

Výchova ke zdraví – projekt

ZDRAVÝ HOTEL

Autoři: Markéta Pošvicová, Kateřina Kouřilová

Realizace: 4.ročník

Typ projektu:

- podle organizace: vícepředmětový
- podle navrhovatele: uměle vytvořený
- podle délky: krátkodobý
- podle prostředí: školní

Smysl projektu:

Děti se seznámí s důležitostmi zdravé výživy a pohybu, naučí se spolupracovat a přebírat zodpovědnost za své činy. Vedeme děti k zdravému životnímu stylu a správným hygienickým a stravovacím návykům.

Výstup:

ZDRAVÝ × OBLÍBENÝ × NEZDRAVÝ jídelníček

Ovocný a zeleninový salát (společná konzumace), pohybová aktivita

Předpokládané cíle:

Kognitivní: - žáci prezentují svou práci ve skupině, uplatňují tak své poznatky o zdravé výživě a o pohybu

Afektivní: - žáci se nebojí prosadit svůj názor (jmenují zdraví prospěšnou i škodlivou stravu – vyjádří souhlas či nesouhlas s vytvořenými jídelníčky)

Psychomotorické: - žáci vyrábí ovocné a zeleninové saláty

- prezentují pohybovou aktivitu (rozsvička, pohybová hra)

Sociální : žáci během projektu spolupracují ve skupinách

Předpokládané činnosti:

Motivační rozhovor, myšlenková mapa, rozdělení do skupin pomocí obrázků zeleniny, ovoce a kartiček se sportovními motivy, práce ve skupinách, společná konzumace salátu, pohybová chvílka

Organizace výuky:

Hromadná práce, skupinová práce, samostatná práce

Předpokládané výukové metody:

Metody slovní, myšlenková mapa, metody praktické (výroba salátu a tvorba jídelníčku)

Předpokládané pomůcky:

Kuchařky, výtvarné prostředky, papíry, obrázky ovoce, zeleniny a sportu, utěrky, ubrousky, nádoby, balicí papír, psací potřeby

Způsob prezentace projektu:

Myšlenková mapa

Společná konzumace salátů.

Způsob hodnocení :

Slovní – učitel hodnotí práci během realizace projektu

- žáci si navzájem hodnotí výstupy, diskutujeme nad vytvořenými jídelníčky

Kritéria hodnocení:

- hodnotíme snahu a schopnost spolupracovat ve skupině, píli, originalitu

II. Realizace projektu

1. hodina

Motivace

Motivační dopis od přítelkyně z ciziny...žáci opravují chyby stylizační i pravopisné.

Pracují samostatně, poté společná kontrola, kdy žáci postupně upozorňují na chyby ve větách.

„Nikdy jsem nevedla žádná hotel a teď mám velká problém. Zdedial jsem krásná nová exkluzivní hotelu u vas v Čechy. Přeála bych si mít ve svůj hotelu taková zaměstnanci, který by byli znalá v oboru zdrava vyživy, měli přehlet, byli schopná organizování a hlavně bili mylá a vstřícná k hosti. Nevím, jestli u vas jsou taková lidé nebo je mám hledat v zahraničí. Chtěla bych mít zdravá hotel. Taková, aby tam byla zdravá kuchyne i možnost pohybu. Pomužete mi?“

Myšlenková mapa

Na balicím papíru je napsáno heslo ZDRAVÝ HOTEL, žáci sedí okolo a vytváří k němu myšlenkovou mapu.

Diskuze nad tématem...probereme vše, co si myslíme, že do zdravého hotelu patří, v jakém hotelu by se nám líbilo, jestli děti mají vlastní zkušenosti, kdo v hotelu pracuje, atd.

2.+ 3. hodina

Rozdělení do 3 skupin

Rozdělení provedeme pomocí kartiček s obrázky ovoce, zeleniny a sportovních aktivit, každý žák si vylosuje jednu kartičku a přejde tak k určité skupině.

Práce ve skupinách

Sestavujeme 3 jídelníčky - zdravý, oblíbený a nezdravý.

Každá skupina vytváří jeden.

Následuje diskuze o správnosti vytvoření jednotlivých jídelníčků.

Výroba ovocného a zeleninového salátu, třetí skupina připravuje mezitím pohybovou aktivitu.

Pohybová aktivita se uskuteční před konzumací salátů.

Závěr:

Diskuze na koberci

Zhodnocení společné práce, připomenutí zásad správné výživy, co by v našem jídelníčku nemělo chybět. Popřípadě dopsání zásadních pojmů do myšlenkové mapy.

Dojmy + poděkování 😊