





# Zdravý životní styl

**Lenka Doležalová**  
**Radka Jelínková**



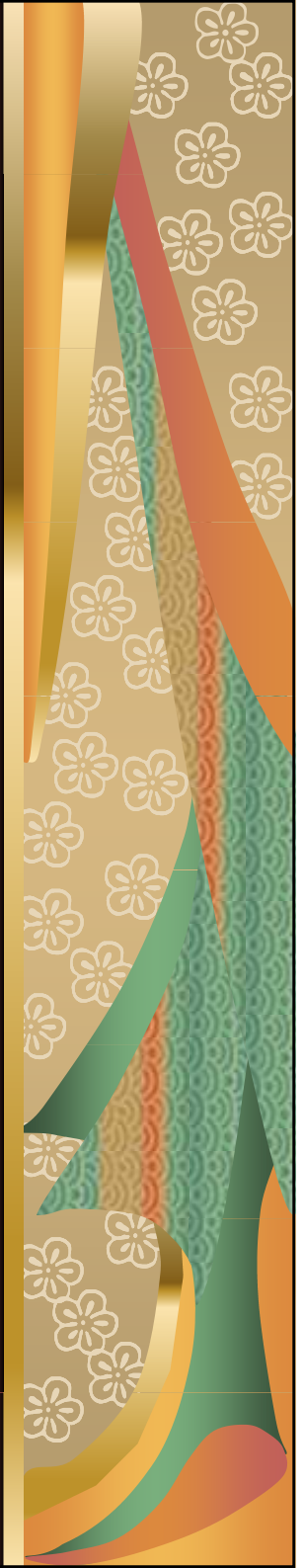
# Projekt pro 3. ročník ZŠ

**Podle RÁMCOVÉHO VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU:**

-  - **Vzdělávací oblasti:** Člověk a jeho svět
-  - **Tématický okruh:** Člověk a jeho zdraví
-  - **Průřezová témata:** Osobnostní a sociální výchova
-  - **Integrace mezi vzdělávacími obory:** Lidé kolem nás



- **Místo realizace:** třída
- **Časová dotace:** 1 týden
- **Pojmy opěrné:**
  - jídlo, pití, dýchání,...
- **Pojmy nové:**
  - bio potraviny
- **Dovednosti:**
  - vyhledávání informací z textu, čtení, psaní
- **Didaktické prostředky:**
  - Kartičky s rozstříhanými větami
  - Nakopírovaný text
  - Vzorky zeleniny a ovoce



# Kompetence

## **Kompetence k učení:**

- Žák vyhledává a třídí informace a na základě jejich pochopení, propojení a systematizace je efektivně využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě

## **Kompetence k řešení problémů:**

- Žák kriticky myslí, činí uvážlivá rozhodnutí, je schopen je obhájit, uvědomuje si zodpovědnost za svá rozhodnutí a výsledky svých činů zhodnotí

## **Kompetence komunikativní:**

- Žák naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje, účinně se zapojuje do diskuse, obhájí svůj názor a vhodně argumentuje

## **Kompetence sociální a personální:**

- Žák přispívá k diskusi v malé skupině i k debatě celé třídy, chápe potřebu efektivně spolupracovat s druhými při řešení daného úkolu, oceňuje zkušenosti druhých lidí, respektuje různá hlediska a čerpá poučení z toho, co si druzí lidé myslí, říkají a dělají



## Výchovně vzdělávací cíl

- Žák uplatňuje základní hygienické, režimové a jiné zdravotně preventivní návyky s využitím elementárních znalostí o lidském těle; projevuje vhodným chováním a činnostmi vztah ke zdraví



# 1. den – hodina českého jazyka

## Myšlenková mapa Křížovka

- Mrkev patří mezi ..... ZELENINU
- Semena rostlin vyséváme do PŮDY
- Říká se, že ..... RYBY bystří rozum.
- Během dne se má jíst ..... PRAVIDELNĚ
- Jablko patří mezi .....OVOCE
- Prvním jídlem dne je ..... SNÍDANĚ
- Potom by následovala diskuse na téma Zdraví, největší poklad



## 2. den – hodina prvouky

 Rozdání rozstříhaných vět do dvojic.

Děti je měly správně sestavit.

Čistota půl zdraví.

Kam nechodí slunce, tam chodí lékař.

Pospíchej pomalu.

Čas k dílu, čas k jídlu.

Jez do polosyta, pij do polopita a vyjdou ti dlouhá léta.

Snídani sněz sám, s obědem se rozděl s kamarádem a večeři dej nepříteli.



- Vysvětlení významu těchto vět
- Získávání poznatků o bio potravinách  
+ ukázka jejich označení





## 3. den – hodina čtení

 Rozdělení do čtyř skupin

Získávání informací o ovoci a zelenině z rozdaných textů

Prezentace poznatků ostatním skupinám



# 4. den – hodina prvouky

 Ochutnávka

 Vytvoření zásad zdravého života



# 5. den – hodina výtvarné výchovy

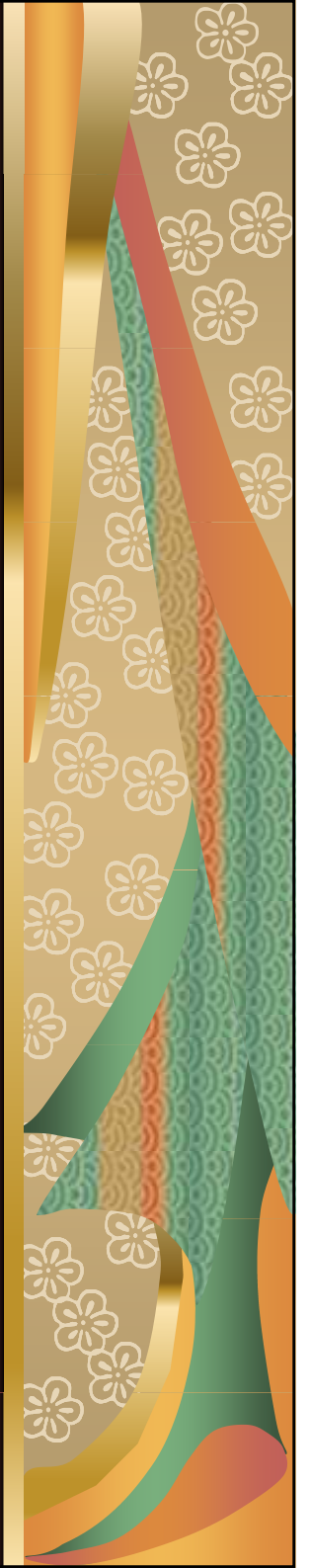
 Shrnutí celého týdenního projektu

 Tvorba plakátů zdravé stravy



 **Prezentace ostatním skupinám**

 **Zhodnocení projektu**



Děkujeme za pozornost.

