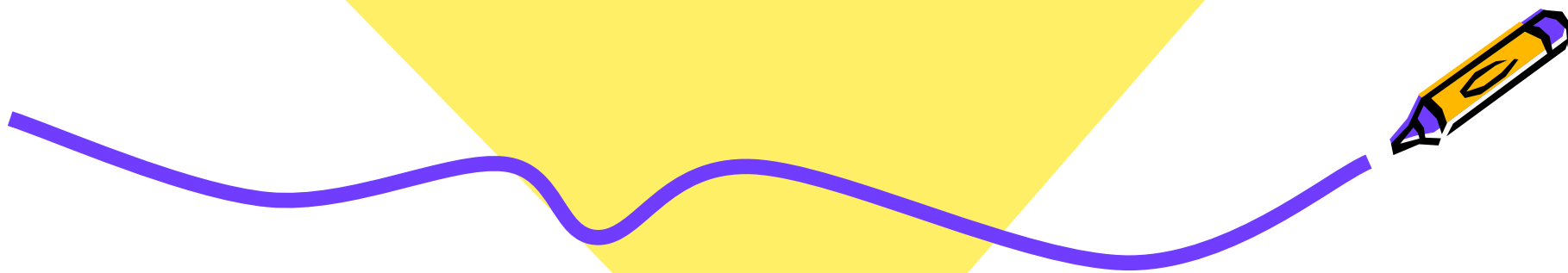




VÍŠ, CO JÍŠ?

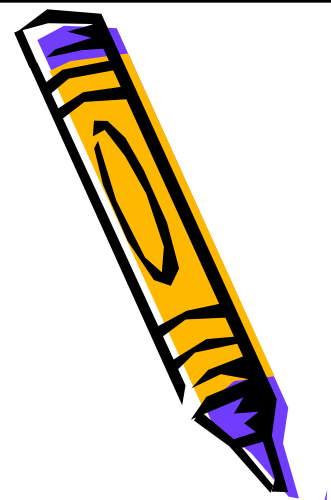


Koncentrační idea: JÍDLO



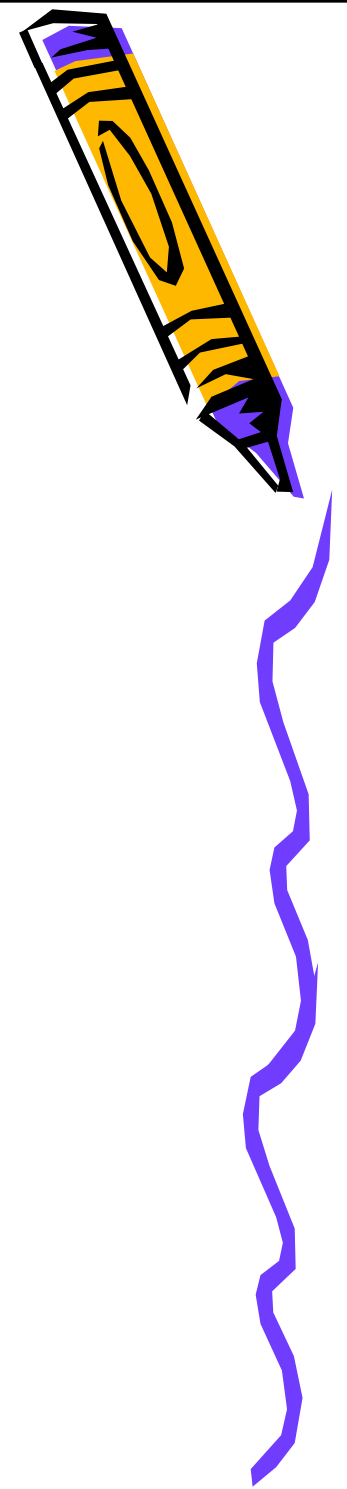
Smysl projektu

- Děti budou schopny posoudit:
 - jaké jídlo je pro ně vhodné
 - jak často a v jakém množství jíst



Výstup

- Žáci společně zhotoví vlastní jídelníček na celý týden.



Cíle projektu

- **Kognitivní**

žáci vyjádří vlastními slovy,
proč je důležité jíst
zdravě

ž. z uvedeného výčtu vyberou,
co patří do zdravé výživy

ž. shrnou podstatu správného
stolování

ž. seřadí a pojmenují
jednotlivá jídla během dne

ž. samostatně navrhnou
jídelníček na jeden den

- **Afektivní**

ž. jedí zdravě

ž. správně stolují



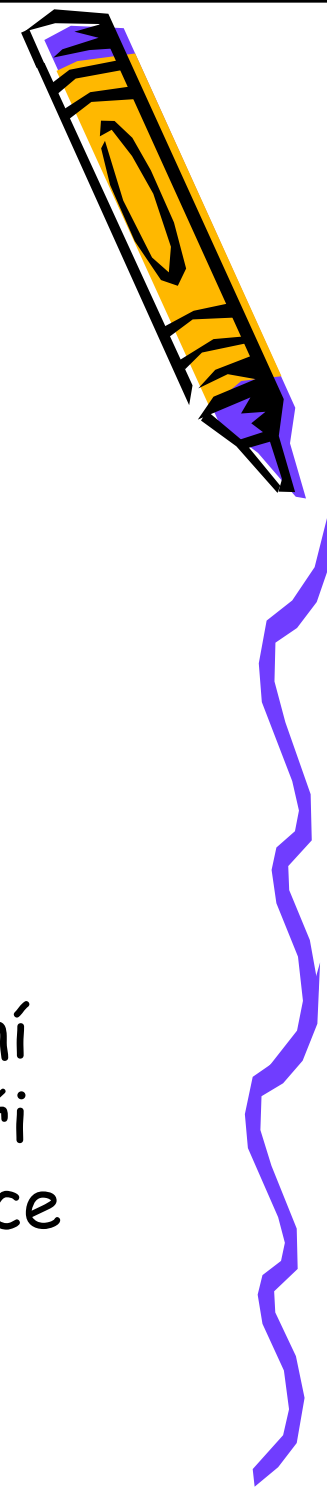
Cíle projektu

• Sociální

- Ž. vyslechnou jeden druhého
- Ž. o tématu diskutují a dělí se o své poznatky
- Ž. spolupracují a vzájemně si pomáhají při práci na společném výrobku

• Psychomotorické

- Ž. se spolupodílí na výrobě zdravé přesnídávky
- Ž. společně tvoří jídelníček
- Ž. dramaticky ztvární správné chování při návštěvě restaurace



Činnosti a organizace průběhu

/jednodenní projekt realizován v průběhu čtyř vyučovacích hodin/

- Motivační pohádka - Josef Čapek, Povídejme si, děti

- Rozhovor /na koberci/

Co měl kdo ke snídani, co z toho je pro naše tělo prospěšné, jaké je vaše nejoblíbenější jídlo?

- Pracovní list

Děti vybarví potraviny a nápoje, které jsou běžné pro přípravu snídaně.

Z vybarvených obrázků zakroužkují ty potraviny, které jsou zdravé.



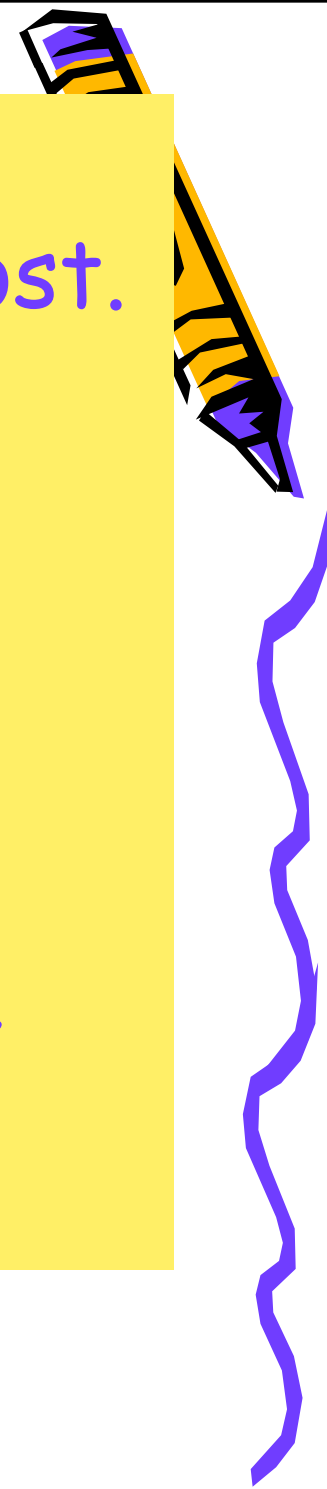
- Společná kontrola pracovního listu
- Výklad o zdravé výživě
- Didaktická hra - děti mají položené hlavy na lavicích. Učitel jmenuje různá jídla a potraviny. Uslyší-li žáci „zdravé“, hlavu zvednou.
- Rčení

Děti nejprve hledají po třídě, pak skládají lístečky se slovy do vět (rčení). Společné vysvětlení.

- Jez do polosyta, pij do polopita, budeš živ dlouhá léta.
- Snídani sněz sám, o oběd se rozděl s přítelem, večeri dej nepříteli.



- Hra s hrací kostkou pro uvolnění a současně k motivaci pro další činnost.
- Stolování
 - Žáci si zkouší správně prostřít na stůl
 - dramatizace po dvojicích na téma „návštěva restaurace“
- Denní režim
 - Rozhovor - kdy a jaká jídla během dne jíme, kde se můžeme stravovat, kde získáme potraviny, ze kterých vaříme?

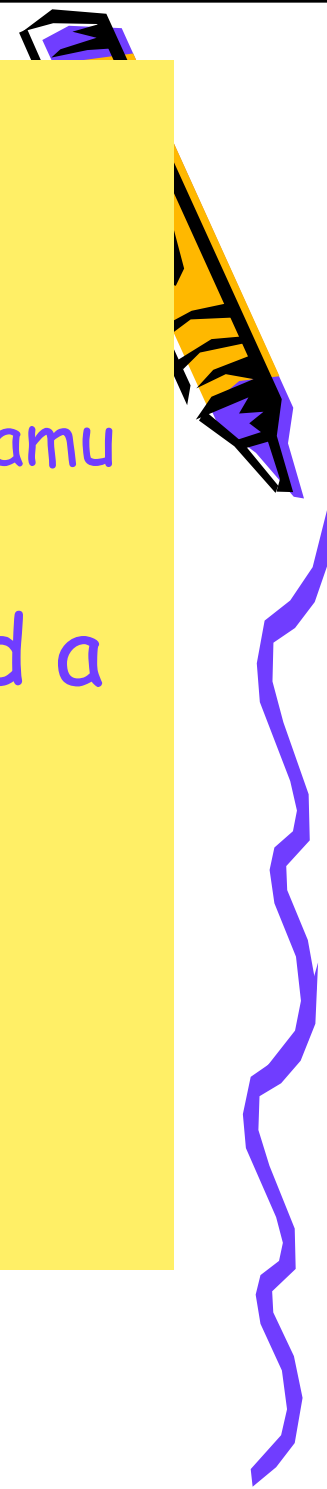


- Seznam na nákup - žáci napíší seznam 4 potravin, které by podle nich neměly chybět v každodenním nákupu.

- společná kontrola a sepsání společného seznamu na tabuli - co se nejčastěji opakovalo

- Motivační říkanka (mytí rukou před a po jídle)

To jsou ruce, to jsou dlaně,
Voda s mýdlem patří na ně.
Hned po mýdle dobré jídlo
A po jídle zase mýdlo.



• Výroba zdravé přesnídávky

Děti jsou rozděleny do 2 skupin, v nichž souběžně pracují .

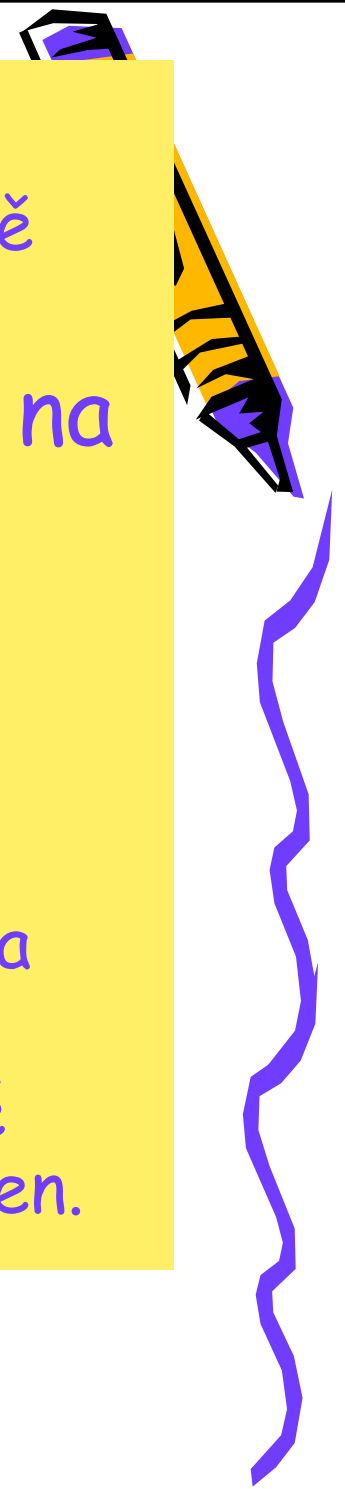
• Hra na procvičení zdravých jídel a na rozvoj paměti

„V obchodě jsem koupil..., v obchodě jsem koupil
...(zopakuje) a ... “

• Jídelníček

Společná ukázka zhotovení jídelníčku na tabuli na plakátu.

Děti pracují v sedmi skupinách po třech. V každé skupině sestaví jídelníček na jeden (určený) den.

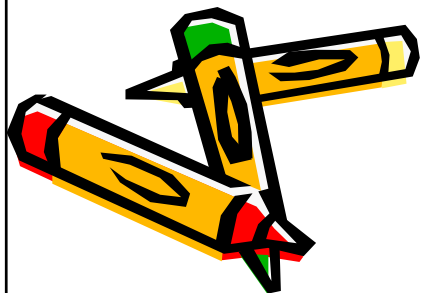


- Společně si jídelníček prohlédneme, každá skupina představí svůj den.

/prezentace ve třídě/

- Na závěr celý den společně zhodnotíme, každý se vyjádří, co se mu líbilo/nelíbilo, co si zapamatoval

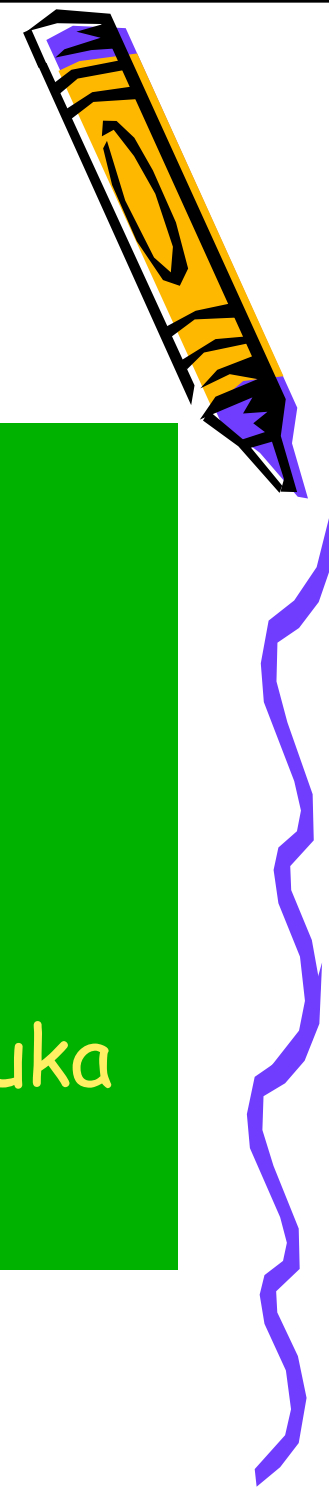
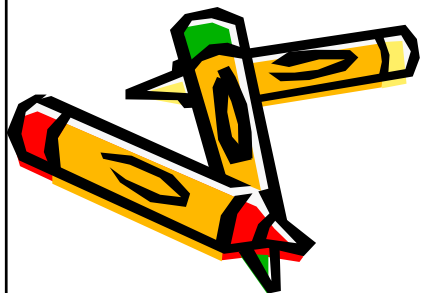
/Hodnocení formou diskuse/



Metody

- Vyprávění
- Vysvětlování
- Práce s textem
- Rozhovor
- Předvádění
- Manipulování
- Diskusní m.

- Situační m.
- Inscenační m.
- Didaktická hra
- Frontální výuka
- Skupinová a kooperativní výuka



Pomůcky

- Kniha - Povídejme si, děti
- Pracovní list
- Kartičky se rčeními
- Příbory, talíře, ubrousky, skleničky
- Suroviny na přesnídávku
- Plakáty
- Pomůcky k výrobě jídelníčku

