

Masarykova univerzita

Pedagogická fakulta

Katedra rodinné výchovy a výchovy ke zdraví

Teorie a metodika výchovy ke zdraví 2

Jana Prokešová

Lenka Trojanová

Učitelství pro 1. stupeň ZŠ

NÁVRH PROJEKTU

Název:	Co bych měl jíst?...aneb zdravá výživa nejen pro Mart'ánka
Autoři:	Jana Prokešová, Lenka Trojanová, Učitelství pro 1. stupeň ZŠ, 5. ročník
Typ projektu:	<ul style="list-style-type: none"> ▪ podle organizace: vícepředmětový ▪ podle navrhovatele: uměle připravený ▪ podle účelu: směřující k získávání správných stravovacích návyků ▪ podle délky: krátkodobý ▪ podle prostředí: školní ▪ podle počtu zúčastněných: společný ▪ podle informačních zdrojů: volný
Smysl projektu:	Děti si osvojí správné stravovací návyky.
Výstup:	Děti vytvoří: 1. sestavení zdravé svačiny 2. sestavení zdravého jídelníčku na celý den 3. sestavení kuchařky
Předpokládané cíle:	<p><u>kognitivní: žáci</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - dovedou roztřídit potraviny podle toho, jak jsou nám prospěšné/ neprospěšné - sestaví návrh zdravé svačiny/ zdravého jídelníčku a kuchařky se zdravými pokrmy <p><u>afektivní: žáci:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - zdůvodní proč by se měly jíst takové potraviny, které zařadily do kategorie „zdravých pokrmů“ - prezentují své výrobky <p><u>psychomotorické: žáci:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - vyrábí různé předměty pro Mart'ánka <p><u>sociální: žáci:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - spolupracují během projektu - shodnou se na 1 řešení - akceptují rozdělení do skupin
Předpokládané činnosti:	<ul style="list-style-type: none"> - příprava teoretického plánu projektu - výroba předmětů pro Mart'ánka - komunikační kruh
Organizace výuky:	<ul style="list-style-type: none"> - 1. hodina – motivace- dopis, pohádka, naplánování projektu společně s žáky, motivační činnost (třídění potravin)- * skupin na skupinovou práci DÚ: Co máme doma v ledničce? (děti vytvoří seznam) - 2. hodina – kreslení potravin, které děti viděly v ledničce, diskuse nad obrázky, vymýšlení zdravé svačinky - 3. hodina – vymýšlení zdravého jídelníčku na celý den DÚ: přinést recept na zdravé jídlo - 4. hodina – sestavování a malování kuchařky - 5. hodina- komunikační kruh- shromáždění materiálů pro Mart'ánka - 6. hodina- poděkování- dopis od Mart'ánka
Předpokládané výukové	<ul style="list-style-type: none"> - metody názorně demonstrační: kartičky s obrázky potravin - metody slovní: diskuze, komunikační kruh

metody	<ul style="list-style-type: none"> - metody praktické: výtvarné činnosti, pracovní činnosti - metody řešení problémů
Předpokládané pomůcky:	<p>Pomůcky:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. den: pohádka a dopisy od Mart'ánka, kartičky s obrázky různých druhů potravin 2. den: papíry formátu A4, pastelky, fixy 3.den: nápovědy k tvorbě zdravého jídelníčku v podobě plakátků vyvěšených po třídě, papíry formátu A3, pastelky/ tužky 4. den: tvrdé papíry formátu A3, tempery, ploché štětce, fixy, sešívačka 5. den: „čarovná poštovní krabice“ <p>Následující den, pondělí: děkovný dopis od Mart'ánka</p>
Způsob prezentace projektu:	Prezentace – posláni materiálů Mart'ankvi a zpětná vazba od něj (dopis)
Způsob hodnocení:	- hodnocení žáků: dopis od Mart'ánka

Příloha:

Nápovědy

- Za den by měl člověk vypít nejméně 2 litry tekutin, nejlépe vody.
- Za den by měl člověk sníst pět menších porcí jídel.
- Za den by měl člověk sníst pět kusů ovoce nebo zeleniny.
- Poslední jídlo by se mělo jíst nejméně 2 hodiny před tím než jdeme spát.
- Člověk by měl sníst alespoň jedno teplé jídlo za den.