



Pedagogická
fakulta
Faculty
of Education

Jihočeská univerzita
v Českých Budějovicích
University of South Bohemia
in České Budějovice

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Katedra aplikované fyziky a techniky

Diplomová práce

Projekt: Příprava pokrmů ve výuce na primární škole

Vypracovala: Lucie Červená

Vedoucí práce: PhDr. Eva Roučová, Ph.D.

České Budějovice 2017

PROHLÁŠENÍ:

Prohlašuji, že svoji diplomovou práci jsem vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury. Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své závěrečné práce, a to v nezkrácené podobě elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích, dne 2. 1. 2018

Lucie Červená

Anotace

Diplomová práce se v teoretické části zabývá třemi okruhy. První část je věnována projektové metodě na 1. stupni základních škol, ve druhé můžeme naleznout cíle a výstupní kompetence žáka 1. stupně podle RVP pro základní vzdělání. V neposlední řadě zde nalezneme kapitulu o tvořivosti v praktických činnostech a uvedení do historie stolování v minulých staletích.

V praktické části je vytvořeno deset projektů, které se zaměřují na přípravu pokrmů a stolování ve výuce. Jsou určeny pro čtvrté a páté třídy základních škol. Součástí jsou i vypracované přípravy jednotlivých pokrmů, zkušenosti z realizace některých projektů, výhody a nevýhody, reakce žáků či formulace obecnějších doporučení pro uplatňování originálních výukových projektů.

Klíčová slova: člověk a svět práce, kuchyně, zdravé pokrmy, projektová metoda, příprava pokrmů

Abstract

This master thesis deals with three topics in the theoretical part. The first part focuses on project method at primary school education; in the second part the goals and output competences of a pupil at primary education according to Framework training programme for primary schools can be found. Finally a chapter about creativity in the subject “practical activities” and introduction to history of food culture in last centuries concludes the theoretical part.

In the practical part ten projects that focus on the food preparations and culture in the teaching are created. These are intended for the fourth and fifth classes of primary schools. A part of it are also preparations of the meals, experience from realisation of some projects, advantages and disadvantages, reactions of pupils or formulations of more general recommendations for the use of original educational projects.

Key words: man and the world of work, cuisine, healthy food, project method, food preparation

Poděkování:

Touto formou děkuji své vedoucí práce PhDr. Evě Roučové, Ph.D. za cenné rady, velkou ochotu, trpělivost a připomínky při zpracování této diplomové práce.

Obsah

I	TEORETICKÁ ČÁST	10
1	Projektové vyučování na 1. stupni základních škol	10
1.1	Definice projektu	10
1.2	Projektová metoda	12
1.3	Typy projektů	12
1.4	Pozitiva a negativa projektu	15
2	Aktivizující metody ve výuce na 1. stupni základních škol.....	17
2.1	Vybrané aktivizační metody	18
2.1.1	Metoda diskusí	18
2.1.2	Metoda inscenační.....	18
2.1.3	Metoda situační	18
2.1.4	Didaktické hry	19
2.2	Aktivní učení	19
3	Tvořivost při praktických činnostech na 1. stupni základních škol	21
3.1	Teoretická východiska tvořivosti.....	21
4	Rámcově vzdělávací program pro základní vzdělávání.....	23
4.1.	Pojetí, cíle, výstupní kompetence žáka na 1. stupni ZŠ se zřetelem na oblast Člověk a svět práce 23	
4.2.	Vzdělávací oblast vzdělávacího oboru - Příprava pokrmů.....	24
5	Historie přípravy pokrmů a stolování v různých staletích	26
5.1.	Příprava pokrmů a stolování ve 12. století	26
5.2.	Příprava pokrmů a stolování ve 13. století	27
5.3.	Příprava pokrmů a stolování ve 14. století	27
5.4.	Příprava pokrmů a stolování v 15. století.....	28
5.5.	Příprava pokrmů a stolování v 16. století	29
5.6.	Dobové recepty 15. - 16. století.....	30
5.7.	Příprava pokrmů a stolování v 17. – 18. století	31
5.8.	Příprava pokrmů a stolování v 19. – 20. století	32
1	Zábavné svačinky.....	34
2	Nahlédnutí do historie kuchyní	47
3	Bylinkové dny.....	53

4	Učíme se skladovat potraviny	60
5	Připravujeme sladké pochoutky pro dobrou věc.....	66
6	Stolování napříč stoletími	74
7	Učíme se stolovat	79
8	Víš, co jíš?.....	84
9	Cestujeme po Evropě	89
10	Život ve staletích	97

Cíle

Hlavní cíl diplomové práce byl stanoven v této podobě: vytvořit projekt „Příprava pokrmů ve výuce na primární škole“ pro výuku technické výchovy na prvním stupni základní školy, který zefektivní její průběh i výsledky v oblasti techniky a bude podporovat rozvoj v oblasti Člověk a svět práce.

Dílčí cíle k dosažení tohoto hlavního cíle lze charakterizovat v rovině teoretické, empirické a praktické.

Cíle teoretické:

Vymezení a zpracování teoretických východisek práce:

1. zvolená teorie se zabývá aktivizačními metodami ve výuce na 1. stupni ZŠ. Na základě studia odborných zdrojů vystihnout a analyzovat aktivní učení.
2. zvolená teorie je projektová výuka, na základě studia odborných zdrojů charakterizovat co je to projekt, jeho pojetí a cíle. Pokusit se zhodnotit pozitiva a negativa projektových přístupů k výuce.
3. zvolená teorie se týká pojetí, cílů a výstupních kompetencí žáka na 1. stupni základní školy v kapitole Příprava pokrmů na 1. stupni základní školy, konkrétně Rámcově vzdělávacího programu pro základní vzdělávání, se zvláštním zřetelem na vzdělávací oblast Člověk a svět práce.
4. zvolená teorie se orientuje na analýzu teorie a publikované praktické zkušenosti s tvořivostí při Praktických činnostech na 1. stupni základní školy.
5. zvolená teorie se věnuje přípravě pokrmů a stolování v různých staletích.

Cíle empirické:

1. Provést evaluaci projektů.
2. Zkonstruovat evaluační dotazníky nebo pracovní listy k jednotlivým projektům.
3. Vyhodnotit evaluační dotazníky a interpretovat výsledky.
4. Zkonstruovat závěry evaluačního výzkumu.

Úvod

Žijeme v 21. století, v době, ve které jde technika, věda i další obory velmi rychle vpřed. Je důležité přijmout tento fakt a využít rozmanitých možností, se kterými můžeme pracovat, a rozvíjet nejen sebe samotné, ale i předávat získané zkušenosti další generaci.

Učitelé ve školách často kladou velký důraz jen na teoretické znalosti žáků, které jsou velice důležité a nezbytné pro další vývoj osobnosti, ale bez propojení s praxí a využití teoretických znalostí v každodenním životě zcela postrádají význam.

Studium na pedagogických fakultách nás seznamuje s různými druhy metod a učí nás s nimi pracovat. Nejvíce mě zaujala metoda, která velmi pěkně propojuje získané teoretické znalosti s jejich využitím v praxi. Líbí se mi, že žáci zde integrují své znalosti z různých druhů předmětů a mají zde prostor pro svoji fantazii a představivost. Uplatňují zde také svoji individualitu a pokaždé může vzniknout osobité dílo, které je jedinečné a pro žáky do skutečného života velice prospěšné. Jedná se o projektové vyučování. Coufalová se domnívá, že „*Škola jako by si vytvořila svůj vlastní uzavřený svět, ve kterém platí jiné zákony, ve kterém je všechno jenom „jako“, ve kterém se dítě teprve připravuje na ten opravdový život, který přijde. Zapomínáme na to, že škola je součástí tohoto „opravdového světa“, že je místem, ve kterém se odehrává pro dítě skutečný život.*“ (Coufalová, J., s. 6) Jedná se o metodu, kterou můžeme využít v různých předmětech, a to nejen ve školních prostorách, ale i formou exkurze. Ráda bych projektové vyučování využila v přípravě pokrmů ve výuce na primární škole.

Příprava pokrmů patří do vzdělávací oblasti Člověk a svět práce. Koncept vychází z konkrétních životních situací, v nichž žáci přicházejí do přímého kontaktu s lidskou činností a technikou v jejich různých podobách a širších souvislostech. (RVP ZV, 2016, s. 103) Příprava pokrmů byla v minulosti záležitostí především druhého stupně základních škol. V dnešní době je zařazena již na první stupeň základních škol.

Podle mého názoru je to velice důležitá vzdělávací oblast, která žáky vybaví mnoha potřebnými dovednostmi, které budou využívat po zbytek svého života. Upravit si stůl pro jednoduché stolování a vědět, jak se u něj chovat, je základní záležitostí, kterou by měl ovládat každý žák. Bohužel se dnes můžeme setkat s mnoha případy, kde žáci tyto jednoduché věci neovládají. Proto je potřeba se na tuto oblast více zaměřit a eliminovat nedostatky.

V první části diplomové práce se budu zabývat pojmem projekt, vznikem projektové metody, různými typy projektů a tím, jak projekt uskutečnit. Považuji tyto informace za nezbytné k vytvoření adekvátního projektu.

Dalším důležitým faktorem pro vytvoření kvalitního projektu je i otázka tvořivosti. Každé dítě má v sobě určitou úroveň tvořivosti, kterou je potřeba dál rozvíjet. V našem školství stále ještě převládá metoda sdělování poznatků před tvořivými prvky. (Honzíková, J., 2003, s. 24) Vychovávat žáky k objevování a hledání nových cest by mělo být pro učitele jednou z hlavních priorit.

V dalších částech práce nahlédnu do historie kuchyní v různých staletích. Nejdříve se zaměřím na kuchyně venkova a chudiny. Pro přesnější představu Feyfrlíková uvádí, „ *že až 80 % populace českých zemí tvořili venkované v pozdním středověku.* “ (Feyfrlíková, M., 2015, s. 18) Poté se zaměřím na kuchyně a stravování na panovnických a šlechtických dvorech. Práce v kuchyních, jídelniček, stolní vybavení či stolovací mravy, to vše je předmětem mého zkoumání.

Na základě zmíněné problematiky jsem se rozhodla tomuto tématu věnovat podrobně a v praktické části vytvořit deset různorodých projektů, které mohou učitelé využít nebo se jimi inspirovat v hodinách Přípravy pokrmů. Každý projekt se bude zabývat jiným tématem a problematikou. Doufám, že přispějí k pozitivnímu vnímání tohoto výukového bloku.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 Projektové vyučování na 1. stupni základních škol

Abychom byli schopni vytvořit nějaký konkrétní projekt, musíme si v první fázi upřesnit, co projekt znamená. V této kapitole se budeme zaměřovat na typy projektů či pozitiva a negativa tohoto typu vyučování. Pomůže nám to získat potřebné informace, které dále využijeme v praktické části.

1.1 Definice projektu

Školní vzdělávání je dlouhý a složitý proces. Lze se domnívat, že velkou výhodou oboru učitelství na prvním stupni ZŠ je, že výuka je zpravidla garantována pouze jedním učitelem. Učitel má tak možnost uspořádat učivo více systematicky a může efektivněji uplatňovat integraci mezi jednotlivými předměty. Má možnost využívat různé formy výuky a pracovat s různými metodami, které budou pozitivně rozvíjet výuku a žákům přinesou nové poznatky a zkušenosti, které dále využijí v jiných předmětech či životě. Dochází k přirozené integraci vyučování.

O zajímavé oživení běžné výuky se může postarat projektové vyučování. Je velice obtížné jednoznačně vymezit definici projektového vyučování, protože každý autor vnímá smysl projektového vyučování trochu rozdílně. Pro příklad si uvedeme dvě definice. Václav Příhoda se domnívá, že *„Projektová metoda umožňuje takovou organizaci učiva, při které žák prochází činnostmi uspořádanými tak účelně, aby daly vyniknout nějaké jednotlivé myšlence anebo aby umožnily provedení plánu hospodářsky nebo kulturně významného a pro žáky životního.“* (Coufalová, J., s. 10) a J. Adams tvrdí, že *„Projektová metoda oživuje každou vědomost, kterou vyvolává. Při této metodě neshrnuje učitel nejprve vědomosti a nehledá teprve potom, jak jich užití: počíná užitím a shledává vědomosti.“* (Coufalová, J., 2010, s. 10)

Nejpřesněji však vystihuje definici S. Vrána, který říká: *„1. je to podnik, 2. je to podnik žáka, 3. je to podnik, za jehož výsledky převzal žák odpovědnost a 4. je to podnik, který jde za určitým cílem.“* (Coufalová, J., 2010, s. 10). S touto definicí se ztotožňuji. Žák se najednou ocitá mezi skupinou dětí, kde by každý měl mít určenou roli, za kterou je zodpovědný, a jeho snahou by mělo být co nejlépe svoji roli vykonat a mít pozitivní pocit z dobře vykonané práce.

Důležitým faktorem při posuzování, zda se jedná o projekt či nikoliv, je odhodlání a zodpovědnost žáka. Pokud všechna snaha vychází pouze z učitele, který vymyslí námět, zajistí materiální podmínky, organizuje detailně všechny činnosti, říká, co má každý žák dělat, potom se

nejedná o projekt. To co velice často vidíme ve školách a můžeme to spíše nazvat integrovaným tematickým vyučováním. (Coufalová, J., 2010, s. 10)

Coufalová se ve své knize zaměřuje na tyto základní rysy projektu (Coufalová, J., 2010, s. 11):

1. *Projekt vychází z potřeb a zájmů dítěte. Umožňuje mu uspokojit jeho potřebu získávat nové zkušenosti a být odpovědný za svou činnost.*
2. *Projekt vychází z konkrétní a aktuální situace.*
3. *Projekt je interdisciplinární.*
4. *Projekt je především podnikem žáka.*
5. *Práce žáků v projektu přinese konkrétní produkt. Pokud je to možné, je průběh a výsledek zdokumentován. Vznikne výstup, kterým se účastníci projektu prezentují ve škole nebo mimo školu.*
6. *Projekt se většinou uskutečňuje ve skupině.*
7. *Projekt spojuje školu s širším okolím. Umožňuje začlenění školy do života obce nebo širší společnosti.*

Můžeme si uvést i definici projektu, kterou uvádí Jitka Kašová ve své publikaci Škola trochu jinak:

„Výchovně vzdělávací projekt je integrované vyučování, které staví před žáky jeden či více konkrétních, smysluplných a reálných úkolů. Jejich cílem je např. napsat knihu či časopis, uspořádat výstavu, akci, přednášku, vyrobit vyučovací pomůcku nebo jinou užitečnou věc. Ke splnění tohoto úkolu potřebují vyhledat mnoho nových informací, zpracovat a použít dosavadní poznatky z různých oborů, navázat spolupráci s odborníky, umět organizovat svou práci v čase i prostoru, zvolit jiné řešení v případě chyby, formulovat vlastní názor, diskutovat, spolupracovat atd. Místo aby žáci přebírali hotové poznatky z jednotlivých oborů (mnohdy navíc bez hlubšího pochopení významu a smyslu), objevují při projektové výuce tyto poznatky sami, a to z důvodu potřeby.“ (Přivětivá, S., 2007, s. 12)

Běžný žákův svět se neskládá pouze z oddělených situací, které se vyučují na základních školách. Žák potřebuje sám objevovat nové věci a propojovat jednotlivé naučené poznatky z různých vědních disciplín dohromady při řešení různých každodenních záležitostí. V dnešní době žáci nejčastěji vyhledávají informace na internetu, který je velice populární a pro

velký podíl žáků je samozřejmostí každodenní rutiny. Můžeme však s žáky využívat i klasičtější způsob vyhledávání informací, pokud do vyučování zapojíme práci s encyklopediemi, časopisy nebo knihami. Žáci tak budou muset mezi sebou kooperovat a učit se naslouchat jeden druhému.

1.2 Projektová metoda

Josef Valenta ve své knize uvádí:

„ Projektová metoda navozuje: - cílenou učební činnost, promyšlenou a organizovanou, - intelektovou i ryze praktickou, - vyhovující potřebám a zájmům žáků, ale též pedagogickému rozhodnutí učitele, - koncentrovanou kolem určité základní ideje, - zaměřenou prakticky a směřující k upotřebitelnosti v životě - přinášející změny v celku osobnosti žáka, - za kteroužto žáci přejímají odpovědnost. “ (Přivětivá, S., 2007, s. 11)

Projektovou metodu také popisuje Jana Kratochvílová ve své knize Teorie a praxe projektové výuky takto:

„ ... na projektovou metodu nahlížíme jako na uspořádaný systém činností učitele a žáků, v němž dominantní roli mají učební aktivity žáků a podporující roli poradenské činnosti učitele, kterými směřují společně k dosažení cílů a smyslu projektu. Komplexnost činností vyžaduje využití různých dílčích metod výuky a různých forem práce. “ (Přivětivá, S., 2007, s. 11)

V současných školách by měla projektová metoda vést k motivaci žáka, kde by žák měl jevit o problematiku zájem. V projektu by žák neměl být subjektem, ale měl by se stát pevným objektem, spolupracovat s učitelem, ale zároveň si po svém řídit práci, kterou dostane přidělenou. Žák by měl mít pocit, že není uzavřený v „bublině“, ale pohlíží se na něj jako na důležitého člena týmu, který je iniciativní a zodpovědný za svoji práci. Učitel by se měl dostat pouze do role rádce a být žákům nápomocný, když si nebudou vědět rady.

1.3 Typy projektů

Pokud se rozhodneme zpestřit žákům výuku projektem, měli bychom si důkladně ujasnit, o jaký projekt se bude jednat, jaké bude mít zaměření, téma či jak může žáky obohatit.

Následující text, který se týká především dělení projektů podle různých kritérií, vychází z odborného zdroje (Coufalová, J., 2010, s. 11) a text byl zestručněn a modifikován.

1. Podle účelu

Velice důležité je vyjasnit si, co bude hlavním cílem - zda budeme načerpané znalosti uplatňovat v nových situacích nebo budeme dosavadní zkušenosti pouze procvičovat a upevňovat. V projektech může dojít i k prolínání obou zmíněných situací.

2. *Podle vztahu k učivu a vyučovacím předmětům*

Musíme se rozhodnout, zda budeme projekt koncipovat pouze na jeden předmět nebo máme za cíl integrovat do projektu více předmětů. Učitel na prvním stupni má velkou výhodu, jelikož většinou vyučuje všechny předměty a může snadno ve výuce aplikovat obě varianty.

3. *Podle organizace*

Toto kritérium má úzkou spojitost s předešlým bodem. Pokud víme, které učivo chceme v projektu využít, můžeme si přizpůsobit organizaci vyučování. Coufalová uvádí, že „Projekt může probíhat během určitého časového období v hodinách nebo částech hodin daného předmětu, aniž bychom cokoli měnili v organizaci týdenního rozvrhu hodin. Může se také prolínat vyučovacími hodinami příbuzných předmětů. (Coufalová, J., s. 10) Lze ho uspořádat i mimo výuku předmětů nebo realizovat jen v některých dnech v týdnu. Žáci mohou mít vyhrazené hodiny v domluvených dnech, např. pondělí a čtvrtek, a v nich projekt provádějí.

4. *Podle délky trvání*

Projekt může mít různou časovou délku. Může být záležitostí celého pololetí, určitého významného období, např. Vánoc, Velikonoc, nebo týdne či jednoho dne.

Projekty můžeme rozdělovat na tři typy:

A. *Krátkodobé*

Mezi krátkodobé projekty můžeme řadit projekty, které trvají jedno dopoledne, několik hodin nebo dnů.

B. *Střednědobé*

Středně dlouhé projekty mohou přetrvávat týden, několik týdnů či měsíc.

C. *Dlouhodobé*

Dlouhodobé projekty trvají většinou několik měsíců, celé pololetí či školní rok.

Když s projekty teprve začínáme a nemáme s nimi žádnou zkušenost nebo velice malou, je výhodné pro nás začít s projekty krátkodobými. Postupně můžeme s nabývajícím zkušenostmi připravovat i náročnější projekty, kde můžeme spolupracovat i s ostatními učiteli nebo školami.

5. *Podle místa konání*

Projekt většinou probíhá ve školních prostorách. Za nejčastější místo můžeme považovat třídu. Může ale probíhat i mimo školní budovu v přírodě nebo ve veřejných institucích, jako je knihovna. Na projektu žáci mohou pokračovat i doma či ve spolupráci se školní družinou.

6. *Podle navrhovatele*

Projekt může vzniknout z podnětu žáků, kdy žáci mají potřebu vědět o určitém tématu více a pro učitele je to výborný signál pro vytvoření projektu, na kterém se můžou z velké iniciativy podílet žáci. Projekt může vzniknout i ze strany učitele, kdy považuje některé téma za zajímavé a chce ho realizovat jiným typem vyučování. Projekt lze realizovat i propojením obou možností, kdy se na něm podílí zčásti učitel a zčásti žáci.

7. *Podle počtu zapojených žáků*

Počet žáků zapojených do projektu může být rozmanitý. Nejčastěji na prvním stupni zapojujeme celou třídu. Může se na něm ale podílet i menší skupina žáků. Záleží na tom, o jaký typ a velikost projektu se jedná. Pokud budeme chtít vytvořit velký projekt, můžeme do něj zapojit i jiné třídy a učitele, kteří mohou být nápomocni a přinést do něj novou inspiraci. Spolupracovat mezi sebou můžou i různé typy škol, přičemž pak žáci mohou získat nové zážitky a zkušenosti, které by nezažili, pokud by se projekt odehrával jen v zázemí třídy. Někdy se však můžeme setkat s tím, že se nám může velký projekt rozpadnout na několik dílčích, kde mohou někteří žáci pracovat i samostatně. Důležitá je stálá komunikace a dobře promyšlená kompozice.

8. *Podle velikosti*

Velikost může mít v projektu velice relativní povahu. V některých případech jde vymezit jednoznačně. Velice záleží, jakým způsobem projekt pojmem. Některý projekt může být malý, protože se v něm zabýváme pouze několika vlastnostmi. Pokud téma projektu bude „Cestování po světě“, můžeme ho považovat za malý v okamžiku, kdy se budeme zabývat jen výčtem zemí a základními informacemi. Když půjdeme více do hloubky a budeme zkoumat původ zemí, historii, vyrábět typické znaky země, pak se může jednat již o velký projekt.

1.4 Pozitiva a negativa projektu

Mnozí žáci jsou po odchodu ze základních škol vybaveni velkým množstvím teoretických vědomostí, dovedností či postojů. Otázkou zůstává, zda tyto získané zkušenosti jsou dobře využitelné i v každodenním životě a světě.

Zapojení projektů do výuky nám nabízí výhodné východisko, jak si žáci mohou efektivně vyzkoušet různé typy situací a věcí přímo v praxi. Záleží na vhodném přístupu, výběru tématu a na motivaci. Žáci se zde mohou setkávat s určitým problémem, kde by se sami měli snažit problém co nejlépe účinně vyřešit a vytvořit různá možná řešení. V zaměstnání také mohou být postaveni před záležitost, kterou budou muset vyřešit, aniž by jim někdo poskytl rady. Ve školách se bohužel setkáváme s modelem, kde se žák naučí učivo mechanicky nazpaměť, kde leckdy žák nechápe souvislosti a je učitelem vyzkoušen. Žák postrádá jistou motivaci, která je pro něj nesmírně důležitá, protože by ho měla vést k cíli.

Motivace podněcuje účelné chování, které zajišťuje základní životní funkce člověka. Je to proces, který je způsoben naším způsobem jednání, proces, který určuje většinou zaměření, trvání a intenzitu jednání. Proces by měl trvat do té doby, než dojdeme k určenému cíli, ale tam se nedostaneme, dokud nenajdeme motiv, který je „spouštěčem procesu“. Motiv neboli „pohnutka“, je něco, co způsobí určité chování a energii, kterou žák vynaloží během zadané práce.

Na prvním stupni se nejčastěji setkáváme s projekty, které se zaměřují na opakování nebo upevňování učiva. Projekt ale můžeme použít i u zcela nového učiva. Nejvhodnější varianta je užití projektu i ve venkovních prostorách, jako může být například les, muzeum či školní zahrada, kde žáci přijdou do přímého kontaktu s realitou. Další z možností může být i spolupráce s různými druhy organizací nebo institucí, kde se žáci mohou setkat s jiným modelem řešení, které může žákům přinést další nové zkušenosti přímo z praxe.

Jedním z úskalí příznivců a propagátorů určité metody, kterou chtějí prosadit ve vyučování, je, že chtějí zdůraznit její klady a určitým způsobem ji absolutizovat, i když ji sami chápou jako metodu doplňkovou, která je vhodná pro zpestření vyučovacích hodin.

„Jednostranné preferování tzv. netradičních vyučovacích metod není řešením problémů současné školy. Projektová metoda je jedním z léků na nemoci našeho školství, ale sama pacienta nevyléčí.“

(Coufalová, J., 2010, s. 19)

Nevýhodou pro některé učitele může být větší časová náročnost. Učitel musí důkladně znát učivo a umět improvizovat. Nemůže si přesně rozplánovat vyučovací čas. Někteří učitelé považují metodu za příliš složitou, kde výsledný efekt neodpovídá vynaloženému úsilí. Někdy také

argumentují, že žáci nejsou na projektovou metodu připraveni. Často se domnívají, že projekt lze realizovat až se staršími žáky. Pokud ale chceme realizovat projekt s mladšími žáky, je jen potřeba zvolit adekvátní délku projektu.

V našich školách stále přetrvává názor, že na procvičení učiva je potřeba zadávat co nejvíce úloh a úkolů. Pozorovateli zejména u jednodenních projektů se může zdát, že se žáci skoro nic nenaučili, když nevykázali velké množství vyplněných cvičení. Vyberme si ale jednoho konkrétního žáka a zkusme se zamyslet nad tím, co celé dopoledne dělal právě on. Byl zapojen do aktivit, řešil konkrétní problémy a několikrát spolupracoval s ostatními žáky, s kterými musel aktivně komunikovat.

Shrneme-li si, co projekt může žákům nabídnout, pak můžeme hovořit o jisté mravní dimenzi, žák se učí tvořit, podněcuje svoji intuici, fantazii a učí se naslouchat druhým. Pokud vybereme vhodné téma projektu do školního vyučování, pak můžeme v žákovi vyvolat rozmanité pohledy na zvolený problém. Projekt nabízí využití poznatků ihned. Umožňuje podnítit aktivitu žáků a zaměřit se na řešení problémů z praktického života. Klasické vyučování dává žákům znalosti a dovednosti „do zásoby“ s tím, že je použijí někdy v budoucnosti, „v opravdovém“ životě. Mohou dojít k závěru, že jim poznatky k řešení všech problémů nestačí, že je potřeba se rozvíjet a získávat nové poznatky. Projekt se tak může stát jistou motivací žáků pro další učení. (Coufalová, J., 2010, s. 14)

2 Aktivizující metody ve výuce na 1. stupni základních škol

V této kapitole se budeme zabývat možnostmi, jak žáka zaktivizovat a seznámit se s jinými vybranými výukovými metodami. Abychom byli schopni vytvořit kvalitní projekt, musíme se zabývat i otázkami o aktivním učení - jak žáky namotivovat a získat jejich pozornost a zájem o tvořivou práci.

Tradiční soubor výukových metod se během vývoje stále rozšiřuje a zdokonaluje. Současná situace přináší pedagogům známé i méně obvyklé způsoby, kterými je možno žáka aktivizovat. Pro pedagoga je velmi důležité se seznámit s různými způsoby řešení problémů, které se mohou ve výuce objevit. Můžeme říci, že se jedná o postupy, které nejsou pro učitele úplně obvyklé. Mnohdy mohou být pro laika i překvapivé. Aktivizující metody pomáhají překonávat stereotypy ve výuce. Jejich důležitým prvkem je i to, že podporují tvořivost učitelů. (Langhamerová, J., 2007, s. 27)

Hlavními výhodami při používání aktivizujících metod je jejich přínos k všestrannému rozvoji osobnosti žáka, jeho samostatnosti, zodpovědnosti a tvořivosti. Žákům je dána možnost zčásti ovlivnit konkrétní cíle výuky. Škola se při použití těchto prvků více propojuje a přibližuje reálnému životu. Školní prostředí se tak stává zajímavějším a motivujícím. Při této výuce provádějí většinu aktivit a práce žáci sami. Hovoří o myšlenkách, řeší různé problémové situace a umějí získané vědomosti aplikovat do praxe.

Aktivizující výuka je pro žáky neobvyklá a zábavná. Poskytuje individuální podporu každému jedinci a žáky vybízí k osobní aktivitě a k přímému zapojení. Při vyučování těmito metodami většinou žáci nesedí v lavicích, mohou se pohybovat po určené místnosti a uvažovat nahlas. (Langhamerová, J., 2007, s. 28)

Při využívání metod se učitel stává partnerem svých žáků na rozdíl od výuky frontální. Učitel je osobou, která řídí průběh hodiny a určuje směr práce. Stává se rádcem žáků. Učitel se snaží žáky podporovat a vytvářet příjemnou pracovní atmosféru.

Nevýhodou aktivizujících metod může být doba potřebná k jejich uskutečnění. Setkáváme se i s názorem, že učitelé nemohou ztrácet čas tím, že si budou s dětmi pouze „hrát“. Důležité je, aby pedagog pečlivě vybíral, do které hodiny nebo části hodiny tento netradiční postup zařadí. (Langhamerová, J., 2007, s. 29)

Aktivizační metody zlepšují proces výuky z metodického hlediska a dělají vyučování efektivnějším. Nejdůležitějším cílem aktivizačních metod je změnit statické metody v dynamické,

vtáhnout kontinuálně žáky do problematiky a zvýšit tak jejich zájem o danou problematiku. Jako další cíl můžeme uvést žákovu snahu o změnu přístupu k vyučování – dochází k přeměně z pasivního posluchače v aktivního partnera zapojujícího se do výuky. (Nečasová, J., 2012, s. 17)

2.1 Vybrané aktivizační metody

2.1.1 Metoda diskusní

Metoda diskuse vychází z metody rozhovoru a navazuje na její různé varianty. Metoda rozhovoru je nezbytnou součástí pedagogické komunikace, jejíž základem je podle Maňáka (Maňák a kol., 1997, s. 20) interakční vztah mezi učitelem a žákem realizující se nejčastěji v otázkách a odpovědích.

Při užití této metody si účastníci vzájemně objasňují svá stanoviska a učí se vyvracet názory protivníka. Metoda se na rozdíl od rozhovoru vyznačuje tím, že si všichni účastníci navzájem kladou otázky, vyměňují si názory, argumentují, odpovídají si na otázky a nacházejí řešení problému. (Langhamerová, J., 2007, s. 29,30)

Diskusi můžeme zařadit jako vhodný nácvik vystupování a vyjadřování vlastních názorů a myšlenek.

2.1.2 Metoda inscenační

Langhamerová se ve své práci domnívá, že *„Názory a postoje žáka se mění v modely skutečného jednání. Při užití této metody se prohlubuje učivo, každý má možnost vnést do role kousek sám sebe. Účastníkům je umožněno vcítit se do jednání a chování někoho jiného. Velmi důležité je to, aby si mohli žáci sami zvolit roli, popř. aby mohli bez udání důvodu od této role odstoupit nebo si ji vyměnit. Po zahájení inscenace zasahuje učitel do děje jen v nejnnutnějších případech.“* (Langhamerová, J., 2007, s. 34) Můžeme zde najít různé varianty. Rozlišovat strukturované inscenace, nestrukturované inscenace a mnohostranné hraní rolí.

2.1.3 Metoda situační

Situačními metodami můžeme nazvat postupy při problémovém řešení modelových situací. Zadání vychází z reálné situace, kterou bylo nutné vyřešit v praxi. Častým rysem těchto postupů bývá nedostatek informací a možnost většího počtu řešení daného úkolu.

Žáci se učí jednat a řešit problémy, které přináší praxe. Pedagog musí při sestavování problémových příkladů a případů převzatých z praxe jevy zjednodušit. Postup při řešení

problémových příkladů je charakterizován komunikací učitel – žáci a kvalitní zpětnou vazbou a není možné opomenout vzájemnou komunikaci mezi žáky. (Langhamerová, J., 2007, s. 32)

2.1.4 Didaktické hry

Hra je jednou z nejzákladnějších a nejdůležitějších činností v životě dítěte. Tvoří nezaměnitelné místo v srdci každého žáka. Ve výuce je možné využívat různé druhy her. Hry, které se snaží rozvíjet poznávací funkce žáků, ale i zaměřené na osvojování a procvičování učiva. Hana Filová tvrdí, že tvořivý učitel je schopen využívat her variabilně, obměňovat je podle situace a dokonce je vytvářet společně s dětmi (Langhamerová, J., 2007, s. 35).

Velmi důležitý je výběr didaktických her. Učitel by měl při výběru brát v potaz věk žáků, jednoduchost či složitost pravidel a samozřejmě čas, který je třeba k uskutečnění dané hry. (Langhamerová, J. s. 35)

Hry obstarávají ve výuce aktivitu, učí děti tvořivosti a motivují je k práci. Měly by přinášet zábavu, ale i poučení. Nejlepší variantou je, když učení probíhá nenásilnou formou a dítě si ani neuvědomuje, že se při zábavné činnosti učí a dozvídá něco nového. (Langhamerová, J. s. 35)

2.2 Aktivní učení

Lidé mají představu o své vysněné práci. Bohužel, ke každé takové práci většinou vede klikatá cesta plná nástrah, proto je důležité mít nastavenou velkou motivaci, která je naší hybnou silou.

Aktivní učení lze charakterizovat jako učení žáka na základě jeho vlastní iniciativy, která vede k samostatnému, tvořivému myšlení. *„Aktivním učením rozumíme postupy a procesy, pomocí kterých žák (učící se jedinec) přijímá s aktivním přičiněním informace a na jejich základě si vytváří své vlastní úsudky. Tyto informace zpracovává a poté začleňuje do systému svých znalostí, dovedností a postojů. Formou aktivního přístupu k získávání nových informací si žáci současně velmi efektivně rozvíjejí schopnost tzv. kritického myšlení. Tento analytickosyntetický proces je charakterizován vlastním objevováním, posuzováním, porovnáváním a začleňováním informací do již existujícího znalostního systému, autonomním, individuálním rozhodováním o jejich využití nebo odmítnutí.“* (Bezoušková, E. 2012, s. 8)

Aktivní učení je intelektuálně podnětější a efektivnější než pouhá výuka výkladem. Rozvíjí mnoho důležitých dovedností. Žáci k němu mají zpravidla kladný vztah, protože ho cítí jako méně ohrožující než učební činnosti řízené přímo učitelem. Posiluje kladné postoje žáků

k sobě samým, umožňuje jim prostřednictvím kooperace lépe pochopit průběh činností, mohou se dělit o zkušenosti se spolužáky, diskutovat o svých strategiích a průběžně sledovat výkony svých vrstevníků. Aktivní učení přináší větší zkušenost, vhled do probíraného učiva a zážitek. (Bezoušková, E., 2012, s. 8, 9)

3 Tvořivost při praktických činnostech na 1. stupni základních škol

V této kapitole se seznámíme s pojmem tvořivost. Je to velmi důležitý bod, který využijeme v praktické části diplomové práce. Pozornost zaměříme na teoretická východiska, metody a programy pro rozvoj tvořivých schopností. Obezdnáme se i s pracovními náměty pro rozvoj tvořivosti, který využijeme v praktické části práce.

3.1 Teoretická východiska tvořivosti

Každý člověk se rodí s určitou mírou tvořivosti. Celkový obraz dynamiky tvořivosti je relativně individuální. Hlavsa se domnívá, že u dětí dochází k rozvoji stupně tvořivosti hlavně do šestého roku života. Postupem času přichází určitý útlum vlivem učební činnosti ve škole. K většímu vzestupu dochází až po desátém roce života dítěte. (Honzíková, J., 2003, s. 11)

Tvořivost můžeme vysvětlit velkým množstvím definic. Vědci již dlouhou dobu zkoumají, co pojem tvořivost znamená, ale ještě se neshodli na jedné definici, která by ji výstižně určovala. „*Tvořivost se jeví jako schopnost, která je odlišná od inteligence. Způsoby, jak se tyto dvě schopnosti kombinují, mohou směřovat k velice rozdílným stylům učení a rozdílným úrovním výkonů.*“ (Honzíková, J., 2003, s. 9)

Tvořivost je jistým způsobem ovlivnitelná výchovou a schopnosti jsou pak výsledkem intenzivního úsilí. K rozvoji nejvíce přispívá problémové vyučování a již zmíněná projektová metoda. K neznámějším metodickým modifikacím výchovy k tvořivosti náleží: (Honzíková, J., s. 16)

- Brainstorming
- HOBO metoda
- Synektika
- Metoda Phillips 66 či metoda 63

Po celém světě můžeme najít velké množství programů, které rozvíjejí tvořivost. Programy ale většinou vycházejí z podobných principů a cvičení se opakují. Z velké části se jedná o metody, které byly uplatňovány i v experimentu ve vyučování pracovních činnostech, například úlohy produkčního charakteru či divergentní úlohy. (Honzíková, J., 2003, s. 17)

V knize J. Honzíkové můžeme nalézt univerzální heuristický program pro tvořivé, kde středem zájmu je dítě. Vytvořili ho M. Zelina a M. Zelinová (1996) a dali mu název DITOR, který je odvozený od začátečních písmen heuristického postupu:

D – definovat problém (zformulovat, sestavit řešení)

I – informovat se o problému (shromáždit poznatky)

T – tvořit řešení (nápady na vhodné řešení problému)

O – ohodnotit řešení (posoudit novost a nápaditost)

R – realizovat vybrané řešení v praxi (Honzíková, J. 2003, s. 17, 18)

Úkolem učitele je námět důkladně promyslet, aby odpovídal věku žáka, jeho dovednostem a schopnostem, provést myšlenkovou přípravu a zkonkretizovat, ujasnit si pracovní postup a problémy, které mohou případně nastat.

Pracovní námět by měl splňovat tyto náležitosti (Honzíková, J. 2003, s. 20):

- *přiměřenost duševním i tělesným schopnostem žáků,*
- *možnost ho zhotovit v plánované době a z materiálu, který je dostupný,*
- *možnost využití mezipředmětových vztahů,*
- *rozvíjení představivosti a technického myšlení žáků.*

Z výše uvedených informací budeme vycházet v praktické části diplomové práce. V projektech si prakticky vyzkoušíme některou z metodických modifikací výchovy k tvořivosti.

4 Rámcově vzdělávací program pro základní vzdělávání

Z výše uvedených teorií je právě rámcově vzdělávací program jednou z klíčových teorií, která je pro vyučování nepostradatelná a provází nás po celou dobu. Definiuje konkrétní cíle a kompetence, kterých by měli žáci dosáhnout.

Důležitou úlohou rámcově vzdělávacího programu je ulehčit svým pojetím přechod žáků z rodinné péče a z předškolního vzdělávání do povinného a pravidelného vzdělávání. Pomáhá rozvíjet individuální potřeby a zájmy žáků. Velký důraz je kladen na rozvoj klíčových kompetencí. Klíčové kompetence nabízejí množství vědomostí, dovedností, postojů a hodnot, které jsou nezbytné pro rozvoj každého žáka. Hlavním úkolem je připravit žáky na další vzdělávání.

Utváření a rozvoj kompetencí je dlouhodobý proces. Začátek můžeme spatřit již v předškolním vzdělávání. Získané kompetence žák využije v průběhu svého studia. (Langhamerová, J., 2007, s. 12)

4.1. Pojetí, cíle, výstupní kompetence žáka na 1. stupni ZŠ se zřetelem na oblast Člověk a svět práce

Vzdělávací oblast Člověk a svět práce vychází z reálných životních situací, v nichž žáci přicházejí do přímého kontaktu s lidskou činností v různých souvislostech. Zaměřuje se na praktické pracovní dovednosti a návyky. Doplnuje základní vzdělání o důležitou složku nezbytnou pro uplatnění člověka v běžném životě a společnosti. Je založena na tvůrčí spoluúčasti žáků. (RVP ZV, 2016, s. 103)

Vzdělávací oblast je určena všem žákům. Žáci se učí pracovat s různými materiály, osvojují si základní pracovní dovednosti a návyky, učí se plánovat a hodnotit pracovní činnost samostatně i ve skupině.

Směřuje k utváření a rozvíjení klíčových kompetencí žáků a tím vede žáky:

- *k pozitivnímu vztahu k práci a k odpovědnosti za kvalitu svých i společných výsledků práce,*
- *k osvojení základních pracovních dovedností a návyků z různých pracovních oblastí, k organizaci a plánování práce a k používání vhodných nástrojů, náradí a pomůcek při práci i v běžném životě,*
- *k vytrvalosti a soustavnosti při plnění zadaných úkolů, k uplatňování tvořivosti a vlastních nápadů při pracovní činnosti a k vynakládání úsilí na dosažení kvalitního výsledku,*

- *k poznání, že technika jako významná součást lidské kultury je vždy úzce spojena s pracovní činností člověka,*
- *k autentickému a objektivnímu poznávání okolního světa, k potřebné sebedůvěře, k novému postoji a hodnotám ve vztahu k práci člověka, technice a životnímu prostředí,*
- *k chápání práce a pracovní činnosti jako příležitosti k seberealizaci, sebeaktualizaci a k rozvíjení podnikatelského myšlení,*
- *k orientaci v různých oborech lidské činnosti, formách fyzické a duševní práce a osvojení potřebných poznatků a dovedností významných pro možnost uplatnění, pro volbu vlastního profesního zaměření a pro další životní a profesní orientaci.*
(RVP ZV, 2016, s. 103)

Člověk a svět práce je rozdělen na čtyři tematické okruhy:

- práce s drobným materiálem,
- konstrukční činnosti,
- pěstitelské práce,
- příprava pokrmů.

4.2. Vzdělávací oblast vzdělávacího oboru - Příprava pokrmů

Cíle předmětu:

Didaktická transformace obsahu učiva do vzdělávacího okruhu Příprava pokrmů na 1. stupni základních škol.

Kompetence žáka:

Žák se orientuje v základní problematice v oblasti přípravy pokrmů.

Žák je schopen integrovat získané poznatky do reálného úkolu.

Příprava pokrmů

Očekávané výstupy – 1. období

Žák

- připraví tabuli pro jednoduché stolování
- chová se vhodně při stolování

Očekávané výstupy – 2. období

Žák

- orientuje se v základním vybavení kuchyně
- připraví samostatně jednoduchý pokrm
- dodržuje pravidla správného stolování a společenského chování
- udržuje pořádek a čistotu pracovních ploch, dodržuje zásady hygieny a bezpečnosti práce; poskytne první pomoc i při úrazu v kuchyni

(RVP ZV, 2016, s. 106)

Učivo:

- základní vybavení kuchyně
- výběr, nákup a skladování potravin
- jednoduchá úprava stolu, pravidla správného stolování
- technika v kuchyni – historie a význam

(RVP ZV, 2016, s. 106)

5 Historie přípravy pokrmů a stolování v různých staletích

V této kapitole se seznámíme se stolováním a vybaveností kuchyní v různých staletích. Zabývat se budeme kuchyněmi v období od 12. do 16. století. V závěru celé kapitoly se podíváme i na některé dobové recepty z 15. – 16. století. Najdeme zde i konkrétní ukázky a seznam některých rostlin, které bychom v pozdním středověku v Čechách marně hledali.

Z této teorie budeme vycházet v některém z projektů, kterými se budeme zabývat v praktické části diplomové práce.

5.1. Příprava pokrmů a stolování ve 12. století

Z této doby o přípravě pokrmů neexistují žádné doložené písemné zprávy, k dispozici jsou jen archeologické nálezy. K základnímu vybavení v českých zemích patřily kovové kotle, které se zavěšovaly se přímo nad oheň a později se stavěly na nízké trojnožky do ohně v otvoru pece. Vařily se rozmanité kaše, omáčky, polévky, ale také maso. Chléb a placky se pekly na rozpálených kamenech. Doloženo je i pražení na velkých hliněných pánvích. V raně středověkých domech se vařilo na ohni před domem, v případě nepříznivého počasí uvnitř obydlí. Malé pece stávaly mimo dům, často pod nízkým přístřeškem. Jedna pec většinou sloužila několika rodinám, někdy dokonce i celé vesnici.

Přípravě stravy se věnovala velkou část dne žena. K rozdělení ohně se používaly křesací kamínky nebo se pomocí luku rychle otáčelo dřívkem v důlku dřevěné podložky. Oheň se udržoval celou noc. Důležité také bylo, aby si hospodyně předem připravila suroviny a donesla dostatečné množství vody. K mytí nádobí se používal písek, vlažná voda a nádobí se nechávalo samovolně uschnout.

Rozdíl můžeme najít v kuchyni knížete a jeho družiny, kterou nejčastěji řídil muž, komorník, který měl na starosti spížírnou. (Vondruška, V., 2009, s. 65, 66)

Společenské normy a pravidla kultivovaného stolování neexistovaly. Lze pouze předpokládat, že si lidé před jídlem myli ruce. Pod vlivem křesťanství šlo o symbolický akt, protože pokrm byl boží dar. Též neexistovaly příbory. Lidé jedli pomocí placek a chleba. Pokud se podávala polévka, mísa kolovala kolem stolu a přítomní z ní přímo srkali.

Jak vypadaly hostiny v raném středověku, můžeme pouze odhadovat. Vyznačovaly se hojností jídla a pití a mnohdy trvaly déle než jeden den. Chování urozených hostů bývalo zpravidla hodně drsné a necudné, proto bývalo zvykem, že ženy jedly jiné místnosti a u jiného stolu. Až ke konci 12. století začali ve Francii stolovat během hostiny páry společně. (Vondruška, V., 2009, s. 67)

5.2. Příprava pokrmů a stolování ve 13. století

Pokud se vydáme zkoumat stravu našich předků o století výš, můžeme zde najít mnoho zajímavých faktů. V některé literatuře autoři uvádějí, že ve vrcholném středověku dominovala ve výživě lidí moučná strava. Tato informace ale není zcela pravdivá. Středověká strava nebyla vegetariánská. Podíl masa ve 13. století byl dokonce i na stolech prostého lidu vyšší než po třicetileté válce. Jedním z hlavních důkazů, které informaci potvrzují, jsou rozbory kostí dobytka. Mnoho kusů bylo poráženo mladých, z osteologického materiálu vyplývá, že většina skotu se porážela již ve třetím roce věku. Maso nebylo výjimkou ani u obyvatel na venkově. (Vondruška, V., 2010, s. 77)

V kuchyni existovala určitá vyváženost mezi masitou a moučnou stravou, vařila se jídla kořeněná, sladká, slaná i na bázi medu. Po většinu roku byl k dispozici dostatek ovoce, lesních plodů a základních druhů zeleniny. Ovoce se na zimu sušilo. Dalo by se říci, že strava nebyla jednotvárná.

Vondruška ve své knize zmiňuje: „ *V roce 1280 věnoval pražský měšťan Vobolin špitálníkům vesnici Nemilkov, aby z jejich výnosů dávali nemocným, o které pečují, každou středu kus bílého chleba, vejce, hrušku, jablko či kus sýra.*“ (Vondruška, V., 2010, s. 77)

Vážnějším problémem lidí byl spíše krátkodobý nedostatek jídla v letech neúrody než nedostatečná pestrost pokrmů. Hladomorů ve 13. století zažili lidé podstatně méně než v následujících staletích. (Vondruška, V., 2010, s. 77)

Při stolování začaly nastávat změny. Kultivace stolování zasáhla pod vlivem dvorských mravů nejprve urozené vrstvy, prostředí prelátů a bohatých patricijů. Začaly se utvářet normy, jak se mají hosté u stolu chovat. U dvorské tabule se jídlo krájelo nožem a sousta se do úst vkládala jen pomocí palce a ukazováčku. Maso z mísy nabírali pomocí placky či chlebové střídky. Střídka, s níž se uchopovalo maso, se nejedla, ale po několika soustech se házela psům. Ke konzumaci polévek a kaší sloužila lžice s krátkou rukojetí, která se držela v sevřené pěsti.

Středověké stolování mělo přesná pravidla, podle kterých se určovalo, kdo má přednostní právo být obsloužen a v jakém pořadí budou lidé u stolu jíst. Bylo to dobovým výrazem pro vnitřní členění rodiny. (Vondruška, V., 2010, s. 80)

5.3. Příprava pokrmů a stolování ve 14. století

V důsledku změn klimatu pronásledovaly ve 14. století evropskou společnost hladomory mnohem častěji než v předchozích staletích. Množství stravy a její kvalitu ovlivňovalo

střídání ročních období. Lidé jedli rádi, pokud měli dostatek jídla, pak se přejídali. Pojem štěstí se spojoval s hojností jídla a pití.

Jelikož převažoval nedostatek jídla, nemohli lidé plýtvat a spotřebovávali vše, co si vypěstovali nebo nasbírali. Lidé v tomto období neměli mlsné chutě. (Vondruška, V., 2011, s. 75)

Jídlo se většinou vařilo na otevřeném ohni. U domu se zřizovaly malé kamenné pece, v nichž se pekl chléb, sušil len či ovoce. Ženy také při vaření využívaly ruční mlýnky na obilí. Na hradech a tvrzích existovaly speciálně zřízené prostory zvané černé kuchyně. Byl to kuchyňský prostor, v němž bylo otevřené ohniště a ve stropě široký dymník. Název dostal podle toho, že stěny i strop byly často černé a mastné od sazí. Vybavení kuchyně bylo velice prosté. Zásoby se v kuchyni neukládaly, protože místnost byla špinavá a zakouřená. Hospodyně používaly nízké kovové podstavce, které umístily do ohně a na ně stavěly keramické hrnce. (Vondruška, V., 2011, s. 78)

Lidé obvykle jedli dvakrát denně. Obě jídla byla vařená či ohřívána. Obědem bylo označováno první jídlo, které se jedlo po mši. Druhé jídlo bylo nazýváno večeře, která se jedla v závislosti na době ročního období. Výjimku tvořily svátky, kdy se jedlo s přestávkami celý den. Jíst více než dvakrát denně bylo předmětem kritiky církevních mravokárců. (Vondruška, V., 2011, s. 78)

Vondruška se ve své knize domnívá, že „*chodem se označoval pokrm, který se mohl jíst samostatně. V pramenech se uvádí oběd o třech chodech, který se skládal z hrachové kaše, kusu masa a malého bochníku chleba. Večeře měla být podle lidí bohatší a měla trvat delší dobu. Šlo o tradiční názor, jehož původ tkvěl nejspíš v evangeliích.*“ (Vondruška, V. 2011, s. 78)

5.4. Příprava pokrmů a stolování v 15. století

V 15. století v českých zemích řádily hladomory a jídlo bylo skromnější. Toto století se ale pyšní pokrokem v mletí obilí. Zatímco ve 14. století hospodyně mlely obilí na ručních mlýncích, v 15. století naprosto jednoznačně převládalo mletí obilí v mlýnech. (Vondruška, V., 2012, s. 73)

Většina dobových spisů uvádí, že lidé konzumovali jídlo většinou dvakrát denně. Pod pojmem jídlo se rozuměl vařený pokrm, který jedla rodina společně u jednoho stolu. Jídlo bylo denním rituálem. Ranní pokrm nebyl vařený a obvykle se nekonzumoval u stolu společně s celou rodinou, proto se v duchu rituálního chápání mezi jídla nepočítal. V tomto století se oběd servíroval již v deset hodin a večeře mezi šestnáctou a osmnáctou hodinou.

V šlechtických hradech býval určen jakýsi zasedací pořádek, aby nevznikl u stolu chaos. Podle toho, jaké kdo zastával postavení, měl přesně stanovené místo. Pán a jeho rodina měli

lepší pokrm než ostatní, například o chod více. Pokud byl dvůr veliký a služebníků hodně, existovala diference v jídle i mezi nimi. Ten, kdo seděl blíže ke stolu pána, měl více jídla než ti, kteří seděli na konci. (Vondruška, V., 2012, s. 74, 75)

Stůl se v šlechtických i měšťanských domácnostech zakrýval ubrusem, někdy mohla být pod ubrusem ještě rozprostřena silnější látka, nejčastěji sukno nebo vlněný koberec. V 15. století ještě neexistovala norma, aby přibory, misky, číše byly zhotoveny v jednom stylu. Běžné bylo, že měl každý člen domácnosti úplně jinou misku nebo číši než soused. Nejvýznamnější hosté mohli mít stříbrné a méně významní lidé keramické misky. Nejdražší nádobí bývalo většinou vystaveno na obdiv stranou.

Mezi základní kuchyňské vybavení patřila lžice na polévky a ostrý nožik na odkrajování soust masa. Vidlička se v tomto století ještě nepoužívala. Lžici i nůž si většinou nosili lidé vlastní - jak na vznešené hostiny, tak i poutníci na cesty. Výjimku tvořily pouze svatební či korunovační hostiny. Lžice se nedržela jako dnes v ruce, ale v zaťaté pěsti. (Vondruška, V., 2012, s. 76)

5.5. Příprava pokrmů a stolování v 16. století

Kuchyni na venkově či v městských domácnostech měla na starost manželka majitele domu. Pokud žena uzavírala sňatek, musela dokázat, že umí kromě domácích prací také dobře vařit. Doloženy jsou dokonce případy, že ze zasnub sešlo, protože nevěsta „nevařila hrubě chutně“. Šlechta a zámožnější lidé si kuchaře najímali. V renesanci byla profese kuchaře výhradně mužskou záležitostí.

Renesanční kuchyně nebyly ve většině případů soustředěny do jednoho místa, jak jsme zvyklí dnes. Pokrmy se připravovaly v obytné jizbě, ale vařilo se v uzavřeném prostoru černé kuchyně. Odvod kouře byl konstruován způsobem stropního odtahu, nazývala se „černá“, jelikož stěny byly silně znečištěny mastnými sazemi. (Vondruška, V., 2014, s. 80)

Při přípravě jídel se využívalo kuchyňské nádobí keramické, rezné a neglazované. Pokud se cokoliv vařilo, používala se na zakrytí plochá poklička, aby do pokrmu nepadaly nečistoty. U hrnců převládaly baňaté tvary, protože se stavěly na otevřený oheň a kulovitý tvar ideálně využíval okolní teplo. Při vaření se hrnce nestavěly na litinové plotny, protože plotny se rozšířily až v 18. století, ale na kovové trojnožky přímo do plamenů. Používaly se také speciální rendlíky zvané kuthany. Měly ploché dno a vždy se zakrývaly pokličkou. (Vondruška, V., 2014, s. 80)

V renesanci měli lidé všech společenských vrstev sladké chutě. V dobových receptech nacházíme běžně i sladké úpravy masa. Návyk vycházel z omezenosti středověké kuchyně.

K dispozici bylo několik surovin, které se neustále opakovaly. Jídlo se připravovalo ze surovin, které nebyly čerstvé a mnohdy byly i na hranici použitelnosti. (Vondruška, V., 2014, S. 81)

Základem stravy byl chléb a placky, které se podávaly i k sladkým kaším. Vývary se používaly pro posílení organismu nemocných. Stávaly se také základem pro přípravu omáček. Renesanční knedlík nebo šiška nebyla přílohou k jídlu, jak je tomu dnes, ale šlo o masovou zavářku nebo smažené knedlíčky ze sekaného masa na způsob karbanátků, které lidé jedli s omáčkou. (Vondruška, V., 2014, S. 82)

Za denní pokrm se považovalo to, co bylo vařené a konzumovalo se u stolu. Renesance přinesla jednotný požadavek na vybrané chování jako společenskou nezbytnost. Vycházely spisy, které kladly důraz na stolování. Šlechta a měšťané se museli začít chovat podle určitých pravidel. Host neměl u stolu příliš mluvit, neměl hanit hostinu a pomlouvat hostitele. Měl jíst tak, aby neušpinil ubrus a do ubrusu si neměl utírat nos. Knihy radily, aby se sůl nabírala špičkou nože a nikoli prsty, aby se neplivalo, neolizovala se lžice nebo nůž a nefoukalo do horkého jídla. Dále se pokládalo za nevhodné pokládat hlavu na stůl či pít, dokud má člověk sousto v ústech. Zakázáno bylo říhat a mlaskat. Renesance zavedla různé pomůcky. Urození hosté si s sebou nosili párátko z drahých kovů. V šlechtickém prostředí se objevily i vidličky. (Vondruška, V., 2014, s. 82)

5.6. Dobové recepty 15. - 16. století

Ve středověkých receptech většinou nenalezneme konkrétní množství surovin, které mají být k přípravě pokrmů použity. Lidé, kteří recepty sepisovali, předpokládali, že čtenář bude v kuchyňském světě zběhlý a jednotlivé úkony zná. Vzhledem k tomu, že naši předkové vařili většinou na otevřeném ohni nebo v peci, nedá se doba potřebná k pečení jednoznačně definovat.

Kuchyňské knihy se nejvíce rozšířily na počátku 16. století, což souviselo i s rozvojem knihtisku. Na počátku 16. století Jan Severin Mladší vydal první českou tištěnou kuchařskou knihu. Její dochovaný exemplář však bohužel nemá desky a chybí úvodní list, proto neznáme přesný název ani datum vydání.

Vzhledem k tomu, že středověk neznal pojem autorská práva, není ničím neobvyklým, že v mladších spisech nalezneme celé přejaté pasáže ze starších děl. (Feyfrlíková, 2015, s. 63)

Pro představu zde uvádíme některé recepty, které můžeme najít v publikaci M. Feyfrlíkové:

Kaše z povidel (podle kuchařských předpisů nalezených u Knížek o moru)

Suroviny:

200 ml červeného vína, 2 polévkové lžíce švestkových povidel, 2 krajíčky chleba

Do hrnce nalijeme červené víno, ve kterém rozpustíme za mírného varu švestková povidla. Přidáme střídky z krajíců chleba a za stálého míchání rozvaříme na kaši. (Feyfrlíková, 2015, s. 65)

Jícha na jeleninu (podle kuchařských předpisů nalezených u Knížek o moru)

Suroviny: 100 ml červeného vína, ocet, 3 krajíčky chleba, mletý pepř, mletý hřebíček, sádlo, med

Z krajíčků chleba usmažíme topinky a ve vodě smíšené s vínem a lehce dochucené octem je rozvaříme. Vzniklou řídkou kaši propasírujeme přes plátno a okořeníme nadrceným pepřem a hřebíčkem. Lehce omastíme, pokud se nám kaše zdá příliš kyselá, dosladíme medem. (Feyfrlíková, M., 2015, s. 73)

5.7. Příprava pokrmů a stolování v 17. – 18. století

V 17. století dochází k výrazným odlišnostem mezi společenskými vrstvami. Venkované se vraceli k prosté stravě. Jedli převážně rostlinnou stravu, ve výjimečných případech si ji zpestřovali masem. V zámeckých kuchyních vymýšleli kuchaři pokrmy pro rozmařilé panstvo. Do popředí se také dostává správná výživa a léčebné diety. (Olivová, K., 2013, s. 30)

V 17. – 18. století se pravidelnou součástí jídelního příboru stávala vidlička. Zpočátku bývala dvouzubá. Je doloženo i používání cestovního příboru ve zvláštním pouzdru. Mnoho dokladů můžeme najít v Uměleckoprůmyslovém muzeu v Praze. (Beranová, M., 2015, s. 321)

Velkou změnu v naší kuchyni zaznamenal příchod kávy, která se k nám dostává ke konci 17. století. V lidových vrstvách zdomácněla až v 19. století. V 17. století se začíná objevovat majoránka, řeřicha, pepř, skořice a zázvor. Oblíbené bylo vařené maso a hovězí polévka. Vepřové maso se v kuchyni příliš nepoužívalo. V tomto století se v kuchařských předpisech začíná objevovat i zvěřina. Krocani byli označováni jako „indické slepice“. (Olivová, K., 2013, s. 31)

Od pozdního středověku bylo zvykem na stůl stavět honosné, avšak nefunkční kusy nádobí. Talíře se používaly keramické či cínové. Na venkov se talíře dostaly až v 19. století. Pít se rozlévalo z tzv. kredenců, což byly velké stříbrné nádoby. V 17. století se snažili zlepšit techniku vaření. V 18. století se místo otevřených ohnišť začala jídla připravovat na sporácích nebo v troubách. Kuchyně byly více prosvětlené. Objevují se i nejrůznější formy na pečivo, nákypy, konvice na vodu nebo mléko. Do popředí se dostávalo i sklo a porcelán. (Olivová, K., 2013, s. 32)

Od 18. století se začalo jíst třikrát denně. Nejvydatnějším pokrmem bývala snídaně a večeře. (Olivová, K., 2013, s. 33)

5.8. Příprava pokrmů a stolování v 19. – 20. století

V oblasti stravování a vybavení kuchyně nastalo v 19. století mnoho změn. Bylo to také století nových technologií, které hospodyňkám usnadnily práci. V českých zemích byla vydána celá řada kuchařských knih přeložených z němčiny. Pro příklad si můžeme uvést kuchařku „Bavorská kuchařka v Čechách, pro panskou i domácí kuchyni“.

Hlavní složkou potravy zůstávaly nadále obilniny. Převažoval chléb žitný. Vyšší společenská vrstva preferovala bílé pečivo, u chudších obyvatel bylo bílé pečivo podáváno jen při výjimečných příležitostech. Během neúrody obilnin venkované přidávali do těsta poupata, mech či dokonce hlínu. V jídelníčku se objevovala i zelenina a ovoce. Zelenina se využívala hlavně na polévky. Vyšší vrstva si nechávala dovážet artyčoky či chřest. Základem jídelníčku byly u obou vrstev luštěniny. V 19. století se také rozšířila výroba uzenin. V tomto století se objevil guláš. Převažovalo maso hovězí a vepřové. Vepřové bylo častější na venkově, obyvatelé z něj dělali zabijačky. Obliba zvěřiny v tomto století klesala. (Olivová, K., 2013, s. 35)

Z koření se dovážela skořice, vanilka, hřebíček či nové koření. Jedlo se zpočátku až pětkrát denně. Ke konci 19. století se začalo ustupovat na čtyři jídla a ve 20. století na tři. Snídala se polévka nebo kaše. K večeři se většinou dojídaly zbytky od oběda. V 2. pol. 19. století nastala změna, místo polévky k snídani se začal podávat chléb nebo jiný druh pečiva. K jídlu se podávala káva. V 1. pol. 19. století se stávala velmi oblíbenou čekanková káva, tzv. cikorka. Ve stolování převládal francouzský styl. Jídlo bylo přineseno na mísách a každý spolustolovník si jídlo nabral sám. (Olivová, K., 2013, s. 35)

19. století přineslo výrazné změny. Označujeme ho jako století sporákové revoluce. Ve městech se sporáky ujaly již v 1. pol. 19. století, na venkovech až ke konci století. V Čechách se začaly používat železné sporáky na uhlí zvané „špórherdy“. Od 60. let 19. století se začalo vařit na plynu, který umožnil rychlejší vaření. Elektrické sporáky se začaly vyvíjet na konci 19. století. Více se uplatňovaly až po 2. sv. válce. Od konce 19. století se začaly používat lednice. Největší rozmach však nastal až ve 20. století, kdy se začaly vyrábět ledničky takové, jaké známe dodnes. (Olivová, K., 2013, s. 36, 37)

Na konci 19. a počátku 20. století se začínají ukazovat rozdíly mezi městem a venkovem. Nemluvíme již o kuchyni staročeské, ale nastupuje národní a mezinárodní kuchyně. Z písemnictví je zřejmé, že řada zvyklostí ze středních vrstev byla přijímána vyššími vrstvami. Na počátku 20. století zůstává jídelníček podobný století předchozímu. Dominují jídla jednoduchá a finančně nenákladná. Oblíbenými jídly zůstávají slané i sladké pokrmy z brambor, zeleniny a luštěnin. Na venkově z obilnin zůstala populární pohanka či proso. K obědu byly oblíbené polévky. Při svátcích

nebo výjimečných příležitostech se podávalo maso. V měšťanské kuchyni se k obědu podávaly tři chody - polévka, hlavní chod a dezert. (Olivová, K., 2013, s. 37)

Během 1. světové války se konzumovaly náhražkové plodiny a suroviny. Žitná mouka byla nahrazena moukou z ovsa, pohanky či prosa, na venkově často i ze žaludů nebo stromové kůry. V období první republiky byla gastronomie na vysoké úrovni. Můžeme ji srovnat například s Vídní. Na jídelníčku se ustálila jídla, která se používají dodnes. Pro příklad si můžeme uvést guláš, řízek, štrúdl a další. Populárními se stávaly i svačiny mezi jídly, a to dopolední a odpolední svačiny. Dříve byly kuchyně centrem rodinného života, nyní se však kuchyně stávaly pouze místem k vaření. (Olivová, K., 2013, s. 38, 39)

Závěrem můžeme konstatovat, že v každém století bychom objevili určitou specifičnost. Seznámili jsme se se základní problematikou stravování a stolování obyvatel v nejrůznějších staletích.

II. PRAKTICKÁ ČÁST

Hlavní cíl diplomové práce byl stanoven v této podobě: vytvořit projekt „Příprava pokrmů ve výuce na primární škole“ pro výuku technické výchovy na prvním stupni základní školy, který zefektivní její průběh i výsledky v oblasti techniky a bude podporovat rozvoj v oblasti Člověk a svět práce. V některých projektech nahlédneme do historie, naučíme se připravovat jednoduché svačiny či upéct sladký dezert.

1 Zábavné svačinky

Téma: V tomto projektu se žáci naučí vytvářet různé kreativní svačiny, zopakují si jednotlivé druhy ovoce a zeleniny a na závěr udělají ukázkou a ochutnávku žákům mladšího ročníku.

Věková skupina: od 4. ročníku

Počet žáků: 16

Typ projektu: jednodenní – 4 hodiny

Místo k realizaci: třída a kuchyňský kout

Pomůcky: tabule, barevné proužky, papíry, fixy, čtvrtky, nože, prkénko, párátko, špejle, vykrajovátko, škrabka, misky, talíře, různé druhy ovoce a zeleniny, vejčička, pečivo, šunka, sýr

Organizace: skupinová, individuální, instruktáž

Integrace předmětů:

- praktické činnosti – příprava pokrmu
- prvouka, přírodověda – zdravý životní styl, druhy ovoce a zeleniny
- český jazyk – popis pracovního postupu
- matematika – převody váhových jednotek

Použité metody: brainstorming, metody diskusí, instruktáž, popis pracovního postupu, frontální a individuální práce, předvádění a pozorování

Klíčové kompetence: pracovní, komunikativní, sociální a personální

Výchovně – vzdělávací cíle:

Kognitivní cíle:

- seznámení s různými druhy zeleniny a ovoce
- rozlišení, které potraviny patří mezi zeleninu a ovoce
- společné vytváření příběhu o postavičce, která se připravuje v kuchyňském koutě
- vymýšlení asociací, které se vybaví, když se řekne pojem zdravý životní styl
- informace o potravinách, které by měl zařazovat do svého jídelníčku
- zjištění, že ovoce máme jíst spíše v dopoledních hodinách
- způsob zjištění čerstvosti vajíček
- opatrné počínání při manipulaci s noži a horkým sporákem, aby nedošlo k popálení
- opatrnost v kuchyni

Psychomotorické cíle:

- zapnutí a vypnutí sporáku
- uvaření vajíček natvrdo
- nakrájení zeleniny a vykrájení různých tvarů ze zeleniny
- příprava kreativní svačiny z různých druhů potravin

Afektivní cíle:

- ekologické postoje: úsporné zacházení s materiálem – jídlem, šetření s vodou, dodržování pravidel třídění odpadu
- estetické postoje: kreativní zdobení zeleniny (příšera z okurky - vytvoření oči ze sýru, tlapek z mrkve)
- sociální rozvoj: schopnost pracovat samostatně i ve skupině, rozdělení rolí, aktivní zapojení do jednotlivých úkolů, objektivní hodnocení své práce i práce spolužáků, komunikace mezi žákem a učitelem
- osobnostní rozvoj: trpělivost, zodpovědnost a samostatnost

Informační základ pro učitele:

ŠMIKMÁTOROVÁ, P., DROBNÝ, L., SINIČÁK, T. *Receptíky pro male kuchtíky, Hravá kuchařka pro děti*. 1. Vyd. Brno, Computer Press, a.s., 2009, ISBN 978-80-251-2244-0.

Průběh a realizace projektu:

1. hodina (třída)

V úvodu hodiny žáky seznámíme s projektem, který nás bude během celého dopoledne provázet – *Milé děti, během dnešního dopoledne budete mít možnost si zopakovat různé druhy zeleniny a zjistit o nich nové informace. Hlavními produkty, které budeme připravovat, jsou zdravé a chutné svačinky. Pokusíme se vytvořit kreativní a esteticky vypadající svačiny, které si budete moci bez problému připravovat doma na svačinu či jimi překvapit maminku, tatínka a zpříjemnit jim všední den. Jistě vaši snahu ocení a budou mít radost.*

V první části s žáky uděláme ve třídě brainstorming. Na tabuli bude napsán nápis ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL. Žáci budou chodit zapisovat jednotlivé asociace, na které si vzpomenu, když se jim vybaví pojem zdravý životní styl. Vytvoříme z nich myšlenkovou mapu, kterou budou mít žáci k dispozici.

Sedneme si s žáky na koberec a povedeme s nimi diskusi. Budeme jim pokládat otázky typu:

Svačíš každý den? Proč si myslíš, že je důležité jíst svačinu? Co by měla svačina obsahovat? Jíš ke svačině sladkosti? Myslíš, že je to správné? Kolik z vás nosí na svačinu ovoce? Obsahuje tvoje svačina také zeleninu? Jaké ovoce bychom měli jíst? Povíme žákům zásady zdravé výživy. Žáci budou pozorně poslouchat, protože získané informace ještě využijí.

2. a 3. hodina

V další části budou žáci pracovat ve skupinách. Vytvoří čtyři skupiny. Každá skupina dostane velkou čtvrtku, kam bude zapisovat a zpracovávat jednotlivé úkoly. Prvním úkolem bude se pokusit napsat co nejvíce druhů ovoce a zeleniny. Žáci budou mít k dispozici 2 minuty. Důležitá je komunikace mezi žáky a rozdělení rolí ve skupině (zapisovatel, časoměřič, poradce apod.). Poté si s žáky zkontrolujeme názvy a vyhodnotíme vítěznou skupinu, která bude mít možnost losovat jako první další úkol. Každá skupina se pokusí vymyslet 5 zásad správného stravování, o kterých se žáci dozvěděli z brainstormingu. Dále si jednotlivé skupiny vylosují z krabičky název svačiny, kterou budou připravovat (paprikášci, příšera u jezera, šnečci, zdravý ježek). Nejrychlejší skupina napíše na připravený papír nadpis - **SVACÍME HRAVĚ A ZDRAVĚ**.

Přesuneme se s žáky do kuchyňského koutu, kde jednotlivé skupiny začnou tvořit vylosované svačiny.

1. skupina – **Příšera z jezera**

Suroviny na jednu příšerku: 1 okurka, 7 plátků šunky, 5 plátků sýra, slunečnicová semínka (10 ks), 1 větší vařená mrkev, 1 slaná tyčinka či rozinky (na oči)

Pomůcky: prkénko, nůž, párátko

Postup:

1. Okurku omyjeme a nožem uděláme zářezy.
2. Do zářezů zasuneme střídavě šunku a sýr.
3. Na konci okurky uděláme větší zářez na otevřenou tlamu a zapíchneme zuby ze slunečnicových semínek.
4. Mrkev rozřízneme podélně a konce nařízneme tak, aby vznikly drápy.
5. Nařízneme si otvory pro oči a vsuneme do nich tyčinky či rozinky.
6. Do mrkve vsuneme párátko a zapíchneme do okurky.
7. Příšera z jezera je hotová.

Bezpečnost a hygiena:

Identifikace rizik: práce s nožem – při zářezu na otevřenou tlamu, podélné rozříznutí mrkve, riziko říznutí nožem.

Prevence:

- ustrojení do kuchařských zástěr
- sundání všech náramků a prstýnků
- důkladné umytí rukou mýdlem
- řádné umytí zeleniny před zpracováním
- zvýšená opatrnost při práci s nožem
- zápis každého poranění do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc při říznutí nožem – opláchnutí vlažnou vodou, vydezinfikování, zalepení náplastí

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (1) - z okurky lze vyřezávat různé tvary
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) - důležitost dodržení správného postupu receptu
- poznatky z jiných předmětů: (2) - prvouka – znalost zeleniny, první pomoc

- český jazyk – popis pracovního postupu
- nová technická terminologie: (1) – párátka

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu:(4) - správný postup při vytváření zářezů a při vyřezávání tlamy
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí: (3) - pečlivost a přesnost při vyřezávání tlamy a zářezů na těle, přesné zapichování semínek (zuby) do tlamy, pečlivost při napichování mrkve do okurky

Afektivní cíle:

- ekonomika:(3) - použití zbytků surovin
- estetika: (2) - netradiční využití zeleniny a jiných surovin, originalita při zdobení
- ekologie: (1) - likvidace odpadu – sáček od zeleniny odložíme mezi plasty
- sociální rozvoj: (4) - spolupráce žáků, samostatná práce, výchova ke zdraví a zdravému životnímu stylu, komunikace mezi žáky a učitelem
- osobnostní rozvoj: (3) - uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, výběr vhodných potravin, vhodné pomůcky, pečlivost, trpělivost, přesnost a samostatnost
- předmětový rozvoj: (3) - všeobecný přehled, schopnost zhotovit jednoduchou svačinu

2. skupina – Zdravý ježek

Suroviny na jednoho ježka: 1 větší hrozen vína, jablko či hruška, 2 rozinky, na ozdobu jakékoliv ovoce

Pomůcky: prkénko, škrabku, nůž, párátka (10 ks)

Postup:

1. Ovoce omyjeme.
2. Přibližně ve 2/3 hrušky si nožem označíme kruh, popřípadě použijeme polovinu jablka.
3. Vezmeme si škrabku a začneme škrabat přední část hrušky, kterou máme označenou.
4. Když máme přední část oškrabanou, vezmeme si hrozen vína.
5. Z hroznu otrháme jednotlivé kuličky.
6. Na párátka napichujeme jednotlivé kuličky (1-2 kuličky na jedno párátka).

7. Vytvoříme alespoň 10 bodlinek.
8. Jednotlivé části ovoce dáme dohromady a vznikne nám hlava ježka.
9. Škrabkou vytvoříme dva malé otvory pro oči, do kterých vložíme rozinky.
10. Nakonec na zbylou část hrušky napícháme bodliny, které máme z vína připravené.
11. Na závěr přidáme na ježka kousek ovoce. Ovoce zapíchneme na párátko za kuličku vína nebo pouze položíme na bodliny.
12. Zdravý ježek z ovoce je hotový.

Bezpečnost a hygiena:

Identifikace rizik: práce s nožem – při krájení olivy, hrušky, zvýšená pozornost při práci se škrabkou – při vykrajování přední části ježka, riziko říznutí – škrabka, nůž

Prevence:

- ustrojení do kuchařských zástěr
- sundání všech náramků a prstýnků
- důkladné umytí rukou mýdlem
- řádné umytí zeleniny před zpracováním
- zvýšená opatrnost při práci s nožem
- zvýšená opatrnost a žádný zbytečný spěch při práci se škrabkou
- každé poranění si zapsat do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc při říznutí nožem nebo škrábnutí škrabkou – opláchnutí vlažnou vodou, vydezinfikování, zalepení náplastí

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (2) z hrušky můžeme vyřezávat různé tvary
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) dodržení správného postupu receptu
- poznatky z jiných předmětů: (2) prvouka – znalost zeleniny, první pomoc
- český jazyk – popis pracovního postupu
- nová technická terminologie: (1) škrabka

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu: (4) správný postup při vytváření bodlin
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí: (2) pečlivost a přesnost při vyškrabávání přední části ježka, pečlivost při napichování vína na párátko

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) použití zbytků surovin
- estetika: (3) netradiční využití zeleniny a jiných surovin, originalita při zdobení
- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáček od ovoce odložíme mezi plasty
- sociální rozvoj: (4) spolupráce žáků, samostatná práce, výchova ke zdraví a zdravému životnímu stylu, komunikace mezi žáky a učitelem
- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, výběr vhodných potravin, vhodné pomůcky, pečlivost, trpělivost, přesnost a samostatnost
- předmětový rozvoj: (2) schopnost zhotovit jednoduchý pokrm

3. skupina - **Paprikášci**

Suroviny na dva paprikášky: 4 vajíčka, 1 tvaroh, pažitka, 2 různě barevné papriky, sůl, pepř mletý i celý, nakládané okurky

Pomůcky: prkénko, nůž, miska, lžíce

Postup:

1. Uvaříme si vajíčka natvrdo. Vajíčka oloupeme.
2. Dvě vajíčka nakrájíme na kostičky, smícháme s tvarohem a dochutíme špetkou pepře a soli.
3. Přidáme dvě lžíce nakrájené pažitky a pořádně promícháme.
4. Papriky omyjeme a odkrojíme jim vršky.
5. Odstraníme vnitřek paprik a očistíme je od semínek.
6. Papriky naplníme tvarohovou pomazánkou.
7. Z petržele vytvoříme horní končetiny a detaily. Na oči využijeme lněná semínka.
8. Zdravá svačinka je hotová.

Bezpečnost a hygiena:

Identifikace rizik: práce s nožem – při očištění papriky, vytváření úst, riziko říznutí – nůž, vařící voda

Prevence:

- ustrojení do kuchařských zástěr

- sundání všech náramků a prstýnků
- důkladné umytí rukou mýdlem
- řádné umytí zeleniny před zpracováním
- zvýšená opatrnost při práci nožem
- každé poranění si zapsat do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc při říznutí nožem – opláchnutí vlažnou vodou, vydezinfikování, zalepení náplastí

Vajíčka natvrdo: Vajíčka vložíme do hrnce se studenou vodou, přivedeme k varu a dál vaříme na mírném ohni 8 – 10 minut. Nakonec zchladíme proudem studené vody.

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (2) z papriky, vajíček lze vyřezávat různé tvary, podle doby vaření vajíček se mění konzistence vajíčka (natvrdo, na hniličko)
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) dodržení správného postupu receptu
- poznatky z jiných předmětů: (2) prvouka – znalost zeleniny, první pomoc
- český jazyk – popis pracovního postupu

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu:(4) správný postup při vytváření těla z papriky, nohou, obličejů
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí:(3) pečlivost a přesnost při vyřezávání těla z papriky, přesné zapichování jednotlivých částí do obličejů (pepř, ředkvička, mrkev), pečlivost při tvoření nohou a obličejů

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) použití zbytků surovin
- estetika: (2) originalita při zdobení
- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáček od zeleniny je vyhozen mezi plasty
- sociální rozvoj: (4) spolupráce žáků, samostatná práce, výchova ke zdraví a zdravému životnímu stylu, komunikace mezi žáky a učitelem
- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, výběr vhodných potravin, vhodné pomůcky, pečlivost, trpělivost, přesnost a samostatnost
- předmětový rozvoj: (2) všeobecný přehled, schopnost zhotovit jednoduchou svačinu

4. skupina - **Šnecci**

Suroviny na jednoho šnečka: 1 plátek šunky, 1 plátek sýra, (paprika), pomazánkové máslo, pažitka

Pomůcky: potravinová fólie, nůž, příborový nůž

Postup:

1. Rozprostřeme potravinovou fólii, na ni položíme šunku a na kraj šunky plátek sýra.
2. (Na kraj položíme proužek barevné papriky.)
3. Všechno smotáme do ruličky.
4. Ruličky zabalíme do potravinové fólie a necháme chvíli v ledničce.
5. Odstraníme fólii a ruličky nakrájíme na kousky.
6. Na vzniklou plošku dáme pomazánkové máslo a zapícheme do ní tykadla z pažitky.
7. Šneček je hotový.

Bezpečnost a hygiena:

Identifikace rizik: práce s nožem – při krájení jednotlivých šnečků.

Prevence:

- ustrojení do kuchařských zástěr
- sundání všech náramků a prstýnků
- důkladné umytí rukou mýdlem
- řádné umytí zeleniny před zpracováním
- zvýšená opatrnost při práci nožem
- zápis každého poranění do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc při říznutí nožem – opláchnutí vlažnou vodou, vydezinfikování, zalepení náplastí

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (2) z šunky a sýra můžeme tvořit různé tvary
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) dodržení správného postupu receptu
- poznatky z jiných předmětů: (2) prvouka – znalost zeleniny, první pomoc
- český jazyk – popis pracovního postupu

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu:(4) správný postup při vrstvení šnečka
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí:(3) pečlivost a přesnost při vytváření těla šnečka, pečlivost při tvoření hlavy a tykadel z pažitky

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) použití zbytků surovin
- estetika: (2) originalita při zdobení
- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáček od zeleniny odložíme mezi plasty
- sociální rozvoj: (4) spolupráce žáků, samostatná práce, výchova ke zdraví a zdravému životnímu stylu, komunikace mezi žáky a učitelem
- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, výběr vhodných potravin, vhodné pomůcky, pečlivost, trpělivost, přesnost a samostatnost
- předmětový rozvoj: (2) schopnost zhotovit jednoduchou svačinu

4. hodina

Ke konci čtvrté hodiny žáci naservírují své vytvořené svačiny na talířky. Důkladně si umyjí ruce a uklidí si jednotlivé pracovní plochy. Pustí se do posledního úkolu. Pokusí se na druhou stranu čtvrtky, kterou dostali v první hodině vytvořit příběh, ve kterém bude v hlavní roli figurovat jejich zadaná postavička (příšera z jezera, jezek...). Po vytvoření krátkého příběhu, žáci připraví do třídy (družinové místnosti, chodby) stůl a ceduli s nápisem **SVACÍME HRAVĚ A ZDRAVĚ**, kterou budou mít už vytvořenou z první hodiny.

Hodnocení a reflexe:

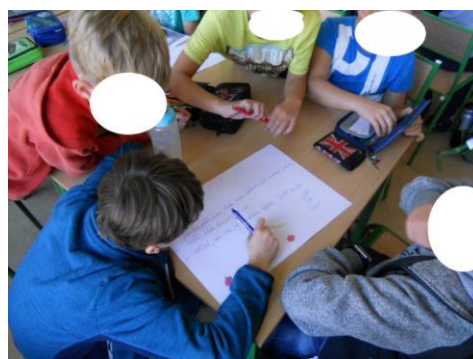
Žáci ke svému stánku vylepí své příběhy a jedna skupina zásady zdravého životního stylu z první hodiny. Každá skupina bude mít také u svých svačinek barevný papír, který odlišuje jednotlivé skupiny. Domluvená třída přijde na degustaci a hodnocení svačin. Každá skupina má přiřazenou svoji barvu. Každý žák z cizí třídy dostane čtyři lístečky (červenou, zelenou, žlutou, hnědou). Hodnotit bude celkovou chuť a vzhled. V místnosti bude připravená krabička, do které budou žáci házet své hodnocení. Vyberou si jednu skupinu, která se jim zdála nejlepší, a její barvu hodí do krabičky. Nakonec učitel spočte jednotlivé lístečky. Ta skupina, která získá nejvíce bodů, vyhrává a získává diplom. Učitel pochválí všechny žáky za dobrou spolupráci a tvoření.

Tento projekt jsem absolvovala s žáky čtvrté třídy v počtu 24 žáků. Žáci byli od začátku velmi natěšení na to, jak budou sami tvořit jednotlivé svačiny. Projekt probíhal plynule, žáci spolupracovali a téma je velice nadchlo. Někteří byli do tématu opravdu tak zapálení, že po realizaci zadaných svačin tvořili ještě ze zbytku surovin své vlastní variace na svačiny. Ve skupinkách si určili role a každý z žáků pracoval. Jediným mínusem byl čas. Určitě by bylo potřeba ještě více času vzhledem k počtu žáků a kuchyni, která nebyla příliš velká. Několik dní po realizaci projektu za mnou žáci chodili s vlastními nápady, co bychom mohli připravit. Velice mě potěšilo, že projekt žáky bavil a měl smysl.

Fotografická dokumentace:



Obr. č. 1 Brainstorming



Obr. č. 2 Zapisování úkolů



Obr. č. 3 Výroba zdravého ježka



Obr. č. 4 Prezentace připravených ježků



Obr. č. 5 Výroba paprikášků



Obr. č. 6 Prezentace paprikášků



Obr. č. 7 Příprava pro příšeru



Obr. č. 8 Prezentace příšery



Obr. č. 9 Prezentace šneků



Obr. č. 10 Šneci



Obr. č. 11 Hotové úkoly



Obr. č. 12 Prezentace výrobků

2 Nahlédnutí do historie kuchyní

Téma: Žáci se v projektu seznámí se základním historickým vývojem kuchyní. Vyzkouší si prakticky připravit jeden pokrm.

Věková skupina: 5. ročník

Počet žáků: 16

Typ projektu: jednodenní – 4 hodiny

Místo k realizaci: třída

Pomůcky: interaktivní tabule, papíry, fixy, pracovní listy, prezentace, lidový kroj, knížky, internet, obrázky, archy papíru

Organizace: skupinová

Integrace předmětů:

- vlastivěda – základní orientace v historických pojmech
- výtvarná výchova – návrh a estetické zpracování informací
- český jazyk – gramaticky a stylisticky správný text

Použité metody: metody diskusní, metoda hodnocení, motivační, popis pracovního postupu, metoda instruktáže

Použité formy: frontální výuka (motivace, poučení o bezpečnosti), skupinová práce

Klíčové kompetence: komunikativní, pracovní, občanské, sociální a personální

Kognitivní cíle:

- zlepšení vyjadřovacích schopností žáka
- rozšiřování slovní zásoby o nové pojmy (stolec, černá kuchyně, pícka)
- nové poznatky o petrželi jako bylince, která má léčivé účinky a čistí krev a můžeme ji použít jako ozdobu při přípravě jídel
- nové poznatky o cibuli - můžeme ji doma použít na pročištění vzduchu od bakterií

Psychomotorické cíle:

- vytvoření mentální představy o tom, jaké technologické postupy, nářadí, pomůcky a suroviny dříve lidé při vaření používali
- zapnutí a vypnutí sporáku
- procvičování krájení (petržele, cibule)
- poučení o tom, že cibule se musí před krájením oloupat a omýt
- získání znalostí o tom, co obsahuje petržel a proč je důležitá pro náš organismus

Afektivní cíle:

- ekologické postoje: úsporné zacházení s materiálem a potravinami
- estetické postoje: efektivní rozvržení archu pro zpracovávání informací, pečlivost při přípravě ingrediencí na výrobu polévky
- ekologické postoje: dodržování pravidel třídění odpadu
- sociální rozvoj: schopnost pracovat ve skupině, rozdělit si role, aktivní zapojení do jednotlivých úkolů, objektivní hodnocení své práce i práce spolužáků, komunikace mezi žákem a učitelem
- osobnostní rozvoj: učení se trpělivosti a zodpovědnosti
- předmětový rozvoj: aktivní účast, pocit úspěšnosti

Informační základ pro učitele:

PILNÝ, M., *Jak to bylo, jak to je, Nahlédnutí do historie věcí kolem nás*, vyd. 1. Edika, 2013, ISBN 978-80-266-0390-0.

Průběh a realizace projektu:

1. hodina

Učitel přijde do třídy v lidovém kroji (pokud je to možné), aby navodil dobovou atmosféru. Žáci budou sedět v kruhu před promítacím plátnem. Budou rozděleni do 4 skupin. Učitel bude mít připravenou prezentaci o vývoji a historii kuchyní (viz příloha na CD). Žáci budou pozorně poslouchat, protože informace z prezentace využijí v následujících hodinách. Učitel bude žákům během výkladu pokládat otázky, např. Věděli byste, kde dříve lidé připravovali jídlo? Věděl by někdo, co je nejstarším nástrojem v kuchyni? ... Po prezentaci dostane každá skupina velký arch papíru. Každá skupina bude mít za úkol udělat stručnou rekapitulaci z toho, co se dozvěděli.

Zpracování je libovolné, mohou zapisovat v bodech či malovat. Arch informací využije skupina v další hodině.

2. hodina

Hodina začne zopakováním a vybavením si pojmů, které jsme se dozvěděli v předešlé hodině. Pokud nějaká skupina potřebuje shrnutí z první hodiny dodělat, poskytneme žákům ještě chvíli čas. Poté všechny skupiny dostanou stejné pracovní listy, které budou mít za úkol vypracovat. Zpracované listy zakomponují a nalepí na arch papíru.

3. a 4. hodina

V rámci projektu si žáci vyzkoušejí uvařit petrželovou polévku, protože petržel byla hojně využívána. Přesuneme se do kuchyňského koutu. Z žáků vytvoříme dvě skupiny. Spojíme první a druhou skupinu a třetí a čtvrtou skupinu.

Petrželová polévka

Suroviny: 2 velké petržele, cibule, 2 stroužky česneku, pepř, sůl, majoránka, pažitka, trošku másla, voda 0,75 l

Pomůcky: prkénko, nůž, hrnek, hrnec, mixér

Postup:

1. Na másle osmažíme nakrájenou cibuli.
2. Přidáme nakrájený česnek.
3. Krátce opečeme a zalijeme vodou.
4. Přidáme petržel a půl hodiny provaříme.
5. Poté rozmixujeme a dochutíme pepřem, majoránkou, solí a pažitkou.
6. Polévka je hotová.

Bezpečnost a hygiena:

Identifikace rizik: práce s nožem – při krájení cibule a petržele, riziko říznutí – nůž, riziko popálení – vařící hrnec

Prevence:

- ustrojení do kuchařských zástěr
- sundání všech náramků a prstýnků
- důkladné umytí rukou mýdlem
- řádné umytí zeleniny před zpracováním

- zvýšená opatrnost při práci nožem
- zápis každého poranění do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc při říznutí nožem – opláchnutí vlažnou vodou, vydezinfikování, zalepení náplastí

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (2) cibule je štiplavá, před krájením je třeba ji důkladně omýt, aby žákům nepálily oči, po manipulaci s cibulí si důkladně umýt ruce
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) dodržení správného postupu receptu
- poznatky z jiných předmětů: (2) prvouka – znalost zeleniny, první pomoc, český jazyk – popis pracovního postupu
- nová technická terminologie: (1) mixér (tyčový)

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu:(4) zvládnutí zapnutí a vypnutí sporáku, nakrájení cibule, česneku, petržele
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí:(3) pečlivost a důslednost při práci u sporáku, opatrnost při krájení cibule, petržele

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) použití zbytků surovin
- estetika:(2) pečlivost provedení
- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáček od zeleniny je vyhozen mezi plasty
- sociální rozvoj: (4) spolupráce žáků, úcta k práci druhých, výchova ke zdraví, komunikace mezi žáky a učitelem
- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, vhodné pomůcky, pečlivost, trpělivost, přesnost a vytrvalost
- předmětový rozvoj: (2) schopnost zhotovit jednoduchý pokrm

5. hodina

Poslední hodinu bude následovat prezentace jednotlivých skupin, které nám přiblíží jednotlivé části kuchyní či jejich vývoj v různých obdobích, o kterých se žáci dozvěděli. Po skončení bude následovat ochutnávka uvařené polévky, kterou žáci přenesou do učebny, kde se

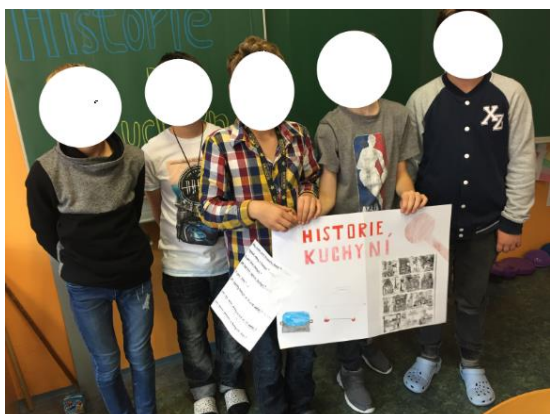
prezentace bude konat. Před prezentací ještě učitel zkontroluje společnou část úkolů na pracovních listech, které jsou pro všechny skupiny stejné.

Hodnocení a reflexe:

Prezentace bude probíhat ve větší učebně. Učitel vybere třídu, která se prezentace zúčastní jako diváci. Žáci budou následně po skupinách prezentovat své zpracované informace (vytvořené archy), které se během dne dozvěděli. Po dokončení všech skupin udělá hodnocení učitel a následně proběhne ochutnávka připravené polévky. Z jednotlivých zpracovaných materiálů může učitel udělat výstavu ve školní budově či v zadní části třídy.

Projekt jsem realizovala s žáky pátého ročníku. Celkem se ho zúčastnilo 21 žáků. Žáci pracovali a kooperovali celkem pěkně. Ve třídě se nacházeli tři chlapci s ADHD. Jediná část, která se nám v projektu úplně nevydařila, bylo vaření polévky. Polévku jsme vařili se sedmi žáky, ale nedopadla úplně podle mých představ. Pro prezentaci jsem žákům vybrala třetí třídu. Každý z žáků si vyzkoušel odprezentování své části, kterou měli ve skupině určenou. Hotové archy jsme poté vystavili na chodbě a dnes už mají své místo ve třídě. Celkově projekt hodnotím jako zdařilý.

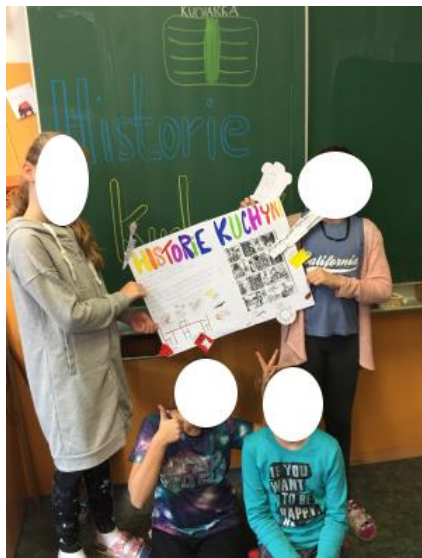
Fotografická dokumentace:



Obr. č. 13 a č. 14 Hotové prezentační archy



Obr. č. 15 Prezentční arch



Obr. č. 16 Zpracovávání informací



Obr. č. 17 Vaření polévky



Obr. č. 18 Prezentace ve 3. třídě



Obr. č. 19 Závěrečná dokumentace

3 Bylinkové dny

Téma: Projekt - Bylinkové dny seznámí žáky se základními bylinami a kořením, které se využívají v kuchyni. Žáci si vyzkoušejí vypěstování některých bylinek a nakonec přípravu pokrmu a limonády z vypěstovaných bylin.

Věková skupina: 4. - 5. ročník

Počet žáků: 16

Typ projektu: třítydenní (1 hodina po dobu tří týdnů), pokud by se realizoval piknik, je potřeba o hodinu více

Místo k realizaci: třída, kuchyňský kout, (zahrada, příroda)

Pomůcky: **třída** - tabule, papíry, obrázky, květináč, zem, bylinky (pažitka, libeček, petrželka, bazalka), koření – pepř celý, bobkový list, hřebíček celý, kmín celý, majoránka, meduňka, rozmarýn, skořice, badyán; **kuchyňský kout** - voda, tvaroh, citron, chléb, talíře, misky, nože, bylinky

Organizace: skupinová, individuální

Integrace předmětů:

- přírodověda - znalost základních bylin a koření
- pracovní činnosti - vypěstování základních bylinek
- matematika – převody jednotek

Použité metody: motivační, popis pracovního postupu, instruktáž

Použité formy: skupinová práce, frontální (motivace, poučení o bezpečnosti)

Výchovně vzdělávací cíle:

Kognitivní cíle:

- zopakování bylinek, které žáci už znají
- získání nových informací o jednotlivých bylinách a koření (pažitka, libeček, petrželka, bazalka, pepř celý, bobkový list, hřebíček celý, kmín celý, majoránka, meduňka, rozmarýn, skořice, badyán)
- porozumění jednotlivým pojmům. (bylina x koření)

- seznámení se s novým druhem koření - badyán
- myšlenkové osvojení jednotlivých kroků pracovního postupu a jeho správné provedení

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí postupu při sázení bylin
- práce podle návodu
- schopnost namíchat bylinnou limonádu

Afektivní cíle:

- ekologické postoje: úsporné zacházení se zemí, bylinkami a kořením
- estetické postoje: čistota a preciznost provedení
- ekologické postoje: dodržování pravidel třídění odpadu
- sociální rozvoj: schopnost pracovat samostatně i ve skupině, dokáže si rozdělit role, aktivně se zapojuje do jednotlivých úkolů, ohleduplnost, komunikace mezi žákem a učitelem
- osobnostní rozvoj: trpělivost, zodpovědnost a samostatnost
- předmětový rozvoj: aktivní účast, pocit úspěšnosti

Informační základ pro učitele:

<http://www.nasebylinky.estranky.cz/clanky/nejznamejsi-bylinky-a-koreni-v-kuchyni.html>

Knihy - Zelená kuchyně – JENÍK, J., SKORŇÁKOV, S., Větvíčka, V. *Zelená kuchyně*. 1. vyd. Praha, Lidové Nakladatelství Praha, 1998, ISBN nemá.

Průběh a realizace projektu:

1. hodina

Na úvod zařadíme brainstorming. Na tabuli napíšeme název „Byliny a koření“. Žáci budou říkat názvy bylin a koření, které si vybaví, a budou je chodit zapisovat na flip tabuli.

Asociace, které žáky napadly, necháme prozatím stranou. Rozdělíme žáky do 4 skupin, ve kterých budou pracovat po dobu projektu. Žáci se přesunou do „bylinkových stánků“, kde najdou v miskách nejznámější byliny a koření. Ve stánku najdou i kartičky s názvy. Jejich úkolem bude pokusit se přiřadit správnou kartičku ke správné bylině či koření. Každá skupina bude mít za úkol pokusit se vytvořit definici byliny a koření. Po dokončení uděláme společnou kontrolu. Na interaktivní tabuli

bude učitel promítat správné byliny a pokusí se s žáky vést diskusi a zjistit, co znají, a poskytnout jim nové informace. Využívat rovnou budeme i flip tabuli s asociacemi, kde si budeme škrtat názvy bylin či koření, které žáky napadly. Dalším úkolem skupiny bude vymyslet příběh pro danou bylinu, kterou si vylosují. Po dokončení, jednotlivé skupiny prezentují své příběhy.

2. hodina

Druhou hodinu se s žáky pokusíme zasít a začít pěstovat nejznámější bylinky. Vytvoříme si dvě pracovní plochy, kde budou vždy pracovat dvě skupiny společně. Poučíme je o bezpečnosti. Dvě skupiny budou sázet pažitku a dvě skupiny bazalku. Každý z žáků má svoji nádobu. Učitel žákům vše názorně předvádí a sám má svoji misku, kde ukazuje, jak bylinky zasít. Po dokončení je umístíme na vhodné místo ve třídě a budeme pozorovat jejich růst.

3. hodina

Ve třetí hodině se přesuneme do kuchyňského koutu a budeme s žáky připravovat bylinkový tvaroh z vypěstovaných bylin. Žáci si přinesou svoje misky s bylinkami, které použijí k výrobě pokrmu. Vyzkouší si i mátovou a meduňkovou limonádu. Dvě skupiny vytvoří meduňkovou limonádu a dvě skupiny mátovou limonádu. Recepty najdou u svých pracovních stolů. Společně budou vytvářet bylinkový tvaroh, který budou podávat s pečivem. Na závěr si připravené pokrmy snědí.

Mátová a meduňková limonáda

Suroviny:

Mátová limonáda (0,5l) - 10 lístků máty, 2 kolečka citronu nebo limetky, 0, 5 l minerální vody, třtinový cukr – 1 lžička

Meduňková limonáda: 10 lístků meduňky, 2 kolečka citronu nebo limetky, 0,5l minerální vody, třtinový cukr – 1 lžička

Pomůcky: nůž, sklenice, lžíce

Postup:

1. Bylinky omyjeme.
2. Do sklenice vložíme lístky bylinek, třtinový cukr a citron.
3. Paličkou z hmoždíře směs rozdrtíme.
4. Zalijeme minerální vodou.

5. Na ozdobu použijeme kousek máty nebo meduňky společně s limetkou.

Bezpečnost a hygiena:

Identifikace rizik: práce s nožem – krájení citronu, limetky, riziko říznutí – nůž

Prevence:

- ustrojení do kuchařských zástěr
- sundání všech náramků a prstýnků
- důkladné umytí rukou mýdlem
- řádné umytí zeleniny před zpracováním
- zvýšená opatrnost při práci nožem
- zápis každého poranění do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc při říznutí nožem – opláchnutí vlažnou vodou, vydezinfikování, zalepení náplastí

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (2) na doslazení nápoje používáme třtinový cukr, který je zdrojem více stopových prvků a minerálů; bylinky rychle usychají, pokud chceme, aby bylinky vydržely čerstvé, dáváme konce do vody
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) dodržení správného postupu receptu
- poznatky z jiných předmětů: (2) prvouka (přírodověda) – znalost bylinek a koření, první pomoc

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu: (4) správný postup při krájení ovoce a při míchání limonády
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí: (3) pečlivost při krájení a práci s paličkou od hmoždíře

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) použití zbytků surovin
- estetika: (2) originalita při zdobení
- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáček od zeleniny je vyhozen mezi plasty
- sociální rozvoj: (4) spolupráce žáků, samostatná práce, výchova ke zdravému životnímu stylu, komunikace mezi žáky a učitelem

- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, výběr vhodných potravin, vhodné pomůcky, pečlivost, trpělivost, přesnost
- předmětový rozvoj: (2) získání informací, že bylinky se dají používat i v jiných odvětvích

Tvarohová pochoutka

Suroviny: 1 cibule, 2 balení nízkotučného tvarohu pro 1. skupinu, pažitka, bazalka, sůl, pepř, 2 rajčata, pečivo

Pomůcky: nůž, prkénko, miska, lžíce

Postup:

1. Bylinky omyjeme.
2. Nakrájíme cibuli a rajčata.
3. Do misky vložíme tvaroh, přidáme cibuli, bylinky, rajčata, sůl a pepř.
4. Vše důkladně promícháme.
5. Podáváme na bagetce.

Bezpečnost a hygiena:

Identifikace rizik: práce s nožem – krájení cibule a rajčete, riziko říznutí – nůž.

Prevence:

- ustrojení do kuchařských zástěr
- sundání všech náramků a prstýnků
- důkladné umytí rukou mýdlem
- řádné umytí zeleniny před zpracováním
- zvýšená opatrnost při práci nožem
- zápis každého poranění do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc při říznutí nožem – opláchnutí vlažnou vodou, vydezinfikování, zalepení náplastí

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (2) u cibule je potřeba nejdříve odstranit slupku bylinky rychle usychají - pokud chceme, aby vydržely čerstvé, dáváme konce do vody
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) dodržení správného postupu receptu

- poznatky z jiných předmětů: (2) prvouka (přírodověda) – znalost bylinek

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu: (4) správný postup při tvorbě pomazánky, krájení cibule a rajčat
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí: (3) pečlivost při krájení

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) použití zbytků surovin
- estetika:(2) originalita při zdobení
- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáček od zeleniny vyhodíme mezi plasty
- sociální rozvoj: (4) spolupráce žáků, výchova ke zdravému životnímu stylu, komunikace mezi žáky a učitelem, ohleduplnost k ostatním
- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, výběr vhodných potravin, vhodné pomůcky, pečlivost, přesnost
- předmětový rozvoj: (2) aktivní účast, schopnost dokončit zadaný pokrm

Hodnocení a reflexe:

Každá skupina zhodnotí svoji práci a výrobky, vyzdvihne pět věcí, které se žákům povedly, a pět věcí, které by měli příště zlepšit. Jednou z možností je jít s žáky na školní zahradu, kde si připravíme stůl a můžeme zde se žáky vytvořené pokrmy zkonsumovat. Druhou z možností může být uspořádání pikniku v přírodě nebo lze piknik uskutečnit na zahradě školy. Hlavním cílem projektu je seznámit žáky s nejnámějšími bylinkami, rozšířit jejich dovednosti a naučit je využívat bylinky v každodenním životě.

Tento projekt jsem s žáky nerealizovala, vyzkoušeli jsme si ale vytvořit domácí limonády. Žáci se do toho s chutí pustili a limonády se jim podařily a zpříjemnily nám den.



Obr. č. 20 Hotové limonády

4 Učíme se skladovat potraviny

Téma: V projektu se žáci seznámí s tím, jak mají skladovat suroviny, které potraviny můžou vkládat do ledničky a které do spíže, a prakticky si tyto situace vyzkouší.

Věková skupina: 4. ročník

Počet žáků: 16

Typ projektu: jednodenní (4 hodiny)

Místo k realizaci: třída, kuchyňský kout

Pomůcky: krabice, fixy, nůžky, barevné papíry, pastelky, obrázky, interaktivní tabule

Organizace: skupinová, individuální

Použité metody: motivační, metoda hodnocení, samostatná práce

Použité formy: skupinová výuka

Integrace předmětů:

- prvouka (přírodověda) - znalost základních potravin
- matematika – měření a znalost jednotek

Kognitivní cíle:

- získání vědomostí o správném skladování potravin
- rozeznávání potravin, které do ledničky patří, které tam naopak nikdy nedáváme a které skladujeme ve spíži
- slovní prezentace jednotlivých informací
- dovednost vyhledávání informací na internetu

Psychomotorické cíle:

- ukládání potravin do správného patra v lednici
- dovednost přesného stříhání
- sestavování jednotlivých částí modelu dohromady
- pečlivé uklízení věcí po skončení práce

Afektivní cíle:

- ekologické postoje: úsporné zacházení s kartonem a papírem
- estetické postoje: čistota a preciznost provedení
- ekologické postoje: dodržování pravidel třídění odpadu
- sociální rozvoj: dovednost pracovat samostatně i ve skupině, rozdělit si role, aktivní zapojení do jednotlivých úkolů; komunikace mezi žákem a učitelem
- osobnostní rozvoj: trpělivost, zodpovědnost a samostatnost
- předmětový rozvoj: aktivní účast, pocit úspěšnosti

Informační základ pro učitele:

http://www.vimcojim.cz/magazin/clanky/o-vyziwe/Jak-spravne-skladovat-potraviny-v-lednici__s10010x7687.html

http://ona.idnes.cz/chladnicka-podle-pravidel-kam-patri-maslo-a-kam-salat-f9k-/recepty.aspx?c=A110404_160904_recepty_job

<https://scribbler.cz/jidlo-vareni-recepty/jak-skladovat-potraviny-aby-vydrzely-co-nejdele-cerstve/#>

Průběh a realizace projektu:

1. a 2. hodina

Učitel uvede žáky do problematiky, se kterou se s nimi bude celé dopoledne zabývat. Zopakují si a naučí se, které potraviny patří do lednice, které do spíže či co v lednici skladovat nemusí.

V první hodině se budeme zabývat skladováním a uspořádáním potravin v lednici. Každý žák dostane vytištěnou prázdnou lednici, na interaktivní tabuli budou obrázky jednotlivých surovin. Žák si zkusí napsat suroviny do správného patra ledničky. Po dokončení učitel promítne na tabuli stejnou prázdnou lednici. Vysvětlíme si, že do každého patra patří jiné druhy potravin, a bude probíhat kontrola s jednotlivými vysvětlivkami, např. maso - skladujeme v ledničce v nejnižším patře. Do nejnižšího patra patří potraviny, které se rychle kazí. Musíme dbát na to, aby byly jednotlivé výrobky od sebe dobře odděleny.

Sedneme si ve třídě do kruhu na koberec a zeptáme se žáků, proč si myslí, že je důležité dobře skladovat potraviny, a v čem můžeme potraviny uchovávat. Povedeme o tom s žáky diskusi.

Doprostřed dáme velký arch papíru, na který budeme zapisovat informace, které se dozvíme během rozhovoru s dětmi.

3. a 4. hodina

S žáky se přesuneme do kuchyňského koutu, kde se nachází lednice, a prakticky si vyzkoušíme znalosti získané v prvních dvou hodinách. Na stole budou připravené různé druhy potravin - banány, cibule, maso, limonáda, ryby, rajčata, kompot, vejce, bylinky, chleba, konzerva, palička na maso, sýr, brambory, rýže. Každému žákovi dáme jednu surovinu, Jeho úkolem bude promyslet, zda potravina či věc patří do lednice nebo kam jinam by ji uskladnil. Úkol probíhá společně, nejdříve okomentují žáci, zda má dotyčný pravdu, poté to zhodnotí učitel.

Dalším úkolem bude vytvoření krabicového modelu lednice. Žáci se rozdělí na dvě skupiny. Každá skupina bude mít na starosti určitou část výroby. Jedna skupina zajistí samotné sestavení a měření, druhá skupina bude vytvářet jednotlivé „produkty“. K dispozici bude mít internet, odkud jednotlivé obrázky zkopíruje do souboru, a učitel je vytiskne. Žáci potom některé potraviny podlejí čtvrtkou, vymalují, popřípadě dodělají, co bude potřeba. Model bude žákům následně sloužit jako didaktická pomůcka, kterou budou moci využívat v některých hodinách matematiky či českého jazyka. Z dalších možností by bylo předat model třídě mladších žáků, kde by využitelnost byla větší.

Kouzelná lednička - Žáci první třídy by model používali k procvičování v českém jazyce. Všichni žáci by si sedli do kolečka na koberec a uprostřed by se nacházel model. Učitel by řekl, např. Aničko, otevři kouzelnou ledničku a pověz nám, jakou potravinu tam můžeš najít, která má šest písmen a můžeš si ji dát k snídani či k svačině.

Model lednice:

Pomůcky: 1 větší krabice, kartony, nůžky, nožik, pravítko, vodovky, tempery, tužka

Bezpečnost a identifikace rizik: práce s nožikem a nůžkami – tvoření jednotlivých pater.

Prevence:

- sundání všech náramků a prstýnků
- zvýšená opatrnost při práci s nožem
- zápis každého poranění do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc při říznutí nožikem – opláchnutí vlažnou vodou, vydezinfikování, zalepení náplastí

Postup:

Podle velikosti krabice si naměříme velikost předních dvířek, které si překreslíme na karton. Vystříháme. Jednotlivá patra tvoříme také z kartonu.

Hodnocení a reflexe:

Vybereme 5 žáků. Každý zkusí zhodnotit celé dopoledne, zhodnotí svoje role, vyzdvihne alespoň tři věci, které se mu podle jeho názoru podařily. Učitel žáky pochválí a zrekapituluje jejich práci. Vytvořený model poté věnujeme některé z nižších tříd, která ho může využívat v hodinách jako didaktickou pomůcku.

Projekt jsem realizovala ve čtvrté třídě. Celkem se projektu zúčastnilo dvacet tři žáků. Ve třídě jsme neměli k dispozici interaktivní tabuli, proto jsem použila náhradní variantu, a to promítacího plátno. Žáci se skladováním potravin neměli příliš velké zkušenosti, proto si myslím, že tento projekt byl velice užitečný a vhodný do života. Žáky nejvíce bavila část s reálnými potravinami. Těšili se, až suroviny na konci projektu ochutnáme a uděláme si malé posezení. Pokud bych projekt dělala podruhé, určitě bych zvolila méně početnou třídu. Dvacet tři žáků bylo poměrně hodně, protože když jsme se s žáky rozdělovali, kdo bude tvořit ledničku a kdo potraviny, vznikaly lehké neshody, jelikož většina žáků se chtěla aktivně účastnit tvorby modelu ledničky.

Projekt hodnotím jako velice zdařilý, myslím si, že žáky zaujal a že se při něm dozvěděli nové informace.

Fotografická dokumentace:



Obr. č. 21 Zapisování odpovědí



Obr. č. 22 Zásady při skladování potravin



Obr. č. 23 Zápis do ledničky



Obr. č. 24 Hotové zásady skladování potravin



Obr. č. 25 Tvorba ledničky



Obr. č. 26 Tvorba ledničky



Obr. č. 27 Tvorba potravin



Obr. č. 28 Hotová lednice a potraviny



Obr. č. 29 Práce s reálnými potravinami



Obr. č. 30 Prezentace

5 Připravujeme sladké pochoutky pro dobrou věc

Téma: V tomto projektu se žáci naučí připravit jednoduché sladké dezerty. Projekt by bylo vhodné uskutečnit k nějaké slavnostní příležitosti ve škole (např. školní besídka či akademie). Žáci by si vytvořili „Sladký koutek“ (stůl, který by si vyzdobili). Zhotovené dezerty by si rodiče a ostatní návštěvníci mohli na akci zakoupit za symbolickou cenu. Výtěžek z prodaných dezertů by škola věnovala předem určené charitativní organizaci.

Věková skupina: 4. – 5. ročník

Počet žáků: 16

Typ projektu: dvoudenní, první den jedna hodina, druhý den 4 hodiny nebo jednodenní – 5 hodin

Místo k realizaci: třída, chodba, kuchyňský kout

Pomůcky: suroviny na výrobu dezertů, stůl, ubrousky, jmenovky na dezerty, sáčky

Organizace: skupinová

Integrace předmětů:

- matematika - převody jednotek
- pracovní činnosti: výroba cedulek na stůl (cukrárny)

Použité metody: popis pracovního postupu, metoda instruktáže, metoda hodnocení

Použité formy: skupinová práce (připravování jednotlivých pokrmů)

Klíčové kompetence: pracovní, komunikativní, sociální a personální

Kognitivní cíle:

- využití dosavadních znalostí o jednotlivých surovinách
- příprava jednoduchého dezertu
- práce podle návodu
- zjištění, že mrkev je vhodná i pro přípravu sladkých pokrmů

Psychomotorické cíle:

- vyzkoušení přípravy sváteční tabule
- zvládnutí techniky krájení

- obsluhování trouby - zapnutí a vypnutí
- pečlivé naservírování jednotlivých dezertů

Afektivní cíle:

- ekologické postoje: úsporné zacházení s materiálem a potravinami
- estetické postoje: rozmístění jednotlivých dezertů na stůl, vkusná kombinace barvy nápisu a ubrousků, nápaditost při tvorbě „cukrárny“, čistota a preciznost při přípravě dezertů i „cukrárny“
- ekologické postoje: dodržování pravidel třídění odpadu
- sociální rozvoj: práce ve skupině, rozdělení rolí, aktivní zapojení do jednotlivých úkolů, komunikace s ostatními lidmi, komunikace mezi třídami
- osobnostní rozvoj: trpělivost, zodpovědnost, samostatnost
- předmětový rozvoj: aktivní účast, pocit úspěšnosti

Informační základ pro učitele:

PAVÉSKOVÁ, Z., CHOCHOLOUŠOVÁ, Z. *Laskončina kuchařka pro malé kuchtíky*. 1. vyd. Praha, Nakladatelství FRAGMENT, 2014, ISBN 978-80-253-2129-4.

Organizace a realizace:

1. den

1. hodina

S žáky se sejdeme ve třídě. Sednou si do kruhu před tabulí. Uděláme brainstorming o tom, jak si představují, že jejich sladký koutek bude vizuálně vypadat. Všechny návrhy píšeme na tabuli. Poté se žáci pokusí stanovit hlavní body, na které se budeme zaměřovat (nápoje, ubrousky, výroba nápisů, výroba jmenovek dezertů). Napíšeme si je na flip tabuli a budeme o nich moci dále diskutovat. Učitel žáky seznámí s recepty, které budou tvořit druhý den. Druhý den budou tvořit mrkvové sušenky a domácí müsli tyčinky.

Pro náš projekt se budeme první den zabývat třemi okruhy: výrobou jmenovek na dezerty, výrobou kreativní cedule s názvem Sladký koutek a skládáním ubrousků.

Důležité bude, aby každý z žáků věděl, co má dělat. Učitel je rozdělí na tři skupiny. Jedna skupina se bude zabývat výrobou jmenovek, druhá skupina skládáním ubrousků a třetí skupina kreativní cedulí.

Výroba jmenovek (1. skupina):

Žáci budou ze čtvrtky vystříhávat obdélníky (4 x 2 cm). Budou mít k dispozici čtvrtky, barvené papíry, fixy a párátko, které přilepí ke jmenovce izolepou v zadní části. Na jmenovky budou psát nápisy Mrkvová sušenka a Zdravé müsli. Jmenovky budeme zapichovat do jednotlivých dezertů.

Výroba cedule (2. skupina):

K dispozici budou mít velkou čtvrtku, karton, fixy, pastelky, krepový papír. Úkolem bude vytvořit pěkný nápis – Sladký koutek.

Skládání ubrousků (3. skupina):

Žáci dostanou ubrousky a instruktáž k tomu, jak se ubrousky skládají. Žákům můžeme i promítnout postup: <https://www.youtube.com/watch?v=ytypjvB1D04>

Složí přibližně 40 kusů. Pokud bude nějaká skupina hotova, pomůže ostatním.

Všechny vytvořené věci učitel uloží, aby byly připraveny na druhý den.

2. den

Žáci se sejdou s učitelem v kuchyňce, kde se rozdělí na dvě skupiny a začnou vyrábět své dezerty.

Mrkvové sušenky:

Suroviny: 250 g mrkve, 200 g másla, 50 g krupicového cukru, 100g moučkového cukru, 400 g polohrubé mouky, 1 kelímeček bílého jogurtu, 1 sáček prášku do pečiva

Pomůcky: vál a váleček, plech, pečící papír, vykrajovátko, 2 misky, struhadlo, vařečka, pečící papír

Postup:

1. Omyjeme a oškrábeme mrkev a nastrouháme ji do misky.
2. V jiné misce smícháme mouku a krupicový cukr, máslo, prášek do pečiva a jogurt.
3. Přidáme nastrouhanou mrkev a všechno důkladně promícháme.
4. Těsto necháme 10 minut odpočinout v ledničce.
5. Mezitím si připravíme vál a váleček. Poprášíme je moukou, aby se na něj nelepilo těsto.

6. Těsto vyndáme z ledničky a vyválíme stejnoměrně silný plát (půl centimetru).
7. Vykrajujeme tvary a dáváme je na plech vyložený pečícím papírem.
8. Dáme do trouby předehřáté na 200 stupňů asi na 20 minut.
9. V misce smícháme moučkový a vanilkový cukr a získáme směs na obalování sušenek.
10. Ve směsi obalíme sušenku ještě zatepla.
11. Hotové sušenky necháme vychladnout.

Bezpečnost a hygiena:

Identifikace rizik: práce s troubou

Prevence:

- ustrojení do kuchařských zástěr
- sundání všech náramků a prstýnků
- důkladné umytí rukou mýdlem
- řádné umytí zelenin před zpracováním
- zvýšená opatrnost při práci s troubou
- zápis každého poranění do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (2) mrkev nejdříve oloupeme, je sladká, nemusíme přidávat tolik cukru
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) dodržení správného postupu v receptu,
- poznatky z jiných předmětů: (2) matematika – převody jednotek

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu: (4) správný postup při tvoření těsta, kypřící prášek vmícháváme do mouky
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí: (3) pečlivost při válení těsta a při vykrajování jednotlivých sušenek

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) použití zbytků surovin
- estetika: (2) pečlivost při vykrajování

- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáček od zeleniny odložíme mezi plasty
- sociální rozvoj: (4) spolupráce žáků, samostatná práce, ohleduplnost, komunikace mezi žáky a učitelem
- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, pečlivost, trpělivost, přesnost a samostatnost
- předmětový rozvoj: (2) schopnost zhotovit jednoduchý dezert

Zdravé müsli:

Suroviny: ovesné vločky (1 hrnek), oříšky (půl hrnku), sušené ovoce (půl hrnku), mletá skořice, 1 měkký banán, 1 jablečná přesnídávka, med

Pomůcky: lžice, nůž, hrnek, miska, zapékací miska, pečící papír, plech na pečení

Postup:

1. Na plech dáme pečící papír a rozprostřeme na něj vločky a polovinu oříšků.
2. Plech dáme na 10 minut do trouby předehřáté na 150 stupňů.
3. Mezitím si oloupeme banán a rozmačkáme ho v misce vidličkou. K němu přidáme 4 lžice přesnídávky a zbytek oříšků.
4. Přidáme sušené ovoce a med a všechno zamícháme.
5. Přisypeme vločky a oříšky z plechu a znovu zamícháme.
6. Zapékací misku vyloženou pečícím papírem rovnoměrně naplníme vzniklou směsí.
7. Dáme do trouby předehřáté na 180 stupňů asi na 30 minut.
8. Po upečení nakrájíme na tyčinky a necháme vychladnout.

Bezpečnost a hygiena:

Identifikace rizik: práce s troubou – nebezpečí popálení, práce s nožem při krájení jednotlivých tyčinek- riziko pořezání

Prevence:

- ustrojení do kuchařských zástěr
- sundání všech náramků a prstýnků
- důkladné umytí rukou mýdlem
- řádné umytí zeleniny před zpracováním
- zvýšená opatrnost při práci s nožem a troubou

- zápis každého poranění do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc při říznutí nožem – opláchnutí vlažnou vodou, vydezinfikování, zalepení náplastí

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (2) ořechy jsou zdrojem zdravých tuků, medem nahrazujeme bílý cukr
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) dodržení správného postupu receptu
- poznatky z jiných předmětů: (2) matematika – převody jednotek

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu: (4) správný postup při míchání směsi, zapnutí a vypnutí trouby
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí: (3) pečlivost při tvorbě těsta, přesnost při krájení tyčinek

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) používáme požadované množství surovin
- estetika: (2) důslednost při zdobení
- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáčky od vloček, oříšků odložíme mezi plasty, skleněnou nádobu do kontejneru na sklo
- sociální rozvoj: (4) spolupráce žáků, samostatná práce, výchova ke zdravému životnímu stylu, komunikace mezi žáky a učitelem
- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, výběr vhodných potravin, pečlivost, trpělivost, přesnost a samostatnost
- předmětový rozvoj: (2) aktivní účast při pečení tyčinek

Po dokončení jednotlivých dezertů kuchyňku pořádně uklidíme. Jednotlivé dezerty přesuneme do třídy. Začneme připravovat sladký koutek. Důležité bude rozdělení jednotlivých rolí. Jedna skupina se postará o výzdobu cedule, druhá o prostírání, přípravu nápojů a napíchnutí cedulek do dezertů.

Dezerty uskladníme na chladné místo a před začátkem akce rozmístíme do našeho stánku.

Hodnocení a reflexe:

Po ukončení školní akce se postaráme o úklid stánku. Sejdeme se ve třídě, kde uděláme reflexi celého našeho projektu. Na tabuli uděláme dva sloupce. Do jednoho žáci budou psát, co se jim povedlo, a do druhého, kde měli nedostatky a co by chtělo příště zlepšit. Dále zhodnotí svoji práci a práci ostatních. Nakonec přidá komentáře učitel. Pokud by byla možnost a vedení školy by souhlasilo, mohli by dva nebo tři zástupci třídy spolu s učitelem odnést osobně vybranou finanční částku do zvolené organizace.

Projekt jsem realizovala ve čtvrtém ročníku. Žáci byli aktivní a nevyskytly se žádné komplikace. Žáci pracovali ve skupinách a měli vždy rozdělené role. Každá skupina dělala určitou část. Dohromady bylo 24 žáků. Realizaci projektu bych příště doporučila s menším počtem žáků, hlavně kvůli prostoru v kuchyňce. Ve škole, kde jsem projekt realizovala, jsme měli poměrně malé zázemí s kuchyňským koutem. Žáci projekt hodnotili kladně. Bavilo je skládání ubrousků a dívky velice zaujalo pečení sladkých pochoutek, protože ve školním prostředí to dělaly poprvé. Nejvíce jim chutnaly mrkvové sušenky. Myslím si, že projekt byl zdařilý.

Fotografická dokumentace:



Obr. č. 31 Hotový koutek



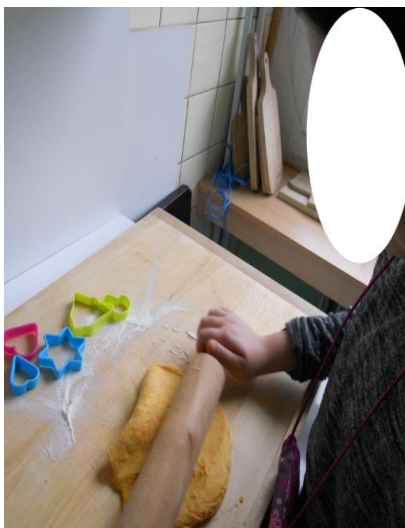
Obr. č. 32 Hotové sladkosti



Obr. č. 33 Sladké pochoutky



Obr. č. 34 Výroba jmenovek



Obr. č. 35 Příprava těsta



Obr. č. 36 Příprava müsli



Obr. č. 37 Sušenky



Obr. č. 38 Výroba cedulí



Obr. č. 39 Tvorba jmenovek



Obr. č. 40 Skládání ubrousků

6 Stolování napříč stoletími

Téma: S žáky se vydáme na exkurzi do Muzea gastronomie v Praze. Seznámí se se základním historickým vývojem kuchyní. Žáci budou mít možnost se zúčastnit workshopu správného stolování, nahlédnou do historie kuchyní našich předků, zasoutěží si, ve škole si vyzkouší připravit pokrm, který vařili naši předkové, a nakonec vyrobí shrnující myšlenkovou mapu, která bude vystavena na chodbě (na výstavce) ve škole.

Věková skupina: 5. ročník

Počet žáků: 16

Typ projektu: jednodenní – 4 hodiny dopoledne, 4 odpoledne

Místo k realizaci: kuchyňka, třída a Muzeum gastronomie

Pomůcky: pracovní listy, propisku

Použité metody: motivační, exkurze, demonstrační (demonstrace nejrůznějších druhů kuchyňského náčiní), rozhovor (rozhovor mezi učitelkou a průvodcem, rozhovor mezi učitelkou a dětmi a rozhovor pana průvodce s dětmi, instruktáž, popis pracovního postupu, metoda hodnocení (závěrečná hodina ve třídě)

Použité formy: frontální výuka (motivace, poučení o bezpečnosti), skupinová práce

Integrace předmětů:

- pracovní činnosti - příprava jednoduché tabule
- vlastivěda - znalost základních pojmů z historie

Klíčové kompetence: komunikativní, pracovní, občanské, sociální a personální, k učení

Výchovně – vzdělávací cíle:

Kognitivní cíle:

- seznámení s různým kuchyňským vybavením a historií
- propojování známých informací s nově získanými poznatky
- osvojení nových termínů (kuthan, pérové nůžky)
- dodržování předem dohodnutých pravidel
- vytvoření myšlenkové mapy před exkurzí i po exkurzi

- seznámení s různými postupy přípravy pokrmů

Psychomotorické cíle:

- osvojení jednotlivých fází při přípravě pokrmů (nakrájení jablek, rozvaření, přecezení přes cedník)
- výroba myšlenkové mapy

Afektivní cíle:

- ekologické postoje: úsporné zacházení s materiálem – jídlem, šetření s vodou
- estetické postoje: kreativní zdobení zeleninu (příšeře z okurky má vytvořené oči ze sýra, tlapky z mrkve)
- ekologické postoje: dodržování pravidel třídění odpadu
- sociální rozvoj: schopnost pracovat samostatně i ve skupině, rozdělení rolí, aktivní zapojení do diskuse s průvodcem, dovednost naslouchat, objektivní hodnocení své práce i práce spolužáků, slušné chování v muzeu, nepřerušování řeči průvodce, přijetí názoru ostatních
- osobnostní rozvoj: trpělivost a zodpovědnost

Informační základ pro učitele:

<http://www.muzeumgastronomie.cz/cs/skoly-a-skupiny>

FEYRFLÍKOVÁ, M. *Kuchyně pozdního středověku*. Praha, Grada Publishing, a.s., 2015, ISBN 978-80-247-5431-4.

Organizace a řešení:

Na začátku měsíce dostanou rodiče harmonogram, kde se dozvědí o termínu exkurze. Dva týdny před exkurzí rodiče dostanou lístky s bližšími informacemi, učitel začne vybírat peníze na zaplacení dopravy a vstupu do muzea.

Minimálně dva měsíce před exkurzí navštívím Muzeum gastronomie a domluvím se s průvodcem o zajištění nejvhodnějšího programu pro žáky pátého ročníku. Zjistím, jaké druhy workshopů zde dělají, popřípadě jiné možnosti. Zeptám se, zda mám žáky seznámit s cizími termíny, které budou použity při výkladu, a zda si mají žáci přinést s sebou nějaké speciální pomůcky. Minimálně měsíc dopředu domluvím pro žáky autobus, který nás doveze tam i zpět.

Dva týdny předem seznámím žáky s exkurzí a rozdám jim informační lístky pro rodiče. Několik dní před exkurzí věnuji čas slovní motivaci žáků a vysvětlení cizích slov, které se mohou ve výkladu objevit. Můžeme udělat brainstorming o tom, jak si žáci myslí, že se dříve stolovalo a jaká byla vybavenost kuchyní. Můžeme si udělat na velký formát papíru myšlenkovou mapu a zapsat všechny informace, který žáci o stolování znají, a poté srovnat s novými informacemi, které se dozvědí na exkurzi.

Bezpečnost a hygiena:

Rizika: znečištění oblečení, úraz při neopatrném chování, drobná poranění, špatná orientace žáků v cizím prostředí

Prevence: vhodné oblečení, průběžné přepočítávání žáků, poučení o správném chování, opatrnost při manuální práci

První pomoc: ošetření drobných poranění (omytí rány, vydezinfikování, překrytí sterilní náplastí, případně zavolání záchranné služby (155))

Cesta:

Sraz v 6:45 před budovou školy, kde na nás bude čekat autobus. Autobus bude vyjíždět v 7:00. Autobus zastaví na parkovišti vzdáleném přibližně 5 minut od muzea. V autobuse učitel rozdá žákům pracovní listy, na kterých budou dvojice během exkurze pracovat (Materiál 1).

Harmonogram:

6:45 – sraz před budovou školy

7:00 – odjez autobus od školy ve Strakonících (cestou seznámíme žáky s organizačními a bezpečnostními pokyny)

8:30 – příjezd do Prahy (Muzeum gastronomie)

9:00 - začátek exkurze - Procházka historií umění kuchařského a stolování

11:00 - konec exkurze

11:15 - odjezd zpět do školy

12:30 - předpokládaný návrat do školy

Zhodnocení:

Proběhne v odpolední části výuky, dokud si žáci informace čerstvě pamatují.

Doplníme informace a doděláme myšlenkovou mapu z předchozích dnů. Vyhodnotíme pracovní listy, které žáci vyplňovali během exkurze. Některé údaje přidáme do myšlenkové mapy.

Otevřeme s žáky diskusi o tom, co jim exkurze přinesla, zda je něco, co chtěli vidět, ale nebyla možnost, nebo zda by měli zájem někdy navštívit jiný workshop a jaká vidí pozitiva a negativa. Nakonec žáky rozdělíme do čtyř skupin a uděláme soutěž. Každé družstvo bude mít za úkol vyplnit tajenku. Všechny informace byly během exkurze řečeny. Skupina, která bude mít tajenku nejdříve a správně, bude odměněna.

Na závěr se přesuneme do kuchyňky, kde si žáci ve skupinách zkusí vytvořit pokrm, který lidé připravovali během pozdního středověku. Vybrali jsme kaši, která byla tehdy velmi běžná. Žáky rozdělíme do čtyř skupin a každá skupina si recept vyzkouší. Naservírujeme kaši na malé mističky a uděláme vzájemnou ochutnávku.

Jablečná kaše

Suroviny: 5 středně velkých jablek, 100g másla, 150 jablečného džusu, mletá skořice, med

Pomůcky: prkénko, miska, škrabka, nůž, hrnec, cedník

Postup:

1. Jablka omyjeme, oloupeme a jejich dužinu nakrájíme na kostičky.
2. Vložíme do hrnce.
3. Na másle lehce osmažíme.
4. Přilijeme vodu.
5. Jablka za častého míchání rozvaříme na kaši, okořeníme skořicí a dle chuti dosladíme medem.
6. Celou směs pak přecedíme skrz cedník.
7. Kaše je hotová.

Bezpečnost a hygiena:

Identifikace rizik: práce s nožem – při krájení jablka, práce se škrabkou – při okrajování jablek, riziko říznutí – škrabka, nůž

Prevence:

- ustrojení do kuchařských zástěr

- sundání všech náramků a prstýnků
- důkladné umytí rukou mýdlem
- řádné umytí ovoce před zpracováním
- zvýšená opatrnost při práci s nožem a se škrabkou bez zbytečného spěchu
- zápis každého poranění do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc při říznutí nožem nebo škrábnutí škrabkou – opláchnutí vlažnou vodou, vydezinfikování, zalepení náplastí

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (1) jablka pouštějí při zahřátí vodu
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) dodržení správného postupu receptu
- poznatky z jiných předmětů: (2) český jazyk – popis pracovního postupu.)
- nová technická terminologie: (1) škrabka, cedník

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu: (4) správný postup při tvoření jablečné kaše
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí: (3) nakrájení jablek a rozvaření na kaši

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) úsporné zacházení s jednotlivými surovinami
- estetika: (2) čistota a pečlivost provedení
- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáček od jablek odložíme do plastů
- sociální rozvoj: (4) spolupráce žáků, samostatná práce, ohleduplnost, komunikace mezi žáky a učitelem
- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, vhodné pomůcky, pečlivost, trpělivost, přesnost a samostatnost
- předmětový rozvoj: (2) aktivní účast, schopnost dokončit zadaný úkol, pocit úspěšnosti

7 Učíme se stolovat

Téma: V následujícím projektu se žáci naučí základní chování u stolu ve veřejných prostorech, vytvořit jednoduché dekorace na stůl a zkusí si navrhnout vlastní sváteční tabuli.

Věková skupina: 4. – 5. ročník

Počet žáků: 16

Typ projektu: jednodenní

Místo k realizaci: třída

Pomůcky: tabule, ubrousky, příbory, bílé papíry, barevné papíry, nůžky, pastelky, fixy

Organizace: skupinová, individuální

Integrace předmětů:

- výtvarná výchova - návrhy a malování prostírání
- pracovní činnosti - vytváření různých motivů z ubrousků
- český jazyk - vymyšlení textu bez pravopisných chyb
- hudební výchova - dramatizace scénky

Klíčové kompetence: sociální a personální, komunikativní, občanské

Výchovně - vzdělávací cíle:

Kognitivní cíle:

- využití dosavadních znalostí o etiketě a stolování
- získání nových znalostí o stolování a etiketě
- seznámení se základy společenského chování
- jasné a zřetelné předávání informací spolužákům
- vyzkoušení role číšníka
- sestavení pravidel pro správné chování ve společnosti

Psychomotorické cíle:

- vytvoření jednoduchého prostírání

- překládání ubrousku do příslušného tvaru
- zvládání techniky tvoření různých skladů na ubrouscích

Afektivní cíle:

- ekologické postoje: úsporné zacházení s ubrousky
- estetické postoje: pečlivé prostření stolu
- ekologické postoje: dodržování pravidel třídění odpadu
- sociální rozvoj: schopnost pracovat samostatně i ve skupině, rozdělit si role, naslouchat, objektivně hodnotit svoji práci i práci spolužáků, chovat se korektně a přijmout názor ostatních
- osobnostní rozvoj: trpělivost a zodpovědnost

Informační základ pro učitele:

1. <https://www.youtube.com/watch?v=uia88IU1YOG>
2. <https://www.youtube.com/watch?v=H3WGYeOtsXQ>
<https://www.youtube.com/watch?v=H3WGYeOtsXQ>

DOLEŽALOVÁ, J., *Kuchařka společenského chování*. Dona, 1998, ISBN 80-86136-12-4.

ŠPAČEK, L., *Špalíček v porcelánu aneb Etiketa, vole!* 1.vyd. Praha, Mladá fronta, 2011, ISBN 978-80-204-2442-6.

Průběh a realizace:

1. hodina

Hodina začíná ve třídě, z níž se pomyslně stane restaurace. Učitel žáky seznámí s průběhem dne. V první části se budou zabývat hlavními stolovacími a společenskými zásadami. Učitel má vytvořené velké kartičky, které bude s žáky rozebírat a postupně připínat na tabuli, např. Hygiena, Místo, Pořadí příborů.

Nejdříve se učitel žáků ptá, co o dané problematice vědí, poté přidává informace sám a nakonec přehraje shrnující video, které je uvedeno v informačním základu pro učitele (nejdříve video 1 – základy stolování, následuje video 2 - etiketa v restauraci). Učitel sám rozhodne, zda přehraje jen určité úseky nebo celé video.

2. hodina

V další hodině si žáci vyzkouší, jak se chovat v restauraci či na návštěvě. Každá skupina si zkusí připravit krátkou scénku, ve které ukáže chování mezi hostitelem/obsluhou a hostem. Připravenou scénku předvedou před třídou. Spolužáci budou s učitelem hodnotit a hledat správné a nesprávné chování. Nakonec každá skupina zhodnotí svoji scénku.

V další části se žáci rozdělí do čtyř skupin. Každá skupina se pokusí o vytvoření pravidel stolování. Na jednu stranu čtvrtky napíší pravidla stolování, na druhou stranu, jak se mají chovat v restauraci. Využijí informace, které se dozvěděli v první části dne. Každá skupina bude mít k dispozici obrázky, fixy, knihy či mohou sami dohledat informace na internetu. Při poslední hodině budou žáci prezentovat svoje pravidla.

3. a 4. hodina

Dále budou žáci pokračovat výrobou dekorací na stůl. Naučíme žáky čtyři způsoby skládání ubrousků - Vějíř, Labuť, Stromeček a Kapsa na příbor.

V poslední fázi žáci udělají dvojice. Každá dvojice si vyzkouší úpravu stolu pro dva lidi. Žáci k tomu využijí i dekoraci, kterou jsme vytvořili. Po prostření obejdeme stoly a žáci se pokusí zhodnotit, zda je stůl připraven správně či nikoliv a zda na stole něco chybí.

Hodnocení a reflexe:

Učitel hodnotí žáky průběžně během celého dne. Projekt by mohl probíhat současně ve dvou třídách stejného ročníku. Žáci by si poslední hodinu navzájem ukázali své nejlepší scénky a zhodnotili průběh celého dopoledne - zda se naučili něco nového, co by je případně ještě zajímalo a co by jim chybělo.

Projekt jsem uskutečnila ve čtvrtém ročníku s počtem čtyřadvaceti žáků. Hodnotím ho jako velice zdařilý, žáci se naučili nové druhy skládání ubrousků a zopakovali si pravidla stolování, správného chování v restauraci a v neposlední řadě i jednoduchého prostírání stolu. Překvapilo mě, že žáci zpočátku měli problémy s tím, kam patří jaký příbor. Předpokládala jsem, že to pro ně nebude tak obtížné. Realizovala jsem projekt pouze v jedné třídě.

Fotografická dokumentace:



Obr. č. 41 Skládání ubrousků



Obr. č. 42 Pravidla



Obr. č. 43, č. 44 a č. 45 Skládání ubrousků



Obr. č. 46 Ubrousky



Obr. č. 47 Prostřený stůl



Obr. č. 48 a č. 49 Pravidla stolování a chování v restauraci

8 Víš, co jíš?

Téma: Projekt je inspirovaný knihou *Víš, co jíš?* od Pavly Šmikmátorové (ŠIKMÁTOROVÁ, J. *Víš, co jíš? Dětská kuchařka bez nebezpečných éček a chemie*. 1. vyd. Brno, Cpress, 2014, ISBN 978-80-264-0507-8.)

S žáky si budeme ukazovat rozdíl mezi instantními jídly a poctivě vyráběnými pokrmy. Projekt bude probíhat ve dvou třídách, Každá třída bude vytvářet dva pokrmy zdravé a dva nezdravé. Poslední hodinu se všichni sejdeme v jedné třídě a ukážeme si srovnání jednotlivých pokrmů. Na závěr bude následovat degustace.

Věková skupina: 5. ročník

Počet žáků: 16 v každé třídě

Typ projektu: jednodenní

Místo k realizaci: třída, kuchyňský kout

Pomůcky: tabule, příbory, hrnec, suroviny na přípravu jídel, příběhy o surovinách

Organizace: skupinová

Integrace předmětů:

- matematika - převody jednotek
- český jazyk – čtení s porozuměním

Použité metody: diskusní, rozhovor, instruktáž

Použité formy: skupinová

Klíčové kompetence: komunikativní, občanské, sociální a personální, k učení

Kognitivní cíle:

- využívání dosavadních znalostí z předchozích ročníků
- rozšíření informací o zdravém životním stylu
- schopnost prezentovat získané informace o instantních pokrmech
- schopnost prezentovat informace o rozdílu mezi čerstvými a konzervovanými potravinami
- příprava kuskusu

- prezentace své části projektu ostatním třídám
- příprava jednoduché polévky a pokrmu z kuskusu
- čtení s porozuměním při práci s komiksovým textem

Psychomotorické cíle:

- omytí zeleniny před zpracováním
- opatrné krájení zeleniny
- zapnutí a vypnutí sporáku
- opatrné zacházení s nožem a mixérem

Afektivní cíle:

- ekologické postoje: úsporné zacházení se surovinami
- estetické postoje: pečlivost při podávání pokrmů
- ekologické postoje: dodržování pravidel třídění odpadu
- sociální rozvoj: schopnost pracovat samostatně i ve skupině, rozdělit si role, aktivně se zapojit do jednotlivých úkolů; komunikace mezi žákem a učitelem
- osobnostní rozvoj: trpělivost, zodpovědnost a samostatnost

Informační základ pro učitele:

ŠIKMÁTOROVÁ, J. *Víš, co jíš? Dětská kuchařka bez nebezpečných éček a chemie*. 1. vyd. Brno, Cpress, 2014, ISBN 978-80-264-0507-8.

Průběh a realizace:

1. – 4. hodina

2. třída

Tato třída se bude zabývat rozdílem mezi instantními polévkami a hráškovým krémem.

První hodinu si budou žáci téma představovat. Dostanou do dvojice příběh, který zobrazuje danou problematiku. Téma textu je „Proč nám škodí instantní polévky?“. S žáky si text přečteme a budeme o daném tématu diskutovat.

Poté se přesuneme do kuchyňského koutu, kde se pokusíme pokrm připravit, a poslední hodinu při prezentaci ostatním žákům vysvětlit a názorně ukázat rozdíly. Žáci si připraví i shrnující dotazník, který se žáci z druhé třídy pokusí správně vyplnit na základě informací, které se od žáků v ústní prezentaci dozvěděli.

3. třída

Postup bude úplně stejný jako u první skupiny. Nejdříve se podívají na příběh a téma obecně. Téma je „Nahradí jídla z konzervy čerstvé potraviny?“.

Tato třída se bude zabývat porovnáním jídla z konzervy a zeleninového kuskusu“.

Jídla z konzervy x zeleninový kuskus

Nezdravá varianta: již hotovou konzervu ohřejeme a připravíme na talíř

Zdravá varianta: zeleninový kuskus

Suroviny: 250g kuskusu, zeleninový vývar (učitel ho bude mít předem připravený), popřípadě voda, 1 cuketa, 2 papriky, 1 jarní cibulka, koření, sůl, pepř

Pomůcky: miska, nůž, pánev, prkénko

Postup:

1. Kuskus připravíme dle návodu na obalu, místo vody můžeme použít vývar. Necháme vychladnout.
2. Do kuskusu přimícháme kari.
3. Cuketu neloupeme, pouze ji rozřízneme a vydlabeme dužinu, papriky zbavíme jadérek, mrkev oškrabeme.
4. Cuketu, papriku a mrkev nakrájíme na tenké proužky.
5. Na troše oleje zeleninu krátce orestujeme.
6. Zeleninu přimícháme do kuskusu, přidáme cibulky nakrájené kousky, nadrobno nasekanou kukuřici a špetku soli a pepře.
7. Podáváme s tmavým pečivem či vydlabanými naplněnými rajčaty.

Bezpečnost a hygiena:

Identifikace rizik: práce s nožem – při krájení zeleniny.

Prevence:

- ustrojení do kuchařských zástěr
- sundání všech náramků a prstýnků
- důkladné umytí rukou mýdlem
- řádné umytí zeleniny před zpracováním
- zvýšená opatrnost při práci s nožem
- zápis každého poranění do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc při říznutí nožem – opláchnutí vlažnou vodou, vydezinfikování, zalepení náplastí

Kognitivní cíle hodiny:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (2) kuskus při přidání vody zvětší objem; mrkev patří mezi kořenovou zeleninu, cuketa pouští hodně vody, při krájení cibule nás mohou pálit oči, při omytí cibule předem nás nebudou pálit oči; při krájení pečiva je lepší nůž se zoubky
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) dodržení správného postupu receptu
- Poznatky z jiných předmětů: (1) prvouka – znalost zeleniny

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu: (3) omytí zeleniny, vydlabání zeleniny, orestování nachystané zeleniny, zapnutí a vypnutí sporáku
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí: (3) pečlivost při krájení zeleniny

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) použití zbytků surovin
- estetika: (2) rovnoměrné plnění rajčat nebo mazání na pečivo
- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáček od zeleniny odložíme do plastů
- sociální rozvoj: (4) spolupráce žáků, samostatná práce, výchova ke zdraví a zdravému životnímu stylu, komunikace mezi žáky a učitelem
- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, výběr vhodných potravin, vhodné pomůcky, pečlivost, trpělivost, přesnost

Postup bude úplně stejný jako u první skupiny. Nejdříve se budou žáci zabývat jednotlivými příběhy.

Hodnocení: Žáci se přesunou do třídy. Každá skupina zde bude prezentovat svoje téma. Na konci dá učitel žákům vyplnit svůj závěrečný dotazník a po dokončení obou prezentací bude následovat ochutnávka. Nakonec zhodnotí celé dopoledne učitelé.

9 Cestujeme po Evropě

Téma: V tomto projektu se s žáky vydáme na krátké zastávky po třech zemích, které se nacházejí v Evropě. Rozšíříme si znalosti o jednotlivých státech a pokusíme se připravit některé tradiční pokrmy. Na cizokrajné recepty si většinou troufnou jen zkušené kuchaři, ale my dokážeme, že není třeba se ničeho obávat. Navštívíme Bulharsko, Velkou Británii a Itálii.

Věková skupina: od 4. ročníku

Počet žáků: 16

Typ projektu: jednodenní – 4 hodiny

Místo k realizaci: třída a kuchyňský kout

Pomůcky: tabule, čtvrtky, pastelky, fixy, lepenka, párátko, plastové misky, kelímky, prkénko, nůž, ubrousky, metlička, vaflovač, příslušné potraviny

Organizace: skupinová, instruktáž

Integrace předmětů:

- praktické činnosti – příprava pokrmu
- prvouka, přírodověda – znalost států v Evropě
- matematika – převody váhových jednotek

Použité metody: brainstorming, metody diskusní, instruktáž, popis pracovního postupu, frontální a individuální práce

Klíčové kompetence: komunikativní, občanská, sociální a personální, k řešení problému

Výchovně – vzdělávací cíle:

Kognitivní cíle:

- zopakování informací, které se žákům vybaví, když se řekne příslušný stát (Velká Británie, Itálie, Belgie, Bulharsko)
- zjištění, jaké jsou tradiční pokrmy v jiných zemích
- vymýšlení asociací, které se žákům vybaví, když se řekne příslušný stát
- seznámení se základními informacemi o daných zemích
- opatrná manipulace s noži a horkým sporákem

- opatrnost při práci v kuchyni

Psychomotorické cíle:

- zapnutí a vypnutí sporáku
- nácvik krájení zeleniny
- tvoření těsta na vafle
- příprava různých druhů potravin jednoduché recepty

Afektivní cíle:

- ekologické postoje: úsporné zacházení se surovinami i s vodou
- estetické postoje: úhlednost provedení a pečlivost při podávání pokrmů
- ekologické postoje: dodržování pravidel třídění odpadu
- sociální rozvoj: schopnost pracovat samostatně i ve skupině, rozdělit si role, aktivně se zapojit do jednotlivých úkolů; komunikace mezi žákem a učitelem
- osobnostní rozvoj: trpělivost, zodpovědnost a samostatnost

Informační základ pro učitele:

RYTÍŘOVÁ, H., *Světová kuchařka pro kluky a holky*. 1. vyd. 2013, Nakladatelství Fragment, 2013, ISBN 978-80-253-1456-2.

Průběh a realizace projektu:

1. – 2. hodina

Žáci se sejdou s učitelem ve třídě a učitel je seznámí s průběhem celého dne. V první hodině učitel zopakuje s žáky jednotlivé státy, kterými se budou celé dopoledne zabývat. Zaměříme se na Bulharsko, Belgii, Velkou Británii a Itálii. Učitel má připravenou slepou mapu Evropy, kam se žáci pokusí každý probraný stát zakreslit a dopsat pět zajímavostí v oblasti jídel, které se dozvěděli. Zde uvádím některé příklady: Itálie – lanýže, mozzarella, těstoviny, carpaccio a pizza; Bulharsko – čevabčiči, vyvážení švestek do mnoha zemí, burek, kajmak, popíjí se běžně jogurt; Belgie – pralinky, hranolky, vafle, Waterzooi, slávky; Velká Británie – pudding, sandwich, fish and chips, černý čaj s mlékem.

Nejdříve pracujeme se všemi žáky společně. U každého státu začneme s brainstormingem. Žáci říkají asociace, které je napadnou, když se řekne daný stát, poté má učitel připravené krátké povídání ke každému státu, kde se hlouběji zabývá tradiční kuchyní země. Ke konci hodiny učitel žáky rozdělí do čtyř skupin.

2. – 4. hodina

Každá skupina bude mít přidělený jeden stát a recept, který bude připravovat. Než ale začneme recepty připravovat, namaluje každá skupina vlajku své přidělené země, kterou využijeme v poslední hodině.

Přesuneme se do kuchyňského koutu, kde žáci začnou tvořit své pokrmy. Jedná se o jednoduchá jídla. Pro všechny skupiny jsou pravidla bezpečnosti a hygieny stejné.

Bezpečnost a hygiena:

Identifikace rizik: práce s nožem – krájení okurky, rajčat, mozzarely, riziko říznutí – nůž

Prevence:

- ustrojení do kuchařských zástěr,
- sundání všech náramků a prstýnků,
- důkladné umytí rukou mýdlem
- řádné umytí zeleniny před zpracováním
- zvýšená opatrnost při práci s nožem
- zápis každého poranění do třídní knihy (jméno a příjmení žáka, čas, zranění, jak bylo zranění ošetřeno)
- první pomoc při říznutí nožem – opláchnutí vlažnou vodou, vydezinfikování, zalepení náplastí

1. skupina – **Itálie – Salát Caprese**

Suroviny: 6 rajčat, 3 mozzarely nebo 3 balíčky kuličkové mini mozzarely, 1 hrst čerstvé bazalky, sůl, pepř, pár kapek olivového oleje

Pomůcky: nůž, prkénko, párátko

Postup:

1. Rajčata omyjeme a nakrájíme na tenké plátky.
2. Mozzarellu nakrájíme na tenké plátky, které osolíme a opepříme.
3. Plátky rajčat a sýra naskládáme střídavě přes sebe.

4. Položíme lístky bazalky, osolíme a vše pokapeme olivovým olejem.
5. Salát můžeme servírovat i v mini verzi, když použijeme cherry rajčata a kuličky mozzarely.
6. Můžeme také nakrojit rajče (nepřekrojíme úplně) a mozzarellu s bazalkou vložíme do vzniklých mezer.

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (2) konzumace rajčat má mnoho výhod, mají mnoho léčivých účinků, prevence proti rakovině, mozzarella se vyrábí v různých tvarech, přidává se do mnoha receptů, je to tradiční surovina v Itálii, lístky bazalky pouze utrháme a používáme celé, neboť jakmile je nakrájíme, rychle ztmavnou a vypadají zvadle
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (2) dodržení správného postupu receptu
- nová terminologie: (1) mozzarella

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu:(4) správný postup při tvoření salátu, rajčata a mozzarellu nakrájíme, klademe stále za sebe rajče, mozzarellu a bazalku
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí:(3) pečlivost při krájení

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) použití zbytků surovin
- estetika:(2) úhlednost při zdobení
- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáček od zeleniny odložíme do plastů
- sociální rozvoj: (3) spolupráce žáků, samostatná práce, komunikace mezi žáky a učitelem
- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, výběr vhodných potravin, pečlivost, trpělivost
- předmětový rozvoj: (2) získání informací i o jiných tradičních pokrmech země

2. skupina – **Velká Británie – Okurkový sendvič**

Suroviny: 4 světlé toustové chleby, 4 lžíce smetanového sýra nebo tvarohu, 1 hrst petrželky, sůl, pepř, 3/4 salátové okurky

Pomůcky: nůž, prkénko, miska, škrabka, pánev

Postup:

1. Toustovým chlebům odkrojíme kůrky, které si necháme na další použití.

2. Smetanový sýr smícháme s nadrobno nasekanou pažitkou nebo jinými bylinkami, trochu osolíme a opeříme.
3. Okurky oloupeme a nakrájíme na co nejtenčí kolečka.
4. Tousty namažeme pomazánkou a poklademe kolečky okurek ve více vrstvách. Můžeme ještě osolit a opeřit.
5. Přiklopíme druhým toustem, přitiskneme a překrojíme na dva trojúhelníky.
6. Kůrky opečeme na suché pánvi a namáčíme do zbytku pomazánky.

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (2) okurky jsou zelenina, která je využitelná i v jiných odvětvích; okurku musíme nejdříve oškrabat, okurky můžeme použít i k přípravě nápojů; petrželka je bylinka; mezi bílým a tmavým pečivem je rozdíl
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) nutnost dodržení správného postupu receptu

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu: (4) správný postup při tvorbě sendviče, oškrabání a nakrájení okurky, smíchání sýra s petrželkou, důkladné promíchání směsi
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí: (3) pečlivost při krájení

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) použití zbytků surovin
- estetika: (2) rovnoměrné mazání toustů
- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáček od zeleniny odložíme mezi plasty
- sociální rozvoj: (4) spolupráce žáků, samostatná práce, komunikace mezi žáky a učitelem
- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, pečlivost

3. skupina – **Bulharsko – Tarator**

Suroviny: 1 větší salátová okurka, 250 g bílého jogurtu, 100 ml mléka, 1 stroužek česneku, 1 svazek kopru, hrst vlašských ořechů, 1 lžice oleje, sůl, pepř, tmavý toustový chléb

Pomůcky: nůž, prkénko, miska, pánev

Postup:

1. Jogurt naředíme mlékem, osolíme a opeříme.
2. Kopr nasekáme na malé kousky a přidáme k jogurtu.
3. Mísu, ze které budeme tarator podávat, vytřeme stroužkem česneku.
4. Do servírovací mísy dáme okurky nakrájené na tenké nudličky, ochucený jogurt a lžici oleje. Vše promícháme a dáme vychladit do ledničky.
5. Zdobíme nadrobno nakrájenými ořechy a opečenými kousky toustového chleba.

Kognitivní cíle:

- poznatky o vlastnostech použitých surovin: (2) okurka je zelenina, musíme ji nejdříve oškrabat, okurky můžeme použít i k přípravě nápojů; kopr je bylina, zvadlý kopr oživíme tak, že ho ponoříme do studené vody; mezi bílým a tmavým pečivem je rozdíl
- poznatky vyplývající z technologického postupu: (3) nutnost dodržení správného postupu

Psychomotorické cíle:

- zvládnutí dílčího technologického postupu: (4) okurky oškrabeme a nakrájíme na nudličky, smícháme kopr s jogurtem, důkladné promíchání směsi, podáváme s toustovým chlebem
- rozvoj specifických psychomotorických oblastí: (3) pečlivost při krájení

Afektivní cíle:

- ekonomika: (3) využití zbytků surovin
- estetika: (2) pečlivost při zdobení
- ekologie: (1) likvidace odpadu – sáček od zeleniny odložíme mezi plasty
- sociální rozvoj: (4) spolupráce žáků, samostatná práce, komunikace mezi žáky a učitelem
- osobnostní rozvoj: (3) uspořádání a udržování čistoty pracovního místa, správný výběr oděvu, pečlivost

Hodnocení a reflexe:

Po vytvoření jednotlivých pokrmů se žáci se svými pokrmy přesunou do vestibulu školy, kde si každá skupina připraví svůj stánek a naservíruje jednotlivé pokrmy na stůl. U každého stolu bude viset vlajka, kterou žáci tvořili v první části dne. Chybět by neměla ani mapa Evropy, do které žáci zakreslovali země a kde jsou napsány tradiční pokrmy nebo suroviny země. Prezentace s ochutnávkou se může zúčastnit jakýkoliv ročník, záleží na učiteli, jaké třídy zvolí. Každá skupina představí svůj stát, zprostředkuje nám pět zajímavostí, které se skupina o zemi dozvěděla, ohodnotí svoji práci a práci ostatních ve skupině. Po prezentaci všech se vyjádří k celému dni učitel. Zhodnotí práci žáků a vyzdvihne pozitiva.

Tento projekt jsem uskutečnila se žáky čtvrtého ročníku. Na projektu pracovalo deset žáků. Průběh projektu byl plynulý. Žáci se těšili, až budeme jednotlivé pokrmy připravovat. V tomto počtu žáků to bylo naprosto ideální. Žáci spolupracovali, měli dostatek místa na práci a bylo vidět, že je to baví. V tomto projektu jsme vyzkoušeli i zeleninový kuskus z projektu č. 8.

Fotografická dokumentace:



Obr. č. 50 Příprava na okurkový sendvič



Obr. č. 51 Příprava na salát Caprese



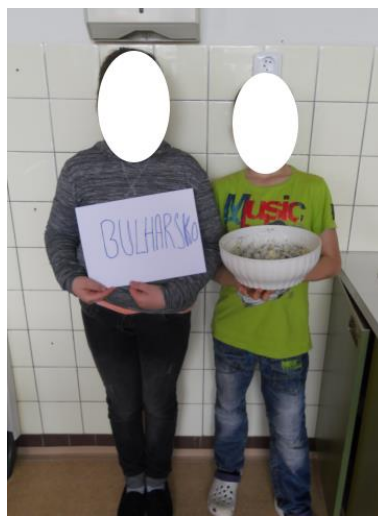
Obr. č. 52 Příprava taratoru



Obr. č. 53 Hotové pokrmy



Obr. č. 54 Salát Caprese



Obr. č. 55 Tarator



Obr. č. 56 Okurkové sendviče

10 Život ve staletích

Téma: Do projektu budou zapojeni žáci ze všech tříd pátého ročníku (celkem tři třídy). Každá třída dostane přiřazené století, v němž se bude zaměřovat na čtyři části, které zpracuje. V poslední hodině představí žáci svým spolužákům své zpracované části. Vytvořené projekty se mohou prezentovat po domluvě v dětské knihovně či představit třídám v areálu školy a poté vystavit některé části ve školní budově.

Věková skupina: 5. ročník

Počet žáků: 16 v každé třídě

Typ projektu: čtyřtýdenní (3 x 2 hodiny za týden, poslední týden prezentace)

Místo k realizaci: třída

Pomůcky: tabule, knihy, papíry, čtvrtky, informační brožury, lepidlo, nůžky, pastelky, fixy, internet, knihy

Organizace: skupinová

Integrace předmětů:

- výtvarná výchova - návrhy a malování jednotlivých částí
- pracovní činnosti - vytváření různých motivů
- český jazyk - vymyšlení popisku a textů
- hudební výchova - využití dobové hudby

Použité metody: diskusní, rozhovor, metoda hodnocení

Klíčové kompetence: komunikativní, k učení, sociální a personální, občanské

Kognitivní cíle:

- využití dosavadních znalostí z knih či jiné literatury
- vyhledání informací v knize podle rejstříku
- získání nových informací o stolování, kuchyni, zemědělství určitého století
- zdokonalení v písemném projevu
- prezentování své části projektu se svou skupinou ostatním třídám

- snaha analyzovat informace o století

Psychomotorické cíle:

- namalování jednoduché ilustrace
- vhodné začlenění a nalepení obrázků na prezentační archy

Afektivní cíle:

- ekonomické postoje: úsporné zacházení s papírem
- estetické postoje: preciznost provedení
- ekologické postoje: dodržování pravidel třídění odpadu
- sociální rozvoj: schopnost pracovat samostatně i ve skupině, rozdělení rolí, aktivní zapojení do jednotlivých úkolů, komunikace mezi žákem a učitelem
- osobnostní rozvoj: učí se zodpovědnosti a samostatnosti

Informační základ pro učitele:

VONDRUŠKA, V. *Život ve staletích 13. století, Lexikon historie*. 1. vyd. Brno, Moravská Bastei Moba, s. r. o., 2010, 77 – 80 s. ISBN 978-80-243-3809-5.

VONDRUŠKA, V. *Život ve staletích 14. století, Lexikon historie*. 1. vyd. Brno, Moravská Bastei Moba, s. r. o., 2011, 75 – 79 s. ISBN 978-80-243-4243-6.

VONDRUŠKA, V. *Život ve staletích 15. století, Lexikon historie*. 1. vyd. Brno, Moravská Bastei Moba, s. r. o., 2012, 74 – 76 s. ISBN 978-80-243-4641-0.

Průběh a realizace:

Jednou z nejdůležitějších částí bude rozdělení jednotlivých rolí v každé třídě. Žáci se o to pokusí nejdříve sami, pokud by v tom nastal problém, pomůže učitel. Učitel v tomto projektu bude pouze poradcem. Projekt je podle S. Vrány definován jako „podnik žáka“ a právě to si v tomto projektu žáci vyzkouší. Každá třída dostane základní literaturu o zadaném století. Jejich úkolem bude rozpracovat tři okruhy - Získávání potravin, Složení potravin a Stolování. K dispozici budou mít obrázky, barevné papíry, velké archy papírů, internet a cokoli budou potřebovat. Je na každé třídě, jak téma uchopí. Každá třída dostane osnovu, aby splnila základní body, které musí jednotlivé úseky obsahovat.

Osnova:

1. Získávání potravin

- rybolov
- zemědělství
- sklizeň
- chov dobytka

2. Složení potravin

- pečivo
- kaše
- masitá jídla
- hostiny
- nápoje

3. Stolování

- základní stolovací návyky

Každý týden se budou žáci dvě hodiny zabývat jedním okruhem a vždy na konci každé hodiny shrnou učitelé, co zhotovili a jaké nové informace se dozvěděli. Poslední den projektu bude věnován prezentaci všech ročníků o zpracovaných staletích. Každý ročník si připraví představení svého století přibližně na 20 minut.

Hodnocení:

Žáky budou hodnotit učitelé z pátých tříd. Hlavní pozornost budou zaměřovat na celkový dojem a na to, zda žáci splnili základní body osnovy. Důležité slovo bude mít učitel, který byl přítomen po celou dobu projektu a spolupracoval s žáky ve třídě. Každá skupina na závěr udělá sebereflexi. Obeznámí nás s tím, jak se jim pracovalo, jestli někde došlo k problému, k jakému, jak ho vyřešily apod.

Hlavním cílem je žáky naučit samostatnosti a zodpovědnosti. V budoucím životě se také mohou dostat do situací, kdy budou muset splnit určité úkoly v daném čase. V případě dalšího projektu bychom se mohli zabývat zbylými stoletími až do současnosti.

Závěr

Hlavním cílem diplomové práce bylo vytvořit soubor deseti projektů do vzdělávacího okruhu Příprava pokrmů, které budou využitelné v běžné školní výuce. Nejprve však bylo potřeba provést analýzu odborných zdrojů. V teoretické části jsme se nejprve zabývali projektovou metodou. Vysvětlili jsme si co je projekt, jaké máme druhy či jaká jsou pozitiva a negativa projektu. V další části jsme se zabývali aktivizačními metodami, sdělili jsme si některé z aktivizačních metod a vysvětlili si, co je aktivní učení. Další část patřila pojmu tvořivost, uvedli jsme si některé z jejích východisek. Nahlédli jsme také do Rámcově vzdělávacího programu, zopakovali jsme si jeho cíle, pojetí a výstupní kompetence žáka se zřetelem na vzdělávací oblast Člověk a svět práce. Poslední část jsme věnovali historii přípravy pokrmů v různých staletích. Ukázali jsme si u každého století typické potraviny, které lidé dříve konzumovali, či informace o tom, jak vypadala dobová kuchyně.

Praktická část obsahuje deset projektů využitelných v běžné výuce. U každého projektu je uvedeno, pro jakou věkovou skupinu je projekt vhodný, jaké jsou použity metody, jaká je jeho organizace, či jaké pomůcky budou žáci potřebovat. Naleznout zde můžeme i podrobně vypsané výchovně vzdělávací cíle a informační základ pro učitele. U realizovaných projektů nalezneme reflexe k jednotlivým námětům, hodinám, reakce žáků. Uvádíme zde i problémy, které se vyskytly během projektu. Nechybí fotografická dokumentace, která je zařazena u realizovaných projektů.

Náměty projektů byly navrženy tak, aby se v případě nižší hodinové dotace na projekt daly maximálně využít a popřípadě různě kombinovat mezi sebou. U klíčových kompetencí jsme hlavní důraz kladli na kompetence komunikativní, občanské a sociálně – personální. Žáci se zde snažili rozvíjet pozitivní postoje k práci, uplatnit zde mohli i svoji nápaditost a tvořivost. Učili se kooperovat a naslouchat jeden druhému. Žáci mohli projevit své názory či připomínky, které poté vedly ke společné diskusi. Při samotné realizaci byl kladen hlavní důraz na motivaci, která je velice důležitá. Po realizaci několika projektů byli žáci sami nadšeni ze své práce a nosili své náměty a obrázky pokrmů, které by si rádi vyzkoušeli.

Vybrané projekty byly uskutečněny ve výuce čtvrtých a pátých tříd na základní škole v Plzni. Celkem se v projektech vystřídalo více jak čtyřicet žáků. Projekty byly vymyšleny tak, aby se daly libovolně kombinovat. Já jsem si také z časových důvodů některé z projektů upravovala vzhledem k časovým možnostem, se kterými jsem musela pracovat. Velkou výhodou u těchto projektů vidím v tom, že výsledkem je většinou případů pokrm. Někteří žáci překvapivě nemají žádné zkušenosti s výrobou pokrmu. Naopak někteří svoji lásku k jídlu dávali opravdu najevo. Překvapilo mě, že byli velice nadšeni. Povíдали mi, že si chtějí některý z pokrmů vyzkoušet doma s rodiči. Jsem ráda, že jsem si mohla metodu vyzkoušet v praxi. Je skvělé vidět, jak některé třídy

dokázaly plynule integrovat doposud získané znalosti z jiných předmětů a efektivně je využít. Nevýhodu, kterou mohou někteří lidé vidět v projektové metodě, je časová náročnost a příprava, kterou je opravdu potřeba nepodcenit a pořádně se na projekt připravit. I já jsem musela některé projekty ve své práci časově upravit vzhledem k tomu, že na škole probíhalo několik projektů současně. Na tyto projekty by si učitelé zasloužili mnohem větší časovou dotaci. Podle mého názoru jsou pro žáky velice prospěšné. Vyzkouší si pracovat s reálnými pomůckami a potravinami či vytvořit situace z běžného života.

Podstatnou věc, kterou žáci velmi zlepšili, bylo vnímání názorů svých spolužáků, kooperaci a následnou domluvu, která probíhala bez velkých potíží. Větší problém žákům dělalo zapamatování si některých teoretických faktů a postupů. Perfektně zvládali i práci se spotřebiči a kuchyňským náčiním, u kterého jsem měla zpočátku obavy.

Realizací bylo ověřeno, že projekty lze využívat v běžné školní výuce. Jednotlivé náměty mohou učitelé využívat samostatně nebo je popřípadě různě kombinovat v závislosti na jejich časových možnostech.

Tato diplomová práce rozšířila mé znalosti v oblasti etiky a historie stolování v nejrůznějších staletích. Obohatila mi o mnoho zážitků při realizaci těchto projektů. Potvrdila mi, že bez důkladné teoretické přípravy nelze vytvořit kvalitní projekt. Naučila mne prezentovat informace výstižně a jednoduše. V neposlední řadě také zdokonalila mojí komunikaci s žáky. Na počátku psaní jsem měla obavy, zda dokáží vytvořit projekty zábavné, ale zároveň edukativní. Jsem ráda, že jsem se mohla podílet na tvorbě projektů, které mohou učitelé běžně zařadit do vlastní výuky.

Použitá literatura

- [1] BEROUŠKOVÁ, E. *Aktivní učení jako prostředek rozvoje čtenářské gramotnosti na 1. stupni ZŠ*. Diplomová práce. Praha: Pedagogická fakulta UK, 2012. 8-9 s. ISBN nemá.
- [2] BERANOVÁ, M. *Jídlo a pití v pravěku a středověku*. 3. vyd. Praha, Nakladatelství Academia, 2015, ISBN 978-80-200-2498-5.
- [3] COUFALOVÁ, J. *Projektové vyučování pro 1. stupeň ZŠ*. Praha: Fortuna, 2010. 6 – 21 s. ISBN 80-7168-958-0.
- [4] DOLEŽALOVÁ, J. *Kuchařka společenského chování*. České Budějovice, Nakladatelství Dona, 1998, ISBN 80-86136-12-4.
- [5] FEYRFLÍKOVÁ, M. *Kuchyně pozdního středověku*. Praha: Grada Publishing, a.s., 2015, ISBN 978-80-247-5431-4.
- [6] HONZÍKOVÁ, J. *Teorie a praxe tvořivosti v technické výchově*. 1. vyd. Plzeň: Pedagogické centrum, 2003. Tištěná část 5 – 21 s. ISBN 80-7020-124-X.
- [7] LANGHAMEROVÁ, J. *Aktivizující metody ve výuce na prvním stupni ZŠ*. Diplomová práce. Brno: Pedagogická fakulta MU, 2007. 17-20 s. ISBN nemá.
- [8] OLIVOVÁ, K. *Libreto k výstavě Zatoulaná vařečka*. Bakalářská práce. Brno: Filozofická fakulta MU, 2013. 30-39 s. ISBN nemá.
- [9] PAVÉSKOVÁ, Z., CHOCHOLOUŠOVÁ, Z. *Laskončina kuchařka pro malé kuchtíky*. 1. vyd. Praha, Nakladatelství FRAGMENT, 2014, ISBN 978-80-253-2129-4.
- [10] PŘÍVĚTIVÁ, S. *Projektové vyučování na 1. Stupni ZŠ*. Diplomová práce. Brno: Pedagogická fakulta MU, 2007, 11-12s. ISBN nemá.
- [11] *Rámcově vzdělávací program pro základní vzdělávání*. Praha, 2016, MSMT-28603/2015, 104 – 106 s.
- [12] STRÝČKOVÁ, J., TESLÍKOVÁ, K. *Draci v hrnci, Oskar a jeho dračí kamarádi jsou v kuchyni jako doma*. Praha, 2014, ISBN 978-80-7404-137-2.
- [13] ŠIKMÁTOROVÁ, J. *Viš, co jíš? Dětská kuchařka bez nebezpečných éček a chemie*. 1. vyd. Brno, Cpress, 2014, ISBN 978-80-264-0507-8.
- [14] ŠIKMÁTOROVÁ, J. *Malý mezinárodní mistr šéfkuchař, Dětská kuchařka evropských specialit*, 1. vyd. Brno, Computer Press, 2015, ISBN 978-80-264-0881-9.

- [15] ŠMIKMÁTOROVÁ, P., DROBNÝ, L., SINIČÁK, T. *Receptíky pro malé kuchtíky, Hravá kuchařka pro děti*. 1. Vyd. Brno, Computer Press, a.s., 2009, ISBN 978-80-251-2244-0.
- [16] VONDRUŠKA, V. *Život ve staletích 12. století, Lexikon historie*. 1. vyd. Brno, Moravská Bastei Moba, s. r. o., 2009, 64 – 66 s. ISBN 978-80-243-3477-6.
- [17] VONDRUŠKA, V. *Život ve staletích 13. století, Lexikon historie*. 1. vyd. Brno, Moravská Bastei Moba, s. r. o., 2010, 77 – 80 s. ISBN 978-80-243-3809-5.
- [18] VONDRUŠKA, V. *Život ve staletích 14. století, Lexikon historie*. 1. vyd. Brno, Moravská Bastei Moba, s. r. o., 2011, 75 – 79 s. ISBN 978-80-243-4243-6.
- [19] VONDRUŠKA, V. *Život ve staletích 15. století, Lexikon historie*. 1. vyd. Brno, Moravská Bastei Moba, s. r. o., 2012, 74 – 76 s. ISBN 978-80-243-4641-0.