

Název projektu: **Co je to zdraví?**

Studenti: **Lucie Příbylová, Michaela Schönbaumová**

Typ studia: PS

Skupina: D

Ročník: 4.

Školní rok: 2007/2008

I. NÁVRH PROJEKTU

Název:	Co je to zdraví?
Autoři:	Lucie Příbylová, Michaela Schönbaumová
Realizace:	2. třída
Typ projektu:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ podle organizace: vícepředmětový ▪ podle navrhovatele: uměle připravený ▪ podle účelu: směřující k získání dovedností, vědomostí a pohybové zkušenosti, konstruktivní ▪ podle délky: krátkodobý ▪ podle prostředí: školní a mimoškolní ▪ podle počtu zúčastněných: společný ▪ podle informačních zdrojů: vázaný
Smysl projektu:	Získání vědomostí a dovedností při tvorbě zdravého jídelníčku. Sestavení si vlastního denního režimu, režimu práce a odpočinku. Vyznání se v důležitých telefonních číslech, rozeznání nemoci od úrazu, určování teploty na teploměru. Umět použít a vědět, co všechno patří do lékárničky. Vést děti k zdravému životnímu stylu a správným hygienickým a stravovacím návykům.
Výstup:	Tvorba jídelníčku, odměna v podobě zlatáku a udělení diplomu DVORNÍHO LÉKAŘE.
Předpokládané cíle:	<u>Kognitivní: žáci:</u> <ul style="list-style-type: none"> - žák popíše 3 větami alespoň 6 věcí patřících do lékárničky - žák uvede alespoň 5 příkladů hygienických potřeb a zdravých jídel - žák vysvětlí rozdíl mezi nemocí a úrazem - žák vyjmenuje 4 důležitá čísla

	<ul style="list-style-type: none"> - žák shrne hlavní informace daného tématu 3 větami - žák vyjádří vlastní názor při péči o zdraví a pohybu <p><u>Afektivní: žáci:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - žák uvede alespoň 3 důvody, proč se zdravě stravovat a chránit své zdraví - žák je schopen upozornit kamaráda na nevhodné chování při péči o zdraví <p><u>Psychomotorické: žáci:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - žák vytvoří jídelníček na jeden den <p><u>Sociální: žáci:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - žák spolupracuje ve skupině v průběhu projektu - žák se podílí na organizaci práce ve třídě
Předpokládané činnosti:	<ul style="list-style-type: none"> - psaní, malování, přiřazování - tvorba jídelníčku
Organizace výuky:	<ul style="list-style-type: none"> - frontální výuka, samostatná práce, výuka formou hry
Předpokládané výukové metody:	<ul style="list-style-type: none"> - metody slovní – rozhovor, diskuze, vysvětlování - metody názorně demonstrační – pozorování (lékárnička) - metody praktické – výtvarné činnosti a praktické (tvorba jídelníčku, malba rodiny) - didaktické hry
Předpokládané pomůcky:	<p>Pro Kimmovu hru(zubní kartáček, zubní pasta, mýdlo, ručník, šampon, hřeben, houba, kapesník; autíčko, sešit, kniha, obuv, šroubovák, lžice, čokoláda, list ze stromu), magnetické kartičky, pracovní listy s obrázky lidské postavy a obličeje, pracovní list se třemi lékařskými teploměry, lékárnička (obsahuje předměty, které do ní patří a které nepatří), 20 obrázků zdravých a nezdravých potravin, 6 talířů z tvrdého papíru, zlaták, diplom.</p>
Způsob prezentace projektu:	<p>Prezentace vlastní práce – zpracovávány jídelníček na jeden den Prezentace probíhají v kruhu.</p>
Způsob hodnocení:	<ul style="list-style-type: none"> - učitel hodnotí ve třídě ústně a průběžně při práci a na závěr zhodnotí dětské prezentace a jídelníčku - žáci se pokusí samy zhodnotit výstupy a prezentace, výsledky své činnosti - kritéria: pravopis, úprava, přehlednost, správnost, prezentace
Kritéria hodnocení:	<ul style="list-style-type: none"> - žák hodnotí žaka - učitel hodnotí žaka

II. REALIZACE PROJEKTU

Průběh projektu

Název projektu: Co je to zdraví?

Realizace: 2. třída

Citáty k jednotlivým hodinám a probíranému učivu:

- Čistota půl zdraví
- Ve zdravém těle zdravý duch
- Kam nemůže slunce, tam musí lékař
- Jez do polosyta, pij do polopita
- citáty jsou postupně psány na tabuli a váží se k obsahu daných hodin
- rady, které dají lékaři králi za účelem vyléčení jeho dcery

1.hodina

ÚVOD

Ústřední motivace:

10 minut

Bylo nebylo jedno království a v něm žil král, který měl jedinou dceru Elišku. Eliška byla již dlouho nemocná, dříve jí byl plný zámek, pro svou veselou mysl byla velmi oblíbená mezi lidmi, ale již celý rok trpěla nějakou záhadnou nemocí, v království panoval smutek. Celému království princeznina veselost velmi chyběla, proto se její otec, pan král, rozhodl povolat nejslovnější lékaře z Čech i z cizích vzdálených zemí, aby princeznu vyléčili. Král povolal i 20 lékařů z naší třídy, jenž při studiu moudrých knih získali nebývalé vědomosti. Podaří se jim princeznu vyléčit?

Brainstorming

10 minut

Na tabuli je napsáno heslo zdraví, k němu děti vytváří myšlenkovou mapu (př. čistota, ovoce, zelenina, pohyb...)

HLAVNÍ ČÁST

ČISTOTA PŮL ZDRAVÍ

Kimmova hra

15 minut

Děti si mají ve skupině zapamatovat 14 předmětů, které jsou na začátku hry zakryty šátkem. Učitel předměty na 1 minutu odkryje a děti pozorují předměty, které si mají zapamatovat. Poté věci ve skupině píšou na papír a rozhodují, zda věc je nebo není hygienická potřeba. (zubní kartáček, zubní pasta, mýdlo, ručník, šampon, hřeben, houba, kapesník; autíčko, sešit, kniha, obuv, šroubovák, lžice, čokoláda, list ze stromu)

Práce s magnetickými kartičkami – denní režim, režim práce a odpočinku

10 minut

Ve škole jsou k dispozici kartičky opatřené v zadní části magnety, které zobrazují činnosti dětí v průběhu dne (vstávání, hygiena, cesta do školy, ...). Kartičky jsou připnuty na magnetické tabuli, děti je společně seřazují. Povídáme si s dětmi o nutnosti střídat práci a odpočinek (přestávky, spánek, aktivní odpočinek...).

Přestávka

10 minut

2. hodina

- děti se převléknou do cvičebního úboru, nejprve ve třídě vyplňují pracovní list a potom se přemístíme na hřiště, v případě špatného počasí do tělocvičny.

Aby děti prokázaly, že se staly učenými lékaři, musí panu králi dokázat správně popsat lidské tělo, poté budou teprve schopni léčit princeznu.

Práce s pracovními listy

15 minut

Děti dostanou pracovní listy, kde jsou obrázky lidské postavy a obličeje – děti popisují jednotlivé části.

V ZDRAVÉM TĚLE ZDRAVÝ DUCH

Sportovní činnosti a hry

30 minut

- Hra Kuba řekl – učitel jmenuje jednotlivé části lidského těla a děti se jich dotýkají (např. nos, levé ucho, pravá noha...)
- Běžecká štafeta
- Jednoduchá vybíjená – děti utvoří kruh, uprostřed je jedno dítě. Děti tvořící kruh se snaží prostředního vyběít. Pokud se treffi, vymění si místo.

Přestávka

20 minut

3. hodina

KAM NEMŮŽE SLUNCE, TAM MUSÍ LÉKAŘ

Každý správný lékař musí mít spoustu vědomostí a musí vědět, jak pečovat o nemocné, znát vybavení lékárníčky a několik důležitých telefonních čísel.

Důležitá telefonní čísla

5 minut

Děti se seznamují s důležitými telefonními čísly 150, 155, 158, 112. Učitel také otázkami zjišťuje, zda některé dítě již tato čísla zná.

Teploměry

5 minut

Děti dostanou pracovní list se třemi lékařskými teploměry, zde vyznačují teplotu normální, zvýšenou a horečku.

Nemoci a úrazy

10 minut

Učitel dětem vysvětluje rozdíl mezi nemocí a úrazem, děti uvádí jejich příklady.

Lékárnička

10 minut

Učitel přinese lékárníčku a její vybavení společně s předměty, které do lékárníčky nepatří. Děti rozhodují, které věci do lékárníčky patří a které ne.

JEZ DO POLOSŮTA, PIJ DO POLOPITA

Lékaři při vyšetření zjistili, že kuchaři princezně vařili samé dobroty a nezdravá jídla. Vytvořili nové jídelníčky, podle kterých se princezna musela stravovat, aby se uzdravila. Dokážeme také my vytvořit a vymyslet zdravé jídelníčky?

Zdravá a nezdravá jídla a potraviny

15 minut

Ve třídě je schováno 20 obrázků zdravých i nezdravých potravin, každé dítě najde 1 obrázek a zařadí jej do skupiny zdravých nebo nezdravých jídel a potravin. Skupina zdravých jídel se soustřeďuje u tabule, nezdravých na koberci. (jablko, chléb s máslem, mléko, sýr, jogurt, ryba, džus, minerální voda, mrkev, rýže; čokoláda, brambůrky, oplatky, kofola, hamburger, hranolky, dort, salám, sladké limonády)

Přestávka

10 minut

4. hodina

Královské talíře

20 minut

Děti jsou rozděleny na skupiny po 4 dětech, každá skupina dostane 12 kartiček, které má položit v královské jídelně na správný talíř. Každý talíř má jinou barvu, je popsán 1 z nápisů: ovoce, zelenina, zdravá jídla, nezdravá jídla, zdravé nápoje, nezdravé nápoje. Talíře jsou umístěny v různých místech třídy.

Ovoce – jablko, hruška, pomeranč, švestky, kiwi, banán, broskev, třešně

Zelenina – mrkev, okurka, rajče, ředkvička, pór, cibule, česnek, brambory, celer, zelí, kapusta

Zdravá jídla – špagety, rýže, ryba, krupice, čočka na kyselo, zeleninová polévka, bramborová polévka, zapečené brambory s brokolicí, kuřecí maso, sýr, rizoto,

Nezdravá jídla – hamburger, hranolky, palačinky, biftek, tlačěnka, špekáček, dort, smažený sýr, zmrzlina

Zdravé nápoje – minerální voda, čaj, mléko, kakao, džus, mošt

Nezdravé nápoje – káva, sladké limonády, horká čokoláda

Jídla v průběhu dne

10 minut

Děti uvádí příklad jídel, která mohou mít na snídani, svačinu, oběd, večeři. (s využitím kartiček z předchozí hry i vlastních nápadů). Mluvíme o dětských stravovacích návycích.

Kresba

15 minut

Děti malují obrázek na téma naše rodina u nedělního oběda.

5. hodina

Tvorba vlastního jídelníčku pro princeznu

45 minut

Děti tvoří vlastní jídelníček, prezentují ho a vzájemně hodnotí.

ZÁVĚR

Dopis krále lékařům

Slovutní páni lékaři,

moc vám děkuji za vaše cenné rady ohledně zdraví má dcery, naší princezny Elišky. Zdravá strava jí velmi zachutnala, princezna také ráda běhá na sluníčku a čerstvém vzduchu, hraje si s míčem a svým smíchem těší všechny dvořany. Princezna jen září zdravím. Dnes už vím, že čistota je půl zdraví, ve zdravém těle je zdravý duch, kam nemůže slunce, musí lékař a musíme jíst do polosyta a pít do polopita a hlavně zdravě jíst. Jako upomínku na toto zázračné vyléčení vám každému daruji zlaták a diplom dvorních lékařů. Váš vděčný a šťastný král (děti dostanou diplom).