozvíjajú nielen komunikačné schopnosti, ale majú výrazný výchovný a citový účinok.

PROCES A PODMIENKY REALIZÁCIE

Prevládajúcou činnosťou na rozvíjaní komunikačných zručností v nultom ročníku sú námetové, didaktické a pohybové hry.

Obsah sa realizuje v prirodzených i navodených situáciách komentovaním javov a činností. Učiteľ cielene motivuje žiakov ku komentovaniu. Učiteľka používa detskú literatúru, ale deťom sa prihovára priamo – príbehy má predniesť , nie čítať. Dôležitý je priamy , živý očný kontakt.

Všetky činnosti musia prebiehať v súlade so zásadou postupnosti a primeranosti k momentálnej – aktuálnej úrovni komunikačných schopností detí. Z toho vyplýva potreba diferencovaného prístupu k deťom.

Osvojovanie si nových pojmov začína poznávaním skutočného predmetu, javu, zvierat'a a pod., cez zmenšeniny, hračky sa prejde k obrázku, všetko treba zreteľne jednoducho komentovať, poskytnúť opakovanie slov, spojení a viet.

V obsahu predmetu sa prelínajú činnosti rozvíjajúce formálnu i obsahovú stránku reči. Nemožno ich od seba oddeliť.

Na hodine RKS musia všetky deti dostať možnosť aktívne komunikovať hovorenou rečou, preto je potrebné triedu na tieto hodiny deliť na skupiny alebo vytvárať triedy s počtom detí blízky dolnej hranici počtu stanovenému vyhláškou. Je to podmienka efektívnosti vykonávaných činností.

Rozvíjanie reči sa realizuje vo všetkých činnostiach a všetkých predmetoch.

Obsahom predmetu RKS sú činnosti, ktoré si vyžadujú systematickú spoluprácu a vedenie logopéda. Preto je potrebné spolupracovať s logopédom z najbližšej špeciálnopedagogickej poradne (ŠPP), špeciálnej školy alebo klinickým logopédom. Vstupnú a záverčnú logopedickú diagnostiku vykonáva logopéd.

ODPORUČENÁ A POUŽITÁ LITERATÚRA

Andel, J. : Klásky, Osveta Martin 1986

Bendová, K.: Čačky, hračky

Dobšinský, P.: Slovenské rozprávky

Ďuričková, M. : Zlatý strom

Gembarika

Hevier, D.: Buvi rozprávky

Lacková, E.: Rómske rozprávky

Lysáková, M., Kopinová, L., Podhorná, A.: Piesne, hry a riekanky detí predškolského veku

Podjavorinská, E. : Čin-čin, Do školy

Rázusová -Martáková, M. : Hop, hop na koníčku, Hajaj- búvaj, Zvieratka deťom, Od jari do zimy

Rusnáčková, M. : Naším deťom, SPN 1981

Smrek, J. : Maľovaná abeceda, Mladé letá, Ba, 1981

*

Detské časopisy: Luludi, Včielka, Zornička, Pusík atď.

Leporelá

*

Batiková, S., Chovanová, K.: Makovička - čítanka pre žiakov ZŠ s vývinovou poruchou čítania, 1. a 2. časť, PROXIMA PRESS, 2001, 2002

Hlinková, V., Pravňanská, P.: Kolotoč, PROXIMA PRESS 1993, 1997, 2000

Kopasová, D.: Stimulačný program vývinu reči pre deti predškolského veku, (Učebné pomôcky, Banská Bystrica)

Pausewangová, E.: 130 didaktických her pro skupiny detí od 3 do 8 let (Portál)

Píšová, D., Šinská, M., Hospodárová, D.: Bodka, čiarka, palička, poslúchaj ma ručička, PROXIMA PRESS 1999

Strassmeier, W. : 260 cvičení pro deti raného věku (Portál)

*

Lechta, V. a kol.: Logopedické repetitórium

Lechta, V. a kol. : Diagnostika narušenej komunikačnej schopnosti

Rozvíjanie grafomotorických zručností a výtvarná výchova

(4 hodiny týždenne, 132 hodín ročne)

CIELE

Hlavným cieľom činností v nultom ročníku žiakov zo sociálne a výchovne nedostatočne podnetného prostredia v rámci rozvíjania grafomotorických zručností a výtvarnej výchovy je, prebúdzanie pozitívneho vzťahu žiakov k životnému prostrediu, rozvíjanie ich elementárnych grafických zručností a rozvoj jemnej motoriky, čo uľahčí začiatky osvojovania písania. Cieľom je tiež rozvoj detskej predstavivosti, fantázie a úsilie o vyjadrenie detského videnia. Formou hry a experimentu dať žiakom základné poznatky o výtvarných činnostiach.

OBSAH

Obsahom sú rôzne tvorivé, výtvarné činnosti, rozvoj estetického cítenia detí prostredníctvom estetického hodnotenia skutočnosti, ktoré žiaka kultivujú.

Ide o:

- pestovanie kladného vzťahu k hre,
- precvičovanie koordinovanosť pohybov ruky a celého tela, precvičovanie hrubej motoriky,
- rozvíjanie vnímania zmyslami,
- koordinovanie rúk a mozgu,
- rozvíjanie jemnej motoriky rúk,
- rozvíjanie fantázie, predstavivosti a tvorivosti žiakov,
- naučiť vnímať ilustrácie detských kníh,
- experimentovanie a práca s výtvarnými prostriedkami,
- oboznamovanie sa s vhodnými výtvarnými technikami.

S obsahom prípravy na písanie súvisia úlohy:

- pestovať v žiakoch vôľové vlastnosti,
- naučiť žiakov uchopiť písací nástroj,
- naučiť žiakov napodobniť požadovaný tvar,
- osvojiť si základné tvary potrebné pri písaní (oblúky, šikmé, zvislé, vodorovné čiary
- bodky, kolieska, ...),
- vedieť používať rôzne kresliarske a písacie nástroje.

Rozširujúce učivo

Odporúčame zaradiť do časovo-tematického plánu od februára pre žiakov, ktorí si osvojili základné grafomotorické zručnosti v priebehu 1. polroka:

- nácvik písania písmen vždy minimálne s odstupom jedného týždňa v nasledujúcom poradí:
 - samohlásky: A, a, I, i, E, e, O, o, U, u;
 - spoluhlásky: M, m, L, l.

PROCES

V nultom ročníku pri rozvíjaní grafomotorických zručností a výtvarnej výchove vychádzame z komplexného detského videnia, chápania, hodnotenia výtvarného vyjadrovania sveta, v ktorom sa úzko spájajú praktické, poznávacie a estetické stránky. Taktiež si musíme uvedomiť, že u detí prichádzajúcich do nultého ročníka nie sú rozvinuté zručnosti v kreslení, maľovaní, nie sú fyzicky ani psychicky pripravené na písanie. Tieto nedostatky je nutné rešpektovať v pedagogickom prístupe k deťom.

Pracovné činnosti majú vychádzať zo spontánneho detského prejavu, prameniaceho z citových zážitkov detí. V žiakoch je potrebné prebúdať záľubu a radosť z prirodzených vlastností a funkcií farieb, tvarov, objemov a z rozličných materiálov. Pri rozvoji výtvarných a grafomotorických schopností je k tomuto poznávaniu najprirodzenejšou metódou hra, ktorú musíme u detí taktiež rozvíjať.

Príprava na písanie a výtvarnú výchovu sú rozsahom a vnútorným členením prispôsobené schopnostiam detí. Obsahy prípravy na písanie a výtvarnú výchovu sa nenásilnou formou prelínajú všetkými zložkami a sú súčasťou všetkých činností. Príprava na písanie sa u žiakov bude precvičovať na učiteľom vopred pripravených a predpísaných pracovných listoch. Navrhujeme podľa potreby zaradiť každý mesiac, 4 až 5 pracovných listov, podľa úrovne zručnosti dieťaťa.

ODPORUČENÁ A POUŽITÁ LITERATÚRA

- Bean, R.: Jak rozvíjet tvořivost dítěte . Praha, Portál 1995.
- Klindová, Ľ. a kol.: Aktivita a tvorivost' v škole. Bratislava, SPN 1990.
- Macko, A.: Výtvarné techniky I. Bratislava, SPN 1983.
- Macko, A.: Výtvarné techniky II. Bratislava, SPN 1984.
- Ondrejka, K.: Pod' sa s nami hrať. Bratislava, SPN 1992.
- Program výchovy a vzdelávania detí v materských školách. Ministerstvo školstva SR. Bratislava 1999.
- Šikulová, V., Mištinová D.: Príprava na písanie a výtvarnú výchovu pre nultý ročník špeciálnej základnej školy. Bratislava, ŠPÚ 2001.
- Uždil, J.: Čáry, kliky, paňáci a autá. Výtvarný projev a psychický život dieťaťa. Praha, SPN.
- Uždil, J., Razáková, D.: Metodka výtvarnej výchovy v materskej škole. Bratislava, SPN 1976.
- Uždil, J., Šašínková, E.: Výtvarná výchova v predškolskom veku. Bratislava, SPN 1984.
- Učebné osnovy pre 1. stupeň základných škôl. Bratislava, Príroda 1995.
- Vítková, M.: Výtvarná výchova v ranom veku. Bratislava, SPN 1990.
- Voseček, J., Poupa, V., Hellerová, M.: Výtvarná výchova v 1. ročníku. Praha, SPN 1976.

Zmyslová výchova a základy matematických predstáv

(4 hodiny týždenne, 132 hodín ročne)

CIELE

- Cieľavedomé rozvíjanie vnímania ako predpokladu rozvíjania pamäte, pozornosti, myslenia, reči, fantázie, kreativity.
- Uvedomovať si, rozlišovať a spracovávať sluchové, zrakové, chuťové, čuchové a hmatové pocity.
- Rozvoj vlastností potrebných v reálnom živote - presnosť, dôslednosť, logické myslenie, úsudok, priestorová a časová predstavivosť a orientácia, schopnosť riešiť problémy, systematičnosť.
- Vytvorenie prvotných predstáv o číslach.
- Intuitívne zoznámenie s niektorými matematickými pojmami.
- Osvojenie si základných prvkov numerácie v obore prirodzených čísel do 5.

OBSAH

- Uvedomovanie si sluchových, zrakových, chuťových, čuchových a hmatových pocitov, rozlišovanie vnemov.
- Odlišovanie príjemných zvukov a tónov od nepríjemných zvukov.
- Rozvíjanie fonemického sluchu.
- Rozlišovanie vôní a zápachov.
- Uvedomovanie si rôznych chutí.
- Rozlišovanie povrchu, teploty, tvaru, veľkosti predmetov hmatom.
- Zraková tvarová diskriminácia, rozlišovanie veľkosti predmetov zrakom.
- Rozlišovanie geometrických tvarov a telies.
- Poznávanie a určovanie farieb.
- Zameriavanie pozornosti.
- Určovanie spoločných, rozdielnych vlastností a vzťahov medzi predmetmi, osobami, javmi.
- Orientácia v priestore – pred, za, nad, vedľa, blízko, ďaleko, hore, dole, vpravo, vľavo.
- Orientácia v čase – plynutie času, pojmy teraz, predtým, potom, dnes, včera, zajtra, skôr, neskôr, odlišenie dňa a noci, kalendár prírody.
- Porovnávanie a triedenie predmetov podľa tvaru, farby, veľkosti a iných znakov.
- Priradovanie, tvorenie dvojíc.
- Odhad množstva - veľa, málo, nič.
- Porovnávanie súborov priradovaním – viac, menej.
- Prirodzené čísla 0 až 10 - čítanie čísl.
- Číselný rad 0 až 10.
- Určovanie poradia (najmä prvý a posledný).
- Priradovanie čísla k množstvu.
- Počítanie predmetov v danom súbore (po jednom).
- Vytváranie súborov s daným počtom prvkov.
- Práca so stavebnicami.
- Skladanie obrázkov z geometrických tvarov.

- Kreslenie v štvorcovej sieti.

Rozširujúce učivo

Individuálne je možné učivo rozšíriť o:

- písanie číslíc,
- základy sčítovania, odčítovania v obore čísel 1 – 10.

PROCES

Zmyslové vnímanie a základy matematických predstáv odporúčame rozvíjať systematicky, permanentne, cieľavedome, komplexne, rôznymi formami a metódami.

Motivovať a rozvíjať tvorivosť hrou, hrovými činnosťami, didaktickými hrami, dramatizáciou.

Dodržiavať zásadu názornosti, zapájať do činnosti čo najviac zmyslov, pracovať v prirodzenom prostredí s prirodzenými, skutočnými predmetmi, osobami, využívať prirodzené situácie. Dôležitá je demonštrácia a manipulácia s predmetmi.

Vhodné je uplatňovať medzipredmetové a medzizložkové vzťahy, zmysly a matematické predstavy rozvíjať v konštruktívnej, výtvarnej, hudobnej, pohybovej, inštrumentálnej činnosti, v komunikácii, rozprávkami.

Obsah môže učiteľ prispôbiť úrovni a schopnostiam triedy i jednotlivcov. Nevyhnutné je časté opakovanie.

Edukáciu odporúčame realizovať v menších časových úsekoch, približne 20 minútových, postupne predlžovať schopnosť detí sústrediť sa, striedať činnosti, zaradiť oddychové činnosti, dbať na vyváženosť intelektových a manuálnych činností, na maximálnu aktivitu detí.

Odporúčame slovné, motivujúce hodnotenie s častým povzbudzovaním a zdôrazňovaním aj malého úspechu.

ODPORUČENÁ A POUŽITÁ LITERATÚRA

Moja prvá knižka. Matys, Bratislava, 1998.

Môj prvý obrázkový slovník. Matys, Bratislava, 2001.

Beaumontová, E.: Obrázky do škôlky. Mladé letá, Bratislava, 2001.

Bálint, L.: Matematika pre najmenších. Bratislava, 1995.

Obkresli a vymaľuj – Čísla. Mladé letá, Bratislava, 2001.

Tvary – Protiklady. Matys, Bratislava, 2001.

Počítanie – Farby. Matys, Bratislava, 2000.

Löffel, J.: Veselé hry s číslami a obrázkami. Fortuna Print, Bratislava, 2001.

Počítaj s nami. Eurounion Junior, 1998.

Pausewangová: 150 her utváření osobnosti. Portál, Praha, 1993.

Hudobno-pohybová výchova

(3 hodiny týždenne, 99 hodín ročne)

CIELE

- Povzbudenie prirodzenej muzikálnosti detí a ich pohybovej kultúry.
- Vytváranie pozitívneho vzťahu k hudbe, pohybu a tancu,
- Získanie základov správnych speváckych návykov, hospodárneho dýchania, zreteľnej výslovnosti.
- Rozvíjanie rytmického cítenia.
- Rozvoj pohybových schopností detí, vnímanie pohybu.
- Nácvičenie jednoduchých tancov a pohybovo rytmických hier.
- Napomáhanie rozvoja reči a poznania.

OBSAH

- Dychové cvičenia.
- Rozvíjanie citlivosti sluchu.
- Rozlišovanie zvukov a tónov.
- Rozlišovanie zvukov jednotlivých hudobných nástrojov.
- Rytmizácia riekaničiek, vypočítavaničiek.
- Spev pesničiek s dôrazom na melódiu a rytmus.
- Spoločný spev s učiteľom.
- Spievanie s rôznou hlasitosťou.
- Nácvičenie pokynov - začať, skončiť, zastaviť spev.
- Zoznamovanie sa s technikou hry na jednoduché hudobné nástroje (napodobňovanie).
- Vystihnutie rytmu tleskaním, udieraním.
- Dramatizácia, vyjadrenie hudby prirodzeným pohybom.
- Počúvanie hudby, pesničiek.
- Poznávanie známych piesní podľa úryvkov melódií.
- Nácvičenie jednoduchých tančekov.

PROCES

V rámci hudobno-pohybovej výchovy odporúčame spájať hudobnú a pohybovú zložku. Je potrebné zaradiť širokú paletu rôznych typov riekaničiek, piesní, tancov a iných pohybových aktivít, ako aj využiť možnosť vždy, keď je to možné sprevádzať spev, prípadne pohybové hry Orfovým inštrumentárium, hrať na ďalšie jednoduché nástroje, prípadne si vyrobiť nástroje, ktoré vydávajú zvuky.

Deti majú radi hudbu a pohyb, často im nechýba zmysel pre rytmus, preto je vhodné zaradiť hudobné a pohybové aktivity aj na odreagovanie, prekonanie únavy a na zlepšenie koncentrácie detí (aj v rámci iných predmetov).

Pri práci s rómskymi deťmi je vhodné zaradiť aj počúvanie a nácvičenie rómskych piesní a tancov a spoznávanie rómskych tradícií.

Dôležité je, aby si deti uvedomili, čo všetko sa naučili a dokážu a v prípade možnosti im umožniť predviesť tieto schopnosti aj rodičom a známym na školskom večierku s kultúrnym programom.

ODPORUČENÁ A POUŽITÁ LITERATÚRA

Zlatá brána. Ľudové rozprávky, pesničky, hádanky, hry a povedačky. Mladé letá, Bratislava, 1997.

Veľká kniha pre malé deti. Matys, Bratislava, 1999.

Veľká kniha predškolača. Krajina zázrakov. Matys, Bratislava, 1994.

Ďuričková, M.: Spievanky a hádanky. Buvik, Bratislava, 2001.

Ďuričková, M.: Zlatá hrkálka. Buvik, Bratislava, 2001.

Ťap, ťap, ťapušky. Riekanky a rozprávky pre deti. Matys, Bratislava, 2001.

Cupi, lupi. Pohybové riekanky pre deti. Matys, Bratislava, 1999.

Spievame vianočné koledy. Egmont, Praha, 2001.

Kállay, D.: Veselý koncert. Sofa, Bratislava, 1997.

Grabbetová, R.: Zahrajme sa spolu. Mladé letá, Bratislava, 1999.

Droppa, B.: Poník z Poník a cvikly na bicykli. Perfekt, Bratislava, 1998.

Caiatová, Delačová, Müllerová: Volná hra. Portál, Praha, 1995.

Rázusová-Martáková, M.: Farebná záhradka. Mladé letá, Bratislava, 1983.

Ondrejka, K.: Pod' sa s nami hrať. SPN, Bratislava, 1992.

Svetlíková, Fülöpová, Alberty: Kniha hier. Educatio, 1998.

Spievaj si vtáčatko. Slovenské ľudové piesne pre deti malé i väčšie. Mladé letá, Bratislava, 1990.

Pracovná výchova

(3 hodiny týždenne, 99 hodín ročne)

CIELE

Hlavným cieľom pracovnej výchovy v nultom ročníku základnej školy je rozvíjať samostatnosť dieťaťa zo sociálne a výchovne nedostatočne podnetného prostredia, naučiť ho pracovné zručnosti a návyky, ktoré mu umožnia úspešne zvládnuť 1. ročník základnej školy.

Ďalšími cieľmi sú:

- vytváranie a rozvíjanie základných hygienických návykov a sebaobslužných činností,
- vytváranie a nacvičovanie základných pracovných zručností a návykov,
- rozvíjanie hrubej a jemnej motoriky pri pracovných úkonoch,
- vzbudiť záujem o pracovnú činnosť a pozitívny vzťah k tvorivej činnosti,
- pestovať samostatnosť, trpezlivosť a vytrvalosť pri práci,
- pripraviť dieťa na prácu v skupine,
- naučiť dieťa uplatniť získané zručnosti a návyky v bežnom živote.

OBSAH

Obsahom predmetu pracovnej výchovy sú:

- Sebaobslužné práce
 - základné hygienické návyky
 - základná sebaobsluha
 - udržiavanie čistoty svojho okolia
- Pestovateľské práce
 - poznávanie a ochrana prírody
 - aktívna účasť na ochrane prírody
- Práca s drobným materiálom
 - rozvoj jemnej motoriky
 - manipulácia s rôznymi materiálmi
- Práca s papierom
 - skladanie, trhanie, strihanie papiera ,obkresľovanie
- Práca s modelovacím materiálom
 - jednoduché pracovné úkony
 - miesenie a modelovanie modelovacích materiálov
- Montážne a demontážne práce
 - práca so stavebnicami

PROCES

Obsah pracovnej výchovy sa podľa možností realizuje v prirodzených podmienkach, známych dieťaťu. Učiteľ buduje nové zručnosti dieťaťa predovšetkým na schopnostiach, ktoré má dieťa už vybudované, čo si vyžaduje jednoznačne individuálny prístup k dieťaťu.

V nultom ročníku učiteľ využíva predovšetkým dve zásady: zásadu názornosti a zásadu primeranosti. Využíva dispozíciu detí v tomto vekovom období napodobovať predovšetkým činnosti dospelých, samozrejme musí dbať nato, aby požiadavky kladené na dieťa boli primerané, a aby ich deti boli schopné plniť.

Pracovná výchova už svojim zameraním si vyžaduje, aby deti boli vedené k sústavnosti a postupnosti. Tieto dve zásady sú dôležité pri vytváraní stereotypu určitej pracovnej činnosti. Je potrebné uviesť, že pracovná výchova tvorí jednu zo zložiek v kontinuite vzdelávania detí v nultou ročníku základnej školy.

Odporúčanie

Vzhľadom na to, že nie každá ZŠ má školský pozemok, odporúčame práce na školskom pozemku nahradiť inou činnosťou, podľa podmienok školy.

ODPORUČENÁ A POUŽITÁ LITERATÚRA

Šikulová, V.: Pracovná výchova pre prípravný ročník ŠZŠ. Bratislava, ŠPÚ 2001.
Zátopková, M. – Malkusová, A.: Pracovní výchova v mateřské škole. Praha, VÚP 1989.
Pracovné vyučovanie pre 1. a 2. ročník ZŠ. Bratislava, SPN 1977.

Telesná výchova

(2 hodiny týždenne , 66 hodín ročne)

CIELE

Hlavným cieľom a poslaním predmetu je popri zdravom raste a psychomotorickom vývine tiež získať pravidelné návyky pre pohybovú činnosť. Získať základné pohybové schopnosti, zdokonaľiť správne držanie tela, koordináciu pohybov a osvojiť si rôzne pohybové zručnosti. Rozvíjať základné pohybové návyky, schopnosti a zručnosti. Cvičiť pohybovú pamäť, reagovať pohybom na ukážky učiteľa. Naučiť terminológiu, poznávať a používať náradie a náčinie. Viest' k bezpečnosti pri cvičení. Naučiť sa správať v prírode, na ulici a v dopravnom prostredí. Cvičením viesť k pravidelnosti, vytrvalosti, odvahe a priateľstvu. Pravidelnými a zaujímavými aktivitami vytvoriť pozitívny vzťah k pohybu a pobytu v prírode. Prostredníctvom cvičenia napomáhať deťom získať a utvárať si základné hygienické návyky, nadobudnúť odolnosť a otužilosť organizmu a tým prispieť k celkovému upevňovaniu zdravia detí.

OBSAH

Obsah učiva rozdeľujeme podľa dominantnej funkcie do tematických okruhov:

1. Základy akrobatických cvičení a názvoslovie
2. Zdokonaľovanie základnej motoriky
3. Relaxačné, kompenzačné a zdravotné cvičenia
4. Pohybové hry
5. Základy rytmickej gymnastiky a tance
6. Vychádzky do prírody
7. Základné pravidlá bezpečnosti v premávke

1.1. Základy akrobatických cvičení a názvoslovie

CIELE

Poznať dohovorené signály a základné povely, správne na ne reagovať pohybom. Povelmi zaistiť bezpečnosť a efektívnejšie využitie času na cvičenie.

OBSAH

Pomenovať a ovládať cvičebné tvary a polohy statické: stoj, sed, drep, kľak, ľah, predklon, záklon, úklon, predpažiť, vspažiť, upažiť, prednožiť, zanožiť, unožiť.

Pomenovať a ovládať dynamické cvičebné tvary: prevaly – vpred, vzad, vbok, kotúľ vpred.

Vedieť význam slova – chôdza, poklus, beh.

Povely, signály, znamenia – začať, prerušiť, skončiť cvičenie.

Správna reakcia na povely – na značky, na čiaru, do kruhu atď.

Činnosť na povely – pozor, pohov, v rad nastúpiť, v zástup nastúpiť, pochom vchod, zastaviť stáť, vľavo, vpravo bok, čelom vzad.

1.2 Cvičebné prostredie, náradie, náčinie

CIELE

Oboznámiť sa s cvičebným prostredím, sociálnym zariadením – vedieť ho používať. Poznať náradie a náčinie. Miesto a spôsob uloženia. Zásady bezpečnosti pri manipulácii s náradím a náčiním.

OBSAH

Správne uchopenie a zdvíhanie náčinia a náradia – nosenie, polozenie, manipulácia, uloženie. Bezpečný a účelný pohyb v telocvični, nárad'ovni, na ihrisku, bazéne, na vychádzke do prírody.

Poznať, pomenovať a vedieť k akej činnosti použiť náčinie – lopty, švihadlá, lano, kuželky, vrecúška s pieskom

Poznať náradie – lavička, nízka kladina, rebriny, žinenky, nízky basketbalový kôš, malá bránka.

Oboznámiť deti so špecifikami preliezok na ihrisku – zoznamovanie a činnosť s pomocou učiteľa.

2.1 Zdokonaľovanie základnej motoriky

CIELE

Vedieť vykonávať a pomenovať elementárne pohybové tvary a prvky. Rozvíjať lokomočnými pohybmi koordináciu, vytrvalosť, silu a správne držanie tela pri záťaži.

OBSAH

Chôdza, poklus, beh – zastavenie, zrýchlenie, spomalenie.

Beh na určenú vzdialenosť k méte.

Skoky – znožmo, odraz z jednej nohy, výskoky, zoskoky z primeranej výšky na mäkkú podložku.

Lezenie, šmyk, hody – do diaľky, triafanie.

Chytanie, zdvíhanie a prenášanie predmetov a náčinia.

3.1. Relaxačné, kompenzačné a zdravotné cvičenia

CIELE

Pravidelné krátke ranné cvičenia a telovýchovné chvíľky zamerané na držanie tela, dýchacie a polohové cvičenia. Poznať názvy častí tela, orgánov a ich životné funkcie. Získať u detí návyk k pravidelnému cvičeniu.

Hygienické zásady pri cvičení a po cvičení.

OBSAH

Cvičenia bez náčinia – nat'ahovacie, uvoľňovacie, dýchacie, rýchlostno- silové, obratnostné, kompenzáčné a relaxačné.

Cvičenia s náčiním – s loptou, kockou, švihadlom atď.

4.1. Pohybové hry

CIELE

Prípraviť pre deti primerané pohybové hry, aby sa vedeli zapojiť, reagovať na dohovorené signály, vedieť základné pravidlá a používať náčinie.

OBSAH

Malé hry – na rozvoj obratnosti, rýchlosti, vytrvalosti a sily, zlepšenie kĺbovej pohyblivosti.

Hry so zameraním na rozvoj koordinácie – bežecké, loptové, štafetové a imitačné hry – na snehu, vo vode

5.1 Základy rytmickej gymnastiky a tance

CIELE

Zvládnuť na primeranej úrovni jednoduché cvičenia a pohyb na hudobný doprovod. Zatancovať individuálne a v skupine na hudbu jednoduchý tanec.

OBSAH

Reagovať pohybom na 2/4, 3/4, a 4/4 takt.

Reagovať pohybom na rytmickú hudbu – vlastný prejav.

Rytmické kroky na hudbu samostatne, v skupine.

6.1. Vychádzky do prírody

CIELE

Pozitívny vplyv pohybu a pobytu v prírode na ozdravenie celého organizmu. Osvojenie špecifických poznatkov z pozorovania prírody, krajiny a okolia materskej školy. Zásady obutia, oblečenia, hygieny a bezpečnosti v prírode. Vytváranie pozitívneho vzťahu k životnému prostrediu a prírode. Premiestňovanie a presun v tvaroch – dvojstup, zástup. Určiť konkrétny poznávací cieľ.

OBSAH

Chôdza s prekonávaním primeranej vzdialenosti v bezpečnom teréne.

Spoznávanie okolia, predmetov, rastliny, zvieratá, nerasty, vodné toky atď.

Námetové hry podľa ročného obdobia.

Poznávanie turistických značiek. Svetové strany.

7.1. Základné pravidlá bezpečnosti v dopravných prostriedkoch a v premávke

CIELE

V skupine cestovať dopravným prostriedkom. Vedieť bezpečne prejsť cez ulicu, cez prechod pre chodcov.

Poznať svetelnú signalizáciu a nebezpečie ciest a koľají.

OBSAH

Presun v skupine v dopravnom prostriedku.

Navštíviť dopravné ihrisko.

Poznať zásady pri prechádzaní cez komunikáciu a koľaje.

Vedieť reagovať na svetelnú signalizáciu.

Poznať vodorovné značenie-zebru a dopravnú značku – prechod pre chodcov.

PROCES

Obsah osnov telesnej výchovy pre nultý ročník základnej školy pre deti so sociálne znevýhodneného a menej podnetného prostredia umožňuje splniť špecificky upravené ciele, metódy a formy práce. Zabezpečuje nadobudnúť deficit pohybovej prípravy pred vstupom do prvého ročníka základnej školy.

Pohybové činnosti je potrebné realizovať primeranými metódami a formami práce. Využívať vhodné organizačné formy, ako vyučovacia jednotka, telovýchovné chvíľky, ranné cvičenia a vychádzky do prírody spojené so sezónnymi činnosťami. V rámci medzizložkových vzťahov sa má prelínať takmer so všetkými výchovnými zložkami všade tam, kde sa realizuje pohybová aktivita dieťaťa.

Účinnosť telesnej výchovy spočíva v striedaní fázy jednoduchej záťaže s fázou odpočinku počas celého dňa. V procese preto vytvoríme dostatočný priestor hlavne na pohybové hry spojené s vychádzkami do prírody. Špecifické tematické celky (akrobatické cvičenia, názvoslovie, relaxačné cvičenia, rytmická gymnastika a pravidlá bezpečnosti v premávke) zaraďujeme zväčša na začiatok školského roka a do zimných mesiacov. Obsah, metódy a organizačné formy práce majú rešpektovať zásady všestranného rozvoja dieťaťa a bezpečnosti procesu. U detí predškolského veku je predpoklad na osvojenie rôznych pohybových kombinácií, základných pohybových schopností, zdokonaľovanie správneho držania tela a osvojenie pohybových zručností.

Pri plánovaní a realizácii sa zohľadňuje zdravotný stav dieťaťa. Po konzultácii s lekárom a rodičom sa uplatňuje individuálny prístup. V pohybových hrách a iných činnostiach sa podnecuje hravosť, tvorivosť, spontánnosť a radosť z prirodzeného pohybu v telocvični, ihrisku a v prírode. Rešpektujeme ročné obdobia a vplyv počasia pri činnostiach vonku pre správne oblečenie a dodržiavame zásady hygieny. Vyžaduje sa poskytnúť bezpečný a hygienicky nezávadný priestor. Teplota vzduchu v cvičebnom priestore má rozmedzie 18 – 20 °C.

Vzhľadom na vývojové osobitosti dieťaťa v tomto veku nie sú prípustné cviky ako : kotúľ vzad, čistý vis s výdržou, vspor, preťahovanie a pretláčanie, hlboké bedrové záklony, široké stroje rozkročné, skoky na tvrdú podložku, zoskok z väčšej výšky ako je výška pásu dieťaťa

na mäkké doskočište. Hry vo vode sa realizujú iba v bazénoch s nízkou hladinou vody na výšku detí. Bezpečnosť v telesnej výchove zabezpečuje učiteľ svojou prítomnosťou po celú dobu vyučovacej jednotky.

Teoretické poznatky (názvoslovie, bezpečnosť v premávke), poradové cvičenia, prípravné, kondičné, koordinačné, kompenzačné a relaxačné cvičenia sa uplatňujú podľa potreby na každej vyučovacej jednotke. Zvýšenú pozornosť venujeme účelnej organizácii v priebehu ktorej kladieme dôraz na disciplínu. Dodržujeme zásady pedagogického procesu ako postupnosť, rozcvičenie, zvyšovanie objemu a intenzity pohybu v hlavnej časti a upokojenie v závere vyučovacej jednotky. Posilovacie a rýchlostno silové cvičenia zaraďovať po dostatočnej príprave organizmu.

Z hľadiska efektívneho plnenia cieľov telesnej výchovy je nevyhnutné dôsledne rešpektovať a uplatňovať zásady hygieny , bezpečnosti, zákonitosti motorického učenia, overené postupy, formy a metódy telesného a pohybového zdokonaľovania, rozvoja psychomotorických schopností, všestrannej pohybovej výkonnosti a správneho držania tela žiakov. Odporúča sa, aby všetku činnosť v telesnej výchove sprevádzala vzájomná úcta, rešpektovanie individuality dieťaťa, jeho názorov, postojov, zodpovednosť, láskavosť, nezištná pomoc, príjemné citové ladenie, aktívny optimizmus, v citovej norme povzbudivý resp. ostrejší tón a skutočné zaujatie.

POUŽITÁ LITERATÚRA

- Berdychová J.: Mama, otec, cvičte so mnou. Šport, STV, Bratislava 1985.
- Bočeková J.: Telesná a pohybová výchova pre nultý ročník špeciálnej základnej školy. ŠPÚ, Bratislava, 2001.
- Sivák J., Javorská J.: Zdravotná výchova v špeciálnych školách pre telesne postihnutú mládež. UK, Bratislava, 1999.
- Sivák J.: Plánovanie vyučovania telesnej výchovy na 1.stupni základnej školy. Metodické centrum MB, Bratislava 1996.
- Šikulová V, Bočeková I.: Učebný plán a učebné osnovy pre nultý ročník v osobitnej škole. ŠPÚ, Bratislava 2001.
- Program výchovy a vzdelávania detí v materských školách. MŠ SR, Bratislava, Máj 1999.
- Učebné osnovy pre 1.stupeň základných škôl. MŠ SR, Bratislava, Príroda 1995.

ODPORUČENÁ LITERATÚRA

- Alexová Z., Trojková E.: Telesná výchova v materskej škole. SPN, Bratislava 1987.
- Borová B., Trpišovská D., Skoumalová S., Smejkalová V.: Cvičíme s malými deťmi. Portál, s.r.o., Praha 1998.
- Bruncovej T.: Predškolská výchova. Praha, Portál 1996.
- Hermová S.: Psychomotorické hry. Portál, Praha 1994.
- Havlíková M. a kol.: Zdravá materská škola. Portál, Praha 1995.
- Henek T.: Hrou pripravujeme na školu. SPN, Praha 1975.
- Tatrovej H.: Pohybové hry v materskej škole. SPN, Praha 1982.
- Program výchovy a vzdelávania detí v materských školách. MŠ SR, Máj 1999.
- Kurikulum predškolskej výchovy. Šimon pújde do školy – program všestranného rozvoja predškolskeho dieťaťa.