

A blue background with a central water droplet creating ripples. The text is centered over the image.

Jedz, dodržiavaj pitný režim a
hýb sa

Zoznam realizovaných aktivít

- Pitná voda
- Sú všetky nápoje zdravé?
- Diktát na vybrané slová s tematikou Čo pijeme?, odpis receptov na nápoje
- Príprava rôznych nápojov , ochutnávka

Aktivita

Pitná voda

Žiaci 4. ročníka -15- sa pod vedením p. učiteľky Polákovej bližšie oboznámili s pojmom pitná voda, jej zdrojmi. Na ukážkach spoznali kolobeh vody v prírode, prírodnú filtráciu vody, zdroje pitnej a minerálnej vody. Na základe týchto informácií pochopili dôležitosť vody v prírode, s dôrazom na pitnú vodu a potrebu jej ochrany.

Aktivita

Sú všetky nápoje zdravé?

Žiaci 4. ročníka -15- pod vedením p. učiteľky Polákovej diskutovali na tému čo musí alebo nemá obsahovať zdraviu prospešný nápoj, ktoré nápoje sú pre deti vhodné a naopak nevhodné a prečo. Oboznámili sa s dôležitosťou a významom pitného režimu a s účinkami na organizmus. Pozreli výsledky výskumov o obsahu cukru v jednotlivých nápojoch. Uskutočnili pokus s pepsikolou a cukríkom zameraný na možnú agresiu v tele a tým na nevhodnosť nápoja.

Aktivita

Diktát

Žiaci 4. ročníka -15- pod vedením p. učiteľky Polákovej realizovali aktivitu – diktát - písanie receptov - žiaci si písali recepty na prípravu nápojov a postup pri varení čaju , pričom bol kladený dôraz na pravopis.

Aktivita

Praktická príprava nápojov

Žiaci 4. ročníka -15- pod vedením p. učiteľky Polákovej na základe prečítaných a napísaných receptov prakticky vyskúšali prípravu jednoduchých ovocných nápojov a rôzne druhy čaju. Boli to bazulienka-nápoj s bazovým sirupom, mochito- nápoj z limetky a mäty a banánový kokteil. Pripravili tri druhy čaju - šípkový, lipový a ovocný. Čaje boli sladené medom.. Tieto jednoduché recepty žiaci zvládli sami za organizačnej pomoci učiteľa. Pracovali v skupinkách, ktoré sa striedali v pracovnom kútiku, ktorý vytvorili v zhotovení receptov si žiaci pripravili prestretý stôl a naservírovali naň pripravené nápoje. Potom ich spoločne ochutnávali. Počas celej prípravy bol kladený dôraz na hygienu pri príprave nápojov a pri ich servírovaní i na poriadok pri práci i po jej skončení. Na ochutnávanie postupne pozývali aj žiakov z ostatných tried, ktorým nápoje veľmi chutili.

Fotografie

