



Názov vyučovacej hodiny: Vplyv fyzickej námahy na ľudský organizmus
Meno a priezvisko učiteľa/učiteľov: Vybrané žiačky 7.B triedy (Mgr. Eliška Reptová)

Názov školy:	ZŠ v Brezovej pod Bradlom		
Predmet:	Prírodopis		
Ročník:	Siedmy		
Tematický celok:	Obehová sústava		
Téma hodiny:	Vplyv fyzickej aktivity na človeka		
Cieľ:	Kognitívne ciele: 1. Zopakovať stavbu a funkciu obehovej sústavy; zložky krvi a ich funkcie; anatómiu srdca; krvné obeh 2. Vysvetliť vplyv fyzickej aktivity na človeka 3. Na jednoduchom praktickom cvičení overiť vplyv fyz. námahy na obehovú a iné sústavy. Výchovné ciele: 1. Pozitívny vplyv telesnej námahy na človeka 2. Rozvoj komunikácie a spolupráce medzi žiakmi 3. Učenie hrou 4. Schopnosť vystupovať a prezentovať svoje poznatky pred publikom		
Špecifické ciele:			
Medzipredmetové vzťahy:	Prírodopis, Telesná výchova		
Požiadavky na zručnosti žiakov:	Práca s PC, digitálnym obsahom, dotykovou tabuľou, prezentérom, stopkami		
Požiadavky na zručnosti učiteľa:	Práca s PC, digitálnym obsahom a dotykovou tabuľou		
<i>počet minút</i>	<i>činnosť</i>	<i>pomôcky</i>	<i>metódy a formy</i>
2'	Úvod – predstavenie lekárskeho teamu a oboznámenie s cieľom hodiny		
5'	Pohybový test	stopky	Hromadne vykonaný jednoduchý pohybový test s meraním pulzu
15'	Opakovanie – stavba a funkcia obehovej sústavy, zložky krvi, anatómia srdca, krvné obeh	PC, dataprojektor, dotyková tabuľa, digitálny obsah, maketa srdca a ruky rozlišovačky, torzo tela	Frontálne opakovanie pomocou digitálneho obsahu; didaktická hra



15´	Výklad učiva – Vplyv fyzickej aktivity na človeka; vyhodnotenie pohybového testu	PC, dataprojektor, dotyková tabuľa, digitálny obsah; zošit a pero	Výklad témy pomocou dig. obsahu, riadený rozhovor, zapísanie poznámok
1´	Záver		



Model vyučovacej hodiny – OBSAH

Téma: *Vplyv fyzickej aktivity na človeka*

Typ hodiny: Hodina základného typu

Forma vyučovania: Hromadná

Metóda vyučovania: Projektové vyučovanie, vyučovanie zážitkom, didaktická hra

Výchovno-vzdelávacie ciele:

Rozvíjať spoluprácu a vzájomnú komunikáciu medzi žiakmi. Naučiť žiakov logicky uvažovať, zovšeobecniť svoje poznatky a skúsenosti, postrehnúť súvislosti medzi jednotlivými javmi a na ich základe vyvodiť záver. Dokázať prezentovať svoje názory na verejnosti.

Pomôcky: Interaktívna tabuľa, stopky, laserový prezentér, torzo tela, maketa srdca a ruky, farebné rozlišovačky

Postup a obsah vyučovania:

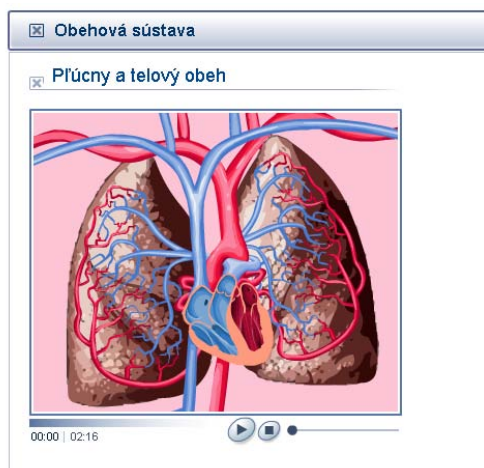
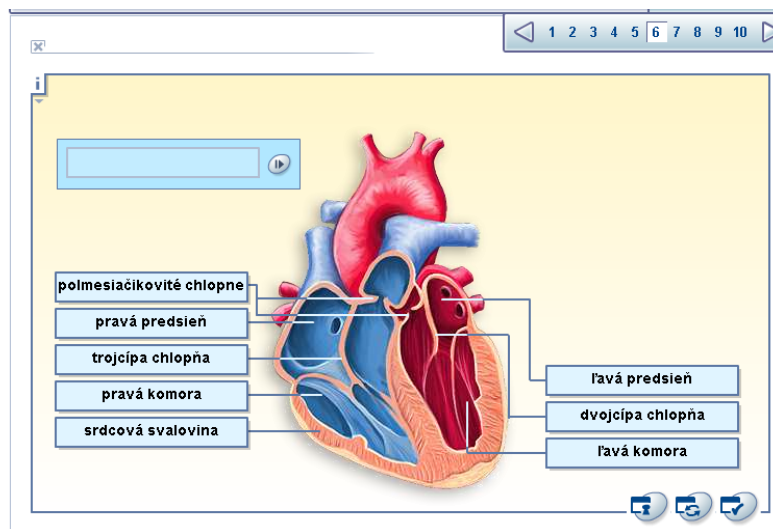
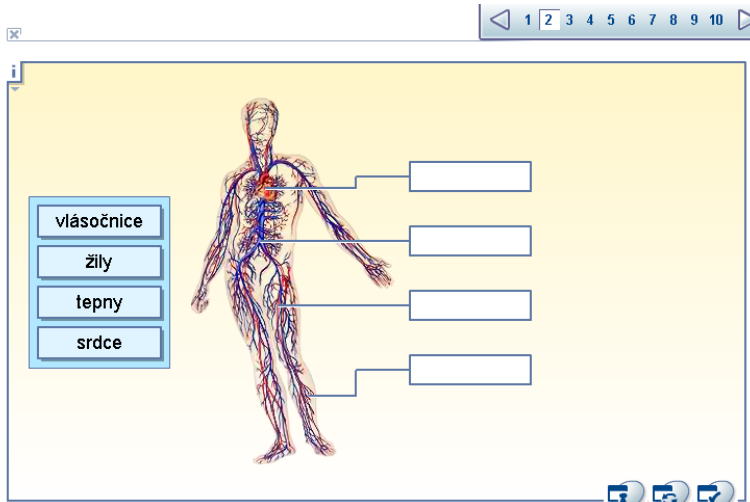
1. Na základe vopred pridelených úloh žiačky „lekárky“ informovali svoje spolužiačky o obsahu svojej prezentácie.
2. Vykonal s nimi jednoduchý pohybový test.



Po jeho vykonaní im „lekárky“ ukázali, ako počas testu pracovalo ich srdce.



3. Zopakovali teoretické poznatky o obehovej sústave nadobudnuté na hodine prírodopisu.



Pomocou týchto cvičení, animácie a didaktickej hry si dievčatá zopakovali a utvrdili učivo o obehovej sústave.



4. Vysvetlili vplyv pohybovej aktivity na ľudský organizmus.

Vplyv telesnej záťaže na činnosť obehovej sústavy

Vplyv fyzickej námahy na ľudské telo



00:00 | 01:19

Najprv pomocou animácie vysvetlili tému. Vzápätí si pochopenie učiva overili otázkami a každú správnu odpoveď potvrdili krátkym videom

Vplyv telesnej záťaže na činnosť obehovej sústavy

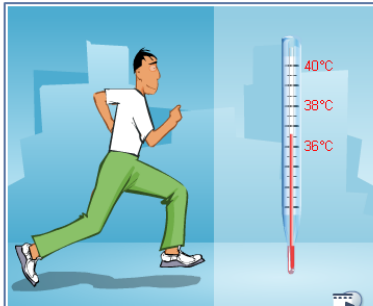
Zvýšenie srdcového tepu



00:00 | 01:19

Vplyv telesnej záťaže na činnosť obehovej sústavy

Zvýšenie telesnej teploty



00:00 | 01:19

Vplyv telesnej záťaže na činnosť obehovej sústavy

Prispôsobenie organizmu dlhodobej námahe



00:00 | 01:58

Pokračovali d'alšou animáciou, na ktorej vysvetlili prispôsobenie organizmu dlhodobej námahe. Otázkami sa utvrdili o pochopení témy a žiačky si zapísali stručné poznámky.



5. Na základe vyhodnotenia testu a krátkej animácie vyvodili prínos fyzickej námahy pre človeka.

Positívny vplyv fyzickej námahy na zdravie človeka



Vplyv telesnej zátáže na činnosť obehovej sústavy

strana 27/28

Positívne a negatívne stránky športových tréningov



Žiačky si opäť napísali stručné poznámky a na záver vyplnili jednoduché cvičenie.

Didaktické ciele:

Zopakovať a upevniť teoretické poznatky súvisiace s danou témou, vedieť vysvetliť ako fyzická aktivita ovplyvňuje činnosť ľudského organizmu a jej prínos pre človeka.