

Víš, co jíš

Interaktivní program
pro 1. stupeň základních škol



Mgr. Ivana Hrubá Eliášová

Průvodkyně světem interaktivního vzdělávání

SmartBoard

StarBoard

- **všechny uživatelské úrovně**
- **finty, triky, nápady, didaktické zásady**



Ivka Interaktivka

interaktivka.cz



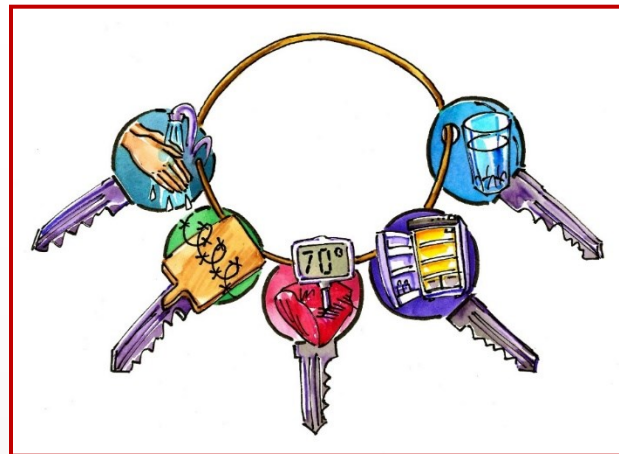
Co se na webináři dozvíte?

- Informace o projektu Víš, co jíš.
- Výstupy projektu.
- Pohled do zákulisí natáčení.
- Ukázky z výukového materiálu.
- Jak reagovaly děti? (Ověřování materiálů)



Jíme zdravě a s chutí

- pracovní sešit pro děti 1. stupně
- vydalo ministerstvo zemědělství 2012
- tištěná podoba i pdf ke stažení
- vychází z doporučení Světové zdravotnické organizace WHO
Pět klíčů bezpečnému stravování



Pět klíčů k bezpečnému stravování



Udržujte čistotu

- ✓ Před manipulací s jídlem a během jeho přípravy si často umývejte ruce.
- ✓ Umývejte si ruce po použití toalety.
- ✓ Omývejte a dezinfikujte všechny povrchy a zařízení, používané pro přípravu pokrmů.
- ✓ Chraňte potraviny a prostory v kuchyni před hmyzem, hlodavci a jinými škůdci.

Proč?

I když většina mikroorganismů nemoci způsobit zvláště zdravotní problémy, je řada mikroby, které jsou pro lidský organismus nebezpečné. Nacházejí se především v půdě, vodě, zvířatech i lidech a přecházejí se na rukou, utěrácích, nádobí a zvláště na každém předmětu. Dotýkáním se mikroby mohou přenést na pokrm a způsobit onemocnění z potravy.



Oddělujte pokrmy syrové a uvařené

- ✓ Oddělujte syrové maso, drůbež a mořské plody od ostatních potravin.
- ✓ Pro manipulaci se syrovými potravinami používejte zvláštní nářadí a nádoby, jako jsou nože a krájecí prkénka.
- ✓ Uchovávejte pokrmy a jiné potraviny, abyste zabránili kontaktu mezi syrovými a zpracovanými potravinami.

Proč?

Syrové potraviny, především maso, drůbež, mořské plody a jejich šťávy, mohou obsahovat nebezpečné mikroby, které se mohou během přípravy a skladování jídla přenést do ostatních potravin.

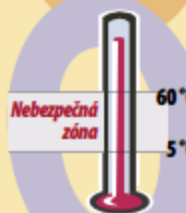


Pokrmy důkladně vařte

- ✓ Pokrmy, zvláště pak z masa, drůbeže, vajčeka a mořských plodů, důkladně vařte.
- ✓ Polévky a dušená jídla přiveďte k varu a vařte tak dlouho, aby uvnitř celého pokrmu bylo dosaženo teploty alespoň 70 °C po dobu 10 min. Ujistěte se, že šťávy z masa a drůbeže jsou čisté, nekrvavé. Nejlépe, když použijete teploměr.
- ✓ Pokrmy vždy řádně ohřívejte.

Proč?

Důkladné vaření, při dosažení teploty 70 °C vnitř celého pokrmu po dobu 10 min., zabíjí téměř všechny nebezpečné mikroby. Mezi jídla, která vyžadují zvláštní pozornost, patří sekané maso, masové nádivky, velká kytá a drůbeží vejce.



Uchovávejte pokrmy při bezpečných teplotách

- ✓ Uvařené pokrmy nenechávejte při pokojové teplotě déle než 2 hodiny.
- ✓ Hotové pokrmy a zkráje podlehlý pokrm včas uložte do ledničky (min. teplota 5 °C).
- ✓ Servírujte pokrmy velmi horké (více než 60 °C).
- ✓ Neskladujte pokrmy příliš dlouho, ani v ledničce.
- ✓ Nerozmrazujte pokrmy při pokojové teplotě, ale pozvolna v ledničce.

Proč?

Je-li pokrm uchováván při pokojové teplotě, mikroby se mohou velmi rychle rozmnožovat. Pokud se však jídlo udržuje při teplotě nižší než 5 °C nebo vyšší než 60 °C, rozmnožování mikroby se zpomalí nebo zastaví. U některých nebezpečných mikroby však dochází k jejich rozmnožování i při teplotě nižší než 5 °C.



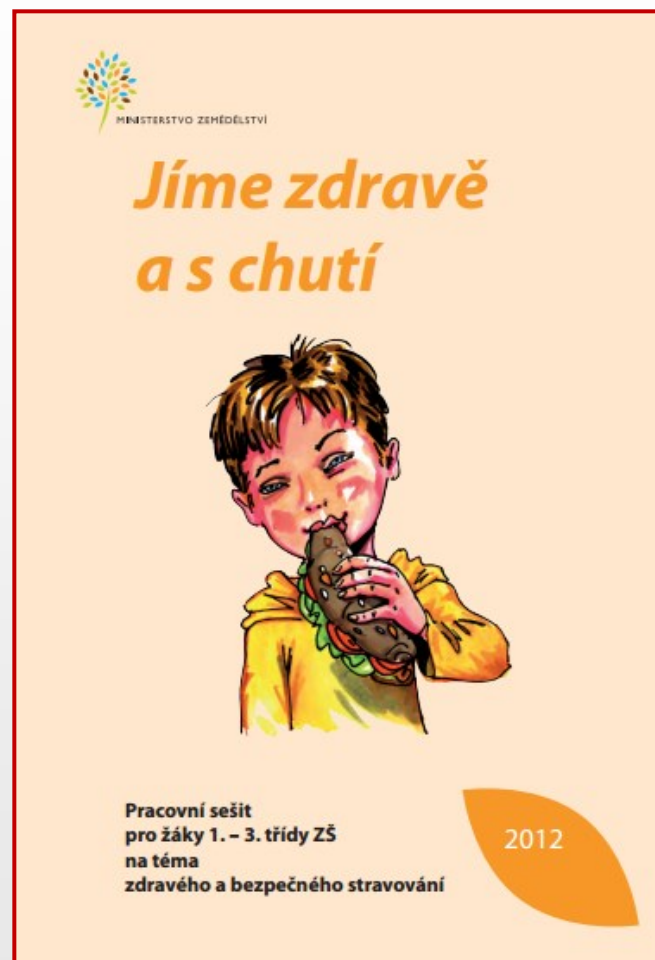
Používejte nezávadnou vodu a suroviny

- ✓ Používejte nezávadnou vodu nebo ji upravte tak, aby závadná nebyla.
- ✓ Vybírejte čerstvé a nezávadné potraviny.
- ✓ Volejte zpracované potraviny, jako například pasteurované mléko.
- ✓ Omývejte ovoce a zeleninu, zvláště důkladně, pokud je jste syrové.
- ✓ Nepoužívejte potraviny po uplynutí doby jejich trvanlivosti a data použitelnosti.

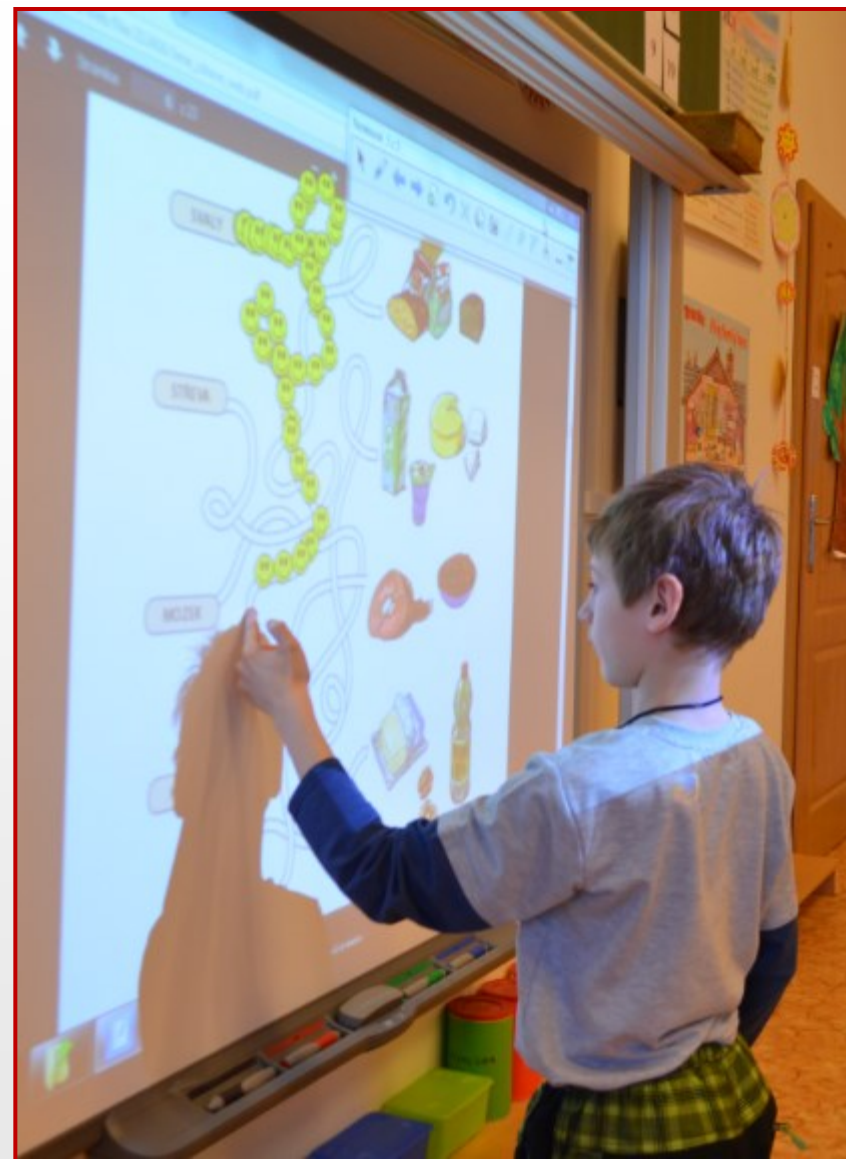
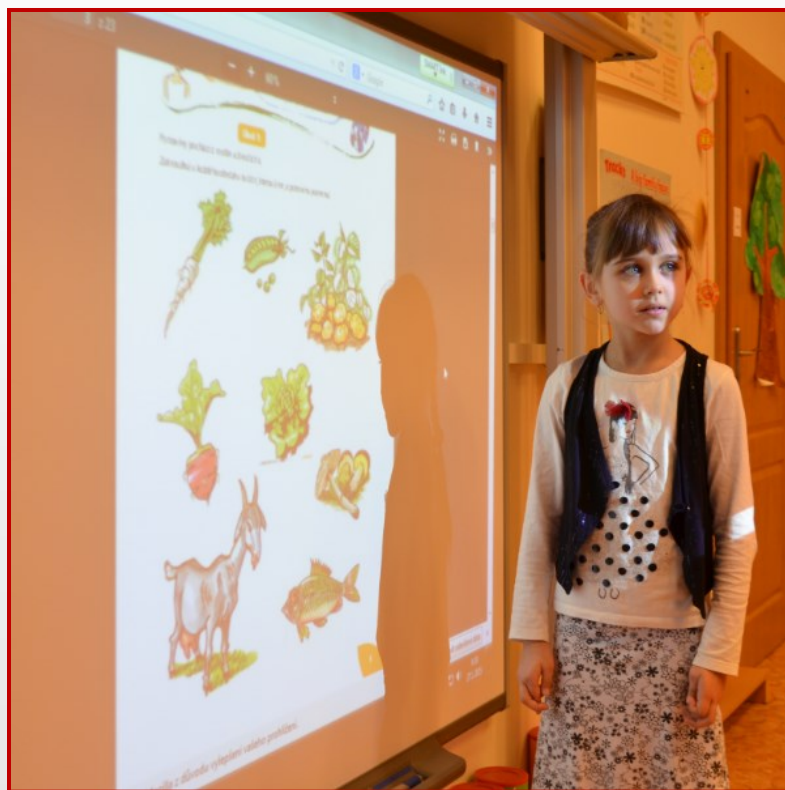
Proč?

Suroviny, včetně vody a ledu, mohou být kontaminovány nebezpečnými mikroby a chemikáliemi. Toxické chemikálie se mohou tvořit ve zkažených a zplesnělých potravinách. Předtím výběr surovin a jednoduchá opatření, jako jsou mytí a odstranění šupky, mohou tato rizika snížit.

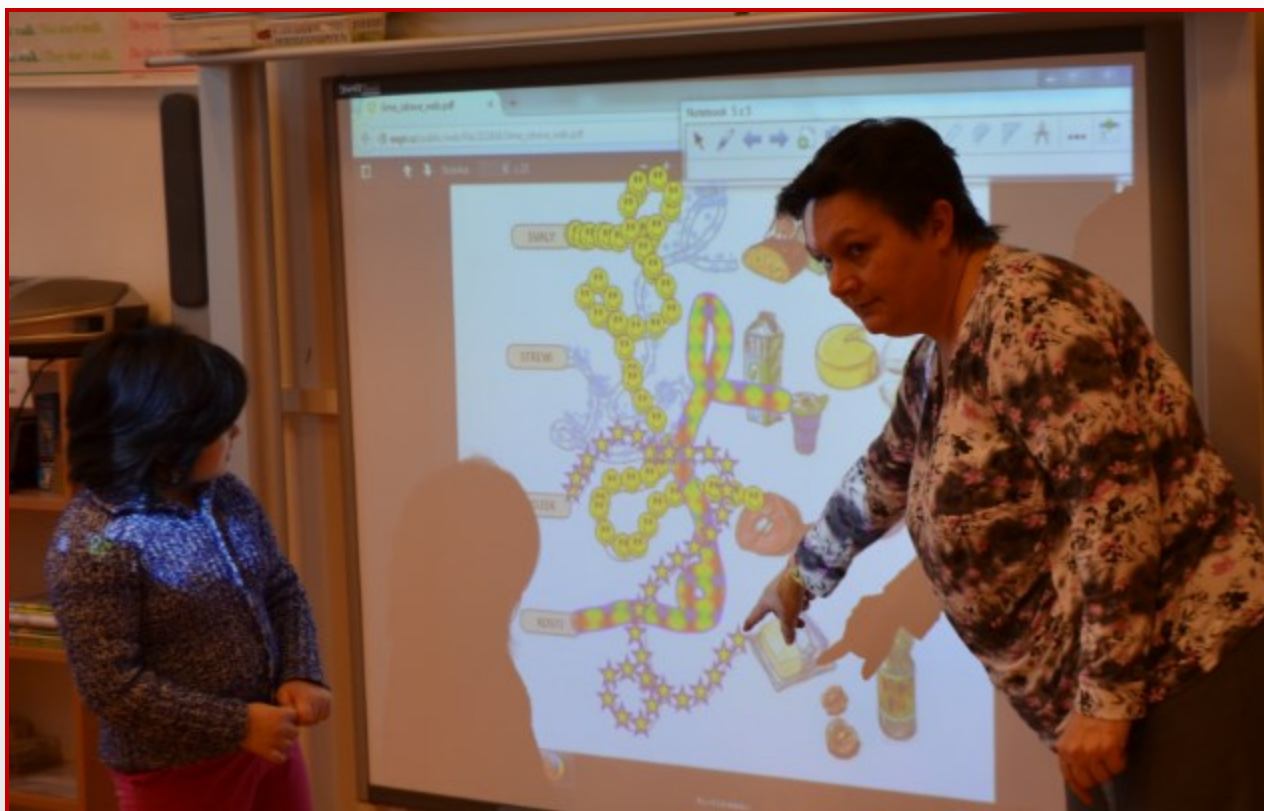
Jíme zdravě a s chutí



Jíme zdravě a s chutí



Jíme zdravě a s chutí



Program pro školy

- písničkový program
- pracovní sešit
- interaktivní CD



Hlavní myšlenky

- zdravá strava
- bezpečné zacházení s potravinami
- úcta k přírodě
- podpora lokální ekonomiky
- zodpovědnost za sebe sama

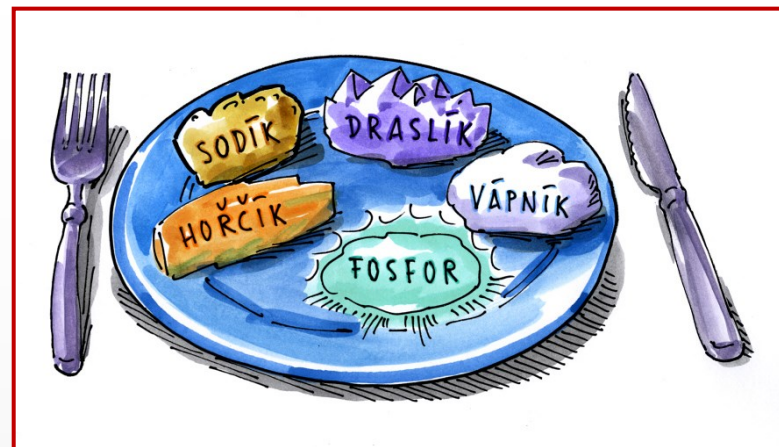
Výukový materiál

- vytvořen v softwaru SMART Board
- obsahuje: interaktivní cvičení, písničky, mluvené slovo, videa
- Průvodci Eva a Honzík



Výukový materiál - obsah

- 11 souborů
- např: pohyb, vitamíny, zacházení s potravinami, zdravý oběd...



Výukový materiál - obsah



Výukový materiál - videa

- bezpečné zacházení s potravinami
- chov zvířat



Výukový materiál - videa



Výukový materiál - videa



Výukový materiál - videa



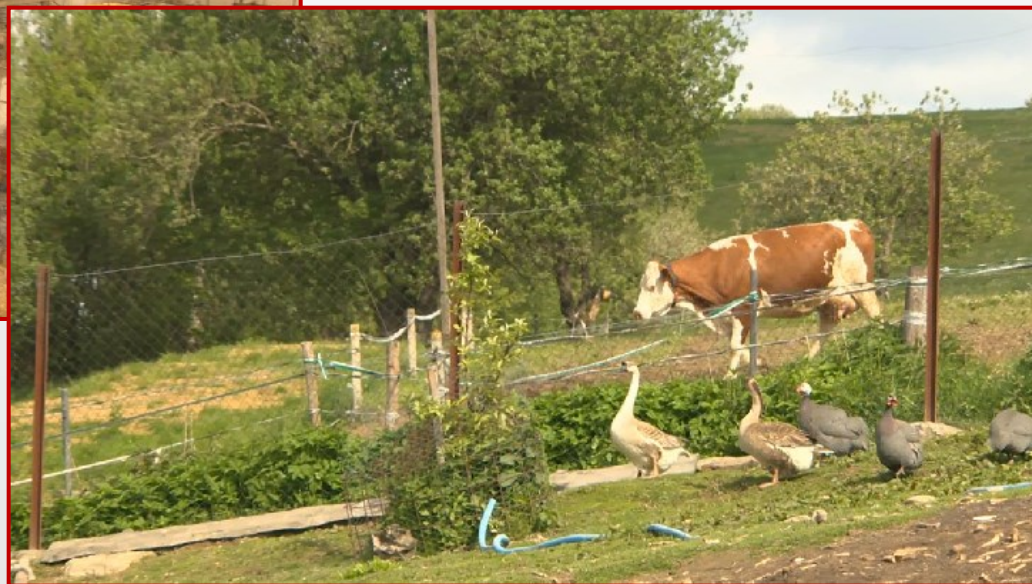
Výukový materiál - videa



Výukový materiál - videa



Výukový materiál - videa



Výukový materiál - mluvené slovo

- Vladka Vohralíková a Lukáš Čermák
- Honzík a Eva
- komentář ve videozáznamech
- příjemné hlasy

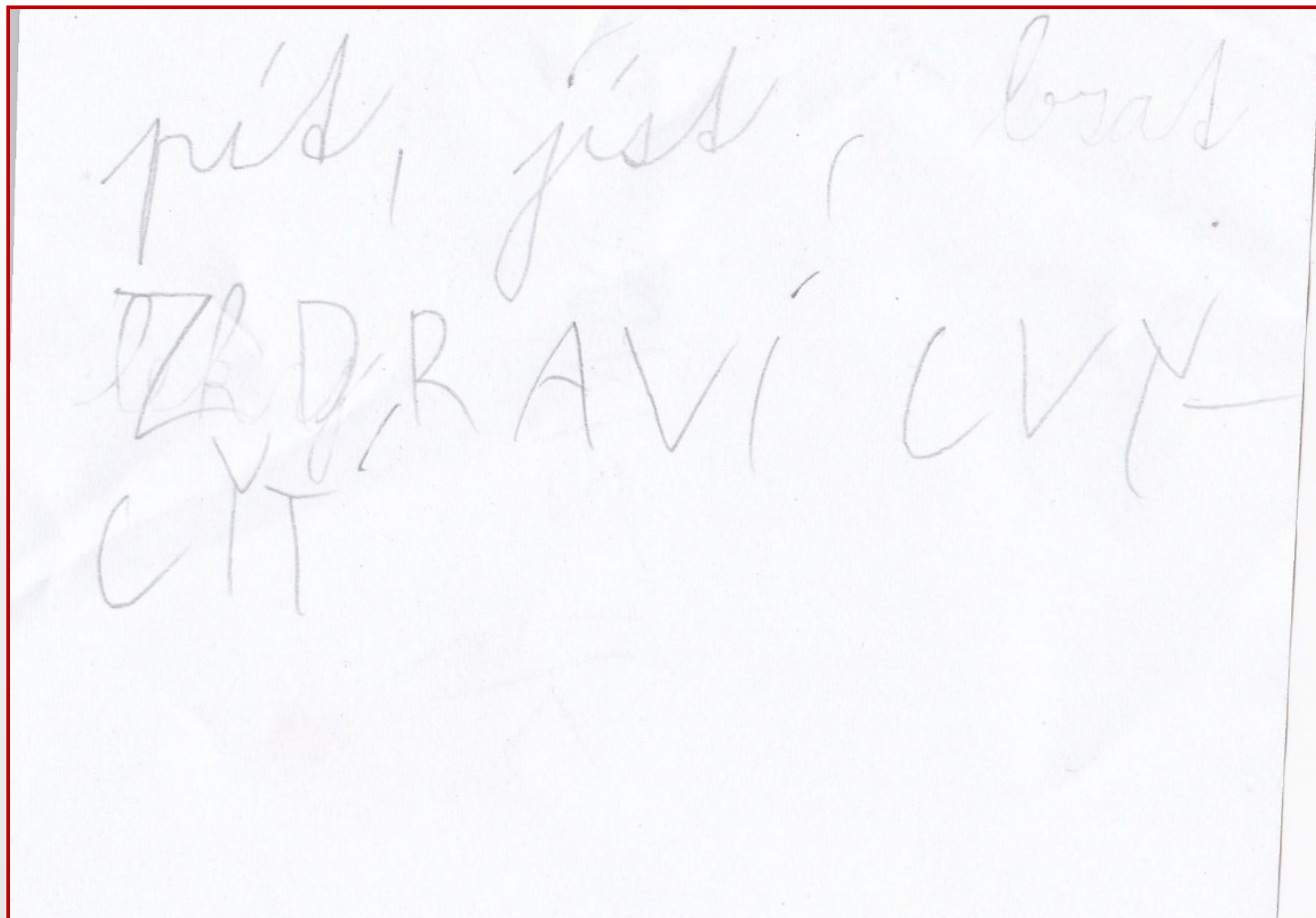


Interaktivní cvičení - Ať si na to děti přijdou samy

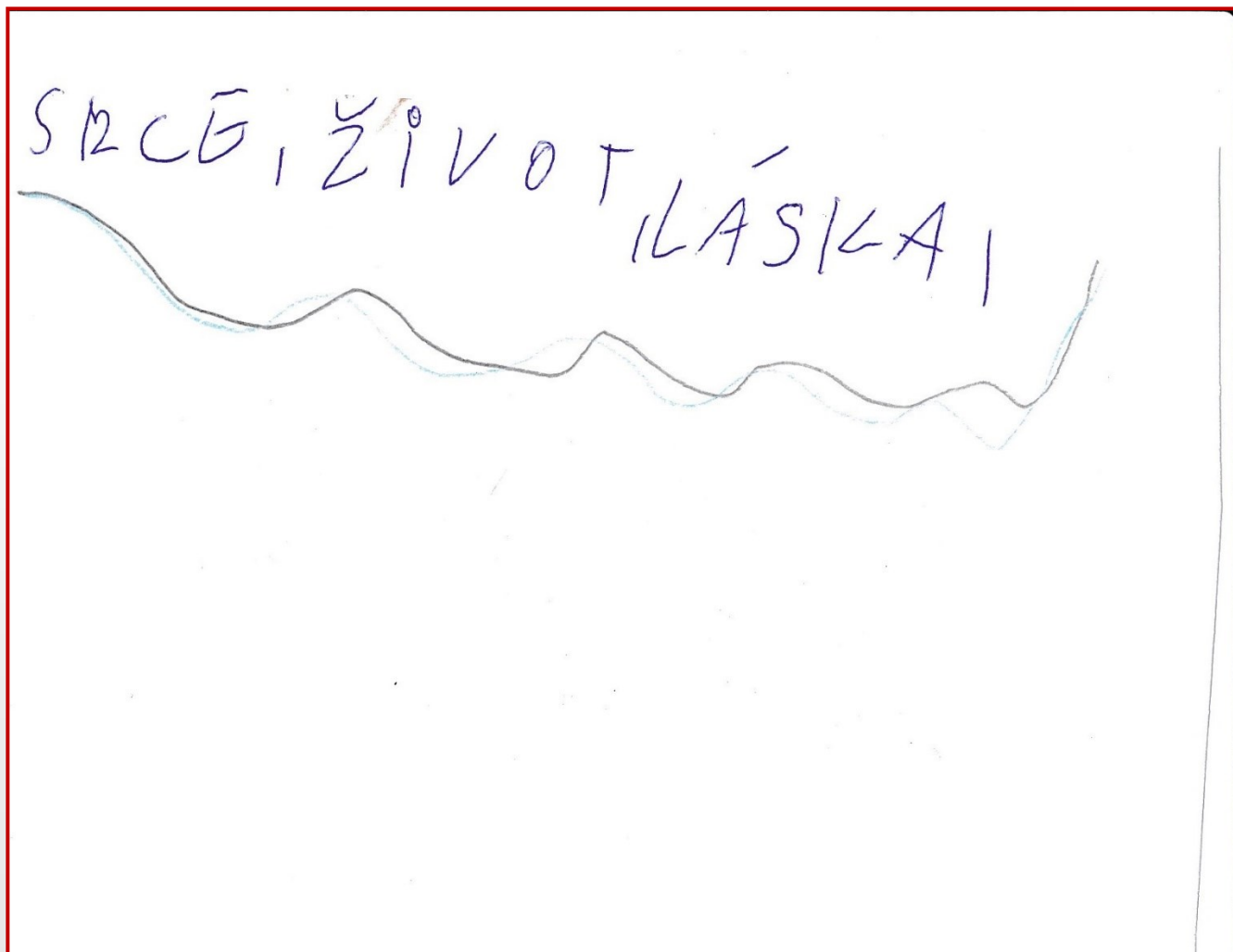
- zadání úkolů formou otázek
- výchozí text (písnička) nebo video
 - následují otázky

		3
		4
		2
		1

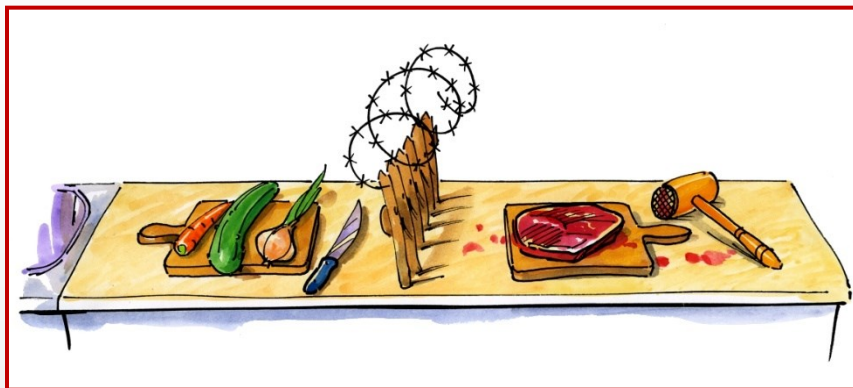
Co je v životě nejdůležitější?



Co je v životě nejdůležitější?



At' si na to děti přijdou samy



obrázek + písnička + video + interaktivní cvičení

Pracovní listy

ANNA DIMMEROVÁ

NATÁLIE ANDRLOVÁ



My máme doma jablka z naší zahrady.

Já nevím, kde rostlo to moje, třeba ho přivezli z daleka.



Dokážeš určit, které jídlo může pocházet z České republiky?

Rozděl stránku tužkou tak, aby na jedné straně zůstaly potraviny, které rostou u nás v Čechách, a na druhé ty, které u nás nerostou, protože jsou tu chladné zimy.

Dokresli na správné poloviny své oblíbené potraviny.



Lednička je fajn, ale myslí i na další věci!

Takže s jídlem šup do ledničky a vše bude v pořádku.



Úkol 16:

Zlé bakterie a jiné nečistoty se mohou do jídla dostat z našich neumytých rukou či z jiného jídla.

Když si prohlédneš obrázky ve správném pořadí, zjistíš, jak postupně bychom měli provádět činnosti na obrázcích, aby naše jídlo zůstalo zdravé. Pro srovnání obrázků ti pomohou písmenka, která ve správném pořadí vytvoří nápis JÍME ZDRAVĚ.



J



M



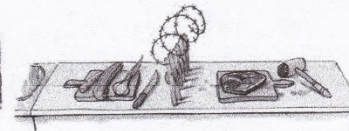
D



R



V



Z



Í



E



A

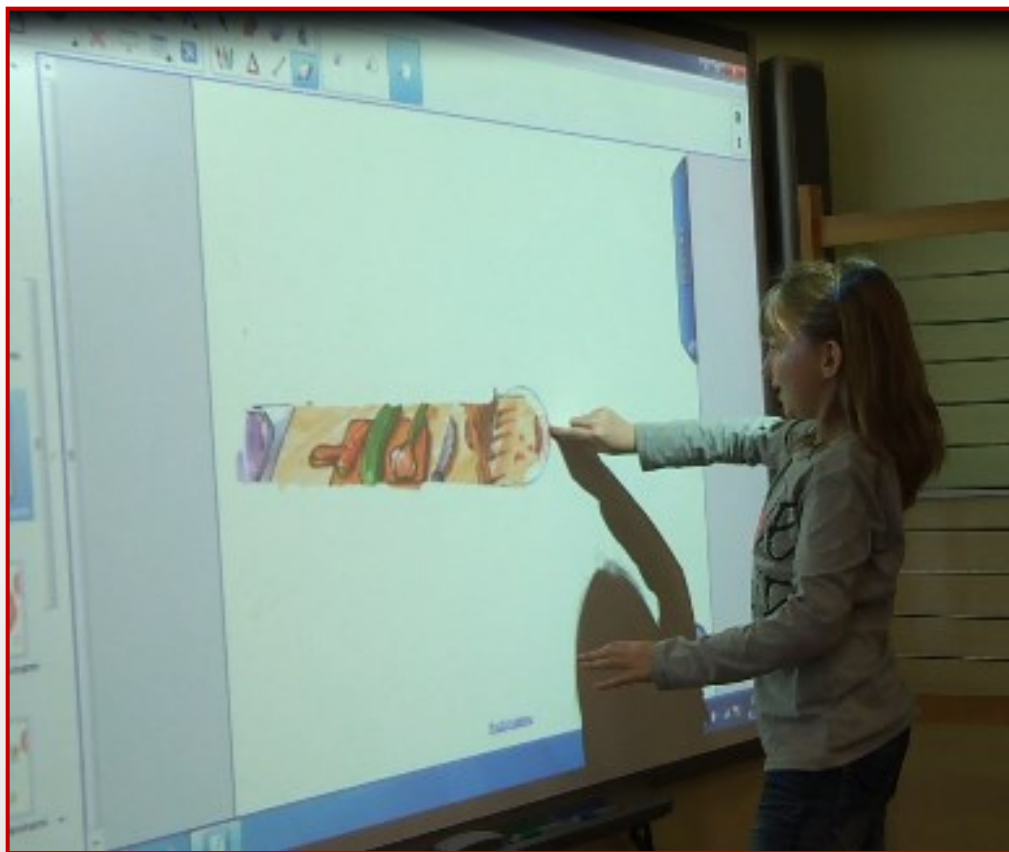


Ě

Pracovní listy



At' si na to děti přijdou samy - příklad



Ověřování výukového materiálu

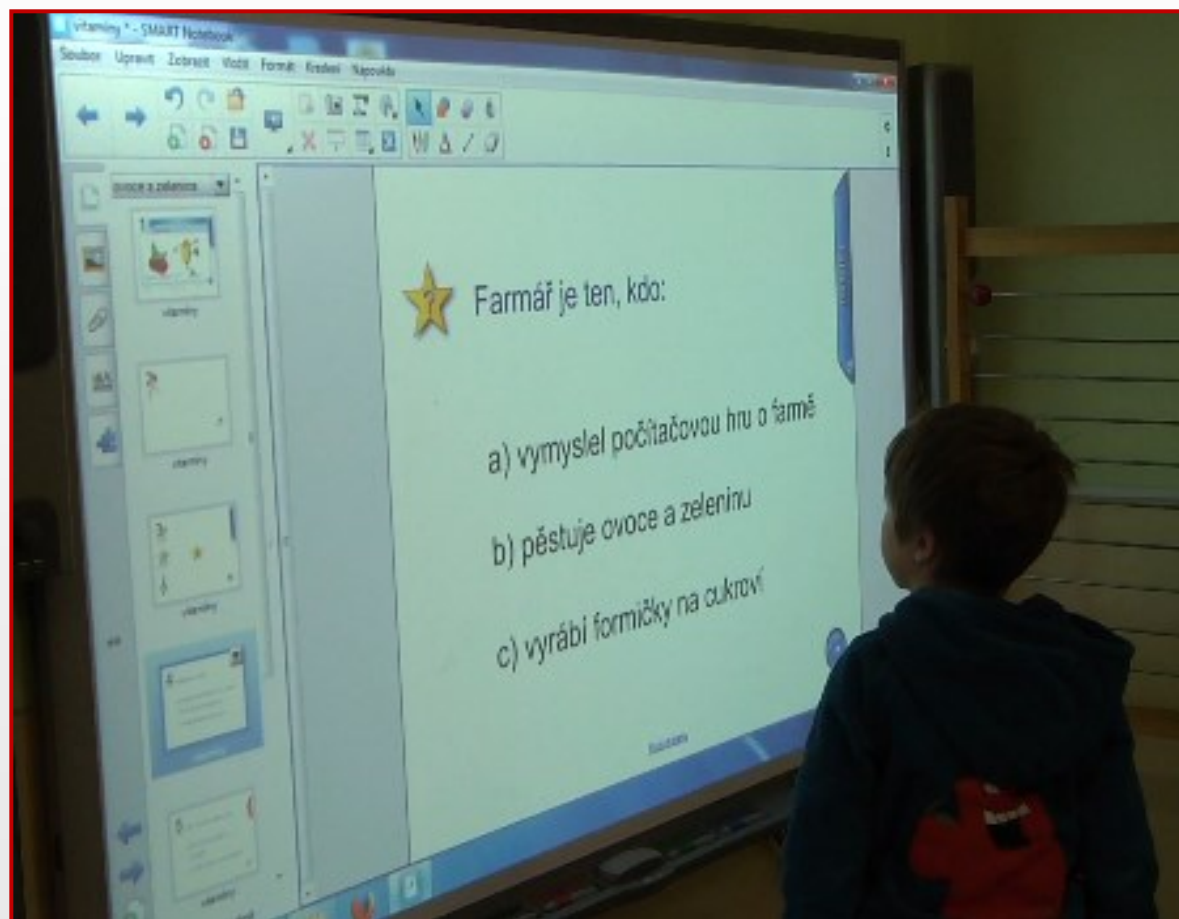
ZŠ Gutha Jarkovského Kostelec nad Orlicí – 2. třída

ZŠ Jablonné nad Orlicí – 1. třída a 3. třída

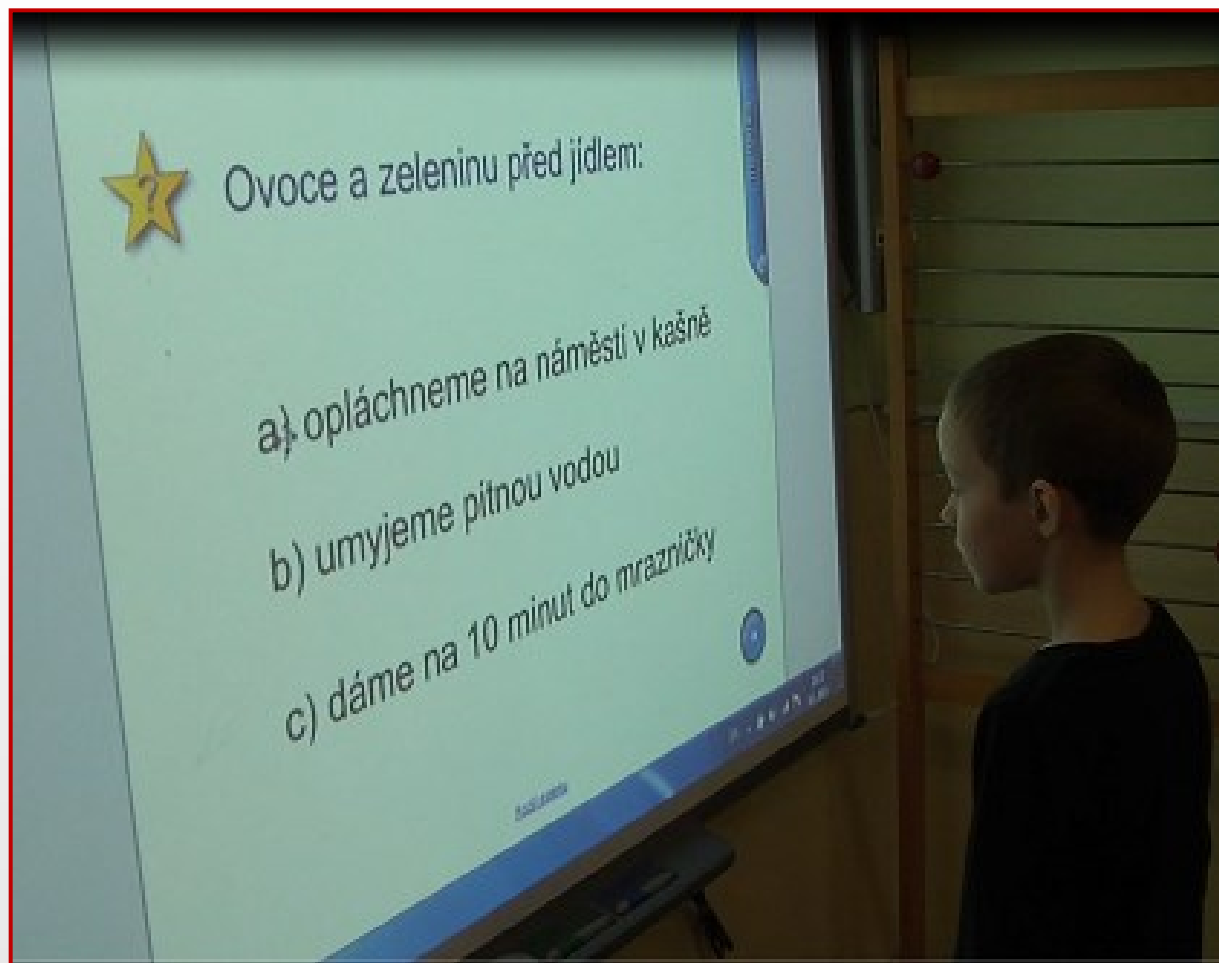
ZŠ Gutha Jarkovského Kostelec nad Orlicí - 2. třída



ZŠ Gutha Jarkovského Kostelec nad Orlicí - 2. třída



ZŠ Gutha Jarkovského Kostelec nad Orlicí - 2. třída



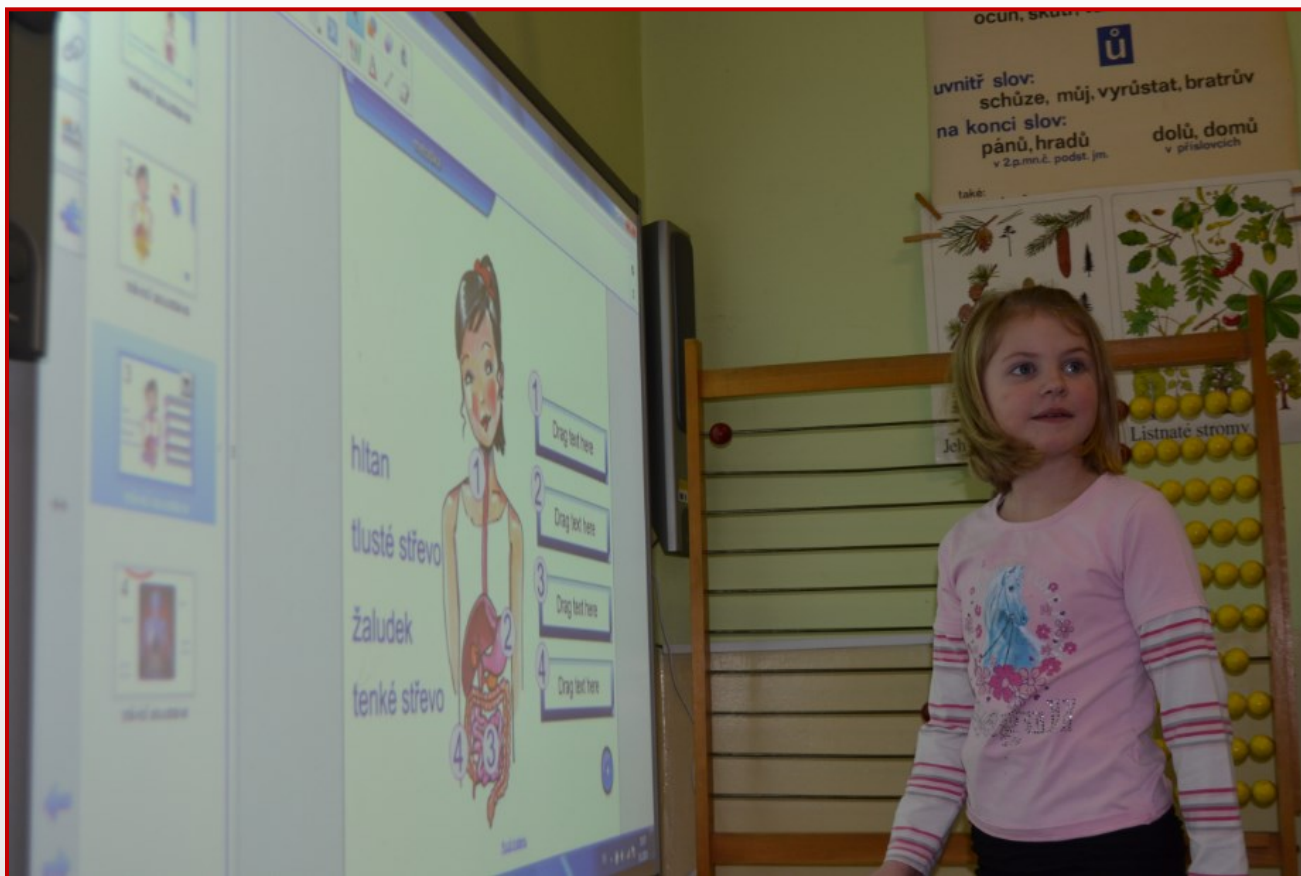
ZŠ Gutha Jarkovského Kostelec nad Orlicí - 2. třída



ZŠ Gutha Jarkovského Kostelec nad Orlicí - 2. třída



ZŠ Gutha Jarkovského Kostelec nad Orlicí - 2. třída



ZŠ Gutha Jarkovského Kostelec nad Orlicí - 2. třída



ZŠ Gutha Jarkovského Kostelec nad Orlicí - 2. třída



ZŠ Gutha Jarkovského Kostelec nad Orlicí - 2. třída



ZŠ Gutha Jarkovského Kostelec nad Orlicí - 2. třída



ZŠ Gutha Jarkovského Kostelec nad Orlicí - 2. třída



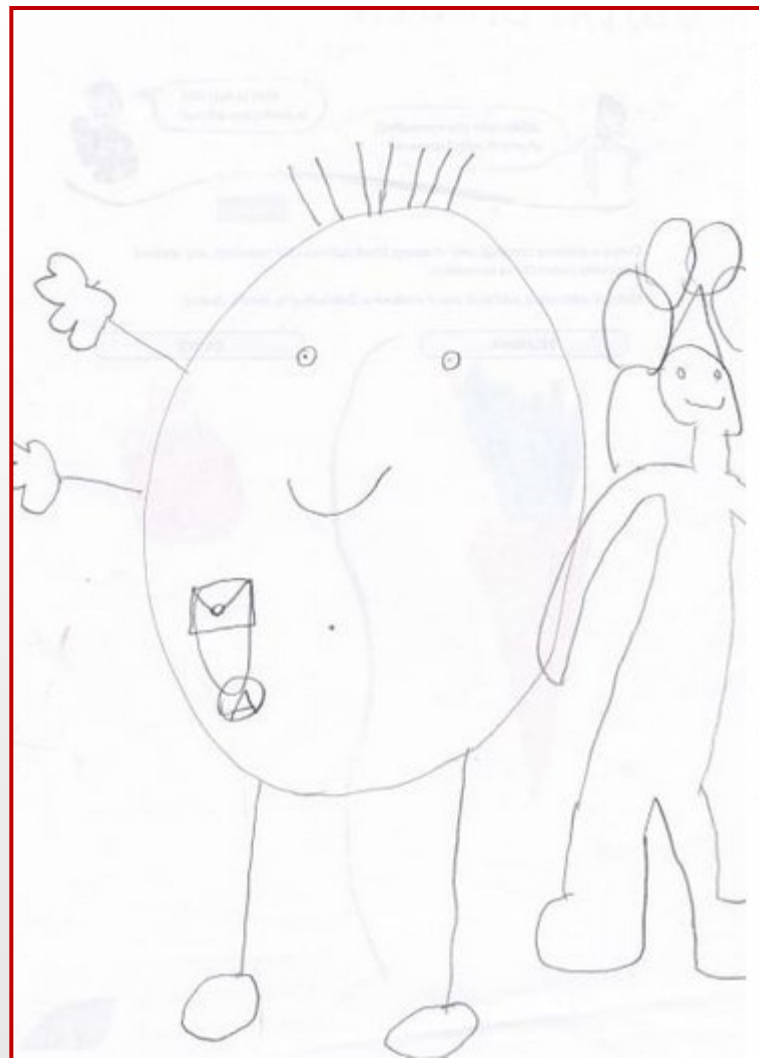
ZŠ Jablonné nad Orlicí - 1. třída



ZŠ Jablonné nad Orlicí - 1.třída



ZŠ Jablonné nad Orlicí - 1. třída



ZŠ Jablonné nad Orlicí - 1. třída



ZŠ Jablonné nad Orlicí - 3. třída



ZŠ Jablonné nad Orlicí - 3. třída



ZŠ Jablonné nad Orlicí - 3. třída

...pro nás byla hodina strávená s Vámi také takovým krásným korálkem, který si navlékáme na šňůrku....

my si to takhle s dětičkama navlékáme...zážitky, pocity a tak...

Lenka Štaudová, třídní učitelka 3. třídy

Když jsme natáčeli videa...



Když jsme natáčeli videa...



Když jsme natáčeli videa...



Když jsme natáčeli videa...



Když jsme natáčeli videa...



Když jsme natáčeli videa...



Když jsme natáčeli videa...



Adoptujte si svého farmáře

Příběh opravdové vášně – Blanka Milfaitová

Citace str.112



Metodická doporučení

- s materiálem se sami seznamte
- inspirujte se vloženými metodikami
- propojte činnosti na tabuli a v pracovním sešitu
- dovolte dětem zažít úspěch z práce
- získejte doplňující informace

Informace

- www.viscojis.cz/teens
- www.bezpecnostpotravin.cz
- www.viscojis.cz
- publikace Výživa a zdraví, Ministerstvo zemědělství ČR Odbor bezpečnosti potravin, 2013



Spolupracovali

- Ústav zemědělských a ekonomických informací
- Mudr. Jolana Rambousková, Ph.D. 3. LF UK
- Občanské sdružení My a děti
- ekofarma Rampuše
- ekofarma Dolní Hedeč
- Kozí farma Lichkov
- ZŠ Gutha - Jarkovského Kostelec nad Orlicí
- ZŠ Jablonné nad Orlicí

Spolupracovali

- Interaktivní obsah: Mgr. Ivana Hrubá Eliášová
- Mluvené slovo: Vladka Vohralíková a Lukáš Čermák
- Spouštěcí program: Robert Hrubý



Vaše dotazy?

Vaše náměty?

Děkuji vám za pozornost

Mgr. Ivana Hrubá Eliášová

průvodkyně interaktivním vzděláváním

Telefon: 775 187 677

Email: eliasovaivana@gmail.com

Web: www.interaktivka.cz



Ivka Interaktivka

interaktivka.cz