

CHLIEB, PEČIVO, OBILNINY, CESTOVINY



ZOZNAM AKTIVÍT

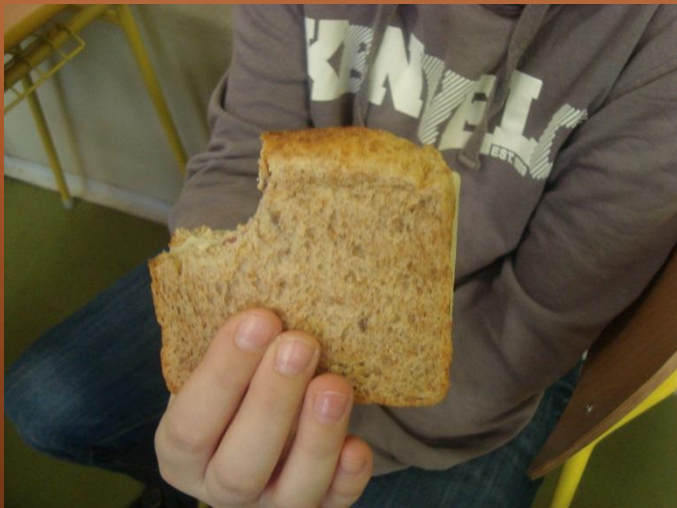
- ❖ Kontrola zdravej desiaty
- ❖ Riešenie pracovného listu
- ❖ Tvorba plagátov o chlebe, pečive, obilninách a cestovinách
- ❖ Prezentácie Chlieb, pečivo, obilniny, cestoviny
- ❖ Potravinová pyramída
- ❖ Stavba loga „Hovorme o jedle“ z puzzle
- ❖ Krátky vedomostný test
- ❖ Tvorba vzorkovnice zŕn obilnín a semien strukovín



KONTROLA ZDRAVEJ DESIATY

- V pondelok si žiaci školy mali priniest zdravú desiatu, ktorá mala obsahovať celozrnný chlieb a pečivo. Po prvej a druhej vyučovacej hodine sa kontrolovala desiata vo všetkých triedach. Piaty žiaci ekohliadky kontrolovali desiatu žiakom na druhom stupni a triedni učitelia na prvom stupni. Do tejto aktivity sa zapojili všetci žiaci školy (571 žiakov) a celkové vyhodnotenie bolo zverejnené na nástenke na chodbe školy.





RIEŠENIE PRACOVNÉHO LISTU

- Všetky triedy na druhom stupni (309 žiakov) riešili pracovný list, ktorý pripravila Mgr. Miriam Vojtašáková. Žiaci riešili úlohy zamerané na poznatky o chlebe, pečive, obilninách.



PRACOVNÝ LIST

AKO SA RODÍ CHLEB: (správne očísľuj každý obrázok postupu pečenia chleba)

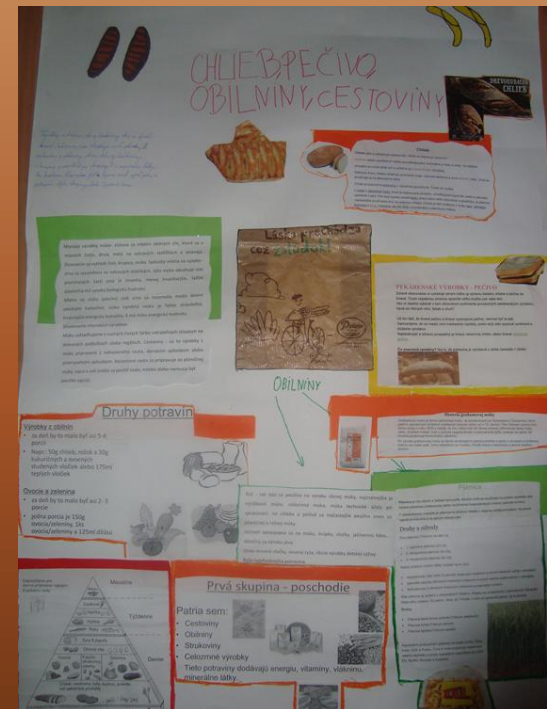


TRIEDA: 4C BONUS: najlepši recept na domáci celozrnný chlieb na 2. strane



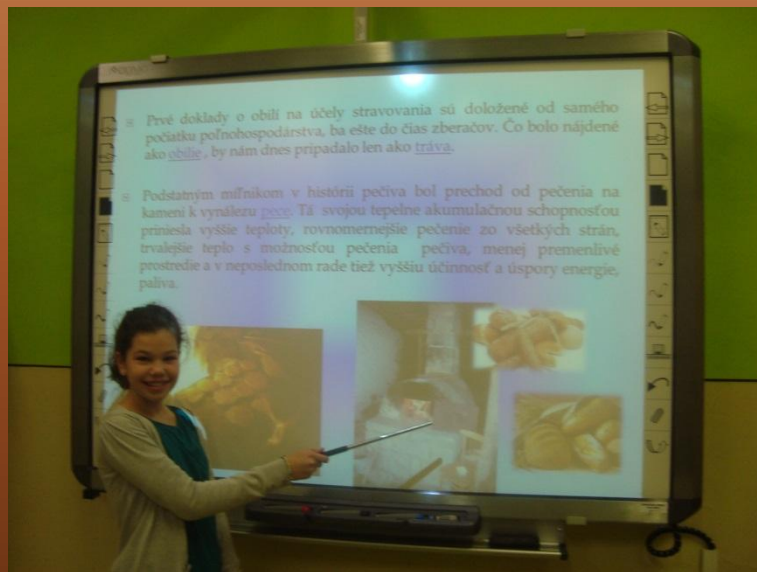
TVORBA PLAGÁTOV O CHLEBE, PEČIVE, OBILNINÁCH A CESTOVINÁCH

- 6 žiakov 5.C triedy zhotovilo plagáty o chlebe, pečive, obilninách a cestovinách, ktoré boli vystavené na školskej chodbe



PREZENTÁCIE CHLIEB, PEČIVO, OBILNINY, CESTOVINY

- Prezentačnú Chlieb a pečivo pripravila Kamila Varcholová, žiačka 6.B triedy a prezentačnú Chlieb, pečivo, obilniny, cestoviny Miroslava Maximová, žiačka 6.A triedy. Obidve prezentácie si prezreli všetci žiaci 2. stupňa (309 žiakov) v rámci projektového dňa „Hovorme o jedle“.





Zloženie cestovín

▣ Základné suroviny sú múka (pšeničná) a voda.

▣ Cestoviny môžu byť bezvaječné, bez pridania vajíčka, jednovaječné, dvojevaječné, podľa chuti až viacvaječné. Sú výborným zdrojom sacharidov.

▣ Celozrnné cestoviny z celozrnnnej múky obsahujú navyše minerály a vitamín B. Vaječné zasa obsahujú vitamín A.



Obsah vlákniny



Potravina (100 g)	Vláknina (g/100 g)
Pšeničný chlieb	4,0
Žemle	3,0
Viaczrnný chlieb	5,6
Knäckebröt	14,0
Grahamové pečivo	11,9
Sójové pečivo	7,7
Ovsené vločky	6,7
Müsli	4,0
Cornflakes	4,1

K čomu môže viesť nedostatok pečiva a obilnín?

- Únava z nedostatku sacharidov, pokiaľ je v strave celkovo málo sacharidových potravín
- Nepozornosť



POTRAVINOVÁ PYRAMÍDA

- ❖ V rámci prírodopisného krúžku 18 žiakov spolu s Ing. Máriou Brečkovou pripravili potravinovú pyramídu. Počas projektového dňa sa každá trieda na 2. stupni (309 žiakov) snažila postaviť potravinovú pyramídu zhotovenú z krabíc čo najrýchlejšie.





STAVBA LOGA „HOVORME O JEDLE“ Z PUZZLE

- Žiaci 2 stupňa (309 žiakov) sa pokúšali čo v najkratšom čase zložiť puzzle „Hovorme o jedle“, ktoré pripravila Mgr. Miriam Vojtašáková.





KRÁTKY VEDOMOSTNÝ TEST

- Vedomosti o chlebe, pečive, obilninách a cestovinách si žiaci 2. stupňa (309 žiakov) overili v krátkom vedomostnom teste.

Chlieb, pečivo, obilniny, cestoviny

1. Medzi obilniny nepatrí:

- a) pšenica
- b) kukurica
- c) ľúľok zemiakový

2. Obilniny obsahujú veľa:

- a) bielkovín
- b) cukrov
- c) tukov

3. Na kysnutie chleba potrebujeme hlavne:

- a) soľ
- b) droždie
- c) olej

4. Základné suroviny na výrobu cestovín sú:

- a) múka, voda
- b) múka, olej
- c) voda, mlieko



TVORBA VZORKOVNICE ZŔN OBILNÍN A SEMIEN STRUKOVÍN

- Jednoduchú vzorkovnicu ovocných semien pripravilo 24 žiakov 6. B triedy na hodinách biológie.



- **Názov školy:** Základná škola, Gašpara Haina 37, Levoča
- **Adresa školy:** Gašpara Haina 37, 054 01 Levoča
- **Kontaktná osoba:** Ing. Mária Brečková, Mgr. Miriam Vojtaššáková
- **Tel., e-mail kont. osoby:** 0908 285 664, 0903 982 337
majabreckova@centrum.sk miriam.vojtassakova@zsghle.sk
- **Žiaci školy, ktorí pripravili súťažný príspevok:** Kamila Varcholová 6.B, Miroslava Maximová 6.A
- **Počet žiakov školy zapojených do aktivít:** 571 – zdravá desiata, 309 – všetky aktivity
- **Názov dennej témy:** Chlieb, pečivo, cestoviny, obilniny
- **Celkový počet žiakov školy:** 615

