





Mäso, hydina, ryby, vajcia, strukoviny









Zoznam aktivít a zaujímavostí nášho dňa „Hovorme o jedle“









- Naša malá škola, veľké kulinárske sny
- Každý recept sa začína nákupným košíkom
- Návšteva miestnych drobnochovateľov a salaša
- Dobré ráno s chuťou: „Hovorme o jedle“
- Mäso pod lupou: spoznávame jeho druhy
- Naša úroda, rovno na náš stôl
- Guľáš, ktorý spája pri jednom stole
- Pečeňová zabíjačková paštéta plná poctivej chuti
- Bravčové mäso v pohári: chuť zachovaná na neskôr
- Paprikový slanina s domácim charakterom
- Sterilizácia mäsových zaváranín
- Beef Jerky – sušené mäso: energia na cesty
- Chlpaté rezne – tradícia s úsmevom
- Fazúľové brownies: sladké prekvapenie
- Pitný režim je pri každej práci vždy veľmi dôležitý: Bylinkový čaj s jablkovým sirupom
- Naše etikety: Zaváraniny, ktoré tak rozprávajú príbeh
- Presná muška, dobrá nálada
- Fotostena v znamení gurmánskych hodov: „Úsmev, prosím!“
- BIO odpad patrí do kompostu
- Práca zušľachťuje človeka aj našu záhradu
- Nič nazmar: zimná pomoc pre zvieratá







Naša škola **je malá, no plná veľkých nápadov. Navštevuje ju 37 žiakov so špeciálnymi výchovno-vzdelávacími potrebami, ktorým sa snažíme vytvárať bezpečné a podnetné prostredie. Každého žiaka zapájame do života školy podľa jeho možností, schopností a záujmov. V dennej téme:**

**„*Mäso, hydina, ryby, vajcia, strukoviny*“ si žiaci mohli vyberať z pestrých aktivít na pripravených stanovištiach.













Každý recept sa začína nákupným košíkom

S našimi žiakmi sme si najskôr podľa daných receptov naplánovali, aké ingrediencie budeme na „Hovorme o jedle“ potrebovať. Následne sme spoločne vyrazili na nákup, kde si žiaci precvičili plánovanie, samostatnosť, komunikáciu aj praktické zručnosti pri výbere potravín.











Návšteva miestnych drobnochovateľov a salaša

S veľkým nadšením sme navštívili miestnych drobnochovateľov a salaš v Muránskej Dlhej Lúke. Spoznali sme zvieratá, ktoré sa chovajú v našom regióne, a dozvedeli sme sa viac o tom, odkiaľ pochádzajú potraviny na našom stole. Žiaci si stretnutie so zvieratami veľmi užili a odniesli si množstvo peknych zážitkov.

























Zúčastnilo sa: 20 žiakov

Dobré ráno s chuťou: „Hovorme o jedle“





Ráno po príchode do školy sme sa všetci spoločne stretli v našom záhradnom altánku a vysvetlili si program dňa. Súťaž „Hovorme o jedle“ je u nás veľmi obľúbená. Je dôležité, aby žiaci poznávali, odkiaľ potraviny pochádzajú, učili sa zdravo stravovať a vážiť si jedlo. Prostredníctvom spoločných aktivít, v tento deň, si tieto poznatky mohli vyskúšať aj v praxi.



Zúčastnili sa všetci žiaci



Mäso pod lupou: spoznávame jeho druhy

Spolu s našimi žiakmi sme skúmali rozdiely medzi jednotlivými druhmi mäsa. Pozorovali sme ich farbu či štruktúru.
Rozprávali sme sa o tom, odkiaľ pochádzajú.
Porovnávali sme bravčové a kuracie mäso, divinu aj pečeň. Praktická ukážka nám pomohla lepšie porozumieť tomu, že každý druh mäsa má svoje vlastnosti a využitie v kuchyni.











Zúčastnili sa všetci žiaci

Naša úroda, rovno na náš stôl





Naši žiaci sa učia, že cesta k jedlu sa začína už v záhrade. Z vlastnoručne vypestovaných plodín sme počas „Hovorme o jedle“ pripravili chutné dobroty a počas celého školského roku postupne spoznávajú hodnotu práce, zodpovednosť či starostlivosť o našu školskú záhradu, ale aj prírodu.























Guľáš, ktorý spája pri jednom stole





Spolu s našimi žiakmi sme pripravili voňavý guláš z bravčového mäsa, mäsa z diviny a čerstvej zeleniny, vypestovanej z našej školskej záhrady. Žiaci sa so zápalom zapojili do prípravy surovín, spoznali tak jednotlivé druhy mäsa aj význam poctivých domácich potravín. Pri spoločnom varení sme sa učili spolupracovať, vážiť si úrodu a tešiť sa z jedla, ktoré vzniklo vlastnými rukami.



Zúčastnilo sa: 8 žiakov
































Hopsy

Pečeňová zabíjačková paštéta plná poctivej chuti



Vyskúšali sme si aj prípravu tradičnej pečeňovej zabíjačkovej paštéty. Z bravčovej pečene, podhrdliny, našej cibule, vajec a horčice sme vytvorili jemnú zmes dochutenú soľou, korením, muškátovým orieškom a zázvorom. Paštétu sme naplnili do pohárov a sterilizovali, aby sme si jej poctivú domácu chuť mohli vychutnať aj neskôr.





























SZŠ REVÚCA

Bravčové mäso v pohári: chuť zachovaná na neskôr





Nakrájané bravčové mäso na malé kúsky sme uložili do pohárov, aby si zachovalo svoju poctivú chuť. Nadviazali sme tak na tradičný spôsob jeho konzervovania. Takto jednoducho si jeho kvalitu môžeme uchovať na neskôr. Je to naozaj poctivá domáca zásoba do kuchyne.





















Zúčastnili sa: 6 žiaci

Sterilizácia mäsových zaváranín





Mäsové zaváraniny sme starostlivo sterilizovali, aby si zachovali svoju chuť a kvalitu aj na neskôr.
Žiaci si tak vyskúšali tradičný spôsob spracovania mäsa a prípravy praktickej domácej zásoby.









Zúčastnili sa: 3 žiaci

Paprikova slanina s domácim charakterom





Z bravčovej podhrdliny sme pripravili paprikovú slaninu podľa osvedčeného domáceho receptu. Žiaci mohli sledovať, ako sa z kvalitnej suroviny a voňavej papriky rodí tradičná pochúťka. Touto aktivitou sme žiakov chceli naučiť, že poctivé jedlo má svoj príbeh, tradíciu a hlavne nezameniteľnú domácu chuť.





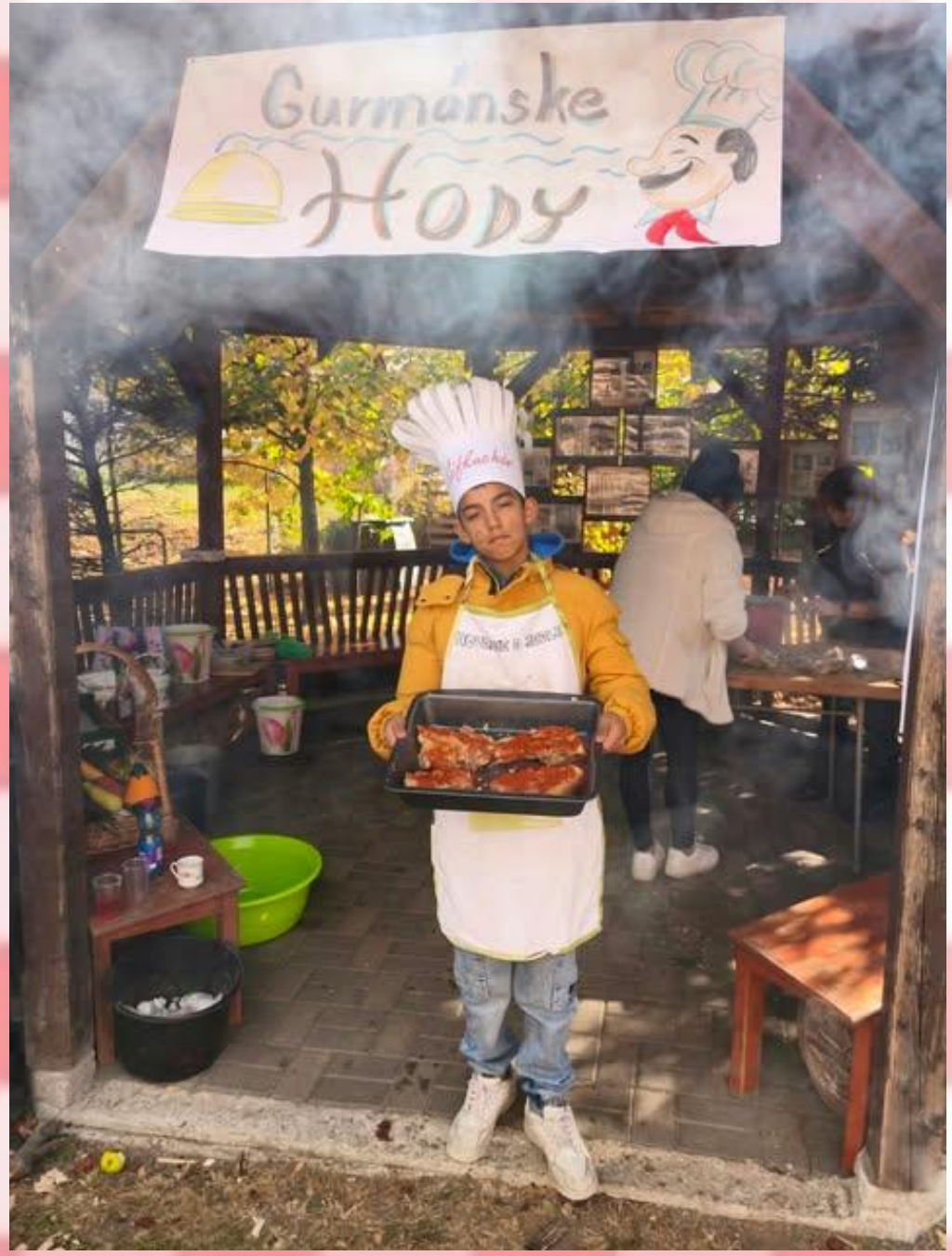




Zúčastnili sa: 4 žiaci






Gurmánske
Hody





BEEF Jerky – sušené mäso: energia na cesty





Beef jerky je ochutené sušené hovädzie mäso. Mäso sme najskôr naložili do marinády zo sójovej a worcesterovej omáčky, cesnaku, korenín a údenej papriky, aby si naplno rozvinulo chuť. Po odležaní sme ho narezali na tenké plátky, sušili v sušičke, až kým nevznikla chutná domáca maškrta – niečo ako mäsové čipsy.









Zúčastnili sa: 4 žiaci









Chlpaté rezne – tradícia s úsmevom



Pri príprave chlpatých rezňov sme kuracie mäso nakrájali na rezance a naložili do zmesi z vajíčok, kremžskej horčice, šampiňónov, korenín a solamylu. Mäso sme nechali niekoľko hodín odležať v chlade, aby sa všetky chute prepojili. Potom sme ho vypražili z oboch strán na rozpálenom oleji a pripravili tak jednoduchú chrumkavú dobrotu.











Zúčastnilo sa: 6 žiakov















Fazúľové brownies: sladké prekvapenie



Fazuľové brownies bolo pre našich žiakov sladkým prekvapením. Spolu sme objavili, že aj z fazule môže vzniknúť čokoládový, neskutočne jemný, ale zároveň chutný dezert. Pri pečení sme sa presvedčili, že aj zdravšie ingrediencie dokážu prekvapiť výbornou chuťou.







Zúčastnila sa: 1 žiačka








MÚKA


Baking paper













Pitný režim je pri každej práci vždy veľmi dôležitý:
Bylinkový čaj s jablkovým sirupom

Pri každej spoločnej práci myslíme aj na pitný režim. Z našich školských byliniek sme si pripravili voňavý čaj, ktorý sme osladili domácim jablkovým sirupom, pripraveným počas jedného z terajších tematických dní „Hovorme o jedle“. Keďže bolo dosť chladno, horúci čaj nás príjemne zahrial a dodal nám energiu na ďalšiu prácu.











Naše etikety: Zaváraniny, ktoré tak rozprávajú príbeh



S našimi žiakmi sme si pripravili chutné mäsové zaváraniny. Aby sme vždy vedeli, čo sa v jednotlivých pohároch nachádza, žiaci k našim výrobkom navrhli vlastné etikety. Ich kresby sme následne spracovali na hodinách informatiky v počítači, vytlačili a nalepili na poháre. Naše plody práce sú tak nielen chutné, ale aj krásne označené.







Zúčastnili sa všetci žiaci





Presná muška, dobrá nálada



Počas chutného varenia sme si oddýchli aj pri pohybovej hre a to streľbe z luku. Naši žiaci sa na chvíľu premenili na malých lovcov a skúšali svoju presnosť pri streľbe na kresleného diviaka. Nechýbala pri tom dobrá zábava, sústredenie a ani povzbudzovanie kamarátov.











Zúčastnili sa všetci žiaci

Fotostena v znamení gurmánskych hodov: „Úsmev, prosím!“



K dobrému jedlu patrí aj zábava! So žiakmi sme si preto vyrobili veselú fotostenu v znamení dennej témy: Mäso, hydina, ryby, vajcia, strukoviny.
Stačil už len úsmev a krásne kulinárske fotografie boli na svete!







Zúčastnili sa všetci žiaci



BIO odpad patrí do kompostu





Počas varenia v rámci akcie „Hovorme o jedle“ vznikol bioodpad, ktorý sme vysypali aj do nášho vlastnoručne vyrobeného kompostoviska. Naši žiaci vedia, že kompostovanie je pre našu záhradu veľmi dôležité – poskytuje pôde živiny pre rast vlastných plodín, ktoré potom využívame aj pri spoločnom varení.









Nič nazmar: zimná pomoc pre zvieratá



U nás má každá úroda svoje využitie a nič zbytočne nevyhadzujeme. Napríklad v zime myslíme na lesné zvieratá a vtáctvo.
Pri prikrmovaní im nosíme nielen seno, gaštany, soľ, ale aj napríklad popadané jablká zo záhrady.











Práca zušľachťuje človeka aj našu záhradu



Príprava záhrady na ďalšiu sezónu je veľmi dôležitá a nemala by sa podceňovať – to učíme aj našich žiakov. Už teraz sa zodpovedne pripravujeme a našu krásnu školskú záhradu pomaly, ale isto zazimuvávame. Veríme, že sa nám za našu starostlivosť v ďalšej záhradkárskej sezóne odmení bohatou úrodou.











Denná téma: **Mäso, hydina, ryby, vajcia, strukoviny**

Škola: Špeciálna základná škola Revúca

Typ: Špeciálna základná škola

Adresa: Jilemnického 94/3, 050 01 Revúca

Počet žiakov zapojených do dennej aktivity: 37





Najaktívnejšia trieda v tejto téme:

V.A / VI.A – počet žiakov 8

Triedna uč.: Mgr. Kamila Fodorová









e-mail.: revucaszs@gmail.com