

## Mäso, hydina, ryby, vajcia – projektové vyučovanie

### Cieľ:

- Žiak rozumie potrebe prijímať vo svojej strave primerané množstvo mäsa, mäsových výrobkov, vajec a strukovín ako zdroj dôležitých vitamínov, minerálnych látok a vlákniny, ktoré sú dôležité pre zdravý vývin jednotlivca.
- Viesť žiakov k zdravému spôsobu života.
- Rozvíjať estetické cítenie.

### Vyučovaci predmet:

- Slovenský jazyk a literatúra – Recepty, Ľudová a umelá rozprávka, 3. - 4. ročník.
- Prírodoveda – Zdravá výživa, 3. - 4. ročník (rast a vývin), Zmyslové orgány (chuť, čuch, hmat), Voda (pokusy s vajcom).
- Pracovné vyučovanie – Stravovanie a príprava jedál (potraviny rastlinného a živočíšneho pôvodu, zdravá výživa).

**Pomôcky:** kniha Kubko a Maťko, postavičky z rozprávky, slanina, pečivo, rôzne druhy zeleniny, koreniny a pochutiny, vajíčka, strukovina, prezentácia, pracovný list, kuchynské riady, rozprávky a omaľovánky, dataprojektor, notebook.

**Príprava:** Tejto aktivite predchádzala príprava aktivít v spolupráci s rodičmi. Deti si mali na DÚ pripraviť recept so svojou obľúbenou doma vyrobenou nátierkou z mäsa, mäsových výrobkov, vajec, strukovín a priniesť z nej na ochutnávku pre spolužiakov, alebo si priniesť suroviny na jej výrobu do školy, aby sme ju vyhotovili spoločne.

### Postup / realizácia:

1. Výstavka zeleniny a ovocia, mliečnych a mäsových výrobkov, strukovín a vajec. Priebežný rozhovor o výrobkoch na výstavke – Značka kvality SK. Príprava receptov a nátierok. Deti si ráno priniesli vypracovanú domácu úlohu, t.j. pripravili na lavicu svoj recept s nádobkou k ochutnávke.
2. Postupne každý odprezentoval svoj recept a zároveň sme si povedali, čím sú suroviny z nátierky prospešné pre naše zdravie.
3. Rozhovor o odprezentovaných receptoch – čo sme si zapamätali, čo nás upútalo, čo nové a zaujímavé sme dozvedeli (SJL).
4. Príprava tanierov a mís na ochutnávku s využitím zeleniny. Každý si vybral z pripraveného pečiva a zeleniny to, čo mu najviac vyhovovalo k donesenej nátierke a pripravil pre spolužiakov tanierik k ochutnávke. Tie deti, ktoré si priniesli suroviny, nám predviedli, ako sa nátierka vyrába. Spolupráca detí pri činnosti.
5. Ochutnávka a zhodnotenie prác a nátierok. Vyhrala rybacia nátierka – je u detí najobľúbenejšia (PVC).
6. Hádanka pre deti – akú nátierku má rada pani učiteľka – nápoveda rozprávkou.

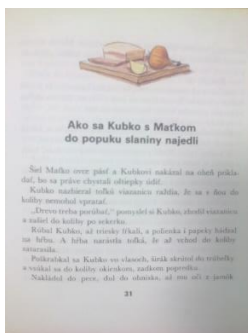
7. Rozprávka: Marianna Grznárová - Ako sa Kubko s Matkom do popuku slaniny najedli. Text číta žiak z triedy, ktorý vie veľmi dobre čítať a po prečítaní dokáže aj z prečítaného textu klásť otázky. Deti sú naučené týmto spôsobom pracovať – vyučujúci len usmerňuje. Zaspievame si pieseň „Pokapala na salaši slanina“ (SJL, HUV).
8. Opätovné polozenie otázky: Akú nátierku má rada pani učiteľka? Deti najskôr odpovedali, že slaninkovú. Až po usmernení – aký ďalší produkt dostaneme zo slaniny, uhádli – oškvarkovú.
9. Rozhovor o zdravých a nezdravých tukoch, o prijatom zdravom množstve tukov a náhrade oškvarkovej nátierky nátierkou z tofu a smaženej cibulky (PDA).
10. Prechod k prezentácii o mäse, vajciach a strukovinách. Využitie prezentácie, rozhovor.
11. Krátka prezentácia pokusov o vajičku a pokusy v triede (čerstvosť vajca, morská slaná voda).
12. Z rozprávky do rozprávky – často sa niektoré z potravín alebo zvierat dostane aj do rozprávok a piesní. Spomínate si na nejaké? (O rybárovi a zlatej rybke, Ako šlo vajce na vandrovku, Slúžil som slúžil.)
13. Na záver si podľa obrázkov zaspievame pieseň „Slúžil som, slúžil to prvé leto“ (využitie vedomostí z MAT – koľko bolo zvierat – hovor násobky, číslo základné a poradové).
14. Vyhodnotenie dňa.

**Zhrnutie:** Prípravou jedál sa žiaci naučili ovládať postupy prípravy zdravých nátierok, prehľadli si manuálne zručnosti pri vytváraní jedál zdravej výživy. Zároveň sa teoreticky a prakticky učili zásadám správnej životosprávy a zdravého životného štýlu.

V rámci zdravotnej výchovy si žiaci prípravou jedál osvojovali myšlienkové postoje pri hodnotení vlastného zdravia. Stretávali sa s rôznymi metódami učenia sa a hier.

Žiaci chápali potrebu zdravého životného prostredia (pôda, voda, vzduch) pre zdravý rast a vývin zvierat a rastlín, potrebu konzumovania mäsa, vajec a strukovín pre ich zdravý vývin a rast. Žiaci experimentovanie a pokusy vnímajú všetkými zmyslami, rozvíjajú svoje intelektuálne, senzorické i motorické schopnosti a učivo si lepšie osvojujú a upevňujú v pamäti.

### Prílohy:





*Vypracovala: Základná škola Oslany, Školská 56/9, 972 47 Oslany*