

Marie BAREŠOVÁ UČO 105253
5. ročník KS – Učitelství pro 1. stupeň ZŠ
ak rok 2007/2008

PROJEKT: ZDRAVÍ A PÉČE O NĚ

Doba trvání: 2 dny (4 vyučovací hodiny): 1. den – Prvouka, Český jazyk
2. den – Matematika, Pracovní činnosti

Třída: 4.

1.DEN

Prvouka

Ptáme se na názory dětí na otázku „Co je zdraví?“

Shrnutí

Zdraví je, když nás nic nebolí, máme dobrou náladu, chuť hrát si s kamarády, běhat venku a těšit se, co se naučíme nového. Že zdraví je důležité, poznáme, až když onemocníme a musíme ležet doma a někdy dokonce v nemocnici.

Jak bychom měli správně pečovat o své zdraví?

Společně s dětmi vytvoříme *Desatero správné péče o zdraví*

Dbáme o čistotu těla i prostředí.

Vhodně a čistě se oblékáme.

Otužujeme se a cvičíme.

Pohybujeme se na zdravém vzduchu.

Dostatečně dlouho spíme.

Při léčení se řídíme radou lékaře.

Pravidelně chodíme na prohlídky a očkování.

Jíme pestrou stravu.

Nehrajeme si s nebezpečnými předměty.

Zapamatujeme si telefonní číslo lékařské pohotovosti.

Děti ke každému bodu namalují vhodný obrázek. Obrázky i s desaterem vyvěsíme na nástěnku.

Český jazyk

Téma hodiny: Nezapomínáme na vitamíny aneb zdravé pohoštění

Práce ve skupinách: Každá skupina připraví společně jeden recept na jednoduchý zdravý pokrm.

1. skupina: Obložený chléb

Co potřebujeme: namazaný chléb

ředkvičky

okurky

mrkev

paprika

rajče

cibule

Postup: Na prkénku opatrně nakrájíme zeleninu, kterou pokládáme na namazaný chléb s máslem, sýrem nebo tvarohem.

2. skupina: Salát

Co potřebujeme: zelenina podle chuti
citron
cukr, sůl
jogurt
kyselé mléko

Postup: Jemně nakrájenou nebo nastrouhanou zeleninu zakapeme citronem, přidáme trochu vody, osolíme a podle chuti přisladíme nebo zalijeme kyselým mlékem, případně jogurtem, osolíme.

3. skupina: Ovocná dřeň

Co potřebujeme: jablka nebo jakékoli jiné ovoce
cukr nebo med

Postup: Ovoce omyjeme, oloupeme, na struhadle rozstrouháme. Přidáme trochu cukru nebo medu. Naplníme do kelímků od mléčných výrobků a uložíme do druhého dne v mrazničce.

Domácí úkol z prvního dne na druhý den:

Zjistí, kolik stojí potraviny na daný pokrm. Přines potraviny na přípravu pokrmu.

2. DEN

Matematika

Opět práce ve skupinách – děti počítají, kolik by stál nákup, kdybychom kupovali potraviny na daný pokrm při zadaných cenách potravin.

Když platí určitou částkou peněz, kolik jim u pokladny vrátí? apod. matematické úlohy

Pracovní činnosti

Děti si zkusí připravit dané pokrmy podle sestaveného postupu.

Upozornit děti: Nezapomeňte ovoce a zeleninu důkladně očistit a opatrně zacházejte s nožem.