

**Aktivita:**

# VITAMÍNY Z VLASTNEJ ZÁHRADKY

**Autor:**

PaedDr. Ivana Ilečková, Mgr. Nora Kováčová, Spojená škola internátna, Červeňova 42, Nitra

**Cesta na kurikulum:**

PREDMET	ROČNÍK	TEMATICKÝ CELOK
Výtvarná výchova	2.ročník praktickej školy	• Výtvarné umenie a životné prostredie
Výtvarná výchova	3.ročník praktickej školy	• Výtvarné a technické osvojovanie skutočnosti (rozvíjanie fantázie a predstáv, vyjadrenie priestoru, tematické práce )
Zdravotná výchova	2. a 3. ročník praktickej školy	• Tráviaca sústava
Pestovateľské práce	2. a 3.ročník praktickej školy	• Príprava záhonov na siatie • Siatie semien na stanovište
Príprava jedál a výživa	2.ročník praktickej školy	• Príprava jednoduchších varených jedál
Príprava jedál a výživa	3.ročník praktickej školy	• Tepelné spracovanie potravín – varenie

**Minutáž:** 6 vyučovacích hodín, pričom 2 vyučovacie hodiny v predmete Príprava jedál a výživa budú realizované v mesiaci jún – kedy žiaci zozbierajú dopestovaný hrášok a cibuľku a pripraví si jednoduchú hráškovú polievku

**Potrebujem:** PC, dataprojektor, plátno (prípadne interaktívnu tabuľu), prezentáciu v Power Pointe „Chutné vitamíny“, kartičkový program, kresliace pomôcky, výkres formátu A3, A4, obrázky zeleniny (rôzne druhy), lepidlá, vodové alebo temperové farby, záhradné náradie (hrable, motyka, krhla), semená (hrach, cibuľka, reďkovka, mrkva, bylinky), predpestované priesady paradajok, papriky, zeleru, počítače v učebni informatiky, jednoduchý grafický program RNA

**Provokačná myšlienka:** Každý si môže dopestovať zdravú zeleninu vo svojej záhradke.

**Krok po kroku:**

1. V triede si pripravte plátno, pripojte dataprojektor k PC, pripravte si jednoduchú prezentáciu o zelenine (príloha 1).
2. V úvode hodiny pozitívnu formou namotivujte žiakov a uveďte do problematiky zdravia, zdravého životného štýlu, zdravého stravovania a vitamínov z vlastného pričinenia (vlastnej vypestovanej zeleniny, z ktorej si následne pripravíte zdravú zeleninovú polievku).
3. Spustíte prezentáciu v Power Pointe „Chutné vitamíny“(v rámci spustenej prezentácie žiakom ponúkate informácie o zelenine – obrázky rôznych druhov zeleniny, základné rozdelenie zeleniny, význam konzumácie zeleniny pre človeka, výrobky zo zeleniny). Komunikujte so žiakmi, kladte otázky typu „Akú zeleninu vidíte na obrázku?“, „Poznáte tento druh zeleniny?“, „Čo sa dá z tejto zeleniny pripraviť?“ .
4. Vedzte so žiakmi rozhovor o zelenine, jej význame, druhoch, pestovaní v domácej záhradke.

Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy

Téma: Stravovanie

Stupeň: ZŠ

Aktivita: VITAMÍNY Z VLASTNEJ ZÁHRADKY



www.ekostopa.sk

5. Spustíte kartičkový program, kde žiaci pracujú s interaktívnou myšou. Žiaci priradujú jednotlivé kartičky zeleniny k skupinám zeleniny – koreňová, listová a plodová zelenina a podľa farby (príloha 2).
6. Pripravte si pomôcky na výtvarnú činnosť (výkresy formátu A4, lepidlá, farebné ceruzky, časopisy s obrázkami zeleniny).
7. Žiakov rozdeľte do troch skupín. Skupiny žiakov vytvorte podľa ich aktuálnych zručností a úrovne postihnutia. Prvá skupina žiakov vytvára plagát – postup vypestovania priesady (paradajky, papriky). Nadviažte na činnosť, ktorú ste realizovali v mesiaci február – sadenie semien paradajok, papriky, zeleru, následné pikírovanie a dopestovanie si priesad na výsadbu na hriadky. Druhá skupina žiakov vytvára plagát – postup sadenia semien napr. hrachu a cibulky sadzačky do voľnej pôdy. Každému žiakovi zadajte konkrétnu úlohu (napr. žiakovi zadáte úlohu: “Ty nakreslíš ako sme hrabali v záhrade”) tak, aby každý kreslil jednu časť postupu na samostatný papier. Tretia skupina vytvára koláž z obrázkov zeleniny.
8. Po zrealizovaní a dokončení úlohy vytvorte z obrázkov 1. a 2. skupiny žiakov (kreslenie postupu vypestovania priesad a kreslenie postupu sadenia semien do voľnej pôdy) plagát zlepením výkresov postupne podľa následnosti. Plagáty pripevnite na nástenku.
9. Presuňte sa so žiakmi na školský pozemok. Pripravte si pracovné náradie – hrable, krhly, motyky, rýľ, kolíčky na označovanie. Oboznámte žiakov s BOZP pri práci s pracovným náradím.
10. Na školskom poličku prekopte a pohrabte so žiakmi zeminu.
11. Motykou urobte ryhy a žiaci ich dobre polejú. Potom do nich sejú hrach, mrkvu, reďkovku, bylinky. Hrabľami zahrňte zeminu a znovu polejte krhlou cez sítko.
12. Spolu so žiakmi pravidelne polievajte poličko až kým nevzide úroda.
13. Oboznámte žiakov s ďalšou úlohou („vytváranie vlastnej hriadky alebo záhrady podľa vlastnej fantázie“, obmena úlohy pre žiakov s ťažším mentálnym postihnutím „vytváranie misy so zdravými potravinami – zelenina“). Úlohu žiaci vytvárajú v programe Revelation Natural Art (RNA– je grafický program, ktorá obsahuje rôznu škálu pečiatok, tvarov farebnú paletu, dajú sa vytvárať rôzne obrazce a pracovať s ponukou podľa ľubovôle), v ktorom žiaci realizujú zadanú úlohu. Po vyriešení úlohy si obrázky vytlačte. Obrázky si nalepte do zošita alebo pripevnite na nástenku.
14. Keď už bude hrášok dozretý a cibuľka vyrastená pripravte s deťmi jednoduchú hráškovú polievku.

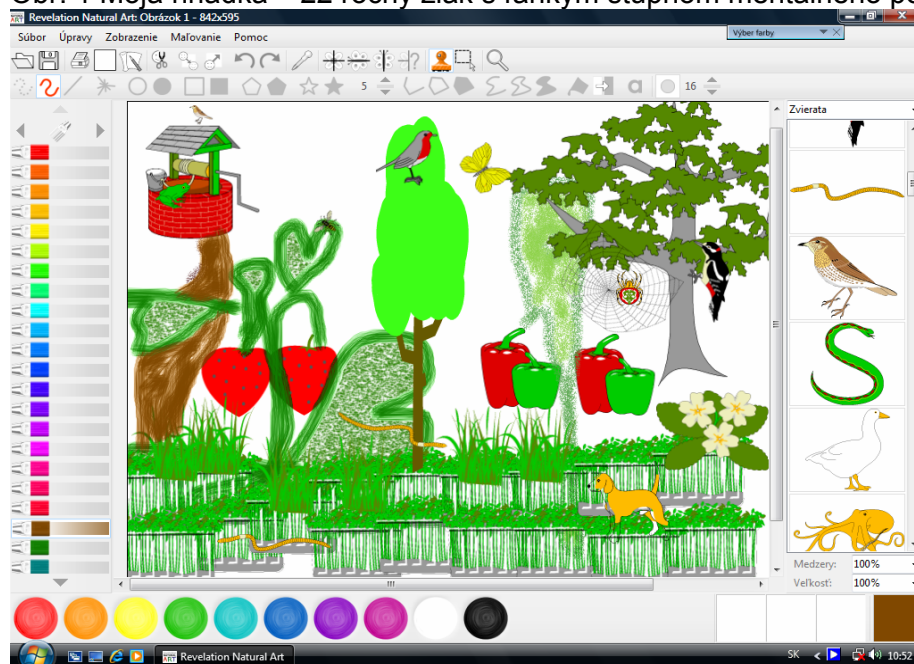


## Príloha 1      Prezentácia „Zelenina – chutné vitamíny“ v PowerPointe

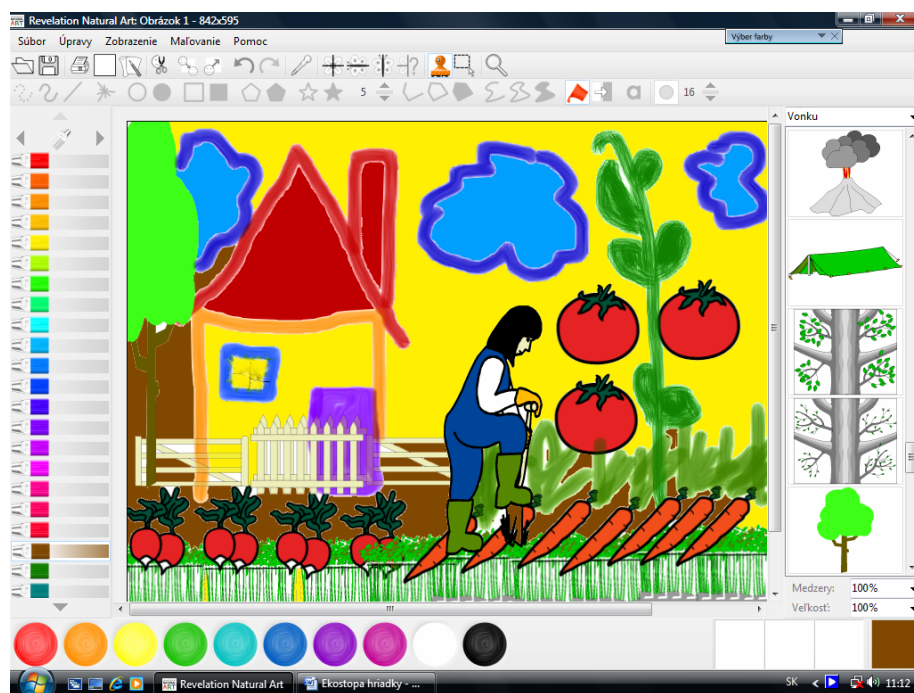
**Príloha 2      Kartičkový program – prirad'ovanie jednotlivých druhov zeleniny podľa rozdelenia na koreňovú, plodovú, listovú a kvetovú zeleninu – prirad'ovanie kartičiek zeleniny a ovocia k príslušným farebným kartičkám (biely cesnak –biele políčko)**

**Príloha 3      Ukážky hotových „Vlastných hriadok“ vytvorených v grafickom programe Revelation Natural Art SK uložených vo formáte Microsoft Word**

Obr. 1 Moja hriadka – 22 ročný žiak s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia



Obr. 2 Moja hriadka – 22 ročný žiak s ľahkým stupňom mentálneho postihnutia



Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy

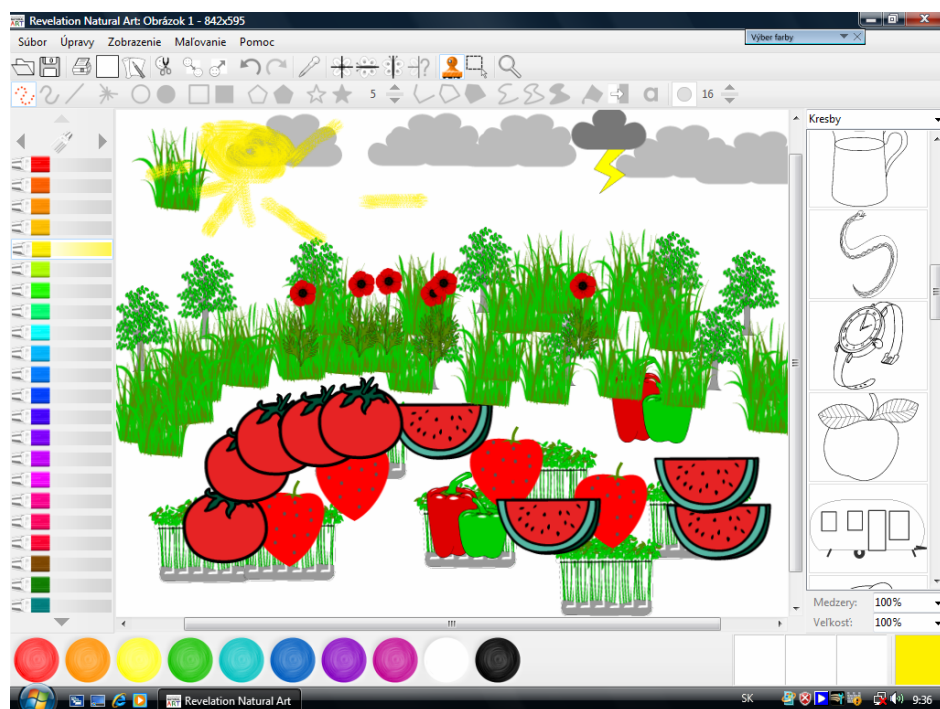
Téma: Stravovanie

Stupeň: ZŠ

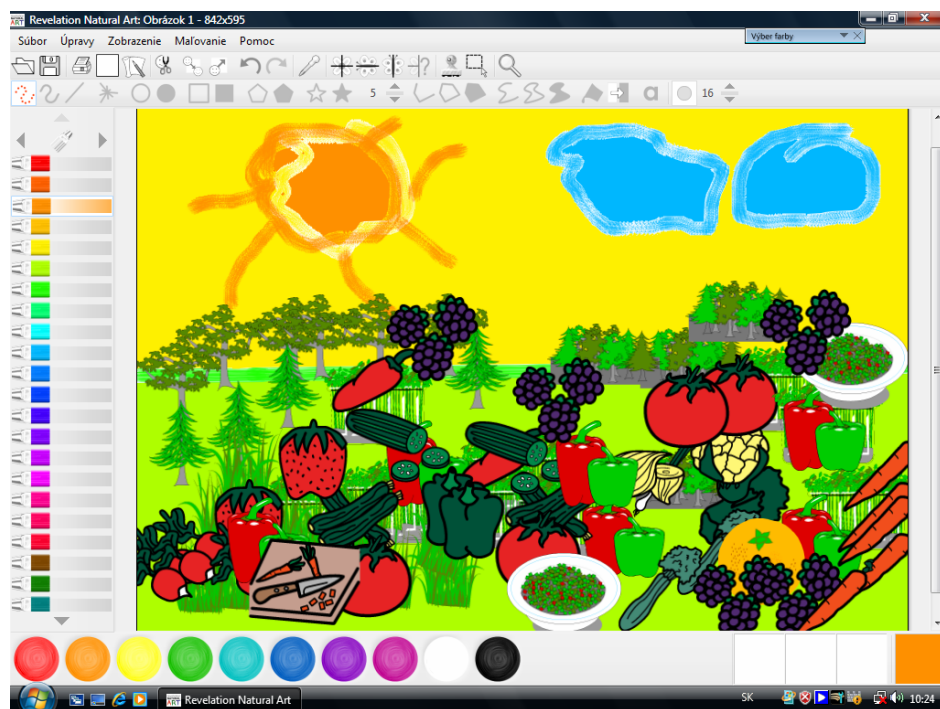
Aktivita: VITAMÍNY Z VLASTNEJ ZÁHRADKY



Obr. 3 Moja záhradka – 22 ročná žiačka so stredným stupňom mentálneho postihnutia



Obr. 4 Moja záhradka – 22 ročná žiačka Downov syndróm



Námety pre zábavno-poučné vyučovanie s témou ekologickej stopy

Téma: Stravovanie

Stupeň: ZŠ

Aktivita: VITAMÍNY Z VLASTNEJ ZÁHRADKY