

# HODINA S EKOSTOPOU

FORMULÁR AKTIVITY  
2012/2013

<b>Autor</b>	NATAŠA GAJDOŠIKOVÁ		
<b>Kontakt</b>	e-mail:	natasagajdosikova@gmail.com	
	telefón:	0908 938 147	
<b>Škola</b>	MATERSKÁ ŠKOLA STRÁŽOVSKÁ 3 , BANSKÁ BYSTRICA 974 11		
<b>Kategória</b>	A – Materská škola		
<b>Oblasť ekologickej stopy</b>			
	STRAVOVANIE		

<b>Aktivita</b>	STRAVOU ZA ZDRAVÍM ČLOVEKA A PLANÉTY ZEM		
-----------------	--	--	--

## Cesta na kurikulum

TEMATICKÝ OKRUH	VEK DETÍ	OBSAHOVÉ ŠTANDARDY
Ja som	5 – 6 ROKOV	<ul style="list-style-type: none"><li>• Počúvanie s porozumením</li><li>• Zdravotný stav, postoje k zdraviu</li><li>• Zásady ochrany vlastného zdravia</li><li>• Zdravé potraviny</li></ul>
Príroda	5 – 6 ROKOV	<ul style="list-style-type: none"><li>• Význam prírodného prostredia</li><li>• Hodnotenie prírodného prostredia</li></ul>

## Minutáž

60 minút, aktivitu je možné aj rozčleniť do troch samostatných celkov po 20 minút, ktoré na seba tematicky nadväzujú. Záleží od aktivity a sústredenosti danej skupiny detí.

## Potrebujem

Rozprávku: O žuvačkovom ježkovi z knihy Naším deťom, s vytvorenými ilustráciami k rozprávke ( príloha číslo 1)

Prezentácia: karty zobrazujúce kladné a záporné formy stravovania s dopadom na zdravie človeka a planéty Zem ( príloha číslo 2)

Experimentovanie : dva sklenené poháre, voda, cukor, lentilky, med, modré alebo zelené lízatko

Na overenie získaných kompetencií detí: makety usmiateho a smutného smajlíka (príloha číslo 3), nožnice, lepidlo, rôzne reklamné noviny obchodných reťazcov s obrázkami potravín, dvojmo vystrihnuté knižkovo otvárajúce sa zemegule (príloha číslo 4)

## Provokačná myšlienka

Každý človek sa vo veľkej miere sám podieľa na kvalite svojho zdravia. Veľmi záleží na tom, čo jeme a čo pijeme, ako sa o seba staráme.

Je potrebné zamýšľať sa nad tým, čo vložíme do úst, aký dopad to má na ľudské zdravie. Ako a z čoho sa ktoré potraviny vyrábajú. Aký je odpad z potravín, akú stopu zanecháva na našej planéte.

## Krok po kroku

1. Prečítajte deťom rozprávku, postupne dopĺňajte text ilustráciami. Rozoberte s deťmi prečítaný príbeh, otázky položte deťom tak, aby vystihli pointu a aby ich vyprovokovali k zamysleniu sa nad správaním detí v prírode a čo spôsobili zvieratám. Nechajte deti prerozprávať rozprávku podľa ilustrácií a nech zhodnotia správanie sa detí v prírode a ako by sa zachovali oni, čo by robili s odpadkami v prírode – hľadať riešenie. (príloha č. 1 )
2. Odprezentujte deťom obrázkové karty zo súboru STRAVOU ZA ZDRAVÍM ČLOVEKA A PLANÉTY ZEM, buď v elektronickej podobe alebo v printovej podobe ( príloha č. 2) Vedte s deťmi rozhovory o tom, čo vidia na karte, stavajte na ich skúsenostiach a zážitkoch a doplňte o nové poznatky. Na kartách sú dvojice znázorňujúce kladné a záporné formy stravovania ( pomocné piktogramové označenie kariet pre deti je smajlíkom)  
  
1/a - čistá pitná voda, je zdravá a neznečisťuje prírodu  
1/b - sladené nápoje, ich výroba znečisťuje prírodu, spotrebuje energiu, spôsobuje obezitu, z obalov vzniká odpad  
2/a - sladenie medom, zdravé, čistá príroda, žiadny odpad  
2/b - cukríky, výroba – znečisťovanie ovzdušia, obaly, farbivá, odpad z obalov  
3/a - nákup mlieka v mliečnych automatoch – kolobeh v prírode bez výroby obalového odpadu  
3/b - balené mlieko, výroba tetrapakového obalu, znečistenie ovzdušia pri výrobe, hromadenie odpadu  
4/a - jogurt v sklenenom pohári, čistá príroda, pohár sa dá znovu použiť  
4/b - jogurt v plastovom obale, výroba obalov znečistené ovzdušie vzniká odpad  
5/a - produkty zo záhrady, kolobeh v prírode, využitie, kompost,  
5/b - balené, vyrábané potraviny, zo všetkých je odpad  
6/a - zdravé stravovanie, pobyt na čerstvom vzduchu to sú šťastné a zdravé deti  
6/b - nesprávne stravovanie, vyprážené jedlá, sladené nápoje, žiadny pohyb, zdravotné problémy, obezita  
7/a - tanier správneho stravovania, porozprávajte deťom ,čo by mali mať na tanieri, aká pestrá by mala byť ich strava  
7/b - nesprávne stravovanie, pokazené zuby, choroby, užívanie liekov  
8/a - zdravé bylinkové čaje, zdravie z prírodnej lekárne, žiadny odpad  
8/b - farbené nápoje a cukríky, treba ich vyrobiť, vzniká odpad, škodia zdraviu  
9/a - prírodné šťavy z ovocia, nie je znečisťovanie, žiadny odpad  
9/b - farbené, vyrábané malinovky, vzniká znečisťovanie ovzdušia pri výrobe, škodia zdraviu  
10 - skúste s deťmi viesť rozhovor o tom, čo budú nakupovať a konzumovať
3. Urobte s deťmi jednoduché pokusy: v sklenených pohároch s vodou rozpustíte - v jednom cukor, - v druhom lentilky, - v jednom med, - v druhom farebné lízatka  
Porovnajete s deťmi zafarbenie vody, demonštrujete, čo sa dostáva do ich tela, aké nezdravé farbivá a čo spôsobujú.
4. Položte na koberec makety smajlíkov v určitej vzdialenosti a dajte deťom roztriediť obrázkové karty. K usmiatemu smajlíkovi nech vyberú karty správneho stravovania, kde nevzniká znečisťovanie planéty a k smutnému karty nesprávneho stravovania ,ktoré

škodia zdraviu, musia sa vyrábať a vzniká odpad.

5. Dajte deťom na stôl reklamné noviny, nožnice a nech vystrihnú obrázky rôznych potravín. Zadaťte deťom úlohu, aby roztriedili vystrihnuté obrázky potravín a nalepili ich do pripravených zemegúľ, nech vytvoria koláž šťastnej planéty a smutnej planéty

**Prílohy:**

- č. 1 - rozprávka: O žuvačkovom ježkovi a ilustrácie k rozprávke
- č. 2 - karty protikladov: Stravou za zdravím človeka a planéty Zem
- č. 3 - makety smajlíkov
- č. 4 - makety zdvojených zemegúľ