

Domáci jogurt

Cieľ: Vzbudiť u žiakov záujem o mlieko. Zistiť jeho význam pre náš organizmus. Zvýšiť u žiakov informovanosť o mlieku (zloženie a spracovanie) a mliečnych produktoch. Podporiť pitie nášho mlieka a konzumáciu mlieka a mliečnych výrobkov od slovenských výrobcov.

Vyučovaci predmet: Vecné učenie - opakovanie a získanie vedomostí o správnej životospráve človeka. Uvedomovanie si významu zdravého životného štýlu pre zdravie človeka. Pracovné vyučovanie – príprava jednoduchého pokrmu z mlieka.

Pomôcky: DVD Cesta mlieka, čerstvé plnotučné mlieko, jogurt so živou kultúrou, vanilkový cukor, teplomer, antikorový hrniec, antikorová metlička, antikorová naberačka, poháriky, omaľovánka, pastelky, lepidlo.

Príprava: Vecné učenie – v motivačnej časti hodiny učiteľka nadväzuje kontakt s deťmi a rozpráva sa s nimi na tému mlieko, mliečne výrobky a zdravá výživa. Sledovanie príbehu „Cesta mlieka“ (DVD). Poznávanie cesty odkiaľ a ako k nám príde mlieko. Motivuje žiakov k zbieraniu vrchnáčikov od jogurtov. Pracovné vyučovanie – oboznámenie sa s postupom prípravy domáceho jogurtu.

Postup:

Vecné učenie:

1. Prezentácia na interaktívnej tabuli a sledovanie príbehu „Cesta mlieka“ – druhy mlieka: kravské, ovčie, kozie, menej známe druhy mlieka (kobyľie, sójové, kokosové), plnotučné, polotučné, nízkotučné; zdroj vitamínov – A, C, B; vápnik, fosfor – zdravé kosti, zuby, svaly; jednotlivé druhy mliečnych výrobkov - pomenovať na obrázkoch.
2. Vytvorenie koláže z jogurtových vrchnáčikov.

Pracovné vyučovanie:

Príprava domáceho jogurtu podľa pracovného postupu:

1. Mlieko zohrejeme na 80 °C.
2. Mlieko musíme čo najrýchlejšie ochladiť (na 40 °C), aby mal domáci jogurt správnu štruktúru a neľahal sa.
3. Primiešame cukor a živý jogurt.
4. Do pripravených pohárikov naberieme jogurtové mlieko a zatvoríme.
5. Poháriky s jogurtom zabalíme do deky, aby si uchovali po dobu cca 4–6 hodín konštantnú teplotu. S pohárikmi nehýbeme.
6. Ochutnať jogurt môžeme ďalší deň.

Zhrnutie: Žiaci spoznávali mliečne výrobky. Zapamätali si druhy mlieka. Uvedomili si dôležitosť kravského aj ovčieho mlieka pre vysoký obsah minerálnych látok, dôležitosť zdravej výživy, nebezpečenstvo nadmernej konzumácie sladkostí a dôležitosť dennej dávky mlieka a mliečnych výrobkov (2 porcie denne), ktoré sú dôležitým zdrojom vápnika ale aj bielkovín a vitamínov. Žiaci získali poznatky o zdravej výžive. Naučili sa pomenovať mliečne výrobky a rozoznávať ich podľa chuti. Zapamätali si, že piť mlieko a jesť mliečne výrobky je potrebné preto, aby sme mali pevné kosti a zdravé zuby.

Prílohy:



Vypracovala: Špeciálna základná škola, Námestie baníkov 20, Handlová