

Zelenina a ovocie

Zoznam zrealizovaných aktivít

- Chutné zeleninové jedlá alebo jeme očami
- Projekt: Ovocie a zelenina
- Ovocníčkovia
- Zelenina a ovocie v I.D
- Ovocie a zelenina v ŠKD
- Zelenina a ovocie
- Poznáš ma? (domino)
- Čo jeme?
- Ovocný deň

Chutné zeleninové jedlá alebo jeme očami

- Cieľom bolo ukázať deťom, že aj zeleninové jedlá sa dajú pripraviť lákavo a chutne a zdôrazniť význam zeleniny v našom jedálničku.
- Žiaci sa rozhodli, že pripravia zeleninové jedlo – muffiny. Nakúpili potrebné suroviny, rozdelili si práce (čistenie, krájanie, prípravu dusenej zeleniny, plnenie košíčkov). Počas pečenia zdobili reďkovky. Pripravenému jedlu sa tešili a veľmi im chutilo.
- Počas práce diskutovali o význame zeleniny pre zdravie.
- **Počet žiakov: 17**
- **Ročník: siedmy**
- ML priložený
- Aktivita trvala 3 hodiny





Projekt: Ovocie a zelenina

- Motivačný rozhovor a oznámenie cieľa vyučovacej hodiny.
- Prezentácia o vitamínoch /obohatená o vlastné básne, zeleninové jedlá/
- Trénujeme si pamäť
- Tajomný kufrík
- Vysvetlenie projektu podľa osnovy
- Realizácia vlastného projektu
- Sebahodnotenie a vyjadrenie názoru k ostatným prácam
- Ovocná odmena
- **Počet žiakov: 60**
- **Ročník: druhý**
- **Aktivita trvala 5 hodín**

- Trénujeme si pamäť



Tvoríme projekt



Tajomný kufrík



Sladká odmena





Ovocníčkovia



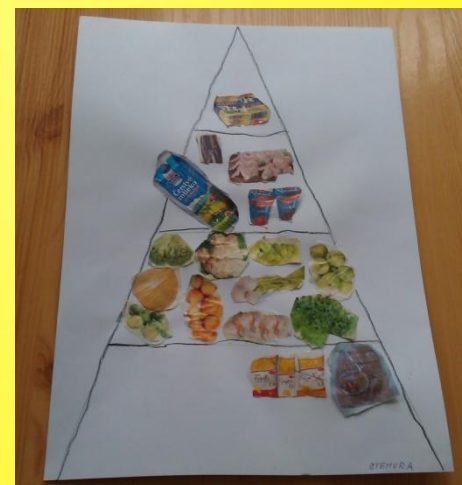
- Na hodine prírodovedy deti rozoznávajú podľa obrázkov ovocie a zeleninu. Následne majú možnosť zeleninu a ovocie vidieť a ochutnať aj naživo. Nasleduje rozhovor o uskladnení - ukážka kompótu a ochutnávka.
- Pokračujeme na hodine výtvarnej výchovy (motivácia - rozprávka Ovocníčkovia), kde si deti modelujú ovocníčkov z plastelíny.
- Kto má prácu hotovú, dostane fimo hmotu, z ktorej si vyrobí postavičky ovocníčkov- prívesky na kľúče (foto).
- **Počet žiakov: 23**
- **Ročník: prvý**
- 3 hodiny



Zelenina a ovocie v I.D

- 1. Krátke opakovanie učiva o ovocí, zelenine a poľných rastlinách
- 2. Interaktívna tabuľa – obrázok potravinovej pyramídy a rozhovor o jednotlivých stupňoch tejto pyramídy a o potravinách, ktoré sú tam zaradené. Zdôraznenie významu zdravých potravín, oboznámenie s jednotlivými druhmi vitamínov a v ktorom ovocí a zelenine má najväčšie zastúpenie, poukázanie na nezdravé stravovanie .
- 3. Oboznámenie s postupom vytvárania vlastnej potravinovej pyramídy – žiaci dostali výkresy s narysovanými obrysami potravinovej pyramídy. Z prinesených potravinových letákov vystrihovali rôzne druhy potravín, ktoré bolo treba správne zaradiť do jednej zo štyroch častí pyramídy a tam prilepiť.
- 4. Zhodnotenie práce žiakov, všetci žiaci kontrolovali pyramídy svojich spolužiakov a hľadali prípadné chyby v zaradení potravín.

- **Počet žiakov: 20**
- **Ročník: prvý**
- **3 hodiny**





Ovocie a zelenina v ŠKD

- V rámci týždňa si vychovávateľky pre deti pripravili rôzne aktivity:
 - s deťmi viedli rozhovory o dôležitosti ovocia či zeleniny vo svojom jedálničku, pozerali rôzne prezentácie, čím si utvrdzovali poznatky o ich význame , druhoch potravín a zdravej výžive,
 - pripravovali si ovocné šaláty, ochutnávali rôzne druhy ovocia a zeleniny so zaviazanými očami,
 - kreslili ovocie a zeleninu, ktoré ochutnali a následne si vyrábali plagáty,
 - deti poznávali zdravé jedlá aj zábavnou formou, či už hádankami, krížovkami, ale aj vlastnou literárnou tvorbou.
- Týždeň plný aktivít zameraných na zdravú výživu deti zakončili „Jablčkovým tancom“ a pohybovou hrou „Kôš ovocia“.



1. básnička:

Slivky, hrušky, jablká,
rád si hádžem do brucha.
K tomu sladká mrkvička,
pozrite mi na líčka!

2. básnička:

Keď si ruky umyjem,
vtedy veru dobre viem,
že bacily porazím
a nad nimi zvíťazím!

3. básnička:

Mám rád mliečko belavé,
k tomu syry- sú zdravé.
Tvaroh, ryby, vajíčka,
zaradím do jedálnička!

- **Počet žiakov: 80**
- **Ročník: prvý – štvrtý**
(šk. klub detí)



Zelenina a ovocie

Ciel' aktivity: Poznať ovocie, ktoré dozrieva u nás. Uvedomovať si potrebu konzumácie ovocia.

1. Prezentácia na interaktívnej tabuli

Prezentácia obsahovala obrázky jednotlivých druhov ovocia, žiaci riešili mini kvíz zameraný na poznávanie ovocia, oboznámili sa s dôvodmi konzumácie ovocia.

2. Triedenie ovocia

Žiaci triedili makety ovocia a zeleniny. Určili sme, ktoré druhy rastú u nás.

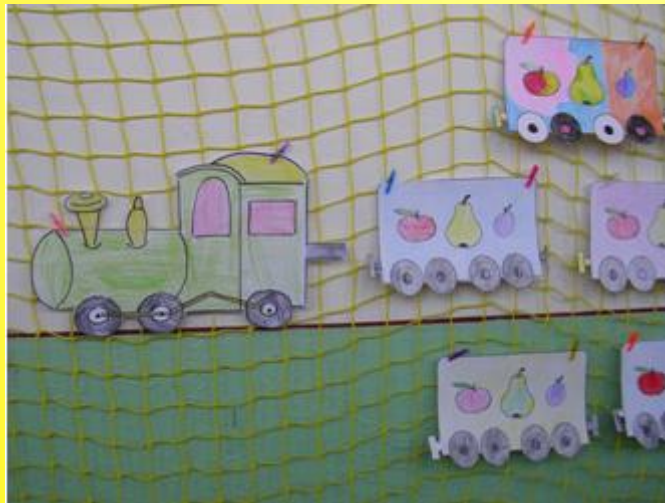
3. Praktická ukážka vhodnej desiaty v škole.

Žiaci si priniesli ovocnú a zeleninovú desiatu, povedali, čo majú, ocenili sme vhodný výber a skonzumovali ju počas dopoludňajšej aktivity.

4. Výtvarné stvárnenie témy.

Tému výtvarne spracovali a urobili sme výstavu prác.

- **Počet žiakov: 24**
- **Ročník: prvý**
- **3 hodiny**





Poznáš ma? (domino)



Cieľom aktivity bolo uvedomiť si význam ovocia a zeleniny pre zdravie človeka a rozlišovať druhy ovocia a zeleniny.

Pomocou atlasu ovocia a zeleniny spoločne sme poznávali rôzne druhy ovocia a zeleniny, určovali sme druhy, ktoré rastú u nás, ktoré sú bežnou súčasťou nášho jedálnička, ktoré im najviac chutia...

Na precvičenie a upevnenie poznatkov sme použili zhotovené kartičky v forme domina (prirad'ovali obrázky ku názvom).

- **Počet žiakov: 49**
- **Ročník: piaty**
- **2 hodiny**



Čo jeme?

- Na vyučovacej hodine ruského jazyka sme sa učili pomenovať rôzne druhy ovocia a zeleniny. (Žiaci sa ešte len začínajú učiť RJ, majú veľmi malú slovnú zásobu.)
- Recept na prípravu ovocného šalátu im prečítala vyučujúca (žiaci ešte nepoznajú písmená azbuky) a skontrolovala porozumenie.
- Pripravili si čerstvý ovocný šalát.
- **Počet žiakov: 10**
- **Ročník: šiesty**
- **1 hodina**





Ovocný deň

- Počas vyučovania si rozprávali o význame ovocia pre ľudský organizmus.
- Z domu si doniesli rôzne druhy ovocia a osvedčené recepty od svojich mám a babičiek.
- Šaláty a ovocné pochúťky si vlastnoručne pripravili a spoločne ochutnali.
- V závere pripravili spoločný projekt k danej tematike.



- **Počet žiakov: 39**
- **Ročník: tretí**
- **3 hodiny**



- Základná škola
- Rázusova 2260
- 02201 Čadca
- Kontaktná osoba: Mgr. Gabriela Svrčková
0910 957 508
gabika.svrckova@gmail.com
- Príspevok pripravili: Mgr. A. Čimborová, Mgr. M. Cisáriková, Mgr. Z. Rebrošová, PaedDr. K. Gocálová, M. Piteľová, Mgr. J. Šutiaková, Mgr. G. Svrčková, Mgr. A. Martiniaková, Mgr. B.Štrbová, K.Turiaková a N.Fibáková (VII.A)
- Celkový počet žiakov školy, ktorí sa do aktivít zapojili: 322
- Názov dennej témy:
Zelenina a ovocie
- Celkový počet žiakov školy: 654