

Pedagogická fakulta Masarykovy univerzity



Teorie a didaktika výchovy ke zdraví

Projekt „DEN ZDRAVÍ“

Projekt pro žáky 3. - 5. ročníku

Dagmar Bouchalová
Vlasta Foltová
Učitelství pro 1.st. ZŠ
KS 5. roč.

Projektový den zdraví

I. OBECNÉ INFORMACE O PROJEKTU

Projekt Den zdraví je zaměřen na ověření jak znalostí žáků, tak schopností žáků využít vědomosti v praktických činnostech.

Projekt bude realizován v průběhu 1 dne, zúčastní se ho žáci 3. – 5. ročníku (8 tříd, cca 240 žáků) a vybraní žáci z 2. stupně (35 žáků), kteří pomohou při organizaci projektového dne.

II. CÍLE PROJEKTU

Cílem projektu je:

1. netradičním způsobem prohloubit a ověřit znalosti a dovednosti žáků o tématech souvisejících se zdravím,
2. rozvíjet vztahy mezi žáky na úrovni různých ročníků i stupňů, pěstovat v nich sociální dovednosti, které se v běžných školních podmínkách realizovat nedají nebo dají jen velmi obtížně,
3. rozvíjet samostatnost žáků.

III. HARMONOGRAM PROJEKTU

Projekt bude realizovaný v rámci 1 školního dne (tj. 5 vyučovacích hodin).

IV. POPIS PROJEKTU – PODROBNÁ CHARAKTERISTIKA

IV. 1. PŘEHLED TÉMAT

3. ROČNÍK:

1. Hygiena
2. Zuby
3. Zdraví a nemoc
4. Co škodí zdraví
5. Lékaři
6. Ošetřování
7. Měření teploty
8. Pohotovostní telefonní čísla

4. ROČNÍK:

1. Zdravá strava
2. Zdravý jídelníček

- 3. Zuby
- 4. Zdraví a úraz
- 5. Pohotovostní telefonní čísla
- 6. Ošetřování odřenin
- 7. Režim dne
- 8. Kouření

5. ROČNÍK:

- 1. Škodlivé látky
- 2. Kouření
- 3. Drogy
- 4. Léčivé a nebezpečné rostliny
- 5. Co můžu udělat pro své zdraví
- 6. Přeprava zraněného
- 7. Ošetřování zlomenin
- 8. První pomoc

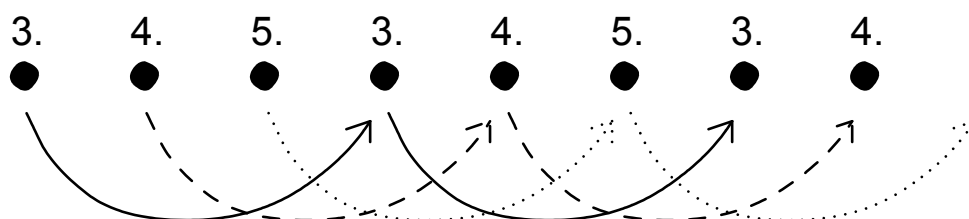
IV. 2. ORGANIZACE PROJEKTOVÉHO DNE

Všechny děti 3. – 5. ročníku se v 8⁰⁰ shromáždí na prostoru u tenisových kurtů u řeky Bečvy. Budou rozděleny do 4 – 5 členných skupin po ročnících, ve kterých budou samostatně plnit úkoly na jednotlivých stanovištích. Ze startu vyrazí vždy 3 skupiny najednou (1 skupina z každého ročníku). Skupiny budou startovat v 5minutových intervalech. Samostatně projdou 8 stanovišť, která budou rozmístěná na cyklistické stezce do Kozlovic. Také činnosti na stanovištích budou realizované v průběhu 5 minut.

Skupiny budou postupně docházet do Kozlovic, a tam počkají, až dorazí ostatní skupiny. Čas mohou využít jako přestávku, nasvačí se a občerství nebo si pod dozorem vyučujících mohou hrát na dětském hřišti.

Vzhledem k tomu, že se předpokládá, že Projektový den Den zdraví bude probíhat i v následujících letech, bylo nutné zvolit témata a činnosti tak, aby se každý rok neopakovaly. Během 3. – 5. ročníku tedy děti projdou činnostmi a tématy, které budou mít vzhledem k obtížnosti gradující tendenci, nebo to budou činnosti a témata úplně jiná.

Stanoviště budou rozmístěná následujícím způsobem:



Děti se zastaví vždy jen u stanoviště, které patří k jejich ročníku. Stanoviště budou označena barevnými fáborky. Každý ročník bude mít stanoviště označená jinou barvou.

Činnosti budou organizovat vybraní žáci 2. stupně. Jejich úkolem bude:

1. vysvětlit dětem činnost na stanovišti,
2. zhodnotit práci a chování dětí na stanovišti,
3. kontrolovat dodržování pitného režimu dětí (u každého stanoviště se společně povinně napijí).

Za správné splnění úkolu a přiměřené chování dostanou děti barevné proužky, ze kterých si postupně budou sestavovat medaili. Každý proužek bude mít jinou barvu a bude na něm napsané téma, které děti splnily.

IV. 3. POUŽITÉ METODY A POMŮCKY

3. ROČNÍK

Témata:	Metody:	Pomůcky:
<u>1. Hygiena</u>	<p>1. úkol: manipulace s obrázky - Vyber z obrázků předměty, které potřebujeme k osobní hygieně.</p> <p>2. úkol: rozhovor - Jaké hygienické činnosti provádíme každé ráno, odpoledne a večer? - Jaké hygienické činnosti provádíme jen občas?</p> <p>2. úkol: manipulace s obrázky - Rozděl obrázky do 2 skupin: 1. pravidelná hygiena, 2. občasná hygiena.</p>	<p>magnetické obrázky hygienických potřeb</p> <p>obrázky hygienických činností</p>
<u>2. Zuby</u>	<p>1. úkol: rozhovor - Kolikrát denně se čistí zuby? - Jak dlouho se čistí zuby? - Jaké jsou techniky čištění?</p> <p>2. úkol: demonstrace - Prohlédni si správné techniky čištění zubů. - Vyzkoušej si čištění na umělých zubech.</p>	<p>lebka 2× umělé zuby 2× zubní kartáček obrázky technik čištění zubů</p>
<u>3. Zdraví a nemoc</u>	<p>1. úkol: manipulace s obrázky, rozhovor - Vylosuj si obrázek nemocného dítěte. - Povídej, co se dětem na obrázku stalo, proč jsou asi nemocné.</p> <p>2. úkol: manipulace s obrázky - Najdi obrázek, který patří k tomu tvému.</p>	<p>obrázky nemocných dětí</p> <p>obrázky toho, co dětem způsobilo onemocnění</p>

<p><u>4. Co škodí zdraví</u></p>	<p>1. úkol: manipulace s kartičkami - Rozděl lístečky do 2 skupin: 1. škodí zdraví, 2. neškodí zdraví.</p> <p>2. úkol: rozhovor - Vymysli další činnosti nebo látky, které škodí našemu zdraví. - Řekni jak škodí zdraví.</p>	<p>kartičky s činnostmi</p>
<p><u>5. Lékaři</u></p>	<p>1. úkol: rozhovor - Které lékaře navštěvujeme pravidelně? - Které další lékaře znáš a co umí léčit?</p> <p>2. úkol: manipulace s obrázky - Poznej lékaře na obrázku (oční lékař, ušní, nosní a krční lékař, dětský lékař, zubař, chirurg)</p>	<p>obrázky lékařů</p>
<p><u>6. Ošetřování</u></p>	<p>1. úkol: rozhovor - Vyber si obálku s problémem. - Který lékař by ti pomohl?</p> <p>2. úkol: manipulace s kartičkami - Vytvoř dvojice ze všech lístečků problémů a lékařů.</p>	<p>obálky s lístečky zdravotních problémů kartičky s názvy lékařů</p>
<p><u>7. Měření teploty</u></p>	<p>1. úkol: rozhovor - Jaké znáte druhy teploměrů? - Co znamená, když nám teploměr naměří ... °C? - Kolik °C může člověka ohrožovat na životě? - Při kolika °C začíná zvýšená teplota, a kdy horečka?</p> <p>2. úkol: manipulace s teploměrem - Vyzkoušej si změřit teplotu.</p>	<p>teploměry</p>
<p><u>5. Pohotovostní tel. čísla</u></p>	<p>1. úkol: manipulace s obrázky a kartičkami - Přiřaď obrázek pohotovostního vozidla k telefonnímu číslu.</p> <p>2. úkol: demonstrace - Vyzkoušej si telefonní hovor (ohlášení dopravní nehody, úrazu, požáru...) - Co všechno musíme do telefonu oznámit? - Kdo může odložit telefon jako první (ten kdo telefonuje nebo dispečer)?</p>	<p>obrázky pohotovostních vozidel kartičky s tel. čísly</p> <p>telefon</p>

4. ROČNÍK

Témata:	Metody:	Pomůcky:
<u>1. Zdravá strava</u>	<p>1. úkol: manipulace s obrázky - Rozděl obrázky potravin na zdravé a nezdravé.</p> <p>2. úkol: rozhovor - Proč jsou některé potraviny nezdravé?</p>	obrázky potravin
<u>2. Zdravý jídelníček</u>	<p>1. úkol: manipulace s obrázky - Z následujících jídel sestav zdravý jídelníček. (Děti budou obrázky přiřkládat na výkresy označené titulkem snídaně, oběd, večeře.)</p> <p>2. úkol: rozhovor - Proč jste vybrali právě tohle jídlo? - Proč je zdravější než jiné jídlo?</p>	kartičky s názvy (obrázky) jídel výkresy s titulkem snídaně, oběd, večeře
<u>3. Zuby</u>	<p>1. úkol: test, rozhovor - Vylusuj si test. - Snaž se správně odpovědět na zadané otázky.</p> <p>2. úkol: rozhovor - Společná kontrola odpovědí. - Zdůvodnění správnosti odpovědí.</p>	kostka pracovní listy Zdravé zuby papíry, tužka
<u>4. Zdraví a úraz</u>	<p>1. úkol: rozhovor - Co se všechno může stát na silnici nebo na chodníku? - Co mohou děti udělat pro to, aby se na chodníku a na silnici nemusely bát?</p> <p>2. úkol: manipulace s obrázky - Co dělají lidé na obrázku špatně? - Jak by to správně měli dělat?</p>	obrázky se správným a špatným chováním na silnici a chodníku
<u>5. Pohotovostní tel. čísla</u>	<p>1. úkol: manipulace s obrázky a kartičkami - Přiřaď obrázek pohotovostního vozidla k telefonnímu číslu.</p> <p>2. úkol: demonstrace - Vyzkoušej si telefonní hovor (ohlášení dopravní nehody nebo úrazu). - Co všechno musíme do telefonu oznámit? - Kdo může odložit telefon jako první (ten kdo telefonuje nebo dispečer)?</p>	obrázky pohotovostních vozidel kartičky s tel. čísly telefon kartičky s popisem zranění nebo situace
<u>6. Ošetřování odřeniny</u>	<p>1. úkol: demonstrace - Vyzkoušejte si obvázat odřeninu.</p> <p>2. úkol: rozhovor - Jak se odřenina ošetřuje před zavázáním? - S jakou odřeninou musím a nemusím jít k lékaři?</p>	6 obvazů

<u>7. Režim dne</u>	<p>1. úkol: test, rozhovor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vylosuj si test. - Snaž se správně odpovědět na zadané otázky. <p>2. úkol: rozhovor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Společná kontrola odpovědí. - Zdůvodnění správnosti odpovědí. 	test o režimu dne
<u>8. Kouření</u>	<p>1. úkol: rozhovor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Které nemoci způsobuje kouření? - Proč lidé kouří? <p>2. úkol: test, rozhovor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Snaž se správně odpovědět na všechny otázky. - Kontrola a zdůvodnění správných odpovědí. - Zkus vymyslet protikuřácký slogan. 	<p>obrázky nemocí způsobených kouřením</p> <p>papír tužka</p>

5. ROČNÍK

Témata:	Metody:	Pomůcky:
<u>1. Škodlivé látky</u>	<p>1. úkol: manipulace s obrázkem, rozhovor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Prohlédni si pořádně obrázek znečištěného města. - Najdi na obrázku to, co by mohlo poškodit naše zdraví. <p>2. úkol: rozhovor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Znáš nějaké město, které vypadá podobně? - znáš nějaké další látky, které ohrožují naše zdraví? 	obrázek znečištěného města
<u>2. Kouření</u>	<p>1. úkol: výpočty</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vypočítej, kolik peněz utratí kuřák za 1 den, měsíc a rok. <p>2. úkol: manipulace s tabulkami</p> <ul style="list-style-type: none"> - Porovnej cenu cigaret s cenami různých výrobků nebo služeb. <p>3. úkol: manipulace s kartičkami</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rozděl kartičky do 2 skupin: <ul style="list-style-type: none"> 1. značky cigaret, 2. značky ostatních výrobků. 	<p>tabulka na výpočet cen tužka</p> <p>tabulka s cenami výrobků nebo služeb</p> <p>kartičky z různými značkami výrobků</p>
<u>3. Drogy</u>	<p>1. úkol: test, rozhovor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Snaž se správně odpovědět na zadané otázky. 	test o drogách

	<p>2. úkol: rozhovor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Společná kontrola odpovědí. - Zdůvodnění správnosti odpovědí. 	
4. Nebezpečné a léčivé rostliny	<p>1. úkol: manipulace s obrázky a kartičkami</p> <ul style="list-style-type: none"> - Rozděl obrázky do 2 skupin: <ol style="list-style-type: none"> 1. léčivé rostliny, 2. nebezpečné rostliny. - Přiřaď k obrázkům kartičky s názvy rostlin. <p>2. úkol: rozhovor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Které další léčivé rostliny znáš? - Které další nebezpečné rostliny znáš? 	obrázky léčivých a nebezpečných rostlin kartičky s názvy rostlin
5. Co můžu udělat pro své zdraví	<p>1. úkol: test, rozhovor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Snaž se správně odpovědět na zadané otázky. <p>2. úkol: rozhovor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Společná kontrola odpovědí. - Zdůvodnění správnosti odpovědí. - Vymysli slogan o zdraví (např. 1 verš). 	test Co mám a nemám právo žádat u lékaře papír a tužka
6. Přeprava zraněného	<p>1. úkol: demonstrace</p> <ul style="list-style-type: none"> - Předved'te improvizovanou přepravu zraněného na určenou vzdálenost. 	
7. Ošetření zlomeniny	<p>1. úkol: rozhovor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jak poznáme zlomeninu? - Co můžeme použít k ošetření zlomeniny? - Jak můžeme zlomeninu znehybnit? <p>2. úkol: demonstrace</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vyzkoušejte si vyrobit uchycení zlomené ruky do trojčpého šátku. - Vyzkoušejte si ortézu (hrudní, na ruku, na nohu) 	obvazy, šátky, dlaha, ortéza
8. První pomoc	<p>1. úkol: manipulace s obrázky a kartičkami</p> <ul style="list-style-type: none"> - Přiřaď obrázků pohotovostního vozidla k telefonnímu číslu. <p>2. úkol: demonstrace</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vyzkoušejte si položit někoho do stabilizované polohy. 	obrázky pohotovostních vozidel kartičky s tel. čísly

IV. 4. ZÁVĚREČNÁ FÁZE

Tato fáze bude probíhat opět v kmenových třídách s třídním učitelem.

Cílem je zhodnotit:

1. co nového se děti během projektu naučili (jaké vědomosti a dovednosti),
2. jaké nové kompetence si osvojili,
3. co se jim líbilo / nelíbilo,

4. jak činnost hodnotí žáci 2. stupně (z pohledu organizace, úrovně činností, zaujetí dětí a celkového dopadu na děti a z pohledu jejich chování na stanovištích),
5. celkovou efektivitu projektového dne.

Zhodnocení proběhne formou řízené diskuse s žáky 2. stupně přímo v Kozlovicích a s žáky 3. – 5. ročníku v průběhu týdne ve škole.