



ZDRAVÉ SVAČINY

pro pedagogy

URČENO PRO 2. ROČNÍK

CÍL:

Žák se seznámí se zdravými potravinami a jídly.

POMŮCKY:

- 1 pracovní list s křížovkou pro každého žáka,
- suroviny na přípravu svačiny:
 - bílé jogurty,
 - salátové okurky,
 - papriky,
 - celozrnné bagety,
 - šunka,
 - sýry,
 - mandarinky,
 - hrušky,
 - piškoty,
 - potřebné nádobí.

MOTIVACE (3 MINUTY)

Učitel/ka: Jaké druhy ovoce a zeleniny znáte? Jak často byste je měli jíst?
Proč jsou pro naše zdraví důležité?

HLAVNÍ ČÁST (40 MINUT)

Každé dítě dostane pracovní list s křížovkou, kterou vyplní. Společně ve třídě diskutují, jaká jídla je možné z jimi vyluštěných potravin připravit. Učitel/ka děti směřuje k tomu, aby vymyšlená jídla byla ze zdravých surovin.

Poté se rozdělí do skupin po maximálně 6 dětech. Každá skupina si vybere jedno jídlo, které připraví. Děti mohou kromě potravin, jejichž názvy odhalily v křížovkách, použít i další suroviny. Ty si mohou podle pokynů učitele nebo učitelky přinést z domu nebo je zajistí pedagog.

Po skončení přípravy jídla děti naaranžují lavice nebo stoly ke společnému stolování. Svačiny mohou vzájemně ochutnávat.

ZÁVĚR (2 MINUTY)

Děti společně zhodnotí, jak jim připravené svačiny chutnaly, zda je jejich příprava složitá a proč je důležité se zdravě stravovat.





ZDRAVÉ SVAČINY

pro pedagogy

VYLUŠTĚNÉ KŘÍŽOVKY.

TAJENKA Č. 5:

Hruška

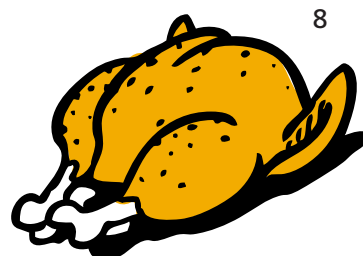
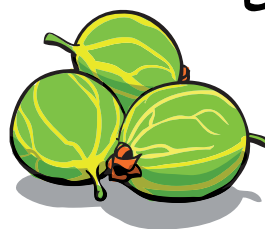
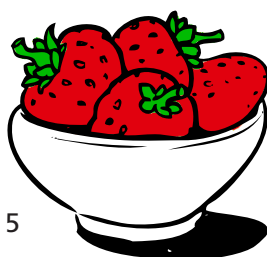
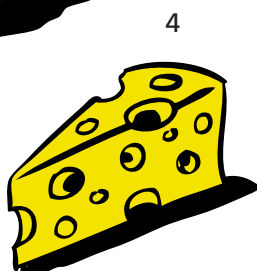
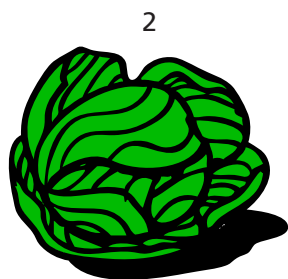
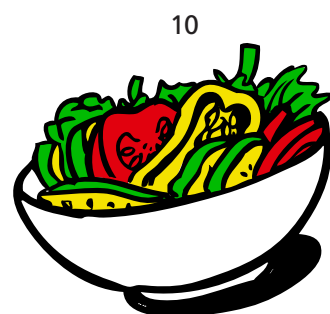
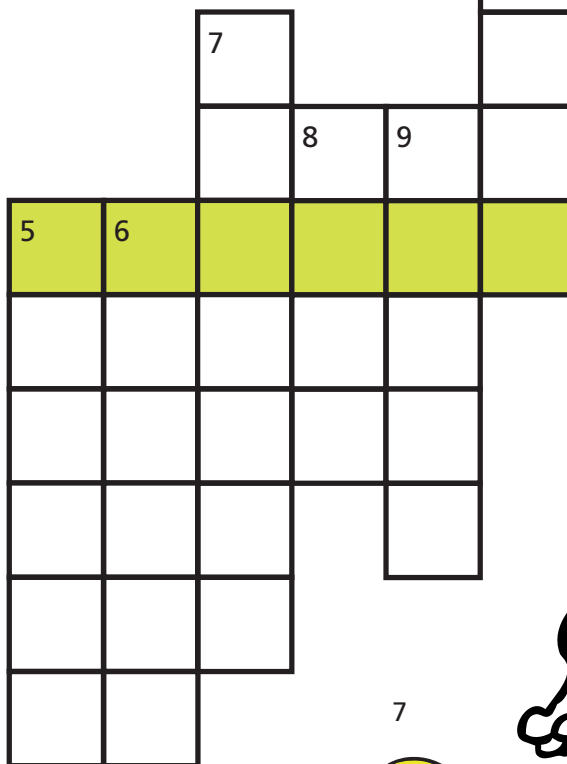
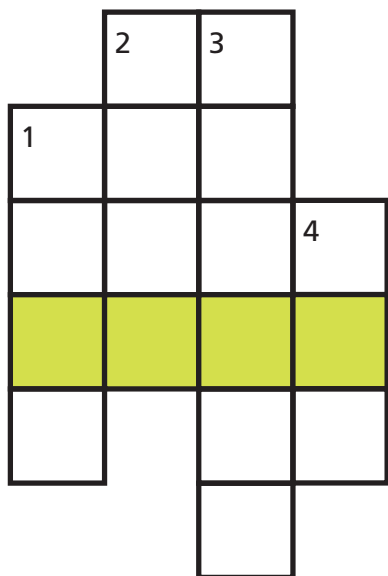
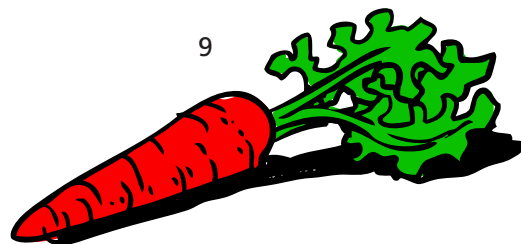
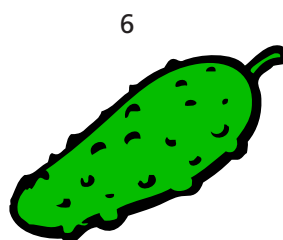
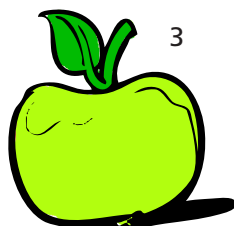
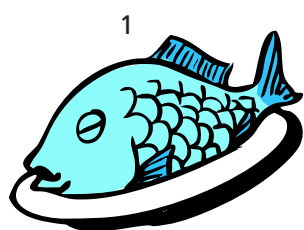
				Š	
				V	
		J	T	E	
		O	Ř	S	
	M	G	E	T	J
H	R	U	Š	K	A
R	K	R	N	A	B
Á	E	T	Ě		L
Š	V				K
E					O
K					

TAJENKA Č. 6:

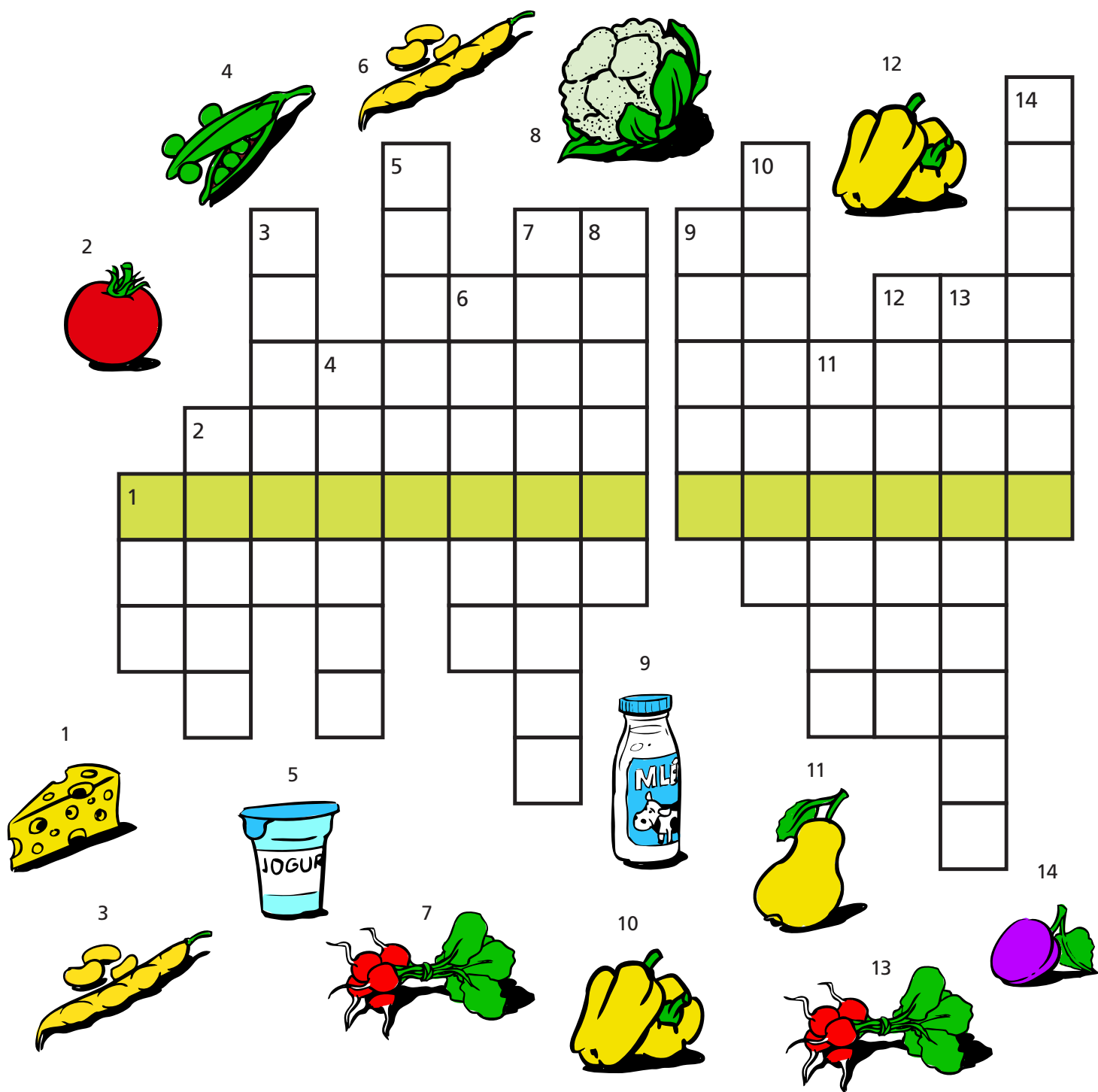
Paprika

				Ř	H	
				E	R	
				D	Á	
				K	Š	
K						
A	R		B	V	E	J
P	A	P	R	I	K	A
U	J	O	A	Č		B
S	Č	M	M	K		L
T	E	E	B	Y		K
A		R	O			O
		A	R			
		N	A			
		Č				

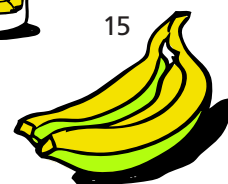
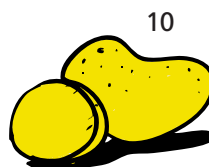
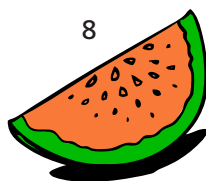
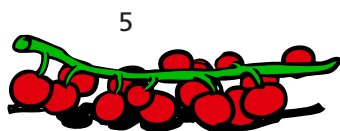
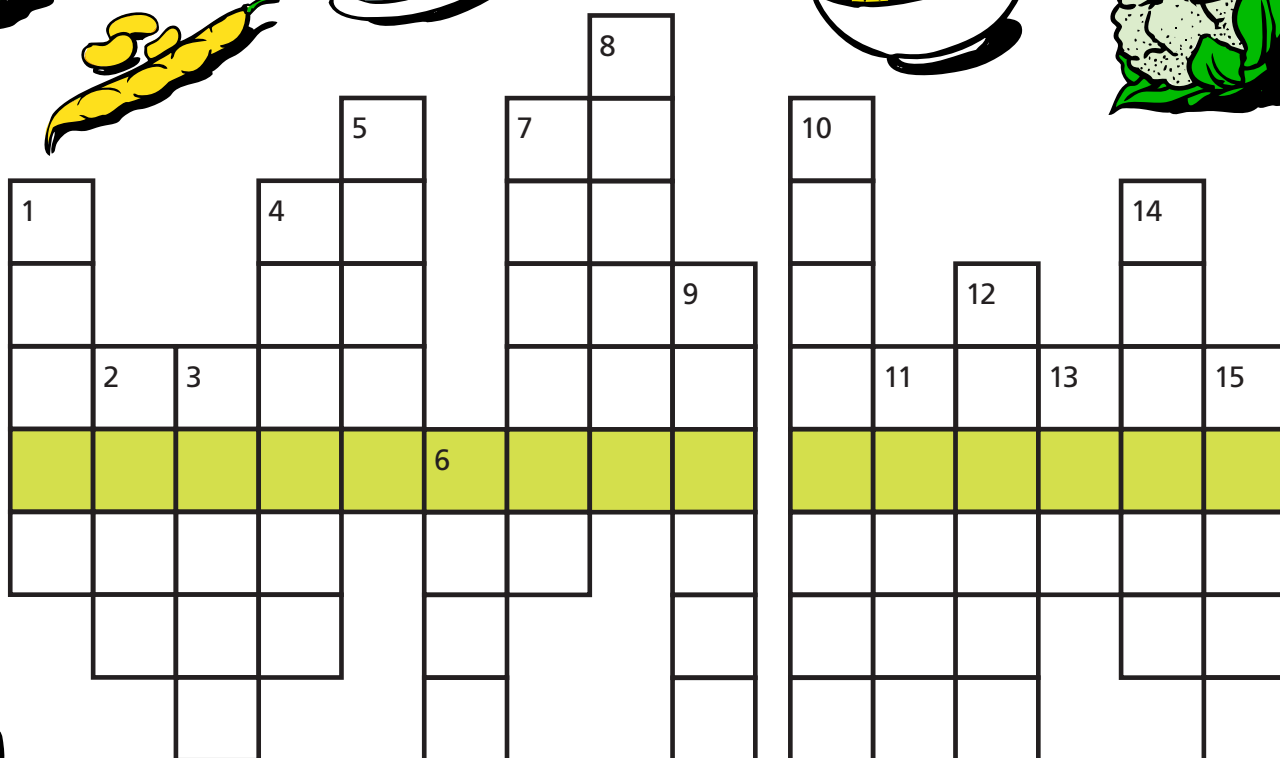
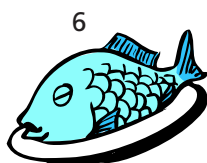
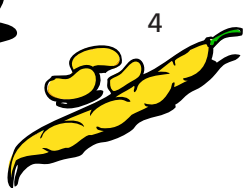
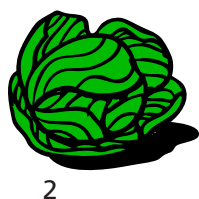
VYLUŠTI KŘÍŽOVKU A ZJISTI, JAKÁ POTRAVINA SE V TAJENCE SKRÝVÁ.
VYMYSLI, CO BYS Z NÍ MOHL PŘIPRAVIT K SVAČINĚ.



VYLUŠTI KŘÍŽOVKU A ZJISTI, JAKÁ POTRAVINA SE V TAJENCE SKRÝVÁ.
VYMYSLI, CO BYS Z NÍ MOHL PŘIPRAVIT K SVAČINĚ.



VYLUŠTI KŘÍŽOVKU A ZJISTI, JAKÁ POTRAVINA SE V TAJENCE SKRÝVÁ.
VYMYSLI, CO BYS Z NÍ MOHL PŘIPRAVIT K SVAČINĚ.



VYLUŠTI KŘÍŽOVKU A ZJISTI, JAKÁ POTRAVINA SE V TAJENCE SKRÝVÁ.
VYMYSLI, CO BYS Z NÍ MOHL PŘIPRAVIT K SVAČINĚ.

