

**Téma: „SNÍDÁTE ZDRAVĚ?“**

**Ročník: druhý**

**Časové rozvržení:** celodenní projekt – 4 vyučovací hodiny

**Motivace:** (smyšlený) příběh o sourozencích, jeden z nich snídá pravidelně a zdravě, druhý snídat odmítá, ale pak má ve škole velký hlad – příběh vede k diskusi o snídani, návaznost na probírané učivo v prvouce

**Cíl:** Cílem projektu je zaměřit se na stravu dětí, zvláště na důležitost snídaně, ukázat jim různé možnosti, naučit je poznávat co je zdravé a co ne, co se hodí snídat, co naopak ne. Snaha děti nasměrovat na pravidelné a zdravé snídání.

**Popis jednotlivých aktivit:**

**1. vyučovací hodina**

- Na koberci – příběh o kamarádech, diskuse – Snídáte každý den? Co snídáte? Snídáte sami nebo s rodiči? Připravujete si snídani sami? Jak vypadají vaše víkendové snídaně?
- Hra – sestavte ze svých těl slova SNÍDANĚ a ZDRAVÍ → úvod do tématu projektu
- Rozdělení do skupin – barevné lístečky – každý žák si vybere jeden lísteček
- Úkolem dětí je vymyslet si název své skupiny – název bude souviset se zdravou výživou

**2. vyučovací hodina – práce ve skupinkách**

- Pojmová mapa – uprostřed velkého papíru mají napsané téma SNÍDANĚ, jejich úkolem je do pojmové mapy napsat cokoli, co je napadne ke slovu (tématu) snídaně, potom bude společné přečtení pojmových map, hodnocení
- Do připravené tabulky (viz. příloha) děti přepíší potraviny, které uvedli na mapě, jejich úkolem je potraviny rozdělit na NÁPOJE, PEČIVO, MLÉČNÉ VÝROBKY, UZENINY, OVOCE, ZELENINA, SLADKOSTI a zařadit je do příslušných sloupců v tabulce.
- Barevně označí v tabulce to, co si myslí, že je zdravé a co ne – 2 barvy, potom společná diskuse, zhodnocení.

- Hra – po třídě jsou rozmístěny barevné lístečky příslušných skupin, na kterých jsou hádanky. Žáci si ve skupině zvolí jednoho zástupce, který bude hledat lístečky s hádankami. Dotyčný vždy může přinést jen jeden lísteček. Poté všichni ve skupině hádají hádanku (mají k dispozici hádanku a jako pomoc obrázky (viz příloha). Teprve po uhodnutí hádanky a zapsání na list může vyběhnout další zástupce pro lísteček s hádankou.

### 3. vyučovací hodina

- Tvorba jídelníčku zdravé snídaně → porovnávání, hodnocení a výběr nejlepší zdravé snídaně
- Tvorba plakátu (vystřihují z novin, časopisů a letáků, kreslí) zdravé snídaně a nezdravé snídaně – podle počtu dětí např. 2 skupiny tvoří plakát zdravé snídaně a 2 skupiny plakát nezdravé snídaně

### 4. vyučovací hodina

- Hra – stále rozdělení na skupinky, všichni stojí, učitel před třídou, říká různé názvy potravin, pokud si děti myslí, že je daná potravina zdravá, zůstanou stát, pokud si myslí, že je nezdravá, dřepnou si, pokud děti neví, sednou si na židli. Za každého jedince ve skupince, který udělá chybu se strhne bod, každá skupinka na počátku hry má 12 bodů. Vyhraje skupinka, které zůstane nejvíc bodů.
- Prezentace plakátů – každá skupinka prezentuje celé třídě co tvořily, co se jim na tom nejvíc povedlo, jak by to případně udělali jinak, kdyby měli víc času....
- Zhodnocení celého dne
- Ochutnávka, kterou připraví učitel a žáci hodnotí, zda to patří nebo nepatří do zdravé snídaně (výživy) (např. *cornflakes, chléb se salámem, jogurt, čaj, cola, džus, ovoce, zelenina, různé druhy pečiva – světlé, tmavé,...*)

Na závěr děti dostávají **dlouhodobý úkol** – měsíc si budou zapisovat co každý den snědly. Vždy jednou za týden si v nějaké hodině udělají takovou debatu o snídaních. Učitel tak může sledovat zda měl projekt nějaký význam, může porovnat jestli děti, které nesnídaly začaly snídat apod.



## PŘÍLOHA -hádky

Stoupá bez nohou,  
bublá, ústa nemá,  
bere bez rukou  
zem i kupky sena.  
(*voda*)

Jedna paní nemá,  
v bytě stání nemá.  
Jakmile však byt svůj ztratí,  
životem tu ztrátu platí.  
(*ryba*)

Červený hrneček  
je plný kruček.  
(*šípek*)

Má to klobouček,  
jednu nožičku,  
pěkně si sedí  
v mechu v lesíčku.  
(*hříbek*)

Přišel k nám panáček,  
měl hnědý fráček.  
Když jsme ho svlékali,  
všichni jsme plakali.  
(*cibule*)

Zelená jsem, tráva nejsem,  
červená jsem, květina nejsem,  
sladká jsem, med nejsem,  
kořen mám, strom nejsem.  
(*mrkev*)

Vylez na mě,  
otrhej mě,  
jen mě neuraz,  
dám ti za rok zas.  
(*ovocný strom*)

Maličký sklípek,  
v něm dvě řady slípek  
a červený kohoutek.  
(*ústa, zuby, jazyk*)

