

# Tradičná i zdravá kuchyňa v našej škole

Zdravie na tanieri 2018

Žiadateľ: Obec Šúrovce

Realizátor: Základná škola s materskou školou,  
Školská 3, Šúrovce

Kontakt: Mgr. Petra Mlíchová

033/ 5595258 [zssurovce@atlas.sk](mailto:zssurovce@atlas.sk)

# Cieľ projektu

- motivovať žiakov k zmene stravovacích návykov, k zdravému stravovaniu
- podporovať zdravý životný štýl žiakov ako prevenciu obezity nadobudnutím základných pracovných zručností, rozvíjaním myslenia a uplatňovaním kreativity v rámci tematického celku Ekonomika domácnosti vo vyučovacom predmete Technika



# Konkrétne ciele

- zahrnúť podporu zdravého životného štýlu do vyučovacieho procesu v predmete Technika
- realizovať podporné aktivity projektu na hodinách regionálnej výchovy, dejepisu a telesnej a športovej výchovy
- aktívnou účasťou žiakov na projekte viesť žiakov k získaniu trvalých vedomostí a zručností k vyjadreniu svojich názorov, postojov v oblasti životného štýlu, k prevzatiu zodpovednosti za svoje konanie
- získať finančné prostriedky na obnovenie vybavenia cvičnej kuchynky, vďaka ktorému budeme môcť plniť predpísaný vzdelávací štandard predmetu Technika - orientácia vo vybavení kuchyne, príprava jednoduchých jedál v súlade so zásadami zdravej výživy, príprava tradičného slovenského jedla

# Obnovenie vybavenia cvičnej kuchynky

pôvodný stav



nová kuchynka



# Harmonogram aktivít

- Regionálna výchova V. ročník- beseda o starých miestnych receptoch – „**Jedlá našich starých materí .“**
- Dejepis VI. ročník- projektové vyučovanie- **Jedálny lístok našich predkov**

## Týždeň zdravia

- **prednáška** pre II. stupeň na tému **Zdravá výživa**
- **Zdravá desiata** na I. stupni
- **Školské majstrovstvá v atletike**

## Žiacka školská rada

- **Príprava nátierok** a ochutnávka pre II. stupeň

## Technika

- VI.ročník- **príprava šalátov** s ochutnávkou pre I. stupeň
- VII. ročník- **varenie šúrovských jedál**

**Vytvorenie prezentácie** z projektu na školský web, na nástenku

**Článok do miestnych novín-** Novinky z dedinky



# Uskutočnené aktivity

Prednáška o zdravej výžive



Strava našich predkov



Zdravá desiata



# Uskutočnené aktivity

Zdravá  
desiata



Školské majstrovstvá v atletike

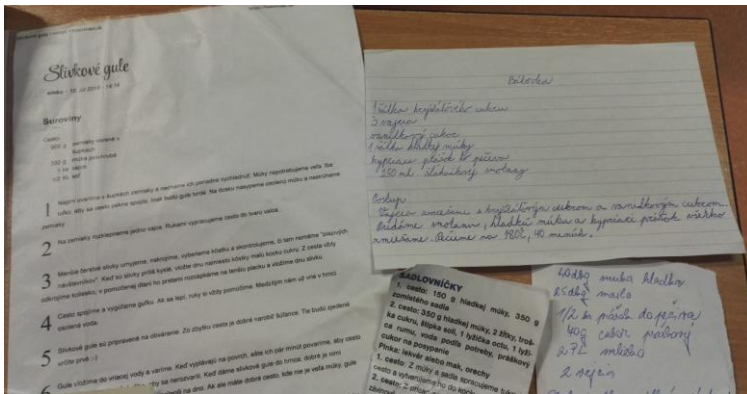




# Uskutočnené aktivity

## Jedlá našich starých materí

Piataci si na regionálnu výchovu priniesli recepty starých mám, pre spolužiakov pripravili ochutnávku. Priniesli parené buchty, jablkovú kožu, mrežovník, kapustníky, bábovku, oblátky- slané i sladké rúrky, jablkovo-makovú štrúdl'u.





# Uskutočnené aktivity

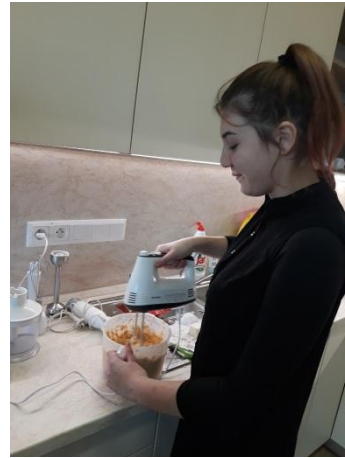
## Príprava ochutnávky šalátov

- tuniakový s cestovinou
- kapustovo-mrkvový
- ovocný s orechami a hrozienkami



# Uskutočnené aktivity

**Príprava nátierok  
žiackou školskou radou**  
-sardinková, tvarohová, vajíčková





# Uskutočnené aktivity

Siedmáci sa na hodinách techniky učili variť šúrovské jedlá: makové šúlace, pečené buchty, zemiakové placky a fazuľovo-ryžovú kašu. Jedlá a postupy žiakom okrem pani učiteľky techniky Mgr. Renaty Zavarskej priblížila Bc. Ružena Bohunická a pri varení asistovala i pani starostka obce Bc. Ing. Žaneta Gogolová.



# Uskutočnené aktivity





# Uskutočnené aktivity



# Výstupy projektu

## **Kvalitatívne výstupy projektu**

- skvalitnenie vzťahu žiakov k zdravému stravovaniu a zdravému životnému štýlu
- šírenie myšlienok o zdravom stravovaní prostredníctvom násteniek, školskej webovej stránky a článku v obecných novinách
- skvalitnenie výučby tematického celku Ekonomika domácnosti v rámci predmetu Technika

## **Kvantitatívne výstupy projektu**

- zlepšenie vybavenia cvičnej kuchynky nákupom 2 kuchynských liniek so spotrebičmi
- počet zapojených žiakov a učiteľov do projektu
- počet pozitívnych ohlasov najmä rodičov a verejnosti na aktivity projektu