

Chlieb, pečivo, obilniny, ryža,
cestoviny, zemiaky - prečo tvoria
základňu potravinovej pyramídy.

HOVORME O JEDLE



Realizované aktivity



- Pochopiť pojem **výživová pyramída**
- Zistiť **rozdiely** medzi bielou a celozrnnou múkou
- Spoznávať menej známe obilniny
- Zopakovať informácie s pracovným listom
- Ochutnať

- Do projektového dňa boli zapojení žiaci: 6. a 9. ročníka A variantu
- Počet žiakov: 5



Výživová pyramída

- V prvej časti sme si predstavili Výživovú pyramídu.
- Žiaci vymenúvali potraviny z jednotlivých poschodí.
- Zamerali sme sa na tie, ktoré sú na prízemí.
- Určili sme si, koľko obilnín v denných dávkach potrebujeme, a aký objem predstavuje jedna porcia.



Biela múka verzus celozrnná múka

- V druhej časti sme porovnávali bielu a celozrnnú múku
- Povedali sme si o význame používania celozrnnnej múky pre naše zdravie



Spoznávať menej známe obilniny

- V tretej časti sme objavovali menej známe obilniny
- Žiaci dostali kôpku obilnín (pohánka, bulgur, pšeno, jačmeň, ovos, ryža) z ktorej mali určiť jednotlivé druhy



Pracovní list

- V predposlednej časti sme si pomocou pracovného listu zopakovali, čo sme sa nové naučili o obilninách.



Ochutnávka

- Na záver sme si pochutnali na netradičnom jedle – KOLIVA
- Obsahovalo bulgur, orechy, sušené ovocie a med



Informácie

Názov školy: Špeciálna základná škola

Adresa školy: Obrancov mieru 879/9, 962 12 Detva

Typ školy: špeciálna základná škola

Kontaktná osoba: : Mgr. Mária Sabolová

Telefónne číslo: 0904599195

Email: majka.s@hotmail.com

Počet žiakov: 5 (6. ročník, a 9. ročník)

Celkový počet žiakov školy: 29

Názov dennej témy: Chlieb, pečivo, obilniny, ryža, cestoviny, zemiaky - prečo tvoria základňu potravinovej pyramídy