

## I. NÁVRH PROJEKTU

Název:	<b>Je vše co nám chutná zdravé?</b>
Autoři:	Kristýna Bártková, Jitka Vrchotová
Realizace:	3. ročník
Typ projektu:	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ krátkodobý</li> <li>▪ školní</li> <li>▪ skupinový</li> </ul>
Smysl projektu:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- spolupráce ve skupinkách</li> <li>- poznat co je pro mé tělo zdravé a co nezdravé</li> <li>- umět prosadit svůj názor</li> </ul>
Výstup:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sestavení zdravého a nezdravého týdenního jídelníčku</li> </ul>
Předpokládané cíle:	<p><b>kognitivní:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vysvětlí pojem zdravá strava</li> <li>- pojmenuje jednotlivé druhy potravin</li> <li>- získá informace o správném režimu dne</li> <li>- dokáže vybrat zdravou a nezdravou stravu</li> </ul> <p><b>afektivní:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nebojí se vyjádřit svůj vlastní názor</li> <li>- dokončí započatou činnost</li> <li>- zdůvodní a obhájí svůj názor či postoj</li> </ul> <p><b>psychomotorické:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vystřihuje obrázky jídla z novin a letáků</li> <li>- kreslí</li> <li>- píše potřebné informace</li> </ul> <p><b>sociální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- žáci si mezi sebou sami organizují systém činností, aby každý měl ve skupinové práci svůj podíl stejnou měrou</li> <li>- žáci obhajují svůj výtvar při prezentaci slovně či demonstračně</li> <li>- žáci ocení výhody spolupráce se spolužáky</li> <li>- žáci posoudí výkony své vlastní i výkony ostatních skupin</li> <li>- akceptuje jemu určenou roli při práci ve skupině</li> </ul>
Kompetence	<ul style="list-style-type: none"> <li>- učení</li> <li>- řešení problémů</li> <li>- komunikativní</li> <li>- sociální a personální</li> <li>- občanské</li> <li>- pracovní</li> </ul>
Předpokládané činnosti:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozdělení do skupin</li> <li>- rozřazení zdravé, nezdravé stravy (svačina)</li> <li>- vytvoření zdravé a nezdravé mísy s jídlem</li> <li>- práce na počítači</li> <li>- vyhledávání informací na internetu</li> <li>- sestavení týdenního jídelníčku</li> <li>- vytvoření papírových prezentací</li> </ul>

Organizace výuky:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- projekt je realizován ve školním i mimoškolním prostředí</li> <li>- při vyplňování jídelníčků žáci pracují samostatně v domácím prostředí</li> </ul>
Předpokládané výukové metody:	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozhovor</li> <li>- diskuse</li> <li>- beseda</li> <li>- práce s textem, internetem</li> <li>- výtvarná činnost</li> <li>- didaktické hry</li> <li>- prezentace skupinové práce</li> </ul>
Předpokládané pomůcky:	<p><b>Didaktické:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- balicí papír s postavičkami (Ota a Pavel)</li> <li>- příběhy chlapců</li> <li>- internetové adresy</li> </ul> <p><b>Materiální:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nůžky</li> <li>- lístečky</li> <li>- obrázky potravin</li> <li>- pastelky</li> <li>- psací potřeby</li> <li>- papíry</li> </ul>
Způsob prezentace projektu:	Každá skupina dětí (max. 6 žáků) před celou třídou předvede svůj výtvar (týdenní jídelníček zdravého stravování)
Způsob hodnocení:	Slovní, na základě diskuse
Kriteria hodnocení:	Hodnotíme schopnost žáků spolupracovat a rozdělit si úkoly v průběhu práce i pro následnou prezentaci. Zajímá nás obsahová i formální stránka a úroveň slovního projevu a chování při prezentování.

## REALIZACE PROJEKTU:

### 1.den

- motivace písničkou „Představte si představte si co jsem měl dnes k obědu“ (zpívají chlapci Ota a Pavel) Ota měl zdravé jídlo, Pavel nezdravé
- seznámení s Otou a Pavlem (loutky)
- čím se Ota a Pavel liší?
- na lístečky zapsat co jsme měli na svačinu
- lístečky přiřadit k chlapcům (zdravé Ota, nezdravé Pavel)
- seznámení s výživovou pyramidou
- dle výživové pyramidy kontrola přiřazených lístečků dětmi (možnost opravy a poté společně)
- na plakát s obrázky těchto chlapců dopsat další potraviny (zdravé i nezdravé)
- zadání domácího úkolu – na příští den přinést letáky s potravinami

## 2.den

- děti si najdou po třídě lístečky s potravinami (určité druhy zeleniny, cukrovinek, uzenin, bílého masa)
- dle těchto lístečků, se děti přiřadí do skupin a určí jakou skupinu společně tvoří
- v těchto čtyřech skupinách si určí zda jsou zdravé či nezdravá skupina
- z letáků, které se přinesly z domu, vyberou a vystříhnou potraviny (zdravá skupina zdravé, nezdravá nezdravé)
- nakreslí na karton papíru velkou mísu, do které vybrané potraviny nalepí
- svoji mísu přiřadí k jednomu z chlapců a svoje rozhodnutí zdůvodní
- zadání domácího úkolu – zápis svého jídelníčku toho týdne ( pondělí – čtvrtek)
- vytvoření šablony jídelníčku a společné zapsání pondělního (včerejšího) dne

## 3. den

- beseda s odborníkem na výživu
- rozprava o režimu dne, frekvenci stravy, rozbor dětmi vytvořených mís atd.

## 4. den

- na internetu si každá skupina najde jeden sestavený jídelníček (školy, hotelu...)
- při nezdárném hledání pomoc námi vybraných internetových adres
- rozbor jídelníčku (co je v něm zdravé nezdravé, správná frekvence stravy, co v jídelníčku za stravu chybí, co by doporučili změnit...)
- seznámení s nalezeným jídelníčkem a jeho korekcí ostatním skupinám

## 5. den

- didaktická hra (myslím si něco zdravého...)
- každý žák přinese svůj jídelníček za daný týden
- společně ve skupině sestaví z přinesených jídelníčků zdravý jídelníček (pondělí – neděle)
- prezentace vytvořeného jídelníčku (fantazii se meze nekladou)
- prezentace formou papírového powerpointu
- závěrečný kontrolní pracovní list (viz příloha)