

Primeraný pitný režim

Cieľ: Poukázať na primeraný pitný režim, sledovanie a kvalita pitného režimu.

Vyučovaci predmet: Prírodoveda, Telesná a športová výchova, Čítanie, Matematika, 3. ročník, téma: Pitný režim.

Pomôcky: PC, prezentácia, nástenka, výkres, fixa, mlieko, fľaše s vodou, Zornička 10/2017.

Postup / realizácia:

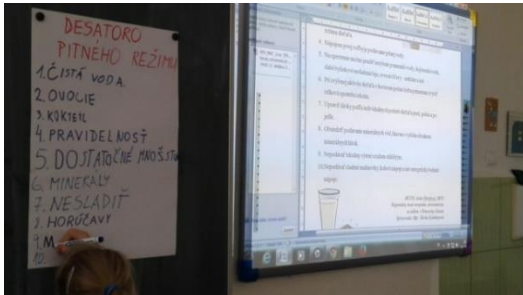
Motivácia - Rozprávka o kvapke, ktorá sa dostala do ľudského tela. Čo všetko tam videla, čo všetko sa tam dozvedela a čo všetko o sebe porozprávala.

Rozhovor so žiakmi na danú tému použitím prezentácie.

Pri každej snímke sme mali aktivitku (Moje pitie dnes/ Čo pijem, koľko pijem a kedy pijem/ Hra bingo/ Desatoro pitného režimu/ Svetový deň vody).

Zhrnutie: Žiakom som doniesla nástenku: Sladené a nesladené nápoje/ porovnanie množstva cukru v jednotlivých druhoch nápojov. Žiaci mali možnosť vidieť množstvo cukru, koľko daný nápoj obsahuje a čo vlastne pijú. Na hodine Čítania sme vyhľadávali termálne pramene a minerálne vody. Zaujímavosťou pre žiakov bol napr. aj podmorský vodopád (Zornička č.10/2017).

Prílohy:



Vypracovala: Základná škola, Staničná 13, 040 01 Košice