

Pdf MU Brno
Učitelství 1. stupně ZŠ

Název projektu:
ŽIJEME ZDRAVĚ?

Veronika Mikošková, sk. D
Učitelství pro 1. st. ZŠ
5. ročník, 9. semestr
Podzim 2006

I. Návrh projektu

1. Název

Žijeme zdravě?

2. Ročník

čtvrtý

3. Typ projektu

Krátkodobý, školní.

4. Smysl projektu – pro děti

Smyslem projektu je, aby se děti přesvědčily o tom, zda opravdu ví, co je třeba dělat a nedělat pro svoje zdraví. Zda tyto zdravé zásady dodržují.

5. Výstup

Příručka „Jak zdravě žít?“

6. Cíle

a) kognitivní

Děti popíší pocity při nemoci.

Děti vyjmenují alespoň 5 věcí potřebných k udržení čistoty v domácnosti.

Děti vyjmenují alespoň 5 věcí potřebných k osobní hygieně.

Děti navrhnu zásady správné životosprávy.

Děti navrhnu zdravý jídelníček.

Vyjmenují alespoň 5 věcí, které mohou najít v lékárnice.

Vyjmenují alespoň 3 nemoci a 3 úrazy.

Přiřadí správné telefonní číslo záchrance, hasičům a policii.

b) afektivní

Děti si utvoří pozitivní vztah ke zdravému způsobu, stylu života.

Uvědomí si, proč je pro nás zdraví tak důležité.

c) psychomotorické

Vytvoří společně příručku „Jak zdravě žít“.

d) sociální

Rozvoj spolupráce a vzájemné pomoci mezi dětmi.

Rozvíjení pozitivních vztahů mezi dětmi ve třídě.

Podpoření vzájemné komunikace mezi dětmi.

7. Předpokládané činnosti

8. Organizace

Motivační činnost – vyluštění tématu našeho projektu.	Skupinová práce.
Rozhovor, diskuse na téma zdravý způsob života.	Hromadně.
Vyhledávání na internetu a	Samostatná práce v počítačové učebně.

zaznamenávání důležitých informací o daných tématech.	
Plnění úkolů č. 1 – 10.	Samostatná práce v lavicích.
Příprava příručky – přepis zjištěných informací - ilustrace	Samostatná práce v lavicích.
Kontrola „pracovních karet“.	Hromadně, v kruhu na koberci.
Prezentace jednotlivých výtvorů dětí (jednotlivých listů společné příručky).	V kruhu na koberci, individuálně.
Vytvoření příručky.	Hromadně, v kruhu na koberci.
Zhodnocení – naší práce - celého dne	Hromadně, v kruhu na koberci.

9. Předpokládané metody a formy práce

- a) metody slovní - vyprávění
- rozhovor
- diskuse
- práce s textem
- práce s počítačem
- b) metody názorně demonstrační - pozorování obrázků.
- demonstrace různých pomůcek (zubní kartáček, mýdlo,...)
- c) metody praktické - výtvarné činnosti
- d) metoda sdělovací
- e) metoda samostatné práce žáků

10. Předpokládané pomůcky

Obrázky týkající se tématu Zdraví, pracovní karty, psací potřeby, pastelky, voskovky, fixy, papíry A4, počítače, tvrdý papír A4, děrovačka, provázek, 10 obálek s úkoly.

11. Způsob prezentace projektu

Nejprve každý žák představí svoji část společného výtvoru – příručky – ostatním spolužákům – přečte informace, které o daném tématu našel a ukáže svoji ilustraci. Prezentace společného výtvoru dětem ve třídě.

12. Způsob hodnocení

Zhodnocení společného výtvoru – každý řekne, co se mu na příručce líbí, co se mu nelíbí, co bychom příště mohli udělat lépe, atd.

Na závěr zhodnocení průběhu celého dne – děti napíší, co se jim za celý den nejvíce líbilo, co je bavilo a také co se jim nelíbilo, nebo je nebavilo. Odpovědi přečteme a okomentujeme.

Učitel zhodnotí celodenní práci a snahu dětí.

II. PRŮBĚH PROJEKTU

1. hodina – motivační

- ☀ Vyluštění tématu našeho projektu
 - děti rozdělím na 5 skupin, v 5 obálkách očíslované otázky týkající se zdraví a odpovědi. Žáci musí přiřadit k otázce správnou odpověď. Každá odpověď obsahuje jedno zvýrazněné písmeno. Pokud žáci správně přiřadí odpověď, ze zbarvených písmen v pořadí otázek vyjde tajenka: ZDRAVÝ ZPŮSOB ŽIVOTA.
 - společná kontrola, povídání o otázkách (7 min.)
- ☀ Seznámení s tématem a cílem dne, s cílem projektu (5 min.)
- ☀ Rozhovor, diskuse (15 min.)
 - Co si představíte pod pojmem zdravý způsob života?
 - Co je to zdraví?
 - Je pro nás důležité? Proč?
 - Co děláte pro své zdraví?
 - Myslíte si, že je třeba se v něčem změnit?
 - V čem? Proč?.....
- ☀ Společné dílo – příručka o zdravém způsobu života – vymyslet název: „Jak zdravě žít“
- ☀ Vymýšlení témat, která děti zajímají v rámci zdraví: Zdravá strava, Spánek, Pohyb, Pitný režim, Zdravé zuby, Denní režim, Co dýcháme, Úrazy, Hygiena, Čistota a pořádek, Nemoci,.... (10 min.)
- ☀ Přiřazení témat (5 min.)
 - každý žák dostane jedno téma, na kterém bude pracovat v dalších hodinách.
- ☀ Seznámení s dílčími úkoly (3 min.)

2. hodina

- ☀ Seznámení s cílem hodiny a jejím rozvržením, výběr 2 malířek, které vytvoří titulní a závěrečnou stranu. (5 min.)
- ☀ Vyhledávání důležitých informací o daném tématu na internetových stránkách, zaznamenávání informací. (30 min.)
- ☀ Plnění úkolů č.1 – 10 do pracovních karet (10 min.)
 - děti mají za úkol splnit minimálně 5 libovolných úkolů
- ☀ Malířky
 - vytváří titulní a zadní stranu naší příručky

3. hodina

- ☀ Dokončování příručky
 - každý svoje informace přepíše na tvrdý papír
 - svoji stránku doplní ilustrací
- ☀ Plnění úkolů č. 1 – 10 do pracovních karet

4. hodina

- ☀ Kontrola pracovních karet
- ☀ Prezentace výtvorů dětí
- ☀ Společné dotvoření příručky „Jak zdravě žít“
- ☀ Zhodnocení společného výtvoru
- ☀ Zhodnocení naší práce a celého dne

Dílčí úkoly

1) Spojte tužkou, co k sobě patří:

mám teplotu	KDYŽ JSEM NEMOCNÝ	mám velkou chuť k jídlu
cítím se dobře		potím se
nemám chuť k jídlu	KDYŽ JSEM ZDRAVÝ	ležím v posteli
je mi špatně		chodím do školy
běhám venku		bolí mě v krku
nic mě nebaví		bolí mě břicho
cítím se slabý		nechodím do školy

2) *Obrázky různých věcí k udržení čistoty v domácnosti (kbelík, koště, hadr, ...), hygienické potřeby (kartáček na zuby, mýdlo, ...).*

Věci, které se užívají k udržení čistoty v kuchyni, dejte do kolečka. Prostředky používané k udržení čistoty v koupelně a na záchodě do trojúhelníku a osobní hygienické potřeby do čtverečku.

3) Jak se jmenuje nemoc špinavých rukou?

a) angína b) žloutenka c) červenka d) zlomená noha

4) *Obrázky různých potravin.*

Z nakreslených potravin sestavte a sepište zdravý jídelníček na jeden den.

5) Modrou pastelkou vyznačte činnosti, které nám pomáhají udržet si dobré zdraví. Naopak černou pastelkou přeškrtněte ty, které našemu zdraví škodí.

plavání, kouření, jízda na kole, pravidelné sportování, časté sledování televize, přejídání se, pití alkohol, pobyt v přírodě, mytí rukou před každým jídlem, časté požívání sladkostí, dostatečný spánek

6) *Obrázky ciferníků s různým časem.*

Zakroužkujte červeně ciferník hodin se správným vyznačením doby dostatečného zdravého spánku.

7) Napište alespoň 7 věcí, které patří do lékárničky.

8) Vypište z dvojic jídel ta, která jsou zdravější.

čerstvá zelenina – vařená zelenina
tmavý chléb – bílý chléb
uzeniny – sýry
brambory – knedlík

med – čokoláda
kompot – čerstvé ovoce

9) *Obrázky dvou lékařských teploměrů.*

Na obrázku lékařských teploměrů nakreslete:

- a) **zvýšenou teplotu**
- b) **horečku**

10) **Přiřaďte správné telefonní číslo.**

záchranka	158
policie	150
hasiči	155