HOVORME O JEDLE
od 12. do 16. októbra 2026

Ryby na tanieri aj v našom učení

Základná škola s materskou školou
Ružová 304, Borša

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

Vo vodičke bývam,
chvostíkom si kývam.
Plutvičkami mávam,
sem a tam si plávam.
Kto som?



Naše zrealizované aktivity

01 Prednáška

02 Od kuchára k receptu

03 Fish dish

04 Malí ochutnávači

05 Keď sa jedlo stáva symbolom

06 Rybačka

07 Mýty a fakty

08 Kvíz „Poznáš ryby?“

09 Rybí kuriér

10 Ryba od šupiny až po fyziku

11 Rozprávka o rybárovi a zlatej rybke

12 Nie iba jedlom je človek živý

13 Rybičky ako naši spoločníci



Rybie mäsko ako liek

5. – 9. ročník / Počet žiakov: 77

Odborná prednáška
Ing. et Ing. Marián Sudzina, PhD.

Náš deň o rybách otvorila prínosná prednáška. Žiaci spoznávali výživovú hodnotu rybieho mäsa, jeho obsah bielkovín a omega-3 mastných kyselín aj druhy rýb žijúcich na Slovensku.



Z prednášky do ďalších aktivít

Získané poznatky tvorili základ celodenných aktivít. Žiaci na ne nadviazali pri hrách, kvíze a ďalších úlohách.

Takto sme začali náš deň o rybách

Spoločné stretnutie s odborníkom prinieslo poznatky, z ktorých sme počas dňa vychádzali.





Od kuchára k receptu

5. ročník / Počet žiakov: 17

Žiaci navštívili neďaleký penzión a reštauráciu Zlatá Putňa. Pod vedením šéfkuchára si sami pripravili rybie oškvarky a spoznávali recept priamo pri varení.

Čo sa žiaci naučili a precvičili

Zapamätali si potrebné suroviny a ich množstvá.

Osvojili si poradie krokov prípravy rybích oškvarkov.

Precvičili si prácu podľa pokynov šéfkuchára a spoluprácu pri príprave jedla.

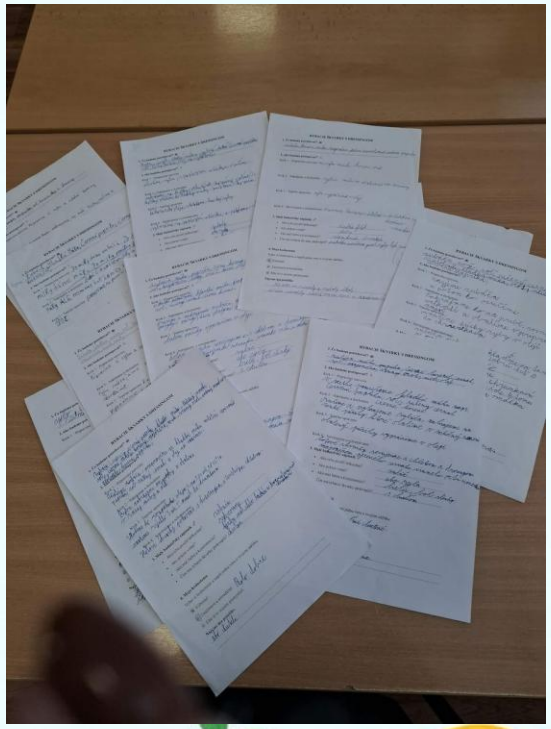
Video spustíte kliknutím na obraz.



Od kuchára k receptu: pracovný list

Po návšteve reštaurácie pani učiteľka rozdala žiakom pracovný list. Žiaci odpovedali na otázky a potom si odpovede spoločne porovnali a prediskutovali.





Čo si žiaci upevnili

Vybavili si potrebné suroviny a postup prípravy rybacích škvariek s dressingom.

Opísali vôňu, farbu a konzistenciu pokrmu a vyjadrili vlastné hodnotenie zážitku.

Fish and chips: poskladaj recept

8. ročník / Počet žiakov: 15

Žiaci dostali pomiešaný a rozstrihaný recept na fish and chips. V skupinách čítali jednotlivé kroky a skladali ich do správnej časovej postupnosti.
Najšikovnejšia skupina vyhrala.





Čo si žiaci precvičili

Čítali anglický recept s porozumením. Rozlišovali poradie krokov prípravy jedla a spoločne zdôvodňovali ich zaradenie. Pri skladaní receptu si rozdeľovali úlohy a spolupracovali.

Fish and chips: recept skladáme v tímoch



Spoločné rozhodovanie o poradí krokov



Z rozstrihaných častí vzniká celý recept

Malí ochutnávači

1. – 4. ročník / Počet žiakov: 43

Pani učiteľka pripravila pre svojich žiakov nátierky z rôznych druhov rýb. Deti ich postupne ochutnávali, porovnávali chute. Nakoniec rozprávali o tom, prečo im niektorá nátierka chutí a iná zasa nie.





Čo si žiaci precvičili

Rozlišovali a porovnávali chute rybacích nátierok. Pomenovali vlastné chuťové preferencie a precvičili si vyjadrenie názoru aj počúvanie spolužiakov.

Malí ochutnávači: každému chutí niečo iné







Ochutnávame rôzne rybacie nátierky a hovoríme o tom, čo nám chutí.

Keď sa jedlo stáva symbolom

1. – 9. ročník / Počet žiakov: 58

Žiaci sa stretli so zástupcami troch kresťanských vierovyznaní. Spoločne spievali, pomodlili sa a vypočuli si biblický príbeh – zázrak o nasýtení davu ľudí piatimi chlebami a dvomi rybami.

Čo sa žiaci učili a precvičovali

V príbehu hľadali príklady vďačnosti a štedrosti. Vysvetľovali, ako sa delenie o jedlo spája s pomocou druhým. Pri spoločnom stretnutí si precvičili rešpekt k odlišnému vierovyznaniu.



Spoločná pieseň

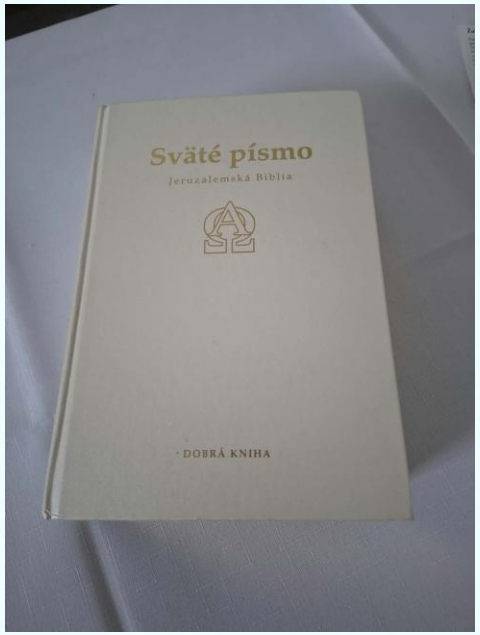


Delenie o jedlo

Spoločné stretnutie pri chlebe a rybách









Tri vierovyznania, spoločné stretnutie

Chlieb s rybacou nátierkou ako symbol štedrosti. Spoločné zdieľanie jedla nadviazalo na rozhovor o pohostinnosti, spolupatričnosti a ochote deliť sa.

Rybačka

Žiaci - rybári / Počet žiakov: 8 / Sprievod: pán školník

Žiaci sa s pánom školníkom vybrali na miestny rybník chytať ryby. Pri spoločnej rybačke získavali skúsenosti s rybolovom a zažili radosť z úlovku.
Podarilo sa im uloviť afrického sumca.

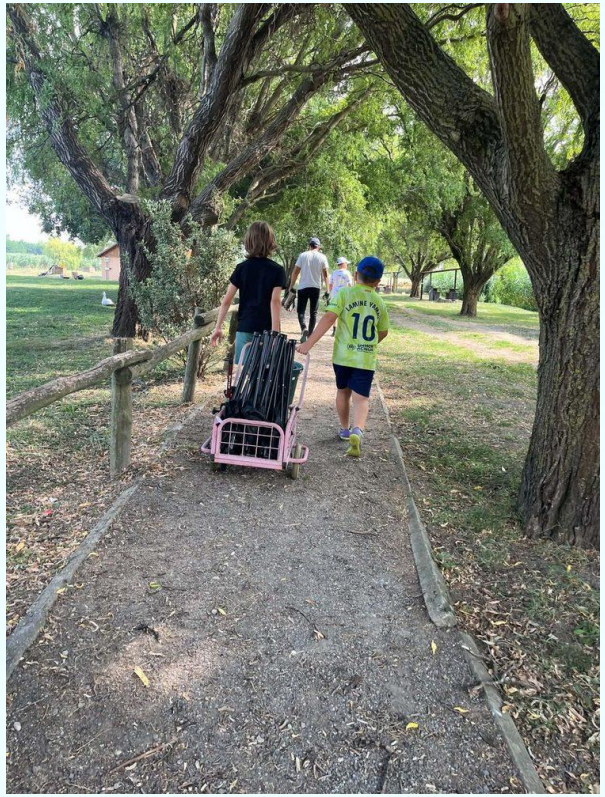




Čo si žiaci precvičili

Pri čakaní na záber si precvičili trpezlivosť a pozornosť. Pri love rýb spolupracovali a zdieľali svoje skúsenosti.
Rybolov spoznali priamo pri vode.

Rybačka: spoločný zážitok pri rybníku



Spoločná cesta za rybárskym zážitkom



Radosť z uloveného afrického sumca

Mýty a fakty

7. a 9. ročník / Počet žiakov: 30

V štyroch tímoch žiaci posudzovali 12 tvrdení a volili kartičku FAKT alebo MÝTUS. Rozlišovali napríklad tvrdenia o bielkovinách, tukoch, vitamíne B12 a o rozdielnom obsahu omega-3 v jednotlivých druhoch rýb.



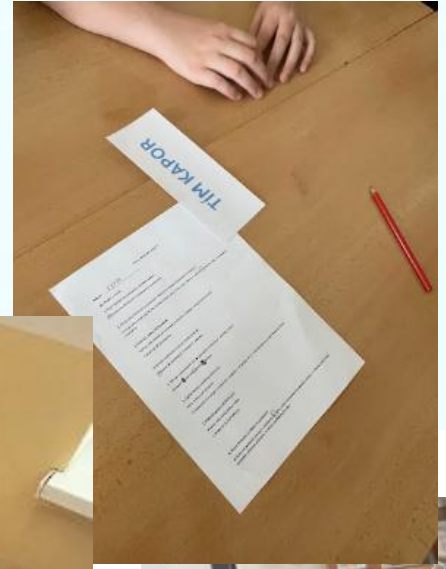




Čo sa žiaci naučili a precvičili

Ryby obsahujú aj tuky. Obsah omega-3 sa líši podľa druhu. Omega-3 nájdeme aj v iných potravinách. Ryby patria do pestrej stravy.

Kvíz „Poznáš ryby?“



6. a 8. ročník / Počet žiakov: 30

V ôsmich otázkach žiaci určovali živiny v rybom mäse, vyberali sladkovodné a morské ryby a posudzovali tvrdenia o omega-3 a farbe mäsa. Otázky kombinovali výber odpovede aj rozhodovanie PRAVDA alebo NEPRAVDA.





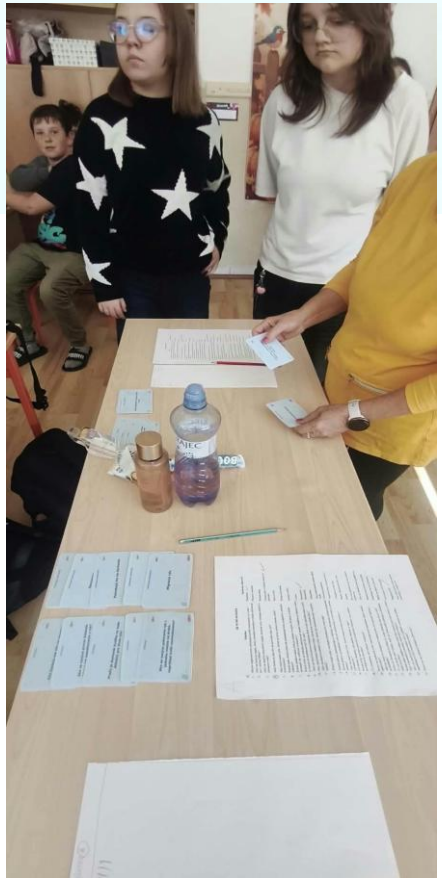
Čo sa žiaci naučili a precvičili

Kapor je sladkovodná ryba. Ryby môžu poskytovať bielkoviny, omega-3 aj vitamín B12. Nemajú rovnaké výživové zloženie ani vždy biele mäso.

Rybí kuriér

7. a 9. ročník / Počet žiakov: 30

Dve družstvá vo dvojiciach priraďovali 25 otázok k odpovediam. Pri chybe sa dvojica vrátila hľadať správne riešenie. Otázky sa týkali stavby tela, dýchania, pohybu, rozmnožovania a života rýb vo vode.





Čo sa žiaci naučili a precvičili

Žiaci si upevnili, že ryby dýchajú žiabrami, chvostová plutva ich poháňa a bočná čiara vníma pohyb vody. Spájali orgány s ich funkciami.

Ryba od šupiny až po fyziku

6. – 9. ročník / Počet žiakov: 60

V ôsmich skupinových misiách žiaci čítali nápovedu, riešili tri úlohy a zapisovali pozorovania z pokusov.
Za správne riešenia získavali časti ryby a zostavovali spoločný plagát.

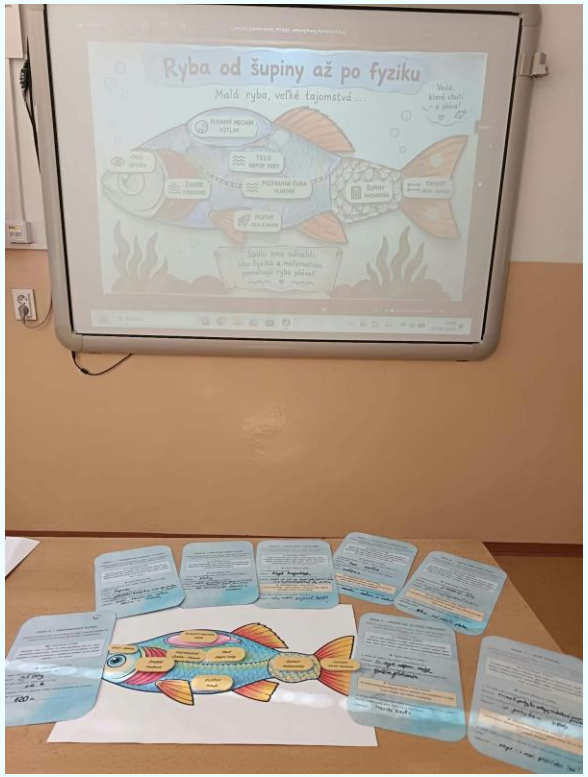
Čo sa žiaci učili a precvičovali

Oko: odraz a lom svetla.
Plynový mechúr: vztlak a zmena hĺbky.
Telo a plutvy: odpor vody, sila a smer pohybu.
Postranná čiara a žiabre: vlnenie a prúdenie.
Chvost: akcia a reakcia.
Šupiny: praktické matematické úlohy.



Plagát prepája časti tela ryby s fyzikálnymi javmi.

Ryba od šupiny až po fyziku: pri práci



Hotový plagát a vyplnené kartičky



Spoločné riešenie misijných úloh



Pozorovanie pokusu s vodou

Rozprávka o rybárovi a zlatej rybke

7. a 9. ročník / Počet žiakov: 30

Pri spoločnom čítaní sa žiaci striedali
a odpovedali na otázky o postavách a deji.
V štyroch zmiešaných skupinách 7. a 9.
ročníka lepili farebné listy na predkreslenú
rybu
na výkrese.







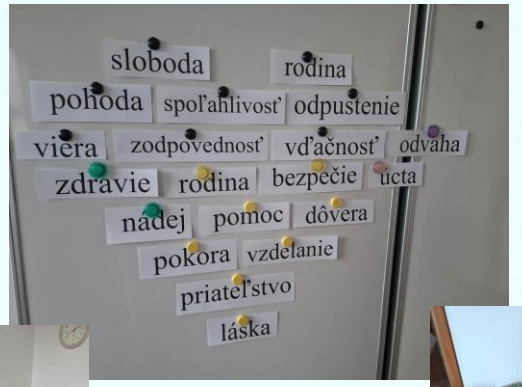
Čo sa žiaci naučili a precvičili

Rozlišovali skromnosť rybára a chamtivosť jeho ženy. Vysvetľovali, prečo napokon stratila všetko. Pri spoločnom obraze si rozdeľovali úlohy a predstavili ho spolužiakom.

Nie iba jedlom je človek živý

5. ročník / Počet žiakov: 17

Z hodnôt usporiadaných do tvaru srdca si každý žiak vybral jednu hodnotu, ktorú považuje za dôležitú, a svoj výber zdôvodnil.
Zvolenú hodnotu nalepil na farebnú papierovú šupinu.
Zo šupín žiaci spoločne zostavili rybu.









Čo sa žiaci naučili a precvičili

Pomenovali hodnoty a zdôvodnili svoj výber.
Precvičili si počúvanie odlišných názorov.
Na príkladoch vysvetľovali úctu, dôveru a pomoc.

Nie iba jedlom je človek živý: naša ryba



Spoločná tvorba ryby z hodnôt



Každý prispel vlastnou hodnotovou šupinou



Jedlo živí telo, ľudské hodnoty obohacujú duševnú pohodu v živote.

Rybičky ako naši spoločníci

3. ročník / Počet žiakov: 14

Pani učiteľka priniesla do triedy akvárium so živými rybičkami. Žiaci ich pozorovali a rozprávali sa o rybičkách ako domácich spoločníkoch aj o starostlivosti o ne a o akvárium.



Čo si žiaci osvojili a precvičili

Pomenovali, akú starostlivosť potrebujú rybičky a akvárium. Pri tvorbe z papiera si precvičili jemnú motoriku a pri spoločnej rybičke spoluprácu.

Papierové akvárium a rybička priateľstva

Žiaci vytvorili papierové akvárium. Nakoniec spoločne vyrobili pestrofarebnú rybičku priateľstva.



Naše papierové akvárium



Spoločná rybička priateľstva

Údaje o škole a súťažnom príspevku

Názov školy

ZŠ s MŠ Ružová 304, Borša 07632

Typ školy

Základná škola

Adresa školy

Ružová 304, 076 32 Borša

Vyhlásená denná téma

Mäso, hydina, ryby, vajcia, strukoviny

Počet zapojených žiakov školy

125

Celkový počet žiakov školy

128

Najaktívnejšia trieda dennej témy

Trieda: 5.A

Triedna učiteľka: Mgr. Monika Ladomirjáková

Počet žiakov v triede: 17

