

Zelenina a ovocie - neoddeliteľná súčasť jedálneho lístka

Cieľ: Rozoznávať jednotlivé druhy ovocia a zeleniny. Poznať význam ovocia a zeleniny v našom stravovaní. Získať deti ku konzumácii väčšieho množstva ovocia a zeleniny.

Vyučovacie predmety: Ročník prvý, SJL - rozprávka „Ako dedko ťahal repu“, na akú hlásku sa začína, MAT – príklady s ovocím a zeleninou, PRV – kde rastie ovocie a kde zelenina, význam zeleniny pre náš organizmus, HUV- pesničky s ovocím (Červené jablčko...), VYV- ovocie z farebného papiera.

Pomôcky: PC, internet, interaktívna tabuľa, časopisy, kartičky a obrázky ovocia a zeleniny, pracovné listy s obrázkami zeleniny a ovocia, farbičky, ceruzky, výkresy, farebné papiere, nožnice, lep, zelenina ako dekorácia, magnetické makety ovocia a zeleniny.

Príprava: Rozhovor s deťmi o dôležitosti konzumácie ovocia a zeleniny v rôznych formách - surové, varené, dusené, konzervované (napr. výživa, kompót, čalamády). 5 krát denne ovocie a zelenina. Dôraz na zeleninu, pretože ju deti konzumujú v menšom množstve (niektoré deti sa jej úplne vyhýbajú).

Postup / realizácia:

SLOVENSKÝ JAZYK: Spolu s deťmi si prečítame rozprávku „Ako dedko ťahal repu“. Následne deti na interaktívnej tabuli ukladajú obrázky podľa chronológie obsahu rozprávky. Ďalej deti hovoria, na akú hlásku sa začína ovocie a zelenina prezentovaná na pripravených kartičkách - písmená, ktoré sa už deti učili, pripínajú na tabuľu pod obrázky.

MATEMATIKA: Deti pracujú pri tabuli s magnetickými maketami ovocia a zeleniny – určujú a porovnávajú počet a poradie (hneď pred, hneď za, pred, za, na začiatku, na konci...). Potom deti vypracujú pracovné listy s matematickými príkladmi s ovocím a zeleninou.

PRVOUKA: Rozhovor s deťmi o význame ovocia a zeleniny na náš organizmus (napr. prečo treba jesť zeleninu každý deň, ako rastie ovocie a zelenina). Deti si prinesú z domu ovocie aj zeleninu. Každú pomenujú a triedia na 2 kôpky – ovocie a zelenina. Z prinesených plodov si následne urobíme výstavku.

Deti si vytiahnu boxy s desiatou a pochvália sa chutnou a zdravou desiatou, ktorú im pripravila mamička. Diskutujeme o tom, čo im z ovocia a zeleniny najviac chutí a čo často konzumujú, spoločne ochutnávame rôzne druhy zeleniny.

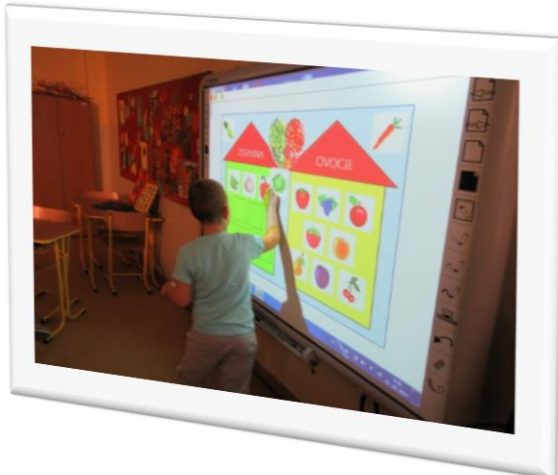
Následne určujeme na interaktívnej tabuli čo je zelenina a čo ovocie. Na záver deti vystrihujú obrázky ovocia a zeleniny a zhotovujú lepením poster.

VÝTVARNÁ VÝCHOVA: Na tejto hodine deti vystrihujú z farebného papiera jablká, ktoré si obkreslili podľa makety a zhotovujú lepením zaujímavý obrázok (negatív - pozitív).

HUDOBNÁ VÝCHOVA: Na tejto hodine si zaspievame pesničky Červené jabĺčko, Moja mamka niečo má, Čerešničky, čerešničky...

Zhrnutie: Deti hrovou formou spoznávali a pomenúvali jednotlivé druhy ovocia a zeleniny - triedenie. Precvičili si, na akú hlásku sa začína názov ovocia a zeleniny. Spoznali dôležitosť zeleniny a ovocia pre naše zdravie. Vedia, že ovocie a zelenina sú bohaté na vitamíny a minerály a majú pozitívne účinky na náš organizmus. Napr. cibuľa nám pomáha pri poruchách spánku, umožní nám lepšie dýchať a vykašľávať, kapusta bola v minulosti spolu so zemiakmi najdôležitejším zdrojom vitamínu C v zimnom období, paprika má viac vitamínu C ako citrón.

Prílohy:



Vypracovala: Základná škola, Tupolevova 20, 851 01 Bratislava