

Chutné dobroty z ovocia a zeleniny

Cieľ: Cieľom aktivity bolo, aby si žiaci uvedomili, koľko ovocia a zeleniny pochádza z našich záhrad, respektíve koľko ovocia a zeleniny, ktorú kupujeme, je slovenská a koľko týchto produktov pochádza zo zahraničia.

Vyučovací predmet: BIOLÓGIA – všetky ročníky – zdravá výživa, TOF – tvorivé písanie – 6. ročník – rozprávanie o zdravej výžive, SJL – Slovenský jazyk a literatúra – všetky ročníky – rozprávanie o zdravej výžive, o pôvodných slovenských potravinách a ich plusoch oproti dovážaným potravinám, VYV - Výtvarná výchova a VUM – Výchova umením – vo všetkých ročníkoch – maľovanie ovocia a zeleniny z našich záhrad.

Pomôcky: Na realizáciu tejto aktivity si žiaci prinesú ovocie, zeleninu, orechy z vlastných záhrad z domu.

Príprava:

Oznam v školskom rozhlase

Milí učitelia a žiaci. Slovenská poľnohospodárska a potravinárska komora spolu s Ministerstvom školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky vyhlásila súťaž pod názvom „Hovorme o jedle“. Do piateho ročníka tejto celoslovenskej súťaže sme sa rozhodli zapojiť aj my. Aktivity k súťaži budú prebiehať počas budúceho týždňa. V utorok 17. októbra sa zapojíme do aktivity pod názvom „Zelenina, ovocie, orechy z našich sádov“. Vašou úlohou bude priniesť na utorok do školy to, čo ste doma vypievali a urobiť si vo vašej triede malý piknik. Počas prvej vyučovacej hodiny si na lavicu pripravte všetko, čo ste priniesli. Čo všetko si prinesiete a ako pripravené, už necháme na vás. Nemusí to byť len samotné ovocie, ale aj šalátiky, jednohubky, nátierky, ktoré ste si pripravili z ovocia a zeleniny z vašich záhrad. Počas prvej hodiny si nafotíme všetko, čo ste pripravili, porozprávate nám o vašich receptoch a potom už môžete navzájom ochutnávať vaše výtvary. Tešíme sa na zábavný týždeň plný aktivít, ktorých cieľom je získať informácie o správnych stravovacích návykoch a správnom životnom štýle, informácie o úlohe potravín pri ochrane zdravia.

Postup / realizácia:

Ráno zaznela v našom školskom rozhlase relácia o zdravom stravovaní. Potom sa už v jednotlivých triedach začali horúčkavé prípravy na akciu „Zelenina, ovocie, orechy z našich sádov.“

Túto aktivitu sme poňali úplne prvoplánovo, deti dostali za úlohu v tento deň priniesť zeleninu, ovocie a orechy zo svojich záhrad a pripraviť niečo dobré z nich pre svojich spolužiakov. Ráno deti okrem školských tašiek prinášali aj misky plné dobrôt zo záhrad. V jednotlivých triedach si deti všetko nachystali, potom sme všetko nafotili a už sme sa iba hostili. Medzi ochutnávaním jednotlivých domácich dobrôt nám deti porozprávali, ako a z čoho dobroty pripravovali.

5.A: Simonka – mrkvovo-jablkový šalát, Timea – cviklový šalát so slaninkou, Katka – ovocný šalát z hrušiek a jablák, Adam – ovocný šalát z jablák, brusnic so smotanou, Dominika – mini uhorky z vlastnej záhrady a jablko-hruška.

6. A: Terezka – uhorkovo-rajčinový šalát, Emma – zeleninový šalát z papriky, mrkvy, cibule, kapusty, Diana, Inga, Miriam, Katka – jablká a hrušky, Barborka – hrozno.

7. A: Siedmáci z ovocia a zeleniny vytvorili aj rôzne postavičky a smajlíkov.

8. A: V tejto triede sa zaplnili tri lavice dobrotami, pri príprave ktorých využili ovocie a zeleninu zo svojich záhrad. Peťo priniesol „pikant“, ktorý cez leto pripravoval spolu s rodičmi z papriky, rajčín, cibule, feferónky. Chutil výborne s omasteným chlebíkom. Katka pripravila jablká v cestičku – jablká v župane. Lea upiekla koláčik z lístkového cesta plnený orechmi a jablkami. Kristína upiekla jablkové slimáčky. Ninka pripravila jablkovú nepečenú tortičku. Nika pripravila smothie z jablák a broskýň. Ivan – zeleninový šalát – červená a zelená paprika, uhorky, rajčiny. Dodo – mrkvový šalát s jablkom. Evka – rajčinový šalát. Betka ovocný šalát – hrozno, jablko, hrušky, med, orechy.

9. A: Tomáš – celozrnné chlebíky s paradajkami a paprikou, Ema – mrkvový šalát s jablkami, Ad'a – maliny a hrozno, Adela – ovocný čaj z čerstvých malín a černíc.

Zhrnutie: Tento deň nám ukázal, čo všetko zdravé môžeme mať na desiatu a dokonca, že zdravé je aj naozaj chutné.

Prílohy:





Vypracovala: Základná škola s materskou školou, Školská 5, 965 21 Jacovce