

## Struktura přípravy na vyučovací hodinu

Vyučující: Junášková Silvie

<u>Tematický okruh-téma:</u> Zdravá výživa – Výživová pyramida	<u>Ročník:</u> 6. <u>Časová dotace:</u> 45 min
<u>Průřezová témata:</u>	<u>Mezipředmětové vztahy:</u> Biologie
<u>Cíle vyučovací hodiny:</u> <b>vědomosti:</b> Žáci by měli získat povědomí o tom, co je a co není zdravé <b>dovednosti:</b> Žáci by měli být schopni odhadnout, která strava je pro ně zdravá a řídit se tím <b>očekávané výstupy:</b> Žáci budou vědět, jak se správně stravovat a jaké jsou doporučené dávky jednotlivých potravin. <b>klíčové kompetence:</b> kompetence občanské : vedeme žáky k uvědomění vlastní zodpovědnosti za sebe, své zdraví a život a spoluzodpovědnosti za život ve skupinách, ke kterým patří kompetence pracovní : nabízíme žákům možnost zpracovat některé úkoly pomocí libovolných výtvarných technik za použití nejrůznějších materiálů	
<u>Obsah:</u> <b>Učivo :</b> Zdravá výživa  <b>pojmy opěrné</b> (žák je zná, měl by je znát) : zdravá/nezdravá výživa, jídelníček  <b>pojmy nové</b> (souvisí s obsahem učiva) . výživová pyramida, výživová hodnota, porce	
<u>Výuková metoda:</u> výklad, rozhovor	
<u>Organizační forma výuky:</u> skupinová práce, frontální výuka	
<u>Učební pomůcky, didaktická technika:</u> Učebnice rodinné výchovy pro 6. ročník ZŠ, Fraus	
<u>Scénář hodiny</u>	
<b>I. Úvod</b> (organizace, opakování, zkoušení, motivace, seznámení s cílem hodiny) Zapsání do třídní knihy. Téma dnešní hodiny . výživová pyramida. Za úkol si měli žáci přinést vystříhané obrázky různých potravin z letáků. <b>II. Hlavní část</b> (expozice, fixace, aplikace) Dnešní hodinou začínáme nové téma a tím je ZDRAVÁ VÝŽIVA. Zdravá výživa je dnes velmi diskutovaným a oblíbeným tématem. Co si pod pojem zdravá výživa představujete vy? Na tabuli nakreslím velký trojúhelník, který rozdělím na tři pásy. Nejspodnější část je největší tudíž tam patří potraviny, které bychom měli jíst v největším zastoupení. Čím výše postupujeme tím bychom daných potravin měli jíst méně. Vedle pyramidy vypíšu základní druhy potravin a žáci mají za úkol je správně přiřadit do správného místa. Žáci se hlásí a já zapisuji potraviny na příslušné místo. Až máme všechny názvy přiřazené řekneme si jaké množství bychom měli dané potraviny během dne sníst. Nyní přejdeme k praktické činnosti. Děti dostanou do čtveřice papír A3	

s předkreslenou pyramidou a podle toho jak jsme si řekli si vytvoří vlastní pyramidu. Vystříhané obrázky, které si přinesly lepí do správných míst v pyramidě. Jelikož má každý trochu jiné potraviny každá pyramida bude jiná. Pokud nebudou u některé potraviny vědět kam jí zařadit, společně se na to budeme pokoušet přijít.

**III. Závěr** (zápis, zadání domácího úkolu, zhodnocení hodiny)

Žáci si pyramidy ponechají a vystaví si je ve třídě. V dalších hodinách se k nim ještě vrátíme a budeme s nimi pracovat.

Vlastní zhodnocení vyučovací hodiny:

Žáky práce na vytváření pyramidy bavila. V běžných hodinách nejsou na takové aktivity vůbec zvyklí. Ve třídě bylo při práci občas hlučno, ale žáci se dali zvládnout. Pyramidy se jim povedly.