

## Zásady zdravé výživy - pestrá strava - pracovní výchova



**Jméno:** Mgr. Světlá Brichová  
**Škola:** ZŠ Boženy Němcové Jaroměř  
**Rok:** 2010

### Metodické pokyny pro učitele

**Předmět:** pracovní výchova  
**Název aktivity:** Zásady zdravé výživy - pestrá strava  
**Jazyk:** AJ  
**Jazyková úroveň:** A2  
**Doporučený ročník:** 7. třída  
**Předpokládaná délka:** více vyučovacích hodin

## **Cíle aktivity**

### **Obsahové cíle**

Žák se seznámí se skupinami potravin, které jsou vhodné pro zařazení do jídelníčku pro děti.

### **Jazykové cíle**

Žák si rozšíří a aktivizuje odbornou slovní zásobu např. cauliflower, fats, lentils).

Žák přečte text s porozuměním a vyhledává neznámé výrazy ve slovníku.

### **Kompetence**

Kompetence komunikativní - žák formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory v logickém sledu, vyjadřuje se výstižně, souvisle a kultivovaně v ústním projevu. Žák naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje, účinně se zapojuje do diskuse, obhájí svůj názor a vhodně argumentuje.

Kompetence sociální - přispívá k diskusi v malé skupině i k debatě celé třídy, účinně spolupracuje ve skupině.

### **Pomůcky**

PL - kvíz, obrázek potravinové pyramidy, slovník, IWB

## Pracovní postup aktivity

- 1.(AJ) Učitel v úvodu hodiny rozdá žákům kvíz "Healthy life quiz" (příloha č.1). Žáci pracují individuálně, avšak ve dvojici si pomohou s případnými neznámými výrazy, zeptají se učitele na ty, které neznají. Žáci si kvízem připomenou učivo z minulé hodiny- některé zásady zdravého životního stylu.
- 2.(ČJ) Po vyhodnocení kvízu učitel seznámí žáky s tématem dnešní hodiny - výběrem vhodných potravin a zásadami sestavení správného jídelníčku pro děti.
- 3.(AJ) V další části hodiny žáci pracují s PL (příloha č.2) ve 4členných skupinách. Nejprve mají za úkol vypracovat cv.1 na PL , v němž zapíší, popř. vyhledají ve slovníku český název k anglickému výrazu. Proveďte se společná kontrola. Dále vypracují cvičení 2, kde doplní do věty anglický výraz z dané nabídky. Opět se provede společná kontrola správnosti řešení.
- 4.(ČJ) S žáky se vede rozhovor na téma, které skupiny potravin by se měly v jejich jídelníčku objevit co nejčastěji, které méně často,.. a s jakou četností. Učitel/ka vychází z jejich předchozích znalostí z učiva rodinné výchovy a z osobních zkušeností žáků.
- 5.(ČJ) Jako pomocník pro sestavení správného zdravého jídelníčku poslouží potravinová pyramida (obrázek potravinové pyramidy bude promítnut na IWB). Nejčastěji by se v jídelníčku měly objevovat potraviny, které jsou v dolním "poschodí". Čím je pak daná potravina výše, tím méně jsou tyto potraviny pro děti vhodné.
- 6.(AJ) K závěrečnému opakování žáci využijí PL(příloha č.4)"The food pyramid", kde mají za úkol přiřadit a zapsat skupiny potravin do potravinové pyramidy.
- 7.(ČJ) Zadání domácího úkolu. Vyrobení "potravinového talíře". Na vystřížený talíř ze čtvrtky žáci nalepí obrázky(vystřížky z propagačních materiálů)potravin v takovém poměru, který odpovídá potravinové pyramidě.

### Použitá literatura, zdroje :

Calabres, I., Rampone, S. Cross-Curricular Resources for Young Learners, Oxford University Press, 2007, str. 77 a 82.

## Pracovní postup pro žáky

**Předmět:** pracovní výchova  
**Název aktivity:** zdravá výživa  
**Jazyk:** AJ

### Instrukce žákům v cílovém jazyce:

1. The first thing you are going to do today is a quiz. The quiz will inform how your living behaviors are healthy. Read the questions carefully and circle the answer what suits you best. You are going to do it on your own. On the other hand, you can ask your neighbor, if you don't know the meaning of the word. You have 10 minutes to finish it, after that we will find out the result altogether. Hand out the quiz, please. Are you ready to start? Let's get started.

Time is up. Let's find out what your final score will be. Please, write your score on the paper. Who has the score in between 40 - 32 points?

3. We will do something different now. Let's work in groups. Get into groups of four. Work together, please. You can use the dictionary. Now we will do exercise N.1 You have 15 minutes to finish it. When you finish that, you can continue with part two. In exercise N.2, you will use words to fill in the gaps.

6. To summarize our work today, you will place and write the name of groups of food into the right positions in "The food pyramid".

