



Pedagogická  
fakulta  
Faculty  
of Education

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

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích  
Pedagogická fakulta

Diplomová práce

Téma: Tvořivé pojetí výuky vzdělávacího  
celku Příprava pokrmů na 1. stupni ZŠ

Vypracovala: Lucie Šimečková

Odborný konzultant: PhDr. Eva Roučová, Ph.D.

České Budějovice 2020

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že svou diplomovou práci jsem vypracoval/a 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 diplomové práce, a to v nezkrácené podobě archivované Pedagogickou fakultou 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 diplomové práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky vedoucího a oponentů práce i záznam i o průběhu a výsledku obhajoby diplomové práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé diplomové práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích, dne 7. 5. 2020

Lucie Šimečková

## **Anotace**

Tato diplomová práce se zabývá tématem „Tvořivé pojetí přípravy pokrmů na 1. stupni ZŠ“. V teoretické části se zabývám třemi hlavními oblastmi. První oblast je věnována aktivizačním metodám na 1. stupni ZŠ. Druhá oblast popisuje tematický okruh Příprava pokrmů podle Rámcově vzdělávací program pro základní vzdělávání. Třetí a závěrečná oblast se zabývá teorií tvořivosti v technické výchově na 1. stupni ZŠ.

Praktická část obsahuje šest námětů, které se zaměřují na přípravu pokrmů, exkurze spojené s přípravou pokrmů a základy etikety. Vytvořené náměty jsou určeny pro žáky od první do čtvrté třídy základních škol. Obsahem praktické části jsou detailně popsány přípravy pokrmů, exkurze spojené s potravinářstvím a hodnotící pracovní listy.

Klíčová slova: aktivizační metody, člověk a svět práce, exkurze, příprava pokrmů, tvořivost

## **Abstract**

The present degree work deals with the topic "Creative Teaching Concepts of the Education of the Whole Preparation of the Dishes in Primary School Education". In the theoretical part i focus on the following main three areas. The first part dwells on activation methods in primary school education. The second part describes the educational range The Preparation of Meals According to General Educational Programme. The third and final part deals with the theory of creativity in technical education in primary schools.

The practical part contains six subjects which are concentrated on the meals preparation, the excursions related to the meals preparation and the basis of etiquette. The created topics are designed for pupils of primary 1 – 4 classes. The contents of the practical part consists of the detailed description of the meals preparation, the excursions related to the food processing, and the evaluating work sheets.

Keywords: activation methods, creativity, excursions, man and the world of work, preparation of meals

## **Poděkování**

Chtěla bych srdečně poděkovat vedoucí mé práce paní PhDr. Evě Roučové, Ph. D. za odborné vedení, cenné rady a připomínky. S velkou ochotou a trpělivostí mě povzbuzovala po celou dobu řešení mé diplomové práce. Byla mi během jejího zpracování velkou oporou. Děkuji za její čas, který mi věnovala.

Dále děkuji paní ředitelce základní a mateřské školy v Petrovicích u Sedlčan za možnost provedení praktické části.

# Obsah

I.	TEORETICKÁ ČÁST.....	10
1	Aktivizační metody ve výuce na 1. stupni ZŠ.....	10
1.1	Definice pojmu aktivizační výuková metoda .....	10
1.2	Členění aktivizačních metod.....	14
1.3	Vybrané aktivizační metody .....	15
1.3.1	Metody diskuzní .....	15
1.3.2	Metody heuristické .....	15
1.3.3	Metody situační .....	17
1.3.4	Metody inscenační.....	17
1.3.5	Didaktické hry .....	18
2	Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání (RVP ZV) .....	20
2.1	Stručná charakteristika.....	20
2.2	Charakteristika vzdělávací oblasti Člověk a svět práce.....	26
2.3	Vzdělávací obsah tematického okruhu - Příprava pokrmů.....	28
3	Teorie tvořivosti v technické výchově na 1. stupni ZŠ .....	34
3.1	Vymezení pojmu tvořivost .....	34
3.1.1	Druhy tvořivosti .....	37
3.1.2	Základní stádia rozvoje tvořivé aktivity dítěte .....	37
3.1.3	Faktory ovlivňující tvořivost .....	39
3.2	Technická výchova na 1. stupni ZŠ.....	40
3.2.1	Složky primární technické výchovy .....	41
II.	PRAKTICKÁ ČÁST .....	44
1.	Americké donuty .....	45
2.	Na skok do kuchyně středověku.....	54
3.	Zdravá svačinka.....	65

4.	Recepty z pohádek (pokrmů z říše za sedmero horami).....	76
4.1	Dětská univerzita .....	90
5.	Exkurze do školní kuchyně .....	98
6.	Exkurze na Kozí farmu.....	106
III.	Zdroje odborné literatury.....	115
IV.	Přílohy .....	118

## **Cíle diplomové práce**

Hlavní cíl diplomové práce byl stanoven v této podobě: vytvořit soubor námětů pro výuku vzdělávacího tematického okruhu Příprava pokrmů na 1. stupni ZŠ, která zefektivní jeho průběh i výsledky a bude podporovat rozvoj žáka primárně v oblasti Člověk a svět práce.

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

### **Cíle teoretické:**

Vymezení a zpracování teoretických východisek práce:

1. Na základě studia odborných zdrojů chci objasnit pojem aktivizační metoda a charakterizují praktické využití aktivizačních metod ve výuce na 1. stupni ZŠ.
2. Zvolená teorie se týká analýzy 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.
3. Zvolená teorie se zaměřuje na analýzu obecné teorie tvořivosti a teorii tvořivosti v technické výchově na 1. stupni ZŠ.

### **Cíle praktické:**

1. Vytvořit šest výukových projektů pro tvořivé ztvárnění témat Přípravy pokrmů na 1. stupni ZŠ.
2. Ověřit efektivitu vybraných námětů na Kurzu vaření v rámci kroužku pro 1. stupeň na Základní škole v Petrovicích.
3. Zkonstruovat vyhodnocující dotazníky nebo pracovní listy k jednotlivým projektům.
4. Vyhodnotit dotazníky a interpretovat výsledky.
5. Vytvořit fotografickou dokumentaci.

# Úvod

V dnešní době vyspělého stupně techniky vymožeností je velice složité zaujmout mládež obecně, a zvláště žáky na prvním stupni základních škol. Učitelé musí vymýšlet stále nové, moderní a přitažlivější metody, které žáky zaujmou a hodina se tak stane atraktivnější.

Dnešní možnosti jsou takové, že učitel má k dispozici nespočet výukových metod, které může využít. Nejžádanější metodou je skupinová práce a praktické vyučování, při kterém si žáci mohou vše vyzkoušet „na vlastní kůži“. Díky praktickému vyučování je možné žákům lépe předat získané zkušenosti a přitom se sami také dále vzdělávat. Jak říká Geoffrey Petty (1993) *„Lépe se věc naučíme, když ji sami děláme, než když jen posloucháme, nebo se jen díváme.“*

V průběhu studia jsem se setkala s několika metodami výuky, ale nejvíce převažuje frontální výuka. Na základě mých předchozích zkušeností jsem si zvolila toto téma diplomové práce, protože bych ráda pro žáky připravila takové vyučování, které bude usilovat o aktivní a samostatné učení žáka a jeho rozvoj. Líbí se mi, když učitel využívá modernější a poutavější metody výuky. Výuka musí bavit především učitele, aby bavila také žáka. Nové metody dokáží propojit získané teoretické znalosti a následně je uplatnit v praxi. S tímto tématem souvisí také pojem tvořivost, která se může rozvíjet použitím správných metod. Důležitým faktorem je přivádět žáky k objevování okolního světa, které pak vede k samotné tvořivosti. Metody, o kterých se zmiňuji, můžeme využít v řadě předmětů, ale také při exkurzích. Soubor těchto metod nese název aktivizační metody. Ráda bych jednotlivé metody zařadila do výuky tematického okruhu Příprava pokrmů na prvním stupni základní školy.

Diplomová práce se věnuje zejména dříve zmíněným aktivizačním metodám ve výuce, které pomáhají učitelům vyučování zpestřit, aktivizovat žáky a vést k samostatnosti. Vhodně zvolenými metodami může učitel žáky zaktivizovat, a tak zefektivnit celou výuku. V závislosti na těchto faktech je cílem mé diplomové práce zjistit, jaké aktivizační metody jsou nejefektivnější a dají se použít napříč všemi předměty. V rámci praktické části budu jednotlivé aktivizační metody využívat v kurzu Vaření, který bude postaven na tematickém okruhu Příprava pokrmů.



Tematický okruh Příprava pokrmů se řadí do vzdělávací oblasti Člověk a svět práce. V této oblasti se žáci setkávají se situacemi z běžného života v rodině a tím získávají zkušenosti pro svůj budoucí život. Díky tomu, že si žáci mohou vše zkusit, se u nich rozvíjí samotná tvořivost. Žáci prvního stupně neměli dříve tento předmět zařazen do osnov. Jsem zastáncem toho, že tento předmět patří na první stupeň základní školy. Přesvědčila jsem se o tom, že žáci prvního stupně jsou mnohdy šikovnější než na stupni druhém, neměli bychom tuto skutečnost podceňovat.

V rámci diplomové práce se budu již zmiňovaným tématům důkladně věnovat. V praktické části vytvořím šest netradičních námětů, které budou moci využít další učitelé v rámci výuky klasických předmětů nebo jako inspiraci při výuce tematického okruhu Příprava pokrmů. Doufám, že jednotlivé náměty učitele zaujmou a pomohou tak ke zlepšení schopnosti získávání kompetencí u žáků na prvním stupni základních škol, většího zájmu o vaření a život v rodině.

# I. TEORETICKÁ ČÁST

## 1 Aktivizační metody ve výuce na 1. stupni ZŠ

Abychom byli schopni vytvořit nějaký konkrétní projekt, musíme se v teoretické části nejprve říci, co znamená samotný pojem aktivizační metoda. V první kapitole se zaměříme na definici pojmu aktivizační metoda, na typy aktivizačních metod a vybrané aktivizační metody si blíže popíšeme. Tyto kroky nám pomohou získat potřebné informace, které následně využijeme v praktické části diplomové práce.

Na základních školách se stále setkáváme s klasickými formami výuky, které jsou známé již dlouho. Postupem času se tyto metody stále upravují, snaží se žákům i učitelům co nejvíce zpříjemnit výuku a zefektivnit učení dítěte. V současné době se ve školách s tradičními výukovými metodami zavádějí metody upravené. Takové, které vycházejí z činnosti žáka a hlavně se snaží o rozvoj jeho aktivního učení, tvořivosti, pracovitosti a samostatnosti. Tyto nově prosazované metody nesou název - aktivizační metody.

### 1.1 Definice pojmu aktivizační výuková metoda

V dnešní době jsou aktivizační metody ve školách velice oblíbenou částí výuky. Pro správné pochopení odborných textů musím nejprve správně definovat dané pojmy. V prvé řadě bych ráda objasnila pojmy, jako je metoda aktivního vyučování neboli aktivizační, též zvaná jako aktivizující metoda vyučování.

Definici samotné aktivity ve výchovně-vzdělávacím procesu udává Maňák (1998, s. 29) jako „*zvýšenou, intenzivní činnost žáka, a to jednak na základě vnitřních sklonů, spontánních zájmů, emociálních pohnutek nebo životních potřeb, jednak na základě uvědomělého úsilí, jehož cílem je osvojit si příslušné vědomosti, dovednosti, návyky, postoje nebo způsoby chování*“.

Žák při aktivní činnosti získává více poznatků z práce, jelikož si prakticky osvojuje vědomosti a získává potřebné dovednosti. Praktické poznatky z práce jsou pro žáky velmi důležité. Při aktivním zapojení do výuky si žáci vše lépe zapamatují a učí se tak rychleji.

Díky praktickému vyučování je hodina zábavnější a žák si osvojí více poznatků. Na rozdíl od teoretické stránce nauky.

Pojem aktivita žáků je spojován také s pojmem „aktivizace žáků“, který představuje rozvinutí intenzivnější činnosti. Cílem je pomocí záměrného působení na žáka vhodnými prostředky tuto aktivitu vyvolat.

Maňák (1998) tvrdí, že: *„Aktivita je východisko pro výkon člověka, jeho samostatného rozhodování a tvořivých produktů. Aktivizace je potom celková připravenost organismu k činnosti. Velice důležité pro život jsou samostatnost a kreativita člověka.“*

Každý učitel má rád zvědavé a především aktivní žáky, kteří se nebojí říci svůj názor na věc. Aktivní žák si odnáší z výuky mnohem více, než když k učivu přistupuje pasivně. Stejně tak je to i při praktické výuce. Je dobré, když si žák může zkusit danou činnost sám. Díky tomu se naučí mnohem více a také současně rozvíjí svoji kreativitu.

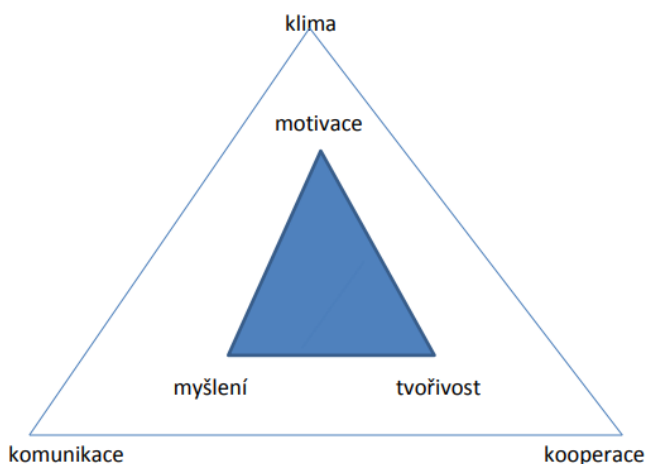
Maňák a Švec (2003, s. 105) uvádějí definici autorů M. Janovcové, J. Průchy, J. Koudely, kteří *„aktivizující metody popisují postupy, které vedou výuku tak, aby se výchovně-vzdělávacích cílů dosahovalo hlavně na základě vlastní učební práce žáků, přičemž důkaz se klade na myšlení a řešení problémů“*.

Aby se u žáka aktivita rozvíjela, je důležitou podmínkou dát mu příležitost k činnosti. Je třeba nechat žákům prostor pro jejich vlastní názor na řešení situace a nechat je řešit situaci svým vlastním vymyšleným způsobem. Další důležitou součástí je rozvíjet u žáků vytváření pracovních návyků, motivovat je k vytrvalosti a podporovat radost z výsledného díla.

Definice podle Sitné (2009, s. 9) zní takto: *„Aktivním učením rozumíme postupy a procesy, pomocí kterých žák 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“*.

Při aktivním učení žák vykonává tzv. samostatnou práci, při které je schopen řešit nové situace a problémy, svými vlastními metodami. Snaží se používat osvojené dovednosti k řešení nově vzniklých překážek a hlavně vynakládá myšlenkové úsilí, aby zvládl vzniklé potíže. Žák při řešení situací, které jsou mu již známé, využívá svou znalost techniky práce a aplikuje tak své už dříve nabitě poznatky.

Následující schéma shrnuje základní charakteristické znaky aktivizačních metod (vnitřní trojúhelník) a podmínky, za kterých se obvykle odehrávají (vnější trojúhelník).



**Obrázek 1 - Přehled charakteristických rysů a podmínek aktivizačních metod**

(zdroj: [http://inpdf.uhk.cz/wp-content/uploads/2014/03/Aktivizace\\_studentu\\_ve\\_vyuce\\_Dolezalova.pdf](http://inpdf.uhk.cz/wp-content/uploads/2014/03/Aktivizace_studentu_ve_vyuce_Dolezalova.pdf))

Aktivizační metody se v dnešní době ve školách používají čím dál tím častěji. V prvé řadě zlepšují proces výuky z metodického hlediska a činí žákům výuku zábavnější a tím pádem i zajímavější.

*„Hlavním cílem aktivizačních metod je změnit statické monologické metody v dynamickou formu, která vtáhne studenty nenásilným způsobem do problematiky a zvýší tak jejich zájem o probíranou tematiku. Dalším přínosem je změna vztahu mezi učitelem a studenty. Učitel se ve výuce vedené pomocí aktivizačních metod nevzdává své dominantní roli ve třídě, pouze dává větší prostor studentům k jejich seberealizaci a rozvoji.“* (Kotrba, Lacina, 2007, s. 39)

Z výše uvedeného vyplývá, že žáky je důležité vést k praktické formě výuky, která vede k lepším poznatkům z práce. Jelikož vše co si sami vyzkouší, si lépe zapamatují, a tak se to rychleji naučí. Vzhledem k tomu, že si žáci mohou zkusit vše sami, stává se tato forma výuky pro žáky velice atraktivní a také zábavná. Pedagog je v této části výuky brán jen jako náповěda žákům, kteří si nejsou stoprocentně jisti a potřebují radu. Často, jak se říká, potřebují trochu „popostrčit“.

V historii se už s myšlenkou podobných metod setkáváme. Prvně takovou myšlenku vyslovil náš velký pedagog Jan Ámos Komenský. Ten prosazoval aktivní učení, tzv. „Školu hrou.“

Lze také říci, že aktivizační metody kladou především velký důraz na osobní prožitek. Mezi největší výhody patří to, že člověk si zapamatuje mnohem více, když využije v procesu učení více smyslových orgánů, nebo dokonce něco nového zažije a vyzkouší si to sám „na vlastní kůži“. Prožitek tak zanechá mnohem hlubší paměťové stopy. (Lacina, Kotrba, 2007, s. 40)

Aktivizační metody mají důležitou úlohu a to naučit žáky spolupracovat s ostatními. Při složitých úkolech by měli žáci pochopit, že práce ve skupině je ve skutečnosti jednodušší varianta. V některých situacích se potvrdilo, že člověk sám mnohdy nic nezmuže. S tím, je také spojen problém naučit žáky rozdělovat si úkoly, domlouvat se ve skupině a samozřejmě snaha o vedoucí postavení v týmu.

Je třeba si uvědomit, že cílem aktivizačních metod není nahrazení klasického výkladu, jedná se spíše o její doplnění. Tyto metody se nedají použít ve všech fázích vyučování. Nejefektivnější využití je ve fázi shrnutí učiva. (Kotrba, Lacina, 2007, s. 42)

Učitel je v každém případě v pozici odborníka, a proto musí znát širokou škálu aktivit. Nezbytné je pro takového pedagoga vytvořit si svůj vlastní „metodický balíček“. Tzv. metodické portfolio obsahuje pracovní materiál, jako jsou například kartičky, otázky a odpovědi, kvízové otázky, fotografie atd. Každá učitel by měl tento balíček postupem času aktualizovat, modernizovat a především prakticky používat. (Sitná, 2009, s. 11)

Mezi žáky je oblíbené takové vyučování, které je něčím zajímavé, pestré, přiměřeně náročné a především vedeno profesionálem, který preferuje aktivní a motivující formu výuky. (Sitná, 2009, s. 13)

Mezi hlavní výhody aktivizačních metod patří jejich přínos k všestrannému rozvoji osobnosti samotného žáka, vede ho k samostatnosti a také zodpovědnosti. Při této formě výuky jsou žáci nuceni řešit různé problémové situace sami a snaží se získané vědomosti uplatnit v praxi.

V následujících bodech udává Dagmar Sitná (2009, s. 13) výsledky žákovského hodnocení forem výuky, seřazené sestupně od nejoblíbenějších k těm méně oblíbených:

1. skupinové vyučování
2. využívání ICT (počítačů), interaktivní tabule
3. hraní pedagogických her, soutěže, kvízy, křížovky

4. praktická výuka v odborných učebnách
5. práce v laboratořích, návštěvy knihoven, exkurze
6. práce v dílnách, na pozemcích
7. samostatná práce v hodině
8. pozorování (učitele, spolužáků)
9. čtení za účelem získávání informací
10. výklad

Tento přehled nám říká, že žáci preferují aktivitu, spolupráci ve skupinách a rádi dělají praktické úkoly oproti klasické výkladové formě výuky.

V praktické části bych ráda ověřila, zda použití skupinové práce je opravdu tak zábavná, efektivní a především účelná varianta výukové metody pro žáky na 1. stupni ZŠ.

Mezi největší nevýhody aktivizačních metod zařazují učitelé dobu potřebnou k jejich uskutečnění a přípravě. V některých případech se setkáme dokonce s tímto názorem. Učitelé nechtějí promarnit hodinu pouze „hrou“ s dětmi. Pedagog má být při výběru aktivity především pečlivý a zamyslet se nad správností volby daného netradičního postupu výuky. Musí přesně vědět, do jaké části hodiny postup vloží.

(Langhamerová, J., 2007, s. 29)

## 1.2 Členění aktivizačních metod

Aktivizační metody lze podle Tomáše Kotrby a Lubora Laciny (2007) dělit podle různých hledisek. Nejpraktičtější dělení pro potřeby učitele může vypadat takto:

- Podle **náročnosti přípravy** (času, materiálového vybavení, pomůcek nutných pro realizaci)
- Podle **časové náročnosti** samotného průběhu ve výuce
- Podle **zařazení do kategorií** (hry, situace, diskuze, problémové úlohy)
- Podle **účelu a cílů použití ve výuce** (k opakování, motivaci, odreagování, nová forma výkladu)

Lze říci, že každý pedagog by měl při přípravě na vyučovací hodinu zohlednit všechny tyto body, snažit se je správně zařadit a hlavně v hodině následně použít. Při přípravě na vyučovací hodinu by si měl učitel především určit cíle hodiny, kterých chce dosáhnout,

protože to je to hlavní. Dalším důležitým bodem je hodinu si časově rozvrhnout a připravit také potřebné pomůcky, které budu ve výuce potřebovat.

Z výše uvedené teorie pro tuto práci znamená, že v praktické části bude mým úkolem splnit všechna tato hlediska, aby mohla vzniknout pro žáky zajímavá a hlavně zábavná hodina, které se žáci rádi a aktivně zúčastní

## 1.3 Vybrané aktivizační metody

V této kapitole se budu věnovat vybraným aktivizačním metodám a jednotlivé ve zkratce popíši. Tato teorie je důležitou součástí praktické části diplomové práce, kde budu tyto metody aplikovat v praxi.

### 1.3.1 Metody diskuzní

Diskuzní metoda vychází a navazuje na metodu rozhovoru a má různé varianty. Metoda rozhovoru se považuje za nezbytnou součást pedagogické komunikace, jejímž základem je podle Maňáka (Maňák a kol., 1997, s. 20) *interakční vztah mezi učitelem a žákem realizující se nejčastěji v otázkách a odpovědích.*

*Výuková metoda diskuze se vyznačuje jako forma komunikace učitele a žáků, při níž si obě strany vyměňují názory, na základě svých znalostí pro svá tvrzení udávají argumenty, a tím společně nacházejí řešení daného problému.* (Maňák, Švec, 2003, s. 108)

Téma diskuze je důležité předem pečlivě promyslet a prodiskutovat i s žáky. Žáci by měli dostat nějakou dobu dopředu název tématu, aby se na diskuzi mohli připravit a nachystat si vhodné otázky.

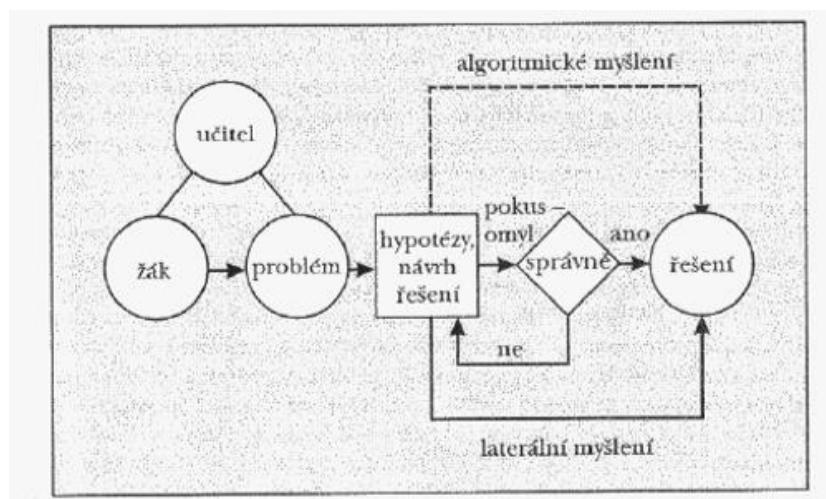
Pro efektivní průběh diskuze je třeba si určit a promyslet předem plán jejího průběhu. Taková příprava by měla obsahovat postup při zahájení, časový odhad jednotlivých částí, předpokládaný závěr a eventuálně několik otázek na konec diskuze. (Maňák, Švec, 2003, s. 110)

### 1.3.2 Metody heuristické

**Heuristika (z řec. heuréka = objevil jsem) je věda zkoumající tvůrčí myšlení, také heuristická činnost, tj. způsob řešení problémů.**

Na rozdíl od tradičních postupů učitel při heuristických metodách sám žákům poznatky nesděljuje přímo, ale vede je k tomu, aby si je samostatně osvojovali, přičemž jím, zejména na začátku, pomáhá, radí a jejich „objevování“ řídí a usměrňuje. (Maňák, Švec, 2003)

Za nejefektivnější heuristickou výukovou strategií je považována problémová výuka, která se zaměřuje na variantu učení pokusem a omylem. (Maňák, Švec, 2003, s. 114)



**Obrázek 2 - Metoda objevování (heuristická)**  
(Maňák, Švec, 2003, s. 113)

Obecně řečeno řešení problémů je v podstatě to samé jako objevování a chápání světa, ve kterém žijeme. V dětském věku toto objevování světa souvisí s častou otázkou „Proč?“.

*„Úloha heuristických metod je v současné době velmi posilována. Úkolem školy je rozvíjet aktivní a tvořivé osobnosti. Při používání heuristických metod učitel nesděljuje žákům poznatky, ale cíleně je vede k jejich samostatnému osvojování. Důležitá je však jeho pomoc, hlavně na začátku, kdy objevování usměrňuje a žákům radí. Pomocí těchto metod žáci samostatně pátrají, hledají, kladou problémové otázky a hledají na ně odpovědi. Žáci jsou při těchto činnostech silně motivováni. Tyto techniky jim pomáhají získávat nové vědomosti a dovednosti. Proto je nutné, aby žáci zvládli např. vyhledávání, shromažďování, třídění, uspořádání dat, kladení otázek, tvorbu hypotéz. Žákům by mělo být poskytnuto dostatečné množství prostoru pro tuto činnost.“*

(Langhamerová., 2007, s. 31)



### 1.3.3 Metody situační

„Vztahují se na širší zázemí problému, na reálné případy ze života, které představují specifické, obtížné jevy vyvolávající potřebu vypořádat se s nimi, vyžadující úsilí a rozhodování“. (Maňák, Švec, 2003. s. 119)

Situační metody jsou žákovi velice blízké, jelikož se opírají o skutečné případy ze života. Těmito metodami lze řešit problémy ve třídě, kázeňské přestupky, řešení incidentu atd.

Maňák a Švec (2003, s. 119) uvádí fáze řešení situace:

- a) **volba tématu** (musí být v souladu s cíli výuky a odpovídat připravenosti žáků)
- b) **seznámení s materiály** (žáci musí mít přístup k dokumentům, které jsou pro řešení nepostradatelné)
- c) **vlastní studium případu** (žádoucí je, aby učitel žáky připravil na dané téma, vytyčil cíle a poskytl úvodní rady a pokyny)

Mezi hlavní přednosti této metody se řadí zaměřenost na praxi, důraz na řešení konkrétního případu a výcvik v rozhodování. Jako další považujeme za pozitivní: aktivní sociální učení, aplikaci teoretických poznatků, emocionální působení a samozřejmě praxi. (Maňák, Švec, 2003, s. 120)

Situační metoda je prospěšná pro žáky v tom, že napomáhá v rozvíjení dovednosti komunikovat a snaží se do výuky vnášet problémy z každodenní praxe. Jde o situace, které jsou žákům blízké a často se s nimi setkávají. Na základě řešení takových problémů učíme žáky diskutovat na dané téma a obhajovat si své názory.

### 1.3.4 Metody inscenační

Maňák a Švec (2003. s. 123) citují ve své knize Máriu Bratskou (1992, s. 99), která tvrdí, že „*podstatou inscenačních metod je sociální učení v modelových situacích, v nichž účastníci vzdělávacího procesu jsou sami aktéry předváděných situací*“.

Když se hovoří o metodě inscenační, jde o simulaci nějaké události, kde žák představuje hlavní roli a řeší problém. Při dramatizaci si žák prohlubuje osvojené učivo. Objasňuje si otázky lidských osudů a city lidí. To umožňuje žákovi pochopit a prožít hloubku mezilidských vztahů. Inscenace znamená pro žáky získávání nových prožitků.

Přítom si osvojí způsoby chování a seznámí se s druhy vystupování typickými pro budoucí profesi apod. (Maňák, Švec, 2003, s. 123)

Inscenační metody bývají nejčastěji používány při hodině dramatické výchovy.

Maňák a Švec (2003, s. 123) člení inscenaci na několik fází:

1. **příprava inscenace** (stanovení cíle, obsah, časový plán, rozdělení rolí, postup)
2. **realizace inscenace** (rozdělení rolí, nácvik)
3. **hodnocení inscenace** (citlivé hodnocení a v pozitivním duchu)

Příprava inscenace je velice náročná věc a její realizace závisí na zkušenostech učitele i schopnostech žáků. Učitel má za úkol žákům vše vysvětlit a seznámit je s připravovanou inscenací (hrou). Situace, kterou budou žáci předvádět, by měla být jednoduchá a počet herců omezený na 2 – 4 žáky. V první řadě si vybíráme herce mezi dobrovolníky, nikoho nenutíme násilím. Do výuky cizích jazyků se dá tato metoda také zařadit. Jde o tzv. párovou výuku, kdy žáci udělají dvojice a svojí připravenou situaci předvedou před zbytkem třídy. (Maňák, Švec, 2003, s. 125)

### 1.3.5 Didaktické hry

Hra patří v životě dětí mezi nejdůležitější a nejoblíbenější každodenní činnost. Pro každé dítě je hra podstatnou součástí života. Didaktická hra je činnost, ve které dítě musí dodržovat určitá pravidla a rozvíjí svoje vztahy s ostatními spolužáky. Ve výuce je možné využívat různé formy her. (Langhamerová, 2007, s. 35)

Dalším důležitým faktorem je vhodný výběr didaktické hry. Vybírat především podle věku žáků, obtížnosti hry, časové náročnosti a potřebného prostoru. Hra by měla především žáky bavit, mít daný výchovný a vzdělávací cíl. Důležité je, aby si žáci odnesli z takové aktivity nějaké užitečné poznatky.

J. Maňák a V. Švec (2003, s. 128) použili ve své knize rozdělení didaktických her H. Meyera, které je následující:

- a) **Interakční hry, svobodné hry** (s hračkami, stavebnicemi, simulace činností), sportovní a skupinové hry (účastnit se mohou všichni hráči), hry s pravidly, společenské hry, myšlenkové a strategické hry, učební hry.
- b) **Simulační hry** (hraní rolí, řešení případů, konfliktní hry, loutky, maňásci).

- c) **Scénické hry**, rozlišení mezi hráči a diváky, jeviště, rekvizity, speciální oblečení (volná nebo úzká návaznost na divadelní hry, divadelní představení).

Dnešní moderní doba se vyznačuje konkurenčním bojem a soutěživostí. Úloha učitele se stává velice obtížná při přípravě didaktických her. Hra přispívá k rozvoji sociálních, kognitivních, kreativních, tělesných a estetických kompetencí žáka, a proto nemůže být bez cíle. Učitel se zaměřuje na smysl, podstatu dané didaktické hry a usiluje o to, aby se toho žák naučil co nejvíce. (Maňák, Švec, 2003)

Z výše uvedených informací budu vycházet v praktické části diplomové práce. V projektech si prakticky vyzkoušíme některé z aktivizačních metod. Budu sledovat oblíbenost, funkčnost v oblasti tvořivosti, spolupráce a také samostatnosti žáků.

Tuto kapitolu jsem zařadila do teoretické části především z toho důvodu, že chci zjistit, která aktivizační metoda lze nejvíce uplatnit při použití v praktické části a zda je možno tyto metody i kombinovat. Chtěla bych také sledovat, jak se jednotlivým žákům podaří přizpůsobit se daným metodám a která metoda pro ně bude nejvhodnější.

## **2 Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání (RVP ZV)**

V této kapitole se setkáme s rámcově vzdělávacím programem, který je zaměřený na základní vzdělávání. Jedná se nepostradatelnou součást vyučování. Ta definuje konkrétní cíle a kompetence, kterých by měli žáci při studiu dosáhnout.

### **2.1 Stručná charakteristika**

Rámcový vzdělávací program (RVP) je v souladu s principy kurikulární politiky zformulovanými v Národním programu rozvoje vzdělávání v ČR (tzv. Bílé knize) a zakotvenými v zákoně č. 561/2004 Sb.. Jedná se o dokument, podle kterého se bude vyučovat na českých školách. Poslední verze RVP ZV je platná od 1. 9. 2017. V rámcově vzdělávacím programu je také zahrnuta kapitola o vzdělávání žáků s lehkým mentálním postižením. Na tomto dokumentu se podíleli především Jaroslav Jeřábek a Jan Tupý z Výzkumného ústavu pedagogického v Praze, kteří patří mezi hlavní autory.

Rámcový vzdělávací plán je systém kurikulárních dokumentů a z něj vychází školní vzdělávací program (zkratka ŠVP). Jedná se o určité provedení RVP na základě vzdělávacích cílů školy. Tyto záměry by měly brát v potaz možnosti a potřeby žáků, možnosti školy a zákonných zástupců žáků. Každá škola vzdělávací proces následně plní podle ŠVP, který si sama vytvořila.

Ráda bych podotkla, že RVP ZV je otevřený dokument, který je stále obnovován a nadále i bude. Děje se tak podle stále se měnící společnosti, mění se postupem času i potřeby a zájmy žáků. V dnešní době se zdokonalují i zkušenosti pedagogů s ŠVP a to je další impulz pro inovaci RVP.

RVP jako dokument se dělí na čtyři části:

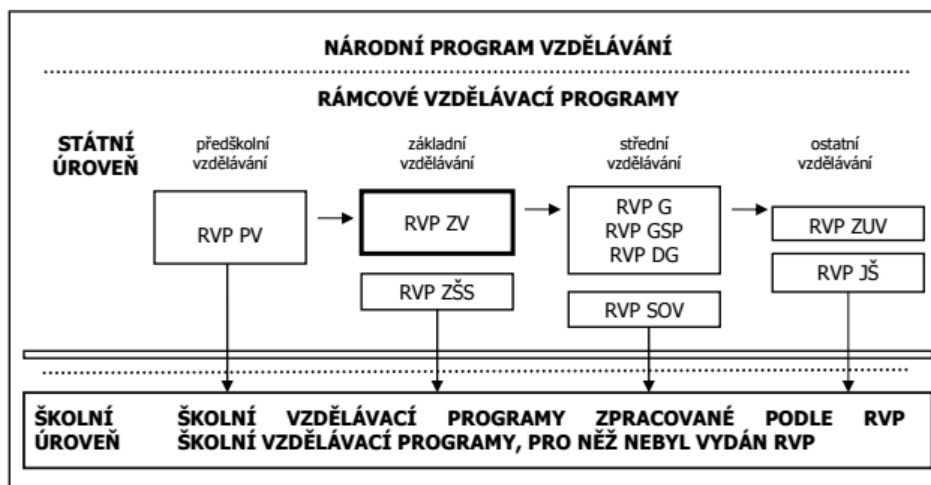
- ➔ První část je zaměřená na popis vymezení RVP v systému kurikulárních dokumentů. Jedná se o tzv. dvě úrovně – státní a školní. Nalezneme zde i principy RVP pro základní vzdělávání a tendence ve vzdělávání, které podporuje také RVP pro základní vzdělávání.

- ➔ Druhá část je věnovaná charakteristice oboru vzdělávání. V našem případě hovoříme o základním vzdělávání a organizaci základního vzdělávání. Dočteme se zde o plnění povinnosti školní docházky a také o hodnocení výsledků vzdělávání žáků.
- ➔ Třetí část nás seznamuje s pojetím a cílem základního vzdělávání. V této části narazíme na zcela nové pojmy. Jsou jimi např. *klíčové kompetence*, *minimální výstupy*, *průřezová témata*, *rámcový učební plán* apod. Do tzv. *vzdělávacích oblastí* jsou zde roztrženy školní předměty.
- ➔ Čtvrtá část dává důraz na vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami a vzdělávání žáků nadaných a mimořádně nadaných. Stará se také o materiální, personální, hygienické, organizační a jiné podmínky pro uskutečňování RVP ZV. Nalezneme zde i zásady pro zpracování, vyhodnocování a úpravu ŠVP.

*Následující text vychází z RVP ZV (2017, s. 5 – 112) a je zestručněn.*

Národní program vzdělávání vymezuje počáteční vzdělávání jako celek. RVP vymezují závazné rámce vzdělávání pro jeho jednotlivé etapy – předškolní, základní a střední vzdělávání. Školní úroveň představují školní vzdělávací programy (dále jen ŠVP), podle nichž se uskutečňuje vzdělávání na jednotlivých školách. (RVP ZV, 2017, s. 5)

Národní program vzdělávání, rámcové vzdělávací programy i školní vzdělávací programy jsou veřejné dokumenty přístupné pro pedagogickou i nepedagogickou veřejnost.



**Obrázek 3 - Vymezení Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání v systému kurikulárních dokumentů**  
(RVP ZV, 2017, s. 5)

Legenda: RVP PV – Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání; RVP ZV – Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání; RVP ZŠS – Rámcový vzdělávací program pro obor vzdělání základní škola speciální; RVP G – Rámcový vzdělávací program pro gymnázia; RVP GSP – Rámcový vzdělávací program pro gymnázia se sportovní přípravou; RVP DG – Rámcový vzdělávací program pro dvojjazyčná gymnázia; RVP SOV – Rámcové vzdělávací programy pro střední odborné vzdělávání; RVP ZUV – Rámcový vzdělávací program pro základní umělecké vzdělávání; RVP JŠ – Rámcový vzdělávací program pro jazykové školy s právem státní jazykové zkoušky

Rámcové vzdělávací programy vycházejí z nové strategie vzdělávání, která zdůrazňuje klíčové kompetence, uplatnění získaných vědomostí a dovedností v praktickém životě. Dále RVP formuluje očekávanou úroveň vzdělání stanovenou pro všechny absolventy jednotlivých etap vzdělávání, podporují pedagogickou autonomii škol a profesní odpovědnost učitelů za výsledky vzdělávání. (RVP ZV, 2017, s. 6)

RVP ZV je otevřený dokument, který bude v určitých časových etapách inovován podle měnících se potřeb společnosti, zkušeností učitelů se ŠVP i podle měnících se potřeb a zájmů žáků.

Národní program rozvoje vzdělávání v České republice (rovněž známý jako dokument pod názvem Bílá kniha) se vztahuje ke kurikulární politice. Ta se týká předškolního, základního, středního i vyššího odborného a také jiného vzdělávání. Společně jsou tak uváděny do vzdělávacího systému nové kurikulární dokumenty. Tyto již zmíněné pedagogické dokumenty se provádí ve dvou úrovních. Státní a školní úroveň. Jde-li o státní úroveň, do ní patří RVP, které předem určuje především obsah a rozsah vzdělávání. Školní úroveň je tvořena ŠVP, který si každá škola musí vytvořit sama. Vzdělávání na jednotlivých školách se však musí bezpodmínečně shodovat s RVP. Jednoduše řečeno, očekávané výstupy, které jsou charakterizovány v RVP, musí být stejné. Pokud jde o RVP a ŠVP, jedná se o veřejně přístupné dokumenty. To znamená, že také každý zákonný zástupce si může prohlédnout ŠVP určité školy. Někteří z rodičů tak učiní ještě předtím, než své dítě do takové školy dají.

**Principy RVP ZV** navazuje svým pojetím a obsahem na RVP PV (předškolní vzdělávání) a je východiskem pro koncepci rámcových vzdělávacích programů pro střední vzdělávání. Vymezuje vše, co je společné a nezbytné v povinném základním vzdělávání žáků, specifikuje úroveň klíčových kompetencí, jež by měli žáci dosáhnout na konci základního vzdělávání. Dále RVP ZV vymezuje vzdělávací obsah – očekávané výstupy a podporuje komplexní přístup k realizaci vzdělávacího obsahu a využití všech podpůrných opatření ve shodě s individuálními potřebami žáků. Umožňuje úpravu vzdělávacího obsahu, rozsahu a zaměření výuky, metod práce i zařazení dalších

podpůrných opatření pro vzdělávání žáků se speciálními vzdělávacími potřebami, žáků nadaných a mimořádně nadaných. (RVP ZV, 2017, s. 6)

**Základní vzdělávání** je spojeno s povinností školní docházky. Plnění povinnosti školní docházky se řídí § 36 až 43 školského zákona.

*„Povinná školní docházka se vztahuje na státní občany České republiky, dále na občany jiného členského státu Evropské unie a jejich rodinné příslušníky, kteří na území České republiky pobývají na základě zvláštního pobytového povolení, a dále na jiné cizince, kteří mají na území České republiky trvalý pobyt nebo přechodný pobyt na dlouhodobá víza, a azylanty, osoby požívající doplňkové ochrany a účastníky řízení o udělení mezinárodní ochrany.“ (Zákon č. 561/2004 Sb., o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání [školský zákon], ve znění pozdějších předpisů.)*

**Cíle základního vzdělávání** jsou ideje o tom, jak by mělo vypadat vzdělávání ve školách a co by měla škola především žákům přinést, aby bylo dosaženo efektivního výsledku. Jedná se o cíle, o které by měly vzdělávací instituce usilovat a naplňovat je. Důležitým bodem je pomoci žákům postupně rozvíjet klíčové kompetence a naučit je základ u všeobecného vzdělání, který bude zaměřený na situace z běžného života a na praktické jednání. Cíle se orientují také k dovednostem a postojům žáků. Cíle RVP ZV jsou.:

- *umožnit žákům osvojit si strategie učení a motivovat je pro celoživotní učení;*
- *podněcovat žáky k tvořivému myšlení, logickému uvažování a k řešení problémů;*
- *vést žáky k všestranné, účinné a otevřené komunikaci;*
- *rozvíjet u žáků schopnost spolupracovat a respektovat práci a úspěchy vlastní i druhých;*
- *připravovat žáky k tomu, aby se projevovali jako svébytné, svobodné a zodpovědné osobnosti, uplatňovali svá práva a naplňovali své povinnosti;*
- *vytvářet u žáků potřebu projevovat pozitivní city v chování, jednání a v prožívání životních situací; rozvíjet vnímavost a citlivé vztahy k lidem, prostředí i k přírodě;*

- *učit žáky aktivně rozvíjet a chránit fyzické, duševní a sociální zdraví a být za ně odpovědný;*
- *vést žáky k toleranci a ohleduplnosti k jiným lidem, jejich kulturám a duchovním hodnotám, učít je žít společně s ostatními lidmi;*
- *pomáhat žákům poznávat a rozvíjet vlastní schopnosti v souladu s reálnými možnostmi a uplatňovat je spolu s osvojenými vědomostmi a dovednostmi při rozhodování o vlastní životní a profesní orientaci. (RVP ZV, 2017, s. 8 - 9)*

Dalším důležitým bodem k uvedení jsou **klíčové kompetence**. Hlavním smyslem klíčových kompetencí je rozvíjení osobnost žáka v souladu s výchovou a dalším vzděláním. Jedná se o souhrn vědomostí, dovedností, postojů, schopností a hodnot, které jsou důležité pro osobní rozvoj žáka. Uplatní je jak ve škole, tak v budoucím zaměstnání a hlavně v osobním životě. Osvojování klíčových kompetencí začíná předškolním vzděláváním, pokračuje základním a středním vzděláváním. Postupem času se dotváří v průběhu celého života. Jedná se o dlouhodobý proces, kdy na sebe klíčové kompetence postupně navazují. Úroveň klíčových kompetencí se zvyšuje tím, jaké má žák znalosti a vzdělání. V základním vzdělávání jsou tyto klíčové kompetence:

- *kompetence k učení;*
- *kompetence k řešení problémů;*
- *kompetence komunikativní;*
- *kompetence sociální a personální;*
- *kompetence občanské;*
- *kompetence pracovní. (RVP ZV, 2017, s. 10 - 13)*

Pro tuto diplomovou práci to znamená, že v praktické části se budu zaměřovat především na kompetence pracovní, jelikož naším úkolem bude uvařit předem určené pokrmy. Důležitá bude ovšem také kompetence k řešení problémů. Žáci si musí při vaření vzniklé problémy dokázat sami vyřešit na místě. Komunikativní, sociální a personální kompetence je podstatná pro práci ve skupinách, která bude hojně obsažena v praktické části diplomové práce. Poslední stejně významná kompetence je kompetence k učení, kterou žáci budou získávat po celou dobu navštěvování kurzů vaření. Osvojí si spousty technik v kuchyni, naučí se sami vařit určené pokrmy: Také se naučí základy stolování, uchovávání potravin a další k životu potřebné dovednosti.



V RVP ZV jsou začleněny také tzv. **vzdělávací oblasti**. Jedná se o vzdělávací obsah základního vzdělávání a je orientačně rozdělen do devíti vzdělávacích oblastí. Vzdělávací oblasti obsahují několik předmětů, které jsou si náplní učiva velice podobné. Jednotlivé oblasti jsou v RVP ZV dobře popsány. Jejich obsah a význam je definován na úrovni základního vzdělávání. Všechny oblasti obsahují tzv. očekávané výstupy mezi 1. a 2. stupněm základní školy. Tyto výstupy můžeme pojmenovat jako výstupní kvality žáka. Na konci 3., 5. a 9. ročníku by měly být očekávané výstupy stejné pro všechny žáky na všech školách. Důležité je, aby žáci na konci každého období zvládli to, co bylo předem určeno. Při splňování očekávaných výstupů žáci postupně dosahují utváření klíčových kompetencí.

Devět vzdělávacích oblastí v RVP ZV:

- *Matematika a její aplikace (Matematika a její aplikace)*
  - *Informační a komunikační technologie (Informační a komunikační technologie)*
  - *Člověk a jeho svět (Člověk a jeho svět)*
  - *Člověk a společnost (Dějepis, Výchova k občanství)*
  - *Člověk a příroda (Fyzika, Chemie, Přírodopis, Zeměpis)*
  - *Umění a kultura (Hudební výchova, Výtvarná výchova)*
  - *Člověk a zdraví (Výchova ke zdraví, Tělesná výchova)*
  - *Člověk a svět práce (Člověk a svět práce)*
  - *Jazyk a jazyková komunikace (Český jazyk a literatura, Cizí jazyk)*
- (RVP ZV, 2017, s. 14)

Pozornost v této práci zaměříme především na vzdělávací oblast **Člověk a svět práce**. V praktické části budu sledovat, jak dochází k utváření klíčových kompetencí při práci v kuchyni a zda si žáci dokáží osvojit všechny potřebné dovednosti. Budu sledovat, jak práce žáky baví a dokážou sami dosáhnout potřebného cíle.

## 2.2 Charakteristika vzdělávací oblasti **Člověk a svět práce**

V této kapitole popisují pojetí dané vzdělávací oblasti, její cílové zaměření, výstupní kompetence žáka, obsah učiva a výchovně-vzdělávací cíle.

Vzdělávací oblast **Člověk a svět práce** se cíleně zaměřuje na praktické pracovní dovednosti a návyky. Doplnuje celé základní vzdělávání o důležitou složku nezbytnou pro uplatnění člověka v dalším životě a ve společnosti. Tím se odlišuje od ostatních vzdělávacích oblastí a je jejich určitou protiváhou. Je založena na tvůrčí myšlenkové spoluúčasti žáků. (RVP ZV, 2017, s. 104)

V této oblasti existuje obrovské spektrum pracovních činností a technologií, které vedou žáky k získávání základních uživatelských dovedností v různých oborech lidské činnosti a pomáhá k vytváření životní cesty a profesnímu zaměření žáků. (ŠVP ZŠ Velké Popovice, 2017)

Člověk a svět práce se odráží od skutečných životních situací. Žáci se tu setkají s klasickou lidskou činností a technikou, která je bude „pronásledovat“ celý život. Můžeme říci, že vzdělávací oblast Člověk a svět práce se zaměřuje na pracovní dovednosti a návyky, které jsou velice praktické a hodí se žákům do života. Jedná se o nezbytné dovednosti, které žáci zcela určitě použijí v dalším životě. Skutečnost, že tato oblast je především založena na kreativní a tvořivé myšlenkové spoluúčasti žáků, se velmi odlišuje od ostatních vzdělávacích oblastí.

Vzdělávací oblast Člověk a svět práce se řadí mezi poslední na 1. stupni. Snaží se však žáky naučit pozitivnímu vztahu k práci v kuchyni, vytrvalosti, zodpovědnosti, zručnosti, radosti z práce. Také vede k osvojení určitých technik v kuchyni a především se chválí snaha žáků zkusit si osvojený recept doma. Pro tyto hodiny se nejvíce hodí metoda skupinové práce a právě tu já budu v praktické části nejčastěji využívat. Dále by měli žáci uplatňovat tvořivost při pracovní činnosti a správný postoj ke spolupráci ve skupině. Velmi důležitým bodem je žáky zaujmout a připravit pro ně velice zajímavou a poutavou hodinu. Když žáky zaujmeme přípravou velmi zdařilého pokrmu, je zcela zřejmé, že si recept také dobře zapamatují a určitě se ho pokusí udělat i sami doma. Tato oblast by měla žákům hlavně přinášet radost a ta se pak jistě odrazí i na výsledcích práce ve třídě.

Vzdělávací obsah vzdělávacího oboru Člověk a svět práce je na 1. stupni rozdělen na čtyři tematické okruhy, Práce s drobným materiálem, Konstrukční činnosti, Pěstitelské práce, Příprava pokrmů, které jsou pro školu povinné. Na 2. stupni je rozdělen na osm tematických okruhů, Práce s technickými materiály, Design a konstruování, Pěstitelské práce a chovatelství, Provoz a údržba domácnosti, Příprava pokrmů, Práce s laboratorní technikou, Využití digitálních technologií, Svět práce. (RVP ZV, 2017, s. 104)

### **Cílové zaměření vzdělávací oblasti**

Vzdělávání v této vzdělávací oblasti směřuje k utváření a rozvíjení klíčových kompetencí žáků tím, že vede žáky k:

- *pozitivnímu vztahu k práci a k odpovědnosti za kvalitu svých i společných výsledků práce*
- *osvojení základních pracovních dovedností a návyků z různých pracovních oblastí, k organizaci a plánování práce a k používání vhodných nástrojů, nářadí a pomůcek při práci i v běžném životě*
- *vytrvalosti a soustavnosti při plnění zadaných úkolů, k uplatňování tvořivosti a vlastních nápadů při pracovní činnosti a k vynakládání úsilí na dosažení kvalitního výsledku*
- *poznání, že technika jako významná součást lidské kultury je vždy úzce spojena s pracovní činností člověka*
- *autentickému a objektivnímu poznávání okolního světa, k potřebné sebedůvěře, k novému postoji a hodnotám ve vztahu k práci člověka, technice a životnímu prostředí*
- *chápaní práce a pracovní činnosti jako příležitosti k seberealizaci, sebeaktualizaci a k rozvíjení podnikatelského myšlení*
- *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, 2017, s. 104)*

Oblast Člověk a svět práce je členěn na čtyři tematické okruhy: Práce s drobným materiálem, Konstrukční činnosti, Pěstitelské práce, Příprava pokrmů.

Pro praktickou část diplomové práce z výše uvedené teorie vyplývá, že se při přípravách na hodiny tematického okruhu Přípravy pokrmů zaměříme především na to, aby si žáci osvojili základní pracovní dovednosti, které souvisí s prací v kuchyni. Také u nich musíme vzbudit pozitivní vztah k práci a k odpovědnosti za sebe i ostatní. Zvlášť při práci s horkými předměty, vařící tekutinami, ostrými nástroji, apod. Důležitým bodem je u žáků pěstovat vytrvalost, soustavnost, samostatnost a tvořivost, která vede k vymyšlení vlastních originálních nápadů při dané činnosti. Důležité je, aby si žáci dokázali práci sami zorganizovat a s radostí pracovali. Každý se naučí pracovat s novými názvy v kuchyni. Uslyší zde i nová slova, která si osvojí v průběhu navštěvování kurzu vaření v prostředí kuchyně. Dále se naučí používat více nástrojů a sami so zkusí věci, které doma většinou ještě nevyzkoušeli. Budu velmi spokojena tehdy, když si žáci dle receptu uvařený nebo upečený pokrm tak oblíbí, že si ho doma sami zkusí a třeba ses ním pochlubí ve škole.

## 2.3 Vzdělávací obsah tematického okruhu - Příprava pokrmů

V této kapitole si podrobně popíšeme vzdělávací obsah tematického okruhu Příprava pokrmů. Jaké jsou očekávané výstupy, minimální výstupy, cíl předmětu a výstupní kompetence žáků.

**Učivo** (RVP ZV, 2017, s. 110):

- **kuchyně** – základní vybavení, udržování pořádku a čistoty, bezpečnost a hygiena provozu
- **potraviny** – výběr, nákup, skladování, skupiny potravin, sestavování jídelníčku
- **příprava pokrmů** – úprava pokrmů za studena, základní způsoby tepelné úpravy, základní postupy při přípravě pokrmů a nápojů
- **úprava stolu a stolování** – jednoduché prostírání, obsluha a chování u stolu, slavnostní stolování v rodině, zdobné prvky a květiny na stole

## **PŘÍPRAVA POKRMŮ**

### **Očekávané výstupy**

žák

**ČSP-9-5-01** používá základní kuchyňský inventář a bezpečně obsluhuje základní spotřebiče

**ČSP-9-5-02** připraví jednoduché pokrmy v souladu se zásadami zdravé výživy

**ČSP-9-5-03** dodržuje základní principy stolování, společenského chování a obsluhy u stolu ve společnosti

**ČSP-9-5-04** dodržuje zásady hygieny a bezpečnosti práce; poskytne první pomoc při úrazech v kuchyni

### **Minimální doporučená úroveň pro úpravy očekávaných výstupů v rámci podpůrných opatření:**

žák

**ČSP-9-5-01** používá základní kuchyňský inventář a bezpečně obsluhuje základní spotřebiče

**ČSP-9-5-02p** připraví jednoduché pokrmy podle daných postupů v souladu se zásadami zdravé výživy

**ČSP-9-5-03p** dodržuje základní principy stolování a obsluhy u stolu

**ČSP-9-5-04** dodržuje zásady hygieny a bezpečnosti práce; poskytne první pomoc při úrazech v kuchyni

*Obrázek 4 - Očekávané výstupy tematického okruhu Příprava pokrmů  
(RVP ZV, 2017, s. 110)*

## Indikátory očekávaných výstupů

Očekávané výstupy	Indikátory
žák	žák
- používá základní kuchyňský inventář a bezpečně obsluhuje základní spotřebiče	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. rozpozná a popíše základní vybavení kuchyně, pojmenuje jeho vlastnosti a funkce</li> <li>2. popíše základní pravidla pro práci s inventářem kuchyně a se spotřebiči, své znalosti a dovednosti využije při přípravě pokrmů</li> <li>3. účelně a bezpečně zachází s vybavením kuchyně</li> <li>4. vybere vhodné nástroje a spotřebiče pro přípravu jednoduchého pokrmu</li> </ol>
- připraví jednoduché pokrmy v souladu se zásadami zdravé výživy	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. vybere vhodné suroviny pro přípravu pokrmu (z nabídky, dle receptu)</li> <li>2. používá recept, dodržuje logické kroky při přípravě pokrmů</li> <li>3. rozpozná zdravé a nezdravé pokrmy, zná rizika spojená s konzumací nezdravých jídel</li> </ol>
- dodržuje základní principy stolování, společenského chování a obsluhy u stolu ve společnosti	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. zná a používá při jídle základní přístroje, vyjmenuje základní chody, orientuje se v základních potravinách a pochutinách, kterými se jídlo ochucuje (sůl, cukr, pepř, olej, ocet...)</li> <li>2. se chová společensky přijatelně doma, v jídelně, v restauraci nebo na jiném veřejném místě, kde konzumuje jídlo</li> <li>3. využije své znalosti o stolování s kamarády, známými i rodiči doma, v jídelně, restauraci nebo jiném veřejném místě</li> <li>4. provede základní obsluhu kamarádů, známých a rodičů u stolu</li> </ol>
- dodržuje zásady hygieny a bezpečnosti práce; poskytne první pomoc při úrazech v kuchyni	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. při práci dodržuje stanovená pravidla a zásady práce ve školní žákovské kuchyni</li> <li>2. popíše a vysvětlí, jakým způsobem ochrání vybavení kuchyně před poškozením</li> <li>3. dodrží zásady bezpečnosti při práci s kuchyňským nádobím a dalšími prostředky v kuchyni</li> <li>4. poskytne první pomoc (ošetří drobná zranění, přivolá pomoc při závažnějších poraněních)</li> <li>5. dodržuje hygienu práce, udržuje kuchyni čistou a bezpečnou (umývání nádobí, vypínání elektrických přístrojů...)</li> </ol>

### Obrázek 5 - Indikátory očekávaných výstupů

(zdroj: metodický portál [www.rvp.cz](http://www.rvp.cz) - <https://digifolio.rvp.cz/view/view.php?id=10778>)

Pro praktickou část mé diplomové práce z výše uvedené teorie vyplývá, že při přípravách na hodiny tematického okruhu Přípravy pokrmů se budu opírat o všechny body, které očekávané výstupy obsahují. Žáci se naučí používat kuchyňské náčiní a spotřebiče. Naučí se sami připravovat jednoduché pokrmy. Osvojí si základy stolování a po celou dobu výuky se budou učit správným hygienickým návykům. Důležité bude stále upozorňovat žáky na nebezpečí poranění v kuchyni i to, jak v takových případech poskytnout první pomoc.

**Cíl předmětu Příprava pokrmů (RVP ZV, 2017, s. 104):**

- *poznání, že technika jako významná součást lidské kultury je vždy úzce spojena s pracovní činností člověka*
- *osvojení základních pracovních dovedností a návyků z různých pracovních oblastí, k organizaci a plánování práce a k používání vhodných nástrojů, nářadí a pomůcek při práci i v běžném životě*

**Výstupní kompetence (RVP ZV, 2017, s. 10 – 13):**

- **Kompetence k učení**  
*vyhledává a třídí informace a na základě jejich pochopení, propojení a systematizace je efektivně využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě*  
(Žák poznává smysl a cíl učení, umí posoudit vlastní pokrok, má pozitivní vztah k učení prostřednictvím zadávaných úkolů v rámci výuky. Učitel zadává úkoly, které mohou mít více různých postupů, vede žáky a pozoruje jejich pokrok v hodinách.)
- **Kompetence k řešení problémů**  
*ověřuje prakticky správnost řešení problémů a osvědčené postupy aplikuje při řešení obdobných nebo nových problémových situací, sleduje vlastní pokrok při zdolávání problémů*  
(Žák si promýšlí pracovní postupy. Při řešení se naučí pochopit, že se může setkat s takovými problémy, které nemají pouze jedno správné řešení. Poznatky pak aplikuje v praxi. Učitel se zajímá o práci žáků, pomáhá řešit vzniklé problémy, klade žákům otázky. (např. proč to tak udělali a ne naopak)
- **Kompetence komunikativní**  
*využívá získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů potřebných k plnohodnotnému soužití a kvalitní spolupráci s ostatními lidmi*  
(Žák se učí při komunikaci používat správné názvosloví, učí se spolupracovat ve skupině, učí se rozdávat a plnit úkoly. Učitel zadává úkoly tak, aby s ním žáci spolupracovali. Vede žáky k tomu, aby na sebe brali ohledy.)

- **Kompetence sociální a personální**

*účinně spolupracuje ve skupině, podílí se společně s pedagogy na vytváření pravidel práce v týmu, na základě poznání nebo přijetí nové role v pracovní činnosti pozitivně ovlivňuje kvalitu společné práce*

(Žáci pracují ve skupinkách, spolupracují při řešení problémů. Tím přispívají k diskusi, respektují názory jiných členů ve skupině a učí se věcně argumentovat. Učitel pomáhá žákům podle jejich potřeb. Tak také umožňuje každému žákovi zažít úspěšný výsledek své činnosti a především dodává jim sebedůvěru.)

- **Kompetence občanské**

*rozhoduje se zodpovědně podle dané situace, poskytne dle svých možností účinnou pomoc a chová se zodpovědně v krizových situacích i v situacích ohrožujících život a zdraví člověka*

(Žáci se musí naučit respektovat pravidla při práci. Naučit se, jak poskytnout první pomoc, jak při praktické činnosti, tak ve třídě. Dokáží ocenit kulturní tradice našich předků a neplýtvat zbytečně potravinami. Učitel přitom vyžaduje po žácích dodržování pravidel slušného chování, ale hlavně žákům dodává potřebnou dávku sebevědomí.)

- **Kompetence pracovní**

*přístupuje k výsledkům pracovní činnosti nejen z hlediska kvality, funkčnosti, hospodárnosti a společenského významu, ale i z hlediska ochrany svého zdraví i zdraví druhých, ochrany životního prostředí i ochrany kulturních a společenských hodnot*

(Žáci musí také dodržovat bezpečnostní a hygienická pravidla při práci v kuchyni. Bezpečně a správně používat kuchyňské nástroje i přístroje. Dodržovat pracovní postup, plní povinnosti, ale především myslet na ochranu svého zdraví i zdraví druhých. Žáci své znalosti využívají v běžné praxi. Učitel vede žáky ke správnému způsobu užití kuchyňských nástrojů a přístrojů. Pozoruje pokroky žáků při hodinách, jasnými pokyny vede činnosti ke stanovenému cíli a hodnotí žáky tak, aby vnímali vlastní pokroky.)



Z výše uvedených informací budeme vycházet v praktické části diplomové práce. V projektech si prakticky vyzkoušíme různé přípravy pokrmů. Hlavním úkolem však bude plnit při činnostech v hodině očekávané kompetence Stejně tak se budu těšit na radost z práce a z výsledku vykonané práce.

V závěru této kapitoly bych chtěla ještě říci pár slov. Jelikož moje diplomová práce má v názvu tvořivé pojetí, tak i já bych chtěla tímto směrem vést mou praktickou část diplomové práce. Chci ověřit, jak jsou současné děti na 1. stupni základní školy tvořivé. Často se stává, že učitelé dětem nedají prostor pro jejich vlastní kreativitu a hned dětem vše usnadňují. Jsem zastánce toho, že každé dítě má řadu vlastních nápadů a dokáže si samo poradit. Někdy to ovšem trvá déle, ale za to je potom výsledek ještě kvalitnější a přináší větší radost i osobní uspokojení.

Při plnění praktické části na základní škole je mým cílem to, aby byla každá hodina pro žáky velkým zážitkem a s radostí navštěvovali mé hodiny. Povedu žáky při mých hodinách k samostatnosti při práci. Budu učit žáky tomu, aby se nebáli zkusit nové věci a snažili se popustit uzdu fantazii., neboť při přípravě pokrmů se meze nekladou. Velmi důležitou věcí pro mě je, aby si odnášeli z hodin nabitě znalosti a hlavně je uměli sami použít v praxi.

Pro vytvoření opravdu dobré praktické části, jsem požádala paní ředitelku na Základní a mateřské škole v Petrovicích u Sedlčan, zda bych zde nemohla vést kurz vaření pro žáky na prvním stupni. Mému přání bylo vyhověno a já na této škole od roku 2018 vedu kurz vaření pro žáky na prvního stupně. Je mi ctí být zakladatelkou tohoto kroužku na zdejší škole. Tyto hodiny jsem pojala jak naučně, tak hlavně zábavně.

### 3 Teorie tvořivosti v technické výchově na 1. stupni ZŠ

V rámci této kapitoly si ujasníme pomocí výkladu následující termíny, kterými jsou zejména tvořivost, technická výchova na 1. stupni ZŠ. Popíšeme si blíže složky primární technické výchovy podle E. Roučové. Naším cílem bude vymezit tyto pojmy a další teorie, které k tomuto tématu patří. Tato znalost bude pro nás velmi potřebná k tomu, abychom mohli smysluplně uchopit objekt našeho zájmu, kterým je tvořivost v technické výchově na 1. stupni ZŠ, tím i uplatnit dané teorie v hodinách i při tvoření příprav v praktické části diplomové práce.

#### 3.1 Vymezení pojmu tvořivost

Termín tvořivost (kreativita) pochází s latinského slova *creo* (= tvořím). Tvořivost zná lidstvo už od nepaměti, ale je většinou spojována pouze s uměleckou stránkou člověka. Tato myšlenka není správná, jelikož tvořivost je schopnost objevovat nová řešení problémů, vytvářet nové recepty pokrmů, vymyslet nové metody ve výuce a mnoho dalšího, pouze za pomoci svého vlastního kreativního myšlení. Každý z nás je z hlediska tvořivosti různě ovlivňován. Například věkem, prostředím, ve kterém vyrůstáme, vzděláním, dědičnými vlohami, intelektem i současným prostředím.

Lze tedy vymezit pojem tvořivost? Experti v dané oblasti se shodují, že přesně určit pojem tvořivost není lehký úkol. V literatuře nalezneme velké množství definic tvořivosti. Proto některé z nich uvádím.

Podle M. Kožuchové (1995, s. 21) je tvořivost „*aktivita, která přináší dosud neznámá řešení; aktivita, která přináší společensky hodnotné výtvoř*“. Z této teorie vyplývá, že žák se snaží vymyslet zcela nové a originální řešení problému. Snaha se tak odráží jak na samotném výsledku, tak na užitečnosti řešení vzhledem k tomu, jaké požadavky si daná situace vyžádala.

Stefanovič, J. (1987, s. 107) hovoří o tvořivé činnosti tehdy, „*když se úkol neřeší na základě zkušeností žáka, nýbrž jeho novým, dosud nepoužitým způsobem. Za výsledek tvořivé činnosti se považuje i originální výtvoř žáka.*“ Tento názor nám ukazuje, že člověk může být tvořivý jak doma, tak ve škole v rámci výuky. Při použití svého kreativního myšlení dokáže vytvořit zcela nové osobité dílo. Podle mého názoru, může

žák v rámci kurzu Vaření ve škole vyzkoušet nové recepty a sám si je podle svých představ a hlavně chutí dotvářet.

Hartl, Hartlová (2009, s. 278) nahlíží na tvořivost jako na „*schopnost, pro niž jsou typické duševní procesy vedoucí k nápadům, řešením, koncepcím, uměleckým formám, teoriím či výrobkům, jež jsou jedinečné a neotřelé*“. Tvůrci této knihy se v definici opírají především o duševní procesy, které vedou k samotnému řešení problémů. Lze je nazvat také jako kognitivní neboli poznávací procesy. Ty jsou pro tvořivost velmi podstatné. Mezi kognitivní procesy řadíme paměť, vnímání, učení, představivost, rozhodování se, pozornost, řeč, myšlení a inteligenci.

Kolektiv Průcha, J., Walterová, E., a Mareš, J. (1995, s. 235 – 236) definuje tvořivost jako „*duševní schopnost vycházející z poznávacích i motivačních procesů, v nichž hraje důležitou roli inspirace, fantazie intuice. Projevuje se nalézáním takových řešení, která jsou nejen správná, ale současně nová, nezvyklá, nečekaná. Tvořivost podporuje: vysoká inteligence, otevřenost novým zkušenostem, iniciativa ve vytváření řádu, pružnost v usuzování, potřeba seberealizace. Tvořivost tlumí: direktivní řízení, stereotypy, tendence ke konformitě*.“ Zaujal mě na této definici seznam složek, které se podílejí na podpoře či na tlumení tvořivosti.

Jarmila Honzíková (2003, s. 11) se domnívá, že „*každý člověk je v tomto ohledu originální, jelikož se každý člověk rodí s určitou mírou tvořivosti*.“ Je tedy dokázáno, že tvořivého myšlení v určité oblasti jsou schopni všichni zdraví jedinci. Tzv. tvůrčí činnost je životní potřebou, která obohacuje náš život. Kreativní jedinci mají některé povahové vlastnosti a způsob myšlení společný. Například mají široké zájmy, jsou zvědaví, jsou otevření všemu novému, mají vlastní názor a uplatňují své zkušenosti.

Hlavsa, J. (1985) uvádí, že: „*U dětí dochází k rozvoji stupně tvořivosti především do šestého roku života. Postupem času přichází určitý útlum vlivem učební činnosti ve škole. K většímu vzestupu dochází až po desátém roce života dítěte*.“ Tato definice se váže k základním stádiím rozvoje tvořivé aktivity dítěte. (viz 3.1.2 Základní stádia rozvoje tvořivé aktivity dítěte)

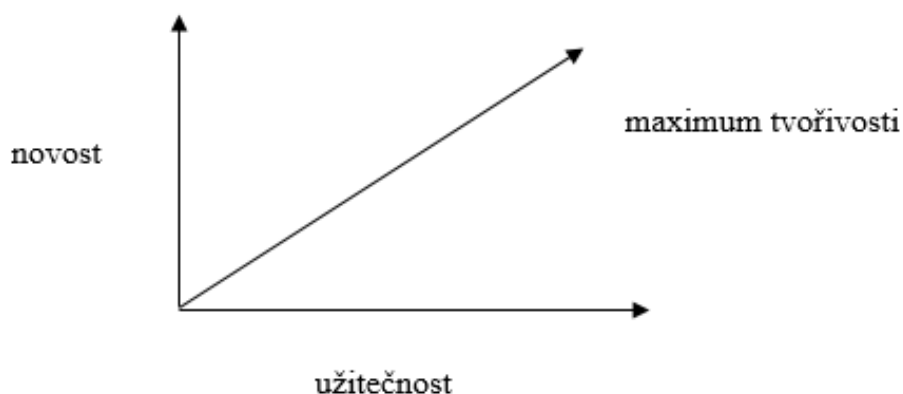
Lokšová, Lokša (2003, s. 113) popisují tvořivost jako „*vytváření nových, neobvyklých ale přijatelných, užitečných myšlenek a produktů, a to při řešení úloh, které jsou spíše heuristického než algoritmického typu*“. Důležité je ozřejmit pojem heuristické

a algoritmické řešení úlohy. Heuristické úlohy (tzv. problémové) řeší žák pomocí nových, neobvyklých metod. Na řešení algoritmických úloh používá žák pouze jeden způsob řešení.

Josef Maňák (1998, s. 74) popisuje tvořivost více z pohledu pedagoga na rozdíl od ostatních autorů, kteří nahlíží na tuto problematiku spíše psychologickým okem. Říká, že: „*Tvořivost je přirozená vlastnost člověka, která má různou sílu a zaměřenost. Projevuje se seberealizací individua při vzniku něčeho nového a užitečného. Je třeba ji rozvíjet, připravovat jí prostor a potlačovat bariéry, které se jí stavějí do cesty*“. S touto definicí souhlasím. Důležité je žáky především namotivovat k tvořivosti a překážky, které brání v rozvoji tvořivosti, odstranit. Zvolila jsem si pro naši práci právě tuto definici, která upřednostňuje motivaci žáků k tvořivosti.

Rozvíjet v dětech tvořivost a zařazovat její principy do výuky by mělo být jedno z předních poslání pedagoga.

V následujícím grafu je zřejmé, že úroveň tvořivosti stoupá s vyšším stupněm novosti a užitečnosti.



**Obrázek 6 - Vztah mezi novostí, užitečností a tvořivostí**

(Lokšová, I. a Lokša, J., 1999)

Z výše uvedených definic vyplývá tvořivost jako proces, jehož výsledkem je vytvořený produkt vyznačující se novostí a užitečností. Nejdůležitějším článkem tvůrčího procesu je samozřejmě tvořivá osobnost, která má speciální schopnosti a vlastnosti. Mezi ně patří např. vnímání, pozornost, paměť, myšlení, řeč a další schopnosti, které nám umožňují dojít k tvořivému řešení problémů. Důležitá je již zmíněná motivovanost

jedince. V praxi však stejně motivované děti při stejných podmínkách dosahují různých výkonů. I toto bude předmětem mého zkoumání a obsahem praktické části diplomové práce. Abychom tuto problematiku tvořivosti více pochopili, zmíním se i o druzích tvořivosti, různých stupních rozvoje tvořivé aktivity a faktorech ovlivňujících tvořivost.

### **3.1.1 Druhy tvořivosti**

Trojice autorů (Smékal, 2009; Pecina, 2008; Maňák, 1998) zabývající se tvořivostí, ji rozlišují na tvořivost specifickou a nespecifickou. Specifická tvořivost se dělí podle oblastí, kde se uplatňuje. Mluvíme o tvořivosti vědecké, umělecké, technické, organizační, či sociální. *„Cílem specifické tvořivosti je podávat tvůrčí výkony v příslušných oblastech, tzn. dosahovat výsledků, které se vyznačují novostí (originalitou), a přitom aktuální nebo potencionální použitelností, využitelností“* (Smékal, 2009, s. 324). Nespecifická tvořivost se projevuje především spoustou hravých nápadů, které nemají konkrétní zaměření. Jde spíše o to, jaký má nápad původ a jak působí, než o hodnotu výsledku.

Tvořivost dělíme také na objektivní a subjektivní a to podle pedagogického hlediska. Výsledek objektivní tvořivosti musí zapůsobit novostí, originalitou, užitečností a adekvátností vzhledem k požadavkům situace. Maňák (1998, s. 73) se domnívá, že *„o subjektivní tvořivosti hovoříme, jestliže člověk kombinuje věci individuálním způsobem, jestli pouze nenapodobuje, ale přeskupuje dané podněty a fakta na základě vlastního myšlení nebo činnosti“*. Z tohoto tvrzení vyplývá, že subjektivní tvořivost se opírá o pedagogickou situaci, kdy výsledek tvořivosti nespočívá v objevování nových světů, ale spíše v novém vidění faktů a jejich vztahů.

### **3.1.2 Základní stádia rozvoje tvořivé aktivity dítěte**

Děti projevují svou tvořivost nejprve ve svých hrách, to je úzce spjato se způsobem jejich chápání světa. Dítě v předškolním věku nemá tolik vědomostí, aby vědělo jak daný problém řešit, ale pomáhá si svým vlastním nápadem. Každé dítě má velikou zásobu originálních postupů, řešení a zvládne je hravě kombinovat. Na základě všech těchto okolností dokážeme rozčlenit tvořivou aktivitu dítěte do tří základních stádií rozvoje.

Hlavsa (1986) rozlišuje tato **stadia rozvoje tvořivosti**:

**1. stadium – prekreativní** (první vzestup tvořivé aktivity, od narození do 5 let)

Téměř každé dítě do třetího roku života dělá vše pomocí smyslů. K řešení nových věcí získává další zkušenosti. V období od 3. do 6. roku života se vytváří jeho představivost. K řešení nových situací dochází použitím představ. Aktivita dítěte je ještě nezralá, náhodná a nekáže zcela rozlišit realitu.

**2. stadium – správných odpovědí** (pokles tvořivé aktivity, od 7 – 10 let)

Úkolem dítěte je přizpůsobit se nově vzniklým situacím. Takové dítě se musí vyrovnat s náročností vzniklého problému, přizpůsobí se požadavkům učitele a je na nové situace, vyrovnává se se zátěží, přizpůsobuje se požadavkům a je stále hodnoceno. Poznává, jak vypadá realita a přitom si tvoří různé předpoklady.

**3. stadium – kreativní** (druhá vlna vzestupu, od 10 – 11 let)

V této vlně má již dítě dostatečnou zásobu správných odpovědí a umí je správně použít. Takové dítě dokáže použít různé deduktivní postupy a osvojí si lépe heuristiku. Jde-li o třetí fázi vývoje, můžeme ji považovat za kritickou fázi tvořivosti. Tomuto stádiu rozvoje tvořivosti musí pedagog obzvlášť věnovat pozornost.

Každé dítě má všechny předpoklady pro to, aby se z něj stal kreativní, neboli tvořivý jedinec v odlišných oblastech a především v rozdílném rozsahu.

Dětská tvořivost se mnohdy projevuje ve hře, malování a kresbě. V souvislosti s kresbou dítě nejdříve čmárá a až později se snaží o této aktivitě více přemýšlet. Fáze vývoje, které uvádí Jaroslav Hlavsa, poukazují na fakt, že se snažíme v dítěti rozvíjet schopnost vyššího výkonu oproti vyvíjení možnosti k tvořivé činnosti. Naším úkolem je v dětech podporovat a rozvíjet tvořivé myšlení. Je důležité vytvářet vhodné a především věku přiměřené podmínky.

V rámci praktické části, budu pracovat s dětmi, které jsou v tomto pozorovaném věku. Teorie nám říká, jaká jsou stadia tvořivosti dětí v určitém věku, mým úkolem bude zkoumat toto tvrzení v praxi.

### 3.1.3 Faktory ovlivňující tvořivost

Mezi základní faktory, jež ovlivňují tvořivost, můžeme zařadit (Roučová, E., 2003, s. 5):

1. *zvědavost* – touha po něčem pátrat; ptát se; smysl pro tajemno
2. *představivost* – schopnost cítit; vidět něco, co jsme ještě nepoznali; schopnost snít
3. *složitost* – hledat smysl jevů; hledat smysl v nesmyslu
4. *riskování* – odvaha k odhadům, domněnkám a hypotézám

Z výše uvedené teorie vyplývá, že v rámci praktické části bude mou povinností snažit se v žácích tyto vlastnosti a schopnosti dále prohlubovat.

Ve všech ročnících 1. stupně by prakticky měla probíhat tvůrčí činnost. Nové formy výuky a strategie vedou dnešní pedagogy k prohlubování psychických procesů a aktivit, které vedou žáka k získávání nových zkušeností a znalostí. Můj názor je takový, že by se měl klást velký důraz na pozornost v rámci tvořivosti při práci s dětmi. Tímto směrem se chci vydat v rámci praktické části diplomové práce.

*Základem tvořivého vyučování je tvorba podmínek pro rozvoj tvořivosti žáků a rozvoj různých druhů tvořivých činností ve výuce. Ve školních podmínkách se tvořivé myšlení žáků rozvíjí ve výuce prostřednictvím jednotlivých vyučovacích předmětů tak, že pedagogové vytvářejí záměrně situace takové, s jejichž pomocí žáci získávají poznatky vlastními aktivitami a prostřednictvím rozmanitých vyučovacích metod. (Langramerová, J., 2007, s. 42)*

Mezi základní metody tvořivého vyučování můžeme zařadit (Langramerová, J., 2007, s. 44):

- řešení problémů
- tvořivé situace
- tvořivé úlohy
- tvořivá komunikace.

Jako další metodu můžeme uvést tzv. heuristický program pro tvořivost, kterou najdeme v knize J. Honzíkovej (2003, s. 17 – 18). V popředí této metody je samozřejmě dítě. Jedná se o program, který vytvořili M. Zelina a M. Zelinová (1996). Dostal název **DITOR**. (Tento název vznikl z počátečních písmen heuristického postupu.):

- D** ...definujte problém (zformulujte ho, pokuste se sestavit ideální řešení)
- I** ... informujte se o problému (shromáždit poznatky, které mohou přispět k jeho řešení)
- T** ... tvořte řešení, nápady, hypotézy (kombinujte nápady, jak problém řešit)
- O** ... ohodnoťte nápady, řešení (posuďte jejich novost, užitečnost a reálnost)
- R** ... realizujte vybrané řešení v praxi (uvažujte, jak by se dalo využít zkušenosti z řešení daného problému)

V neposlední řadě nesmíme zapomenout na následující. Pokud chce učitel u žáků rozvíjet tvořivost, musí především namotivovat žáky takovým způsobem, aby se při výuce bavili a zároveň pochopili nové učivo. Jak již bylo několikrát řečeno. Nejpodstatnějším úkolem pedagoga je naučit žáky samostatnosti, pozitivnímu sebehodnocení, sebejistotě a vlastnímu sebevědomí. Když při výuce učitel vytvoří příznivou atmosféru a přidá i nějaký ten žert. To má na žáky velmi pozitivní vliv a i na samostatnou práci. V lepším případě k pedagogovi žáci získají větší důvěru a ten se stává jejich pomocníkem při práci.

Z těchto poznatků budu vycházet v praktické části mé diplomové práce. V rámci projektů tematického okruhu Přípravy pokrmů si s žáky prakticky vyzkoušíme některé z metodických modifikací výchovy k tvořivosti. Nebude určitě chybět řešení problémů, které vzniknout při vaření podle různých receptů ani následná tvořivá technika zhotovení pokrmů.

## **3.2 Technická výchova na 1. stupni ZŠ**

Technická výchova má v dnešní době důležitý úkol, a to především zaujmout žáky základních škol a naučit je základy technické gramotnosti. Technická výchova je zařazena do vzdělávací oblasti Člověk a svět práce. Při hodinách technické výchovy by žáci měli primárně rozvíjet dovednosti tvořivého myšlení, logického myšlení a vytváření základních pracovních návyků. Je kladen důraz na schopnost řešit problémy, dodržovat zásady bezpečnosti práce, schopnost spolupracovat s ostatními. Technická výchova by neměla být teoretická, ale hlavně praktická. Cílem technické výchovy je to, aby žáci na základě znalostí a zkušeností, které již získali, pracovali s novými moderními materiály, pomůckami, přístroji a tím získávali další dovednosti pro budoucí praktický život.



Technickou gramotnost je důležité rozvíjet již od raného dětství, a to po všech stránkách. Tímto směrem se uchyluje zejména primární technická gramotnost. (Honzíková, 2007, s. 6-7)

### 3.2.1 Složky primární technické výchovy

- **„Kognitivní“**

- *Poznatky o vlastnostech materiálů: textil, papír, dřevo jsou savé; papír lze dobře trhat, lze ho stříhat nůžkami; pomocí lepidla lze spojit i více vrstev; Herkules lepí dřevo, textil, papír...hned nezasychá a po vytvrzení je průhledný; apod.*
- *Poznatky o nářadí, nástrojích a pomůckách: nůžkami lze hodně materiálů stříhat, ale jestliže jsou nůžky tupé, materiál se trhá, je nutná údržba; existují nůžky pro leváky; apod.*
- *Poznatky vyplývající z různých technologií: je nutné propracování hlíny, aby předmět při vypalování nepraskl; lepidlo se nanáší vždy na suchý a čistý povrch; při nanášení barvy na lak musí být nutně již suchý; výsledek práce záleží vždy na tom, zda je dodržen technologický postup.*
- *Technická terminologie: názvy používaných technik, dílčích operací, nářadí a jejich druhů, pomůcek, nástrojů, materiálů, řemesel, technických objektů; stavebních slohů; objevů, vynálezů....*
- *Poznatky vyplývající z bezpečnosti a hygieny: různá rizika při práci s materiály, nářadím, nástroji a pomůckami; rizika prostředí na exkurzi; ekologické nakládání s materiály apod.*
- *Podoba prevence při práci s různými materiály, nářadím, pomůckami; při pobytu v neznámém prostředí*
- *Podoba 1. pomoci při práci s různými materiály, nástroji, pomůckami; při pobytu v neznámém prostředí, ve specializované učebně*

- **„Psychomotorická“**

- *Osvojení si celého systému technologických kroků (techniky)*
- *Osvojení si a rozvoj dílčích psychomotorických činností (rovné a přesné*

*stříhání; obkreslení šablony a vystřížení různých tvarů; spojování dřeva lepením, hřebíky; různé povrchové úpravy dřeva, papíru, hlíny; příprava těsta k modelování, čtení a porozumění grafickým předlohám, vytváření mentální představy o činnosti...)*

*• Osvojení a rozvoj psychomotorických oblastí: jemná, hrubá motorika; plošná a prostorová představivost; čistota a pečlivost provedení...)*

- „Afektivní“*

- Ekonomické postoje: nakládání s časem; uspořádání pracovního místa; neplýtvání s materiálem, ekonomická dostupnost materiálů a pomůcek, recyklace*

- Ekologické postoje: preference přírodních materiálů, likvidace zbytků materiálů bez ekologické zátěže;*

- Estetické postoje: povrchové úpravy, volba materiálu s ohledem na účel předmětu a estetiku; výhodnost pečlivé povrchové úpravy; vkusná kombinace barev a materiálů...*

- Sociální rozvoj: úcta k práci druhých a k práci předchozích generací; spolupráce ve skupině; pomoc druhým, podpora vztahů v rodině (obdarování); komunikace mezi žáky a žáky a učitelem; komunikace s technickým odborníkem; ohleduplnost při práci, nutnost přípravy na práci...*

- Osobnostní rozvoj: ochota a vůle být v technice aktivní (bariéry, strachy, předsudky); bezpečnostní a hygienické postoje (pracovní oděv, uspořádání pracovního místa, údržba nástrojů, rizika...); vztah k regionu a jeho historii, technickým a industriálním památkám; ocenění významu techniky; nutnost znalosti rizik při neznalém a nedbalém zacházení s technikou; ocenění významu technologické kázně;*

- Ocenění a význam pracovní vytrvalosti, pečlivosti, originality, flexibility, fluence, propracovanosti... “ (Roučová , s. 11-12)*

Jedná se o složky, které jsou velice důležité zvláště pro formování a rozvoj technické gramotnosti u žáků na základní škole. Při výuce technické výchovy by měl učitel tyto složky vhodně a smysluplně používat. Podle rámcově vzdělávacího programu pro základní vzdělávání patří technická výchova především do vzdělávací oblasti Člověk a svět práce. Do této oblasti se řadí jak 1. tak 2. stupeň ZŠ. My se zaměříme v praktické části pouze na obsah pro 1. stupeň.

Technická výchova má zejména rozvíjet technické dovednosti a schopnosti žáků ve všech směrech a připravovat je na budoucí život. Pedagogové musí brát ohled na to, že žáci mají různé zájmy, schopnosti, dovednosti a musí volit činnosti příslušné jejich věku. Učitel by měl dětem nechat možnost nahlédnout do všelijakých oborů lidské činnosti a vést je ke správné profesní a životní orientaci. (RVP ZV, 2017, s. 104)

Na základě uvedených složek primární technické výchovy budu vypracovávat přípravy na hodiny v praktické části diplomové práce. V rámci praktické části se budu snažit, aby si žáci osvojili různé techniky a činnosti, získali poznatky, které budou vyplývat z určité práce (například poznatky o bezpečnosti práce v kuchyni, poznávání různých druhů surovin, jejich zpracování, způsoby moderního stolování, apod.).

## II. PRAKTICKÁ ČÁST

Hlavní cíl diplomové práce byl stanoven v této podobě: vytvořit soubor námětů pro výuku Přípravy pokrmů na 1. stupni ZŠ, která zefektivní její průběh i výsledky v oblasti technologie přípravy pokrmů a bude podporovat rozvoj žáka v oblasti Člověk a svět práce. V některých projektech se podíváme do cizí země, jindy nahlédneme do kuchyně středověku, do „pohádkové říše“ a naučíme se zábavným způsobem připravit zdravé svačiny do školy. V rámci praktické části půjdeme na exkurzi do školní jídelny a pojedeme se podívat na kozí farmu, kde si sami zpracovávají kozí mléko a vyrábějí z něj spousty výrobků.

Pro propracovanou část praktické části diplomové práce jsem začala vést na Základní a mateřské škole v Petrovicích u Sedlčan kurz vaření pro děti na 1. stupni. Hned od začátku jsem se snažila žáky zaujmout velice zábavnou formou výuky přípravy pokrmů a vybírala jsem netradiční a pro žáky neznámé pokrmy. Setkala jsem se se výbornými ohlasy, jak od dětí, tak i z řad rodičů.



**Obrázek 7 - Školní cvičná kuchyňka; část se dřezem.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 8 - Školní cvičná kuchyňka; část s lednicí.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 9 - Posezení ve školní cvičné kuchyňce.**  
(zdroj: archiv autorky)

Školní cvičná kuchyňka, ve které jsme strávili spousty času. Žáci se zde naučili spousty nových receptů, osvojili si nové dovednosti a užili si spousty zábavy při vaření.

# 1. Americké donuty

**Téma:** v této hodině se žáci naučí připravit kvásek, zkusí si sami zadělat na kynuté těsto. Cílem bude vytvořit světoznámé americké donuty se dvěma druhy polevy.

**Věková skupina:** 1. – 4. ročník

**Počet žáků:** 12

**Časová náročnost:** 2 vyučovací hodiny

**Místo k realizaci:** Školní cvičná kuchyňka

**Pomůcky:** Mísa, lžička, sítko, hrneček, vařička, váleček, vál, pánev, obracečka, vidličky, ubrousky, vykrajovátko na donuty, sklenička, váha, odměrka

**Ingredience:** 350g hladké mouky, 150g polohrubé mouky, 3 vejce, 100 ml mléka + 5 lžic mléka, 100g cukru krupice, 100g másla + 3 lžice másla, 2 lžice sójové mouky, 2 lžice bílého jogurtu, 100ml rostlinného oleje, 42g čerstvého droždí, sůl, 100g tmavé čokolády, 150g moučkového cukru, růžové přírodní barvivo

## Postup:

1. Nejprve si připravíme kvásek.
2. Mléko malinko ohřejeme, nalijeme do mísy, přidáme lžičku cukru a rozdrobíme droždí. Kvásek necháme na teplém místě vzejít (nebo ho dáme na 10 minut do trouby na 40°C).
3. Hladkou mouku a polohrubou prosejeme do mísy.
4. K mouce přidáme zbytek cukru a 3 žloutky.
5. Do mísy přidáme také špetku soli a přilijeme rozehřáté máslo.
6. Nakonec přidáme i vzešlý kvásek a všechny suroviny důkladným hnětením zpracujeme v hladké těsto.
7. Těsto dáme do vymazané mísy, povrch poprášíme moukou, mísu přikryjeme utěrkou a necháme na teplém místě kynout asi 1 hodinu (nebo ho dáme na 20 minut do trouby na 40°C).
8. Vykyнутé těsto dáme na moukou podsypaný vál a vyválíme na 1,5 cm vysoký plát.

9. Z těsta pomocí skleničky vykrájíme větší kolečka a ve středu pomocí vykrajovátko vykrojíme malá kolečka.
10. V pánvi rozpálíme velké množství oleje.
11. Donuty opatrně vložíme do rozpáleného oleje a smažíme z každé strany asi 2 minuty. Pozor, rychle se připalují, proto je při smažení pečlivě hlídáme.
12. Usmážené americké donuty klademe na papírový ubrousek, abychom z nich odsáli přebytečný tuk. Donuty necháme vychladnout.
13. Vychladlé donuty máčíme v čokoládové polevě a sypeme cukrovým zdobením. Ozdobené donuty necháme zatuhnout.
14. Dobrou chuť.

**Organizační formy:** práce ve skupině, samostatná práce.

**Mezipředmětové vztahy:**

- Praktické činnosti – příprava pokrmů
- Vlastivěda – Amerika, cestování po světě
- Český jazyk – popis pracovního postupu
- Matematika – převody váhových jednotek

**Použité metody:** Motivační metoda, metody diskuzní, popis pracovního postupu, pozorování, metoda instruktáže.

**Klíčové kompetence:** Pracovní, komunikativní, sociální a personální, k učení.

**Výchovně – vzdělávací cíle:**

**Kognitivní cíle:**

**1. Poznatky o vlastnostech použitých materiálů:**

- mouku a cukr před použitím nechat na suchém místě
- mléko, máslo, vejce a jogurt uchovávat před použitím v lednici
- droždí alespoň půl hodiny před používáním nechat při pokojové teplotě, lépe potom těsto vykyne
- vhodné pomůcky – vykrajovátko nám udělá přesný tvar donutu a zároveň vykrojí i díru uvnitř, obracečka je důležitá při smažení donutů
- je důležité znát váhové jednotky a jejich převody

- seznámení se s různými druhy mouky (hladká, polohrubá, sójová mouka)

## **2. Poznatky vyplývající z technologického postupu:**

- když se dělá kynuté těsto, musí se nejdříve udělat kvásek
- když droždí polijí vlažným mlékem a posypu cukrem, nabyde
- v teple těsto rychleji kyne
- kvásek na vzejití potřebuje teplo
- olej, když je na pánvi hodně rozehřátý, tak prská
- vál i váleček musíme pomoučít, aby se nám těsto nelepilo
- opatrné zacházení s horkým sporákem, aby nedošlo k popálení

## **3. Poznatky o nástrojích a jiných pomůckách:**

### **Potřebné potraviny:**

*na těsto:* 350g hladké mouky, 150g polohrubé mouky, 3 vejce (žloutky), 100 ml mléka, 100g cukru krupice, 100g másla, 2 lžíce sójové mouky, 2 lžíce bílého jogurtu, 42g čerstvého droždí, sůl

*na polevu:* 100g tmavé čokolády, 150g moučkového cukru, růžové přírodní barvivo, 5 lžic mléka, 3 lžíce másla, 3 bílky

*na ozdobu:* čokoládové sypaní a barevné sypaní

*na smažení:* rostlinný olej

### **Kuchyňské náčiní a jiné pomůcky:**

Mísa, lžička, sítko, hrneček, vaříčka, váleček, vál, pánev, obracečka, vidličky, ubrousky, vykrajovátko na donuty, sklenička, váha, odměrka, utěrky, houba na mytí nádobí, jar, zástěra, sporák.

### **Nová technická terminologie:**

Kvásek, droždí, donut.

### **Poznatky z bezpečnosti a hygieny práce:**

Pozor na spálení donutů na horké pánvi. Riziko nevykynutí těsta pro nedodržení postupu správného zadělání kvásku. Opatrnost při práci s elektrickými spotřebiči (sporák).

*Rizika:* Spálení se o troubu, spálení se o horký hrnec, spálení se o horkou plotýnku.

*Prevence:* před vařením si oblečeme kuchyňské zástěry, nebo staré oblečení, důkladně si umyjeme ruce, dodržujeme čistotu na pracovním místě, pracujeme se zvýšenou opatrností u trouby a sporáku.

Každé poranění se zapíše do sešitu na úrazy.

*První pomoc:* při popálenině (nejčastěji popáleniny 1. a 2. stupně) – opláchnout pod velmi studenou vodou, po ochlazení aplikovat mast na popáleniny, při horších popáleninách doporučuji navštívit odborníka.

### **Psychomotorické cíle:**

#### **1. Zvládnutí technologického postupu:**

- příprava kvásku, zadělání těsta, vykynutí těsta, posypání válu moukou, vyválení pomoučeným válečkem těsto, vykrojení tvarů, usmažení, nechat hotové výrobky vychladnout, namočit vychladlé donuty do polevy, posypat na závěr barevným sypáním na ozdobu

#### **2. Rozvoj specifických psychomotorických oblastí:**

- pečlivost a přesnost při zhotovování tohoto pokrmu (dodržení správného pracovního postupu a množství potravin)
- zapnutí vypnutí trouby a sporáku
- ohřátí mléka
- smíchání hmoty, vytvoření těsta a následné vyválení těsta na vále s použitím válečku
- originalita ozdobení hotových donutů (rozvoj fantazie)

### **Afektivní cíle:**

#### **1. Ekonomika**

Úsporné zacházení s materiálem (př. používat jen předepsané množství mouky i neplýtvat zbytečně s vodou při mytí nádobí), nožem setřeme zbylé máslo na obalu a použijeme ho.

#### **2. Estetika:**

Originalita pro zdobení hotových donutů, výběr polevy a vhodně vybrané barevné sypání na ozdobu.

#### **3. Ekologie:**

Třídění odpadu do speciálních košů ve škole, neplýtvání jídlem, šetření vodou.



#### **4. Sociální rozvoj:**

Schopnost pracovat samostatně i ve skupině, rozdělení rolí ve skupině, aktivní zapojení všech žáků do jednotlivých úkolů, objektivní hodnocení své práce i práce spolužáků, komunikace mezi žákem a učitelem, závěrečné sebehodnocení, pomoc druhým, rozvoj prosociálních vztahů (donesu zhotovený pokrm mamince nebo tatínkovi).

#### **5. Osobnostní rozvoj:**

Samostatnost, zodpovědnost, trpělivost při práci, ohleduplnost k ostatním, schopnost pomoci ostatním, schopnost smažit, schopnost zadělat na kynuté těsto, schopnost odvážit si správné množství surovin, výběr vhodných pomůcek a náčiní.

#### **6. Předmětový rozvoj:**

Všeobecný přehled, schopnost něco upéct a usmažit.

### **Průběh a realizace hodiny:**

#### **1. – 2. hodiny.**

Na začátku hodiny jsem všem žákům dala hádanku, podle které měli zjistit, co budeme dnes vařit nebo péct. (Hádej, kdo jsem! – Jsem sladký, kulatý, mám prázdné břicho, můj český bratříček je Koblížek, jsem oblíbená pochoutka Homera Simpsona, mám několik příchutí a barev. = AMERICKÝ DONUT) Když žáci správně uhádli, jako doplňující otázku jsem zvolila, z jaké země tento sladký koblížek pochází a zda znají jeho vznik.

Dále jsem žáky rozdělila do dvou skupin. Jedna skupina si vybrala finální čokoládovou polevu a druhá skupina si zvolila růžovou polevu.

Obě skupiny dostali předem připravený list s ingrediencemi a pomůckami, které budeme potřebovat. Byl zde popsán i pracovní postup. Obě skupiny dostaly za úkol vše si přečíst, další pokyn byl sehnat potřebné pomůcky a přinést si je ke svému stolu. Když každá skupina měla všechny potřebné pomůcky, podle seznamu museli po místnosti najít všechny ingredience, které budou k vaření potřebovat. Každá skupina pracuje podle listu, kde mají popis pracovního postupu. Každá skupina se přesune ke svému kuchyňskému koutku, kde mají také troubu i sporák a začnou tvořit pokrmy. Já jako učitel jsem připravená jakkoliv pomoci. Pro všechny žáky platí stejná pravidla bezpečnosti a hygieny.

Když bylo hotovo, jedna skupina ochutnala hotový pokrm od druhé, zhodnotili jsme hodiny a pochválili jsme se za výborně odvedenou práci.

Na konci hodiny žáci vyplnili pracovní list.

### **Hodnocení a reflexe:**

Jelikož je to velmi oblíbený pokrm zejména u dětí, hned při odhalení měl tento recept veliký úspěch. Žáci byli velmi natěšení, až si tento recept sami zkusí a dostanou možnost ochutnat své vlastní donuty.

I když byl recept poněkud těžší, žáci si s ním dobře poradili. Opravdu zhotovili úžasné donuty, které ve výsledku byly lepší, než z obchodu.

Největší strach jsem měla z toho, jak žákům nakyne těsto. Mé obavy se neuskutečnily a těsto bylo opravdu nádherně vykynuté a nadýchané, přesně tak jak má být. Obě skupiny své donuty krásně nazdobili, naservírovali na talíře a všichni mohli ochutnat své první donuty.

Musím žáky velmi pochválit, vše se povedlo na jedničku a moje dopomoc byla jen občasná. Velmi mě potěšilo, když druhý den žáci přišli a chlubili se, že si dělali donuty i doma.

Všechny cíle byli perfektně splněny. Žáci pracovali se vynikajícím nasazením, byli pečliví, spolupráce byla na jedničku a hotový pokrm byl výborný. Při samotné přípravě a vaření pokrmu žáci zjišťovali, jaké vlastnosti mají použité materiály a správně pojmenovávali nástroje. Žáci uměli přesně popsat při vaření všechny nástroje. Technologickou terminologii si žáci velmi dobře osvojili. Velmi dobře byl žáky zvládnutý technologický postup při přípravě pokrmů. Díky dobře osvojenému čtení v receptu, čili popisu pracovního postupu, žáci s přehledem zvládli připravit pokrmy.

### **Fotografická dokumentace:**



*Obrázek 10 - Vykrajování donutů z nakynulého těsta. (zdroj: archiv autorky)*



*Obrázek 11 - Vyvalování těsta a vykrajování tvarů. (zdroj: archiv autorky)*



**Obrázek 12 - Zdobení donutů  
růžovou polevou.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 13 - Namáčení donutů  
v čokoládové polevě.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 14 - Smažení donutů.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 15 - Usmážené donuty.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 16 - Hotové donuty.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 17 - Každé vaření si žáci odnášejí  
hotové pokrmy domů.**  
(zdroj: archiv autorky)

**Pracovní list:**

**Pracovní list č. 1 – Kurz vaření na 1. stupni ZŠ**

**TÉMA: AMERICKÉ DONUTY**

1. Ahoj jmenuji se Bárt Simpson. Můj táta Homer má hrozně rád americké donuty, ale bohužel jsou moc drahé. Neporadil bys mi prosím, co na přípravu tohoto pokrmu potřebuji? Chtěl bych mu je doma sám udělat.



---

---

---

---

---

2. Bohužel se nám přeházely věty z receptu na donuty, dokážeš je správně seřadit? Pomocí čísel, sestav správné pořadí receptu.

- 1. Připravíme si kvásek.
- 2. K mouce přidáme zbytek cukru a 3 žloutky.
- 3. Hladkou a polohrubou mouku prosejeme do mísy.
- 4. Vykyнутé těsto dáme na moukou podsypaný vál a vyválíme plát.
- 5. Dobrou chuť.
- 6. Do mísy přilijeme rozehřáté mléko a přidáme špetku soli.
- 7. Nakonec přidáme kvásek a všechny suroviny důkladně zpracujeme v hladké těsto.
- 8. Těsto dáme do mísy, přikryjeme utěrkou a necháme kynout.
- 9. Donuty necháme vychladnout.

- Z těsta vykrojíme kolečka pomocí vykrajovátko.
- Na pánvi rozpálíme velké množství oleje a smažíme.
- Vychladlé donuty namočíme do polevy a ozdobíme.

3. Znáš nějaký podobný pokrm?

4. Jak bys tento pokrm ještě vylepšil?

5. Víš, na co si musíš při vaření tohoto pokrmu dát pozor?

## 2. Na skok do kuchyně středověku

**Téma:** Žáci se seznámí s historickou stránkou kuchyně. Dozví se, v jakých nádobách se vařilo, na čem se podávaly pokrmy a z čeho se dříve pilo. Hlavním cílem hodiny bude vyzkoušet si prakticky připravit vybrané pokrmy ze středověké kuchyně.

**Věková skupina:** 1. – 4. ročník

**Počet žáků:** 10

**Časová náročnost:** 2 hodiny

**Místo k realizaci:** školní cvičná kuchyň

**Pomůcky:** sklenice, brčka, hmoždír, mísa, lžíce, malý hrnec, kuchyňská váha, lžička, talíře, velký hrnec, nůž, velká mísa, vál, pánev, mísa, vařečka

**Ingredience:** *mandlové mléko* – 100g mandlí, med, voda; *žahour s knedličky* – 250g měkkého tvarohu, 1 vejce, 8 polévkových lžic medu, 200g hrubé mouky, 400g ovoce (jahody, borůvky, meruňky), 100g tvrdého tvarohu, 1 čajová lžička mleté skořice; *šišky z bílé mouky* – 300g polohrubé mouky, 150ml smetany, 6 vajec, šafrán, sůl, rozpuštěné máslo.

**Organizační formy:** skupinová práce a samostatná práce.

**Mezipředmětové vztahy:**

- Vlastivěda – historie stolování, pokrmy středověké kuchyně
- Výtvarná výchova – estetické zpracování při servírování hotového jídla na talíř
- Český jazyk – popis pracovního postupu, správně poskládat text v časovém sledu
- Matematika – odměřit správné množství přísad do pokrmů (převody váhových jednotek)
- Praktické činnosti – příprava pokrmu

**Použití metody:** motivační metoda, metoda diskuzní, instruktáž, výklad, pozorování, samostatná práce, popis pracovního postupu.

**Klíčové kompetence:** pracovní, sociální a personální, k učení, komunikativní.

**Výchovně – vzdělávací cíle:**

**Kognitivní cíle:**

**1. Poznatky o vlastnostech použitých materiálů:**

- potraviny uchováváme před použitím v lednici (vejce, tvaroh, smetanu)
- máslo je lepší nechat alespoň půl hodiny před použitím při pokojové teplotě
- mouku, cukr a skořici necháme na suchém místě
- vhodné pomůcky pro přípravu pokrmů – hmoždíř, stěrka, odměrka, pánev, kuchyňská váha
- znát váhové jednotky a jejich převody
- vědět, kdy přidat ještě mouku do těsta (když je těsto mazlavé, přidám mouku)

**2. Poznatky vyplívající z technologického postupu:**

- když je těsto mazlavé, musím přidat mouku
- lepší je dělat menší kuličky z těsta, dříve a lépe se provaří
- když knedlíčky vyplavou na hladinu, jsou hotové
- musíme být pozorní při smažení, aby se šišky nepřipálili
- spaříme-li mandle horkou vodou, lze je oloupat
- ve hmoždíři rozdrtíme ručně mandle na prach
- nové poznatky o historii ve stolování
- opatrnost v kuchyni
- dodržování zásad hygieny
- nové poznatky o pokrmech ze středověku a o jejich přípravě
- rozšiřování slovní zásoby o nové pojmy ze středověké kuchyně, jako např. černá kuchyně
- zamyšlení se nad tím, že dnes máme obrovský blahobyt a měli bychom si toho vážit

**3. Poznatky o nástrojích a jiných pomůckách**

**Potřebné potraviny:**

*Mandlové mléko* – 100g mandlí, med, voda; *žahour s knedlíčky* – 250g měkkého tvarohu, 1 vejce, 8 polévkových lžic medu, 200g hrubé mouky, 400g ovoce (jahody, borůvky,

meruňky), 100g tvrdého tvarohu, 1 čajová lžička mleté skořice; *šišky z bílé mouky* – 300g polohrubé mouky, 150ml smetany, 6 vajec, šafrán, sůl, rozpuštěné máslo.

### **Kuchyňské náčiní a jiné pomůcky:**

Sklenice, brčka, hmoždíř, mísa, lžíce, malý hrnec, kuchyňská váha, lžička, talíře, velký hrnec, nůž, velká mísa, vál, pánev, mísa, vařečka, sporák, utěrky, houba na mytí nádobí, jar, zástěra.

### **Nová technická terminologie:**

Hmoždíř, žahour, šafrán (druh koření).

### **Poznatky z bezpečnosti a hygieny práce:**

Pozor na spálení šišek, při smažení na pánvi; riziko při vaření kuliček, může se stát, že bude těsto syrové; dát si pozor na přidávání mouky do těsta, když se přidá velké množství mouky, je těsto tuhé. Opatrnost při práci s elektrickými spotřebiči (sporák).

*Rizika:* Spálení se o sporák, spálení se o horký hrnec, spálení se o horkou plotýnku, říznutí se nožem, spálení se o horkou pánev a opařit se o olej. Práce s hmoždířem – klepnutí se omylem do prstu, nepozornost při práci; opaření či spálení – při spařování mandlí horkou vodou.

*Prevence:* Před vařením si oblečeme kuchyňské zástěry, nebo staré oblečení, důkladně si umyjeme ruce, dodržujeme čistotu na pracovním místě, pracujeme se zvýšenou opatrností u sporáku, při používání nože a hmoždíře.

Každé poranění se zapíše do sešitu na úrazy.

*První pomoc:* Při popálenině (nejčastěji popáleniny 1. a 2. stupně) – opláchnout pod velmi studenou vodou, po ochlazení aplikovat mast na popáleniny, při horších popáleninách doporučuji navštívit odborníka. Při říznutí – opláchneme ránu, vydezinfikujeme a dáme na ránu náplast.

### **Psychomotorické cíle:**

#### **1. Zvládnutí technologického postupu:**

- Mandle spaříme horkou vodou a oloupeme; mandle nadrtíme ve hmoždíři na hustou kaši, kterou zředíme vodou; podle chuti dosladíme medem.
- Knedlíčky připravíme tak, že k mouce přidáme tvaroh, vejce a tři polévkové lžíce medu; směs pak hněteme a podle potřeby dosypeme mouku, až se dají formovat



menší knedlíčky, které uválíme na moukou posypané desce; knedlíčky vložíme do vroucí vody; jakmile začnou vyplouvat na hladinu, jsou hotové; mezitím si připravíme ovoce a nakrájíme ho na kousičky; vložíme do hrnce, přidáme zbylý med, jednu čajovou lžičku skořice, zalijeme vodou a vaříme, dokud se nerozvaří ovoce na kaši; knedlíčky naservírujeme na talíř a polijeme je hotovým žahourem; servírujeme posypané nadrobeným tvrdým tvarohem.

- Smícháme mouku se smetanou, přidáme vejce, okořeníme šafránem a přidáme špetku soli; těsto dobře propracujeme a hněteme šišky, které osmažíme na másle; podáváme.

## **2. Rozvoj specifických psychomotorických oblastí:**

- Žáci se na okamžik vžili do středověkého obyvatelstva (zkusili si použít při vaření staré technologické postupy a získali představu o tom, jaké nádoby a suroviny se dříve používaly)
- Procvičení krájení s ostrým nožem (jahody)
- Pečlivost a přesnost při zhotovování všech pokrmů.
- Originalita naservírování pokrmů na talíř.

### **Afektivní cíle:**

#### **1. Ekonomika:**

Úsporné zacházení s materiálem (použijeme stěrku, abychom dostali všechn žahour z hrnce).

#### **2. Estetika:**

Originalita při naservírování pokrmů. Originalita při tvoření kuliček a šišek. Tvar si určí sami žáci.

#### **3. Ekologie:**

Třídění odpadu do speciálních košů na chodbách školy. Šetření vodou při mytí nádobí.

#### **4. Sociální rozvoj:**

Spolupráce žáků, ale i samostatná práce, schopnost smažit, zadělat těsto, uvařit knedlíčky, pomoc druhým, schopnost pracovat ve skupině a rozdělení rolí, aktivně se zapojovat do práce, komunikovat také s učitelem, sebehodnocení, snažit se být úspěšný.

## **5. Osobnostní rozvoj:**

Uspořádání pracovního místa, správný výběr oděvu (použití zástěry nebo starého oblečení), umět se orientovat v receptu, výběr vhodných potravin, výběr vhodných pomůcek a náčiní, pečlivost, trpělivost, samostatnost, učit se zodpovědnosti ve skupině.

## **6. Předmětový rozvoj:**

Všeobecný přehled, schopnost něco usmažit, uvařit a připravit vlastnoručně mléko. Žáci se dozvědí o kuchyni středověku, jaké používali dříve nástroje a přístroje, jak připravovali pokrmy a kde veškeré suroviny sháněli.

### **Průběh a realizace hodiny:**

#### **1.- 2. hodiny**

V první části hodiny jsem žákům vyprávěla příběh o rodině z chudých poměrů, která vařila jen z mála surovin, co doma našli. Zároveň jsem do příběhu přidala i královskou rodinu, která naopak měla všeho nadbytek. Zamýšleli jsme se společně nad dnešním blahobytem, který v dřívějších dobách nebyl. Přemýšleli jsme, kde dříve lidé sháněli veškeré suroviny, protože ještě neexistovali supermarkety. Ukázala jsem žákům nádoby a přístroje, se kterými obě rodiny jedli a oni hádali, jaké období by to mohlo být. Někteří uhádli správně – STŘEDOVĚK.

Vysvětlila jsem, co dnes budeme vařit a rozdělila žáky do tří skupin. Každá ze skupin si vylosovala svůj recept pro dnešní den a na řadu přišlo čtení receptu. Žáci již po mých dalších instrukcích věděli, co mají dělat. Po přečtení si každá skupina našla v kuchyňce veškeré pomůcky, které potřebují na vaření a poté museli po třídě pohledat potřebné suroviny. Veškerou tuto práci dělali sami. Když měli vše potřebné k přípravě pokrmu na svém pracovišti, začalo samotné vaření. V případě potřeby jsem žákům samozřejmě pomohla, ale ve většině případů nebyla pomoc třeba. Když žáci dokončili vaření, následovalo naservírování na talíř pro ostatní skupiny a přišla na řadu ochutnávka.

Na závěr hodiny jsme pokrmy ochutnali, společně jsme zhodnotili hodinu a žáci vyplnili pracovní list.

## MANDLOVÉ MLÉKO

### **Ingredience:**

100g mandlí, 2 lžíce medu, 0,5l vody

### **Pomůcky:**

hmoždír, lžíce, kuchyňská váha, miska, hrnec, sklenice, brčka

### **Postup:**

1. 100 gramů mandlí spaříme horkou vodou a oloupeme.
2. Pak mandle nadrtíme ve hmoždíři na hustou kaši, kterou zředíme vodou.
3. Podle chuti dosladíme medem. (cca 2 lžíce medu)
4. Nalijeme do sklenic, můžeme ozdobit brčkem a podáváme.

## ŽAHOUR S KNEDLÍČKY

### **Ingredience:**

250g měkkého tvarohu, 1 vejce, 8 polévkových lžic medu, 200g hrubé mouky, 400g nějakého ovoce (jahody, borůvky, meruňky), 100g tvrdého tvarohu, 1 čajová lžička mleté skořice.

### **Pomůcky:**

lžíce, mísa, vařička, vál, váleček, 2 hrnce, lžička, talíře, ostrý nůž, prkénko, kuchyňská váha

### **Postup:**

1. Knedlíčky připravíme tak, že k mouce přidáme tvaroh, vejce a tři polévkové lžíce medu.
2. Směs pak hněteme a podle potřeby dosypeme mouku, až se dají formovat menší knedlíčky, které uválíme na moukou posypané desce.
3. Knedlíčky vložíme do vroucí vody. Jakmile začnou vyplouvat na hladinu, jsou hotové.
4. Mezitím si připravíme ovoce a nakrájíme ho na kousíčky.
5. Vložíme do hrnce, přidáme zbylý med, jednu čajovou lžičku skořice, zalijeme vodou a vaříme, dokud se nerozvaří ovoce na kaši.
6. Knedlíčky naservírujeme na talíř a polijeme je hotovým žahourem.
7. Servírujeme posypané nadrobeným tvrdým tvarohem.

## ŠÍŠKY Z BÍLÉ MOUKY

### **Ingredience:**

300g polohrubé mouky, 150 ml smetany, 6 vajec, šafrán, sůl, rozpuštěné máslo

### **Pomůcky:**

kuchyňská váha, mísa, vařička, pánev, talíř

### **Postup:**

1. Smícháme mouku se smetanou, přidáme vejce, okořeníme šafránem a přidáme špetku soli.
2. Těsto dobře propracujeme a hněteme šišky, které osmažíme na másle.
3. Podáváme.

### **Hodnocení a reflexe:**

Žáci mě velice příjemně překvapili s hotovými pokrmy, které jsou jim prakticky vzdálené. Jednalo se o pokrmy ze středověku a žáci si s nimi báječně poradili a připravili vynikající jídla.

Je velice těžké zvládnout dobře udělat knedlíčky, aby nebyli například moc tuhé a tento problém v žádném případě nenastal. Všechny tři skupiny pracovali velmi precizně a snažili se dodržovat popis pracovního postupu. Když si nebyli jisti, jak mají daný krok udělat, poprosili o pomoc své kolegy nebo mě. Správně zacházeli s náčiním a velmi rychle si zapamatovali technologický postup. Musím pochválit čistotu práce žáků, jelikož si průběžně uklízeli pracovní místo a tím udržovali čistotu na pracovišti. Opravdu každý tým pracoval „jako jeden muž“, stále si pomáhali a rozdávali úkoly. Výsledné pokrmy znamenitě chutnaly a byly nádherně naservírované. Musím žáky pochválit za originalitu.

Na konci hodiny jsme všechny pokrmy ochutnali, provedli hodnocení a žáci vyplnili pracovní list. Tuto hodinu hodnotím jako velmi zdařilou.

Z pedagogického hlediska byly všechny cíle výborně splněny. Žáci perfektně ovládli a osvojili si poznatky, které vyplývají z technologie. Např. když je těsto příliš mazlavé, musíme přidat více mouky, apod. Dále žáci přesně vědí, jak mají všechny potřebné pomůcky a nástroje pojmenovat. Technickou terminologii žáci zvládli s přehledem. Na konci hodiny všichni věděli, co je to hmoždír a na co se používá. Správně se při hodině rozvíjely specifické psychomotorické oblasti. Např. děti samy utlučením mandlí vytvořili mandlové mléko. Při této hodině byly velice důležitým bodem mezipředmětové vztahy.

Žáci se nejdříve museli seznámit s historií kuchyně středověku a následně vařili podle starých ověřených receptů. Byl tak splněn mezipředmětový rozvoj. Byla zapojena vlastivěda, také matematika při převodu jednotek, český jazyk, praktické činnosti a výtvarná výchova. Všechny předem stanovené cíle byly podle mého očekávání splněné.

### Fotografická dokumentace:



**Obrázek 18 - Drcení mandlí ve hmoždíři.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 19 - Servírování mandlového mléka.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 20 - Zpracování těsta na knedlíčky.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 21 - Hotové knedlíčky.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 22 - Příprava na žahour.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 23 - Hotové a naservírované knedličky se žahourem.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 24 - Zpracování těsta z bílé mouky.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 25 - Tvarování šišek z bílé mouky.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 26 - Smažení šišek.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 27 - Smažení šišek z bílé mouky.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 28 - Hotové šišky.**  
(zdroj: archiv autorky)

**Pracovní list:**

**Pracovní list č. 2 – Kurz vaření na 1. stupni ZŠ**

**TÉMA: NA SKOK DO KUCHYNĚ STŘEDOVĚKU**

1. Skřítek Popleta nám přeházal celý postup receptu. Zvládneš ho správně poskládat a uhádneš, co jsi uvařil? Napiš název receptu. Pomocí čísel, sestav správné pořadí receptu.

Název receptu: \_\_\_\_\_

- Servírujeme posypané nadrobeným tvrdým tvarohem.
- Mezitím si připravíme ovoce a nakrájíme ho na kousíčky.
- Směs pak hněteme a podle potřeby dosypeme mouku, až se dají formovat menší knedlíčky, které uválíme na moukou posypané desce.
- Knedlíčky naservírujeme na talíř a polijeme je hotovým žahourem.
- Knedlíčky vložíme do vroucí vody. Jakmile začnou vyplouvat na hladinu, jsou hotové.
- Knedlíčky připravíme tak, že k mouce přidáme tvaroh, vejce a tři polévkové lžíce medu.
- Vložíme do hrnce, přidáme zbylý med, jednu čajovou lžičku skořice, zalijeme vodou a vaříme, dokud se nerozvaří ovoce na kaši.

Nakresli, jak se ti hotové jídlo povedlo naservírovat na talíř.

2. Zakroužkuj nádobí, které se používalo při středověkém stolování.



3. Jakými způsoby lidé ve středověku sháněli potravu? Zakroužkuj správné odpovědi.  
Může jich být i více.

- a) supermarket
- b) trh
- c) lov zvěře
- d) les – sběr jahod, borůvek, malin, hub
- e) rybolov

4. Jak bys tento pokrm ještě vylepšil?

5. Víš, na co si musíš při vaření tohoto pokrmu dát pozor?



### 3. Zdravá svačinka

**Téma:** Hlavním cílem bude vytvořit zdravé a hlavně kreativní svačiny, naučit se správnému stolování (pravidla restauračního jazyka) a zkusit si několik variant skládání ubrousků na jídelní stůl. Žáci budou mít jedinečnou možnost vytvořit pokrm úplně sami a zapojit svoji fantazii. Zajistě si připomenou také jednotlivé druhy ovoce a zeleniny. Na konci hodiny bude prezentace a ochutnávka hotových svačinek.

**Věková skupina:** 1. – 4. ročník

**Počet žáků:** 10.

**Časová náročnost:** 2 hodiny

**Místo k realizaci:** školní cvičná kuchyň

**Pomůcky:** mazací nůž, talíř, ubrousek, vykrajovátko různých tvarů, lžice, vidlička, nůž, sklenička, škrabka

**Ingredience:** rajčata, okurky, mrkve, mandarinky, banán, hroznové víno, toastový chléb, šunka, sýr, máslo

**Organizační formy:** samostatná práce

**Mezipředmětové vztahy:**

- Etická výchova – zásady správného stolování
- Výtvarná výchova – estetické zpracování při přípravě svačinek na talíř
- Přírodověda – opakování druhů ovoce a zeleniny (správné pojmenování)
- Praktické činnosti – příprava pokrmu

**Použití metody:** motivační metoda, metoda diskuzní, instruktáž, výklad, pozorování, samostatná práce.

**Klíčové kompetence:** pracovní, sociální a personální, k učení, komunikativní.

## **Výchovně – vzdělávací cíle:**

### **Kognitivní cíle:**

#### **1. Poznatky o vlastnostech použitých materiálů:**

- potraviny uchováváme před použitím v lednici (sýr, šunka, máslo)
- veškerou zeleninu a ovoce je před použitím nutno umýt
- vhodné pomůcky pro přípravu pokrmů – škrabka, mazací nůž, vykrajovátko
- vědět, na co a jak používat škrabku (např. na oškrábání okurky)
- rozpoznat od sebe zeleninu a ovoce
- vědět, jaké chutě se k sobě hodí – například hroznové víno se může podávat se sýrem (nekombinovat moc chutí dohromady)

#### **2. Poznatky vyplívající z technologického postupu:**

- U toastového chleba můžeme okrojit kůru (vypadá a chutná to lépe)
- škrabkou oloupeme okurku
- nové poznatky z etikety (zásady správného chování ve společnosti)
- opatrnost v kuchyni
- dodržování zásad hygieny – všechno ovoce a zeleninu omyjeme
- rozšiřování slovní zásoby o nové pojmy (např. etiketa, základy správného stolování, apod.)
- nové poznatky ze zásad správného stolování (např. jak správně prostřít stůl, jak odložit příbor během jídla či po jídle a co tím vyjadřují, apod.)
- zamyšlení se nad tím, zda je potřeba znát pravidla etikety a chovat se podle nich
- porovnat, co je ve společnosti slušné a co naopak velmi neslušné

#### **3. Poznatky o nástrojích a jiných pomůckách**

### **Potřebné potraviny:**

Toastový chléb, máslo, šunka, sýr, okurky, rajčata, hroznové víno, banán, mandarinky, mrkev.

### **Kuchyňské náčiní a jiné pomůcky:**

Sklenička, nůž, lžice, vidlička, talíř, ubrousek, mazací nůž, ostrý nůž, prkénko, škrabka, ozdobná vykrajovátka.

### **Nová technická terminologie:**

Škrabka, zásady etikety (správné stolování), skládání ubrousků do různých tvarů.

### **Poznatky z bezpečnosti a hygieny práce:**

Pozor na říznutí ostrým nožem při krájení ovoce, zeleniny ale i toastového chlebu.

*Rizika:* Říznutí se nožem.

*Prevence:* Před vařením si oblečeme kuchyňské zástěry, nebo staré oblečení, důkladně si umyjeme ruce, dodržujeme čistotu na pracovním místě, pracujeme se zvýšenou opatrností při používání nože.

Každé poranění se zapíše do sešitu na úrazy.

*První pomoc:* Při říznutí – opláchneme ránu, vydezinfikujeme a dáme na ránu náplast.

### **Psychomotorické cíle:**

#### **1. Zvládnutí technologického postupu:**

- Můžeme, ale nemusíme okrájet kůry u toastového chlebu. Každý může dělat podle své chuti a kreativity.
- Chléb namažeme máslem pouze tenkou vrstvou. (silná vrstva není zdravá ani příliš chutná)
- Omyjeme zeleninu a ovoce. Okurku a mrkev oškrábeme pomocí škrabky. Banán i mandarinky oloupeme a všechny zbylé slupky vyhodíme do koše. Nejlépe na bioodpad.
- Ovoce a zeleninu nakrájíme a pomocí vykrajovátka můžeme vykrájet námi zvolené tvary. Tvary můžeme také vykrájet z toastového chleba, šunky nebo sýra. Kreativitě se meze nekladou.

#### **2. Rozvoj specifických psychomotorických oblastí:**

- Žák si mohl připravit sám zdravou svačinku do školy. Mohl použít vše, co má rád a kreativně si svoji svačinu také dozdobit.
- Žák se seznámil s termínem etiketa a naučil se tak, jak se správně chovat ve společnosti, jak správně stolovat a porozuměl tajné řeči „složeného příboru“.

- Procvičení krájení s ostrým nožem (okurka, mrkev).
- Zdokonalení při škrábání škrabkou.
- Správné rozpoznání několika druhů zeleniny a ovoce.
- Pečlivost a přesnost při zhotovování pokrmu.
- Originalita naservírování pokrmů na talíř.

### **Afektivní cíle:**

#### **1. Ekonomika:**

Úsporné zacházení s materiálem. (pro závěrečné dozdobení pokrmu použijeme předem omyté slupky od okurky).

#### **2. Estetika:**

Originalita při naservírování pokrmů. Originalita při vykrajování různých tvarů z ovoce, zeleniny nebo toastového chlebu. Tvar si určí sami žáci. Žáci si sami vytvořili a dozdobili podle své fantazie svačinu do školy.

#### **3. Ekologie:**

Třídění odpadu do speciálních košů na chodbách školy. Šetření vodou při mytí nádobí.

#### **4. Sociální rozvoj:**

Spolupráce žáků, ale i samostatná práce, schopnost krájet, oškrábat zeleninu, oloupat ovoce, pomoci druhým, schopnost pracovat ve skupině a rozdělení rolí, aktivně se zapojovat do práce, komunikovat také s učitelem, sebehodnocení, snažit se být úspěšný, použít veškerou svou kreativitu.

#### **5. Osobnostní rozvoj:**

Uspořádání pracovního místa, správný výběr oděvu (použití zástěry nebo starého oblečení), výběr vhodných potravin, výběr vhodných pomůcek a náčiní, pečlivost, trpělivost, samostatnost, učit se zodpovědnosti ve skupině, sladění chutí, správný výběr všech komponentů, schopnost udělat si sám svačinu do školy.

#### **6. Předmětový rozvoj:**

Všeobecný přehled, schopnost rozpoznat zeleninu a ovoce, připravit si vlastnoručně svačinu do školy. Žáci se seznámili s novým pojmem etiketa. Naučili se správně prostírat stůl, jak se slušně chovat ve společnosti a tyto zásady správného stolování a slušného chování si zkusili na vlastní kůži při hodině.

## **Průběh a realizace hodiny:**

### **1.- 2. hodiny**

Hned na začátku hodiny jsem žáky seznámila s tématem hodiny, s čím novým se dnes setkají a co všechno je bude čekat.

„Dnešní téma hodiny bude zdravý životní styl. Vzpomeneme si, jaké známe druhy ovoce a zeleniny. Dále vás, žáci, provedu základy stolování a všim co s tímto tématem souvisí. Hlavní část hodiny bude vytváření svých vlastních velmi chutných a originálních školních svačinek.“ Poté každý z žáků dostal papír a tužku. Úkolem bylo napsat co nejvíce druhů ovoce a následně zeleniny. Vítěz získal krásné červené jablko. Jelikož téma hodiny byla zdravá výživa, ptala jsem se žáků, co všechno sem ještě kromě ovoce a zeleniny patří a jaké pokrmy by zařadili do nezdravé stravy. Každý měl opravdu originální nápady a vzniklo nám tak několik variant zdravé i nezdravé stravy.

Ještě než žáci začali se zhotovením svačinek, zeptala jsem se, co znamená slovo ETIKETA a jestli už ho někdy slyšeli. Žáci odpovídali různě. Jedna z odpovědí byla však svým způsobem správná. „Je to náповěda, jak se musíme chovat mezi dospělými lidmi.“ Ve správném znění „Etiketa znamená soubor pravidel zdvořilého chování ve společnosti“. Dali jsme dohromady, jak se správně se společností chovat a co naopak je neslušné. Žáci při společné práci dali dohromady desatero správného stolování, které jsem následně sepsala a ještě nepatrně upravila. Obdivovala jsem, že žáci znali všechna pravidla slušného chování bravurně. Jako další bod hodiny jsem žáky poprosila, aby si v kuchyňce vzali potřebné pomůcky a prostřeli na stůl. Úkol zněl následovně. Protřete tak, jako prostírá maminka na stůl před obědem. Mezi sebou si žáci radili, vzájemně si opravovali postavení příborů a ve finále měli všichni krásně a správně prostřeno. Někteří žáci samozřejmě nezapomněli na skleničku a přidali také lžičku na dezert. Na závěr každý dostal ubrousek a podle mých instrukcí žáci skládali ubrousky do několika možných variant.

Seznámila jsem žáky s tajnou řečí „složeného příboru“. Připravila jsem několik očíslovaných variant složeného příboru a žáci hádali, co který znamená. Žáci dostali chvíli čas na promyšlenou a poté mi každý zkusil popsat, co složený příbor znamená. Nakonec jsem žákům prozradila správné řešení. Příjemně mě překvapilo, že spousta žáků se v tomto odvětví velmi dobře orientuje. Poté již přišel čas na hlavní část hodiny. Žáci měli na stole připravené všechny potřebné pomůcky i ingredience a mohli se tedy pustit do zhotovení své zdravé školní svačinky.

Každý měl možnost použít cokoliv do svého pokrmu. Na výběr bylo z několika druhů zeleniny a ovoce. Mohla to být svačinka jak na slaný, tak na sladký způsob. Žáci pracovali zcela samostatně a jejich hlavním úkolem bylo zapojit svoji kreativitu a fantazii, kterou jsou menší děti tolik obdařeni.

Žáky jsem postupně obcházela a ptala jsem se, proč si zrovna připravili takovou svačinku. S radostí mi své nápady popisovali a pokračovali dál s velkým nasazením. Když byli všichni žáci hotoví, proběhla prezentace všech krásně naservírovaných a dozdobených svačinek. Musím říct, že jedna svačinka byla originálnější, než druhá. Žáci si dali velmi záležet a podle jejich nasazení si myslím, že je hodina velmi bavila.

Na konci hodiny všichni dostali šanci svačinky ochutnat, zhodnotili jsme společně obě hodiny a úplným závěrem hodiny vyplnili žáci pracovní list, který ověřil, co se dnes všechno naučili a co si s sebou do života odnesou.

### **Desatero správného stolování**

1. Při jídle nemá být hluk, spěch, rozruch a nervozita.
2. Vše potřebné před jídlem čistě a vkusně připravíme, i sebe. Před jídlem si umyjeme ruce!
3. První usedá nejváženější člen společnosti nebo oslavenec, po skončení jídla vstaneme až po nejváženější osobě.
4. Sedíme vzpřímeně, neopíráme se tělem o stůl, ruce máme opřené o stůl v místech nad zápěstím, lokty držíme u těla.
5. Držíme správně příbor, nůž používáme na krájení, nekladáme jej do úst.
6. Lžíci neseme k ústům šikmo, do polévky nefoukáme, nesrkáme, talíř s polévkou nenakláníme.
7. Při jídle nemlaskáme, nemluvíme s plnými ústy, nečteme a nesledujeme televizi, nekouříme a netelefonujeme.
8. Pokud si u stolu povídáme, vybíráme téma pro všechny příjemné.
9. Používáme ubrousek, před napitím a po jídle si otřeme ústa, ubrousek položíme na talíř.
10. Při jídle a po jídle správně odkládáme příbor na talíř.

(zdroj: <https://images.app.goo.gl/3rK5UiYGPd3EBHo3A>)

### **Hodnocení a reflexe:**

Tato hodina byla ozvláštněna tím, že byla zcela v režii žáků. Přesněji řečeno, zdravé svačinky si žáci vytvořili sami, pouze za použití jejich fantazie a především chuti. Naučili

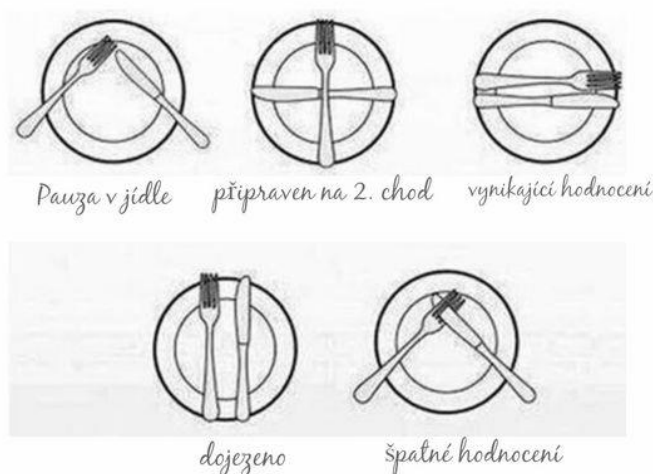
se také správně prostřít stůl, složit ubrousek a hlavně si osvojili chování ve společnosti. Seznámili se tak s termínem – ETIKETA. S tímto termínem je spojeno správné chování ve společnosti, chování u stolu, čili pravidla stolování. Tento termín také souvisel se seznámením žáků s „tajnou řečí složeného příboru“.

Velmi zábavné byly scénky s chováním ve společnosti. Žáci ztvárnili scénku o tom, jak má a nemá vypadat návštěva v restauraci. Velmi si to užili a osvojili si nějaké fráze spojené s návštěvou restaurace.

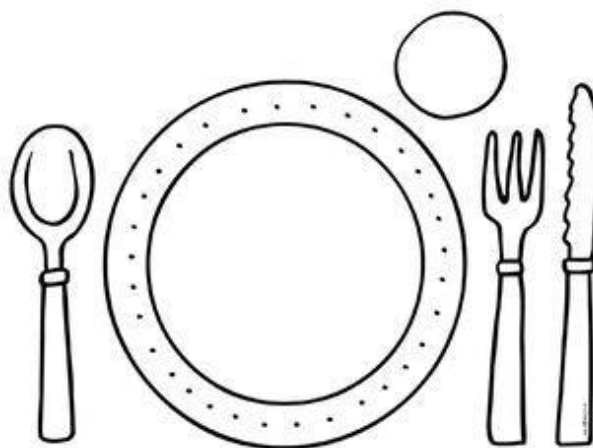
Všechny žáky bych chtěla moc pochválit, jelikož sami zvládli perfektně prostřít stůl a složit krásný tvar z ubrousku. Všichni dokázali perfektně zaktivizovat své kreativní mozkové buňky. Vznikly opravdu úžasné a originální svačinky. Každého jeho svačina opravdu vystihovala. Všechny v sobě skrývaly určitý příběh.

Hlavním cílem této hodiny bylo vytvořit báječné, zdravé, originální a nadčasové svačiny do školy. Tento cíl byl bezpodmínečně splněn. Žáci si plněním úkolů a přípravou svačinek osvojili poznatky o vlastnostech materiálů a poznatky o nástrojích. Při hraní scének perfektně ovládali etiketu a správná pravidla stolování. Žáci si zopakovali druhy ovoce a zeleniny, takže byl splněn i mezipředmětový rozvoj. Nejdůležitějším afektivním cílem byla estetika. Splnění tohoto bodu bylo splněno na 100%. Žáci ukázali, jaké mají estetické cítění, fantazii a kreativitu. Tuto hodinu hodnotím velice kladně.

### *Pravidla restauračního jazyka*



**Obrázek 29 - Pravidla restauračního jazyka.**  
(zdroj: [https://svatebniblog.cz/svatebni-etiketa/\\_trashed-2/](https://svatebniblog.cz/svatebni-etiketa/_trashed-2/))



**Obrázek 30 - Správné prostírání.**

(zdroj: <http://www.kleurplaten.nl/diversen/placemats-mes-vork-lepel-k-8786.html>)

### **Fotografická dokumentace:**



**Obrázek 31 - Prostírání stolu.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 32 - Skládání ubrousků.**  
(zdroj: archiv autorky)





**Obrázek 33 - Štěstí na talíři.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 34 - Veselý ovocný obličej.**  
(zdroj: archiv autorky)



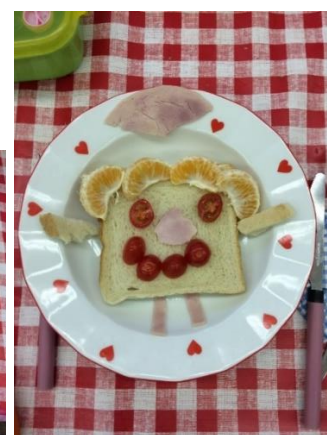
**Obrázek 35 - Vláček projíždějící zeleninovou krajinou.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 36 - Medvěd.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 37 - Originalitě se meze nekladou.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 38 - Veselý panáček.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 39 - Myška z ovoce.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 40 - Rozkvetlá zahrada.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 41 - Obličej ze zeleniny a ovoce, který má i náušnice.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 42 - Každá svačinka je originál.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 43 - Žáci dokázali na talíř dokonce malovat.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 44 - Pán s knírem.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 45 - Svačinka, která vykouzlí úsměv na tváři.**  
(zdroj: archiv autorky)

**Pracovní list:**

**Pracovní list č. 3 – Kurz vaření na 1. stupni ZŠ**

**TÉMA: ZÁKLADY STOLOVÁNÍ + ZDRAVÁ SVAČINKA**

1. Nakresli, jak bys správně prostřel stůl pro sebe. Napiš, co všechno budeš potřebovat.

2. Nakresli a popiš, jaké OVOCE znáš. Které ovoce máš nejraději? Které moc rád naopak nemáš?

3. Nakresli a popiš, jakou ZELENINU znáš. Kterou zeleninu máš nejraději? Kterou moc rád naopak nemáš?

4. Pěstujete na zahradě nějaké ovoce nebo zeleninu? Napiš jaké.

## 4. Recepty z pohádek (pokrmy z říše za sedmero horami)

**Téma:** Hlavním cílem bude uvařit, usmažit anebo upéct pokrmy z říše pohádek. Žáci si zopakují známé české pohádky, ve kterých se objevují nějaké jídla. Zkusí uhádnout, z jaké pohádky je ono jídlo a jak se tento pokrm vaří. Při hodině uvaří, usmaží nebo upečou pokrmy z pohádek jako je např. Zlatovláska (had z listového těsta), Hrnečku, vař! (krupicová kaše), O koblížkovi (koblížek). Jako další varianty mohou být: Červená karkulka (bábovka), O princezně Solimánské (chleba s tvarohovou pomazánkou), Křemílek a Vochomůrka (povidla), Honza málem králem (sekyrková polévka), Perníková chaloupka (perníčky), apod. Žáci si na vlastní kůži zkusí, jaké je to vařit a především jíst v pohádkovém světě. Jedná se o pokrmy jednoduché na přípravu, tak i složitější.

**Věková skupina:** 1. – 4. ročník

**Počet žáků:** 8

**Časová náročnost:** 2 hodiny

**Místo k realizaci:** školní cvičná kuchyň

**Pomůcky:** kuchyňská váha, hrnec, ostrý nůž, vařička, lžíce, talíře, lžíce, pečící papír, plech, vál, váleček, nůž mazací, hrnec, hrneček, vidlička, mašlovačka, mísa, kuchyňský robot, chňapky, utěrka, vál, váleček, sklenička, lžička, pánev, vidličky, obracečka, lžíce.

**Ingredience:** *Já koblížek, koblížek:* 200 ml mléka, 1 kostka droždí, 50 g cukru, špetka soli, 50 ml oleje, 500 g mouky (250 g polohrubé, 250 g hladké), 4 žloutky, olej na smažení; *Jiříkův had:* 2 vejce, pórek, 400 g listového těsta, 200 g šunky, 100 g anglické slaniny, 250 g lučiny, sůl, pepř, 2 kuličky nového koření, ředkvičky; *Kaše Hrnečku, vař!:* 1 l mléka, špetka soli, 1 lžíce cukru krupice, 120 g krupice, 1 lžíce másla, jablka, apod.

**Organizační formy:** samostatná práce, práce ve skupině.

### **Mezipředmětové vztahy:**

- Český jazyk (literatura) – zopakování českých pohádek (př. Zlatovláska)
- Výtvarná výchova – estetické zpracování při přípravě pokrmů (dozdobení při servírování)
- Praktické činnosti – příprava pokrmu
- Český jazyk (mluvnice) – popis pracovního postupu, správné poskládání textu v časovém sledu
- Matematika – odměřit správné množství přísad do pokrmů (převody váhových jednotek), správné časové rozvržení

**Použití metody:** motivační metoda, metoda diskuzní, metoda instruktáže, výklad, pozorování.

**Klíčové kompetence:** pracovní, sociální a personální, k učení, komunikativní.

**Výchovně – vzdělávací cíle:**

**Kognitivní cíle:**

#### **1. Poznatky o vlastnostech použitých materiálů:**

- potraviny uchováváme v lednici před použitím (slanina, lučina, šunka, máslo, vejce, listové těsto)
- veškerou zeleninu a ovoce je před použitím nutno umýt
- vhodné pomůcky pro přípravu pokrmů – kuchyňská váha, kuchyňský robot, stěrka, plech, pečicí papír
- vědět, na co a jak používat stěrku (např. na setření zbylého těsta ze stěn mísy)
- vědět, proč používáme pečicí papír (např. pečicí papír je vhodný pro zdravé pečení pokrmů bez použití tuků, plech s použitím pečicího papíru není třeba vymazávat)
- droždí před použitím necháme alespoň půl hodiny v pokojové teplotě, těsto tak lépe vykyne
- máslo a listové těsto necháme také před použitím v pokojové teplotě, lépe se s těmito surovinami následně pracuje
- mouku, cukr a krupici necháme na suchém místě ve cvičné kuchyňce
- především musíte znát váhové jednotky a jejich převody

- vědět, co je to droždí a k čemu slouží (díky droždí těsto kyne; jedná se o kvasnice)
- když mouku prosejeme přes síto, těsto tak lépe vykyne
- když okrojíme kousek ředkvičky, můžeme z něj vytvořit jazyk hada
- kuličky nového koření můžeme použít jako oči hada
- kousek másla se v horké kaši rozteče

## 2. Poznatky vyplývající z technologického postupu:

- když připravujeme pokrm z kynutého těsta, musíme nejdříve udělat kvásek (výroba kvásku -> droždí nadrobím do mísy, zaleju vlažným mlékem a přidám 2 – 3 lžičce cukru)
- kvásek musí být v teple, proto se také mísa přikrývá utěrkou
- droždí, které poliji vlažným mlékem a posypu cukrem, nabyde
- do kynutého těsta přidávám prosátou mouku, těsto díky tomu ještě více vykyne.
- těsto musí kynout na teplém místě, proces kynutí se tím značně urychluje
- mléko musíme při vaření míchat, může mít tendenci se připalovat
- mléko musíme při vaření stále sledovat, může nám „utéct“ z hrnce
- čím více přidáme krupice do mléka, tím má kaše hustější konzistenci
- příliš hustou kaši můžeme zředit ohřátým mlékem
- pomocí skleničky můžeme vykrojit koblížky
- použitím vidličky vyšleháme vajíčko
- mašlovačka slouží k tomu, abychom potřeli hada
- potřené těsto vajíčkem se jako hotové, upečené leskne
- listové těsto musíme podmoučit a pomoučit, jinak by se nám těsto přilepilo na vál a váleček
- nové poznatky spojené s obsluhou trouby (vím, kde se zapíná, kde se reguluje teplota, apod.)
- když otevírám troubu, nejdříve počkám, až vyjde horký vzduch
- při manipulaci s horkou troubou používám chňapky
- opatrnost v kuchyni
- dodržování zásad hygieny
- rozšiřování slovní zásoby o nové pojmy (např. listové těsto, mašlovačka)

### 3. Poznatky o nástrojích a jiných pomůckách

#### Potřebné potraviny:

*Já koblížek, koblížek:* 200 ml mléka, 1 kostka droždí, 50 g cukru, špetka soli, 50 ml oleje, 500 g mouky (250 g polohrubé, 250 g hladké), 4 žloutky, olej na smažení; *Jíříkův had:* 2 vejce, pórek, 400 g listového těsta, 200 g šunky, 100 g anglické slaniny, 250 g lučiny, sůl, pepř, 2 kuličky nového koření, ředkvičky; *Kaše Hrnečku, vař!:* 1 l mléka, špetka soli, 1 lžice cukru krupice, 120 g krupice, 1 lžice másla, jablka, apod.

#### Kuchyňské náčiní a jiné pomůcky:

Kuchyňská váha, hrnec, ostrý nůž, vařička, lžice, talíře, lžice, pečící papír, plech, vál, váleček, nůž mazací, hrnec, hrneček, vidlička, mašlovačka, mísa, kuchyňský robot, chňapky, utěrka, vál, váleček, sklenička, lžička, pánev, vidličky, obracečka, lžice, sítko (na prosetí mouky). Při používání kuchyňského náčiní na žáky dohlízíme. Pomáháme žákům s obsluhou kuchyňské váhy, šlehače (kuchyňského robotu), elektrické trouby.

#### Nová technická terminologie:

Mašlovačka, listové těsto, zadělání kynutého těsta, obsluha trouby.

#### Poznatky z bezpečnosti a hygieny práce:

Dáváme pozor na připálení hada v troubě; riziko při varu mléka (spálení, vzkypění); riziko při spálení koblížků při smažení. Opatrnost při práci s elektrickými spotřebiči (trouba, kuchyňský robot). Důležité je dávat si pozor na říznutí ostrým nožem při krájení ovoce, zeleniny; při smažení koblížků pozor na horký olej; pozor na spálení o horký plech při pečení hada. Nutné je dodržovat hygienické návyky (mít si ruce, umýt ovoce a zeleninu, umět si udělat pořádek na pracovišti, apod.)

*Rizika:* Říznutí se nožem, spálení o horký plech či troubu, spálení o horký hrnec.

*Prevence:* Před vařením si oblečeme kuchyňské zástěry, nebo staré oblečení, důkladně si umyjeme ruce, dodržujeme čistotu na pracovním místě, pracujeme se zvýšenou opatrností při používání nože. Každé poranění se zapíše do sešitu na úrazy.

*První pomoc:* Při říznutí – opláchneme ránu, vydezinfikujeme a dáme na ránu náplast. Při popálení 1. a 2. stupně postupujeme takto – opláchneme pod studenou vodou, po ochlazení aplikujeme mast na popáleniny. Při horší popálenině doporučuji navštívit lékaře.

## **Psychomotorické cíle:**

### **1. Zvládnutí technologického postupu:**

- navážení všech potřebných surovin; příprava kvásku; zadělání kynutého těsta; vynutí těsta, posypání válu moukou; vyválení pomoučeným válečkem těsto; naklást na těsto povidla, nutelu, nebo marmeládu; vykrojení skleničkou kolečka; rozehřátí pánve; smažení; nechat hotové koblížky vychladnout; závěrečné posypání moučkovým cukrem
- ohřátí mléka; odměření potřebných ingrediencí; při varu mléka přisypávání krupice; oslazení kaše; závěrečné servírování a dozdobení
- uvaření vajíčka natvrdo; pomoučení válu; vyválení 2 kusů listového těsta pomoučeným válečkem; vyválené pláty spojit k sobě kratší stranou; namazat lučinou; poklást šunkou, slaninou, pórkem; uvařené vajíčko oloupat a dát na začátek hada; těsto zavinout; ozdobení hada (jazyk z ředkvičky, oči z nového koření); pomazat hada vajíčkem; na plech dáme pečící papír a na papír hada; dáme péct do trouby na cca 25 minut; necháme vychladnout; podáváme

### **2. Rozvoj specifických psychomotorických oblastí:**

- procvičení krájení s ostrým nožem (jablko)
- uvaření vajíčka natvrdo
- zdokonalení při zpracování kynutého těsta
- zdokonalení při vyválení těsta na vále
- zapnutí, vypnutí trouby a sporáku
- umět obsluhovat kuchyňské elektrospotřebiče (váha, robot)
- pečlivost a přesnost při zhotovování pokrmů (dodržení správného pracovního postupu a množství ingrediencí)
- originalita naservírování pokrmů na talíř a ozdobení

## **Afektivní cíle:**

### **1. Ekonomika:**

Úsporné zacházení s materiálem. (př. použití stěrky, použití jen předepsaného množství ingrediencí, neplýtvat zbytečně vodou při mytí nádobí, nedojedené pokrmy si žáci odnesou domů).



## **2. Estetika:**

Originalita při naservírování pokrmů na talíř. (zdobení krupicové kaše) Vlastní výběr náplní do koblížků. Vymodelování hada z listového těsta. Dozdobení, které hada skoro probudí k životu. (oči z nového koření, jazyk z ředkvičky)

## **3. Ekologie:**

Třídění odpadu do speciálních košů na chodbách školy. Šetření vodou při mytí nádobí. Neplýtvání jídlem.

## **4. Sociální rozvoj:**

Žáci se naučí pracovat ve skupině, ale i samostatně. Naučí se spolupráci, umí si rozdělit role ve skupině, všichni se aktivně zapojují do jednotlivých úkolů, umí objektivně ohodnotit sebe i ostatní spolužáky, komunikace s učitelem. Důležité je sebehodnocení, snažit se být úspěšný, použít veškerou svou kreativitu při vaření, pomoci druhým, rozvíjení sociálních vztahů (donesu mnou zhotovený pokrm rodičům, prarodičům či sourozencům).

## **5. Osobnostní rozvoj:**

Umět si uspořádat pracovní místo, výběr vhodného oděvu (použití zástěry nebo starého oblečení), výběr vhodných potravin, výběr vhodných pomůcek a náčiní, pečlivost, trpělivost, samostatnost, učit se zodpovědnosti ve skupině, sladění chutí, správný výběr všech komponentů, schopnost pomoci mamince v kuchyni s danými pokrmy.

## **6. Předmětový rozvoj:**

Všeobecný přehled. Schopnost uvařit kaši, usmažit koblížky a upéct hada z listového těsta. Především rozvoj v oblasti gastronomie.

### **Průběh a realizace hodiny:**

#### **1– 2. hodiny**

Na začátku hodiny jsem děti rozdělila na tři skupiny (podle náročnosti receptů). Ani jsem neříkala, co budeme dělat, jelikož si na to měli děti přijít samy. Každá skupina dostala obálku, ve které byla rozstříhaná pohádka (puzzle). (viz příloha č. 1, 2, 3) Úkolem dětí bylo poskládat puzzle a tím zjistit, co mají za pohádku. Pohádku si přečtou a následují další otázky k dětem. Např. Proč zde máme zrovna tyto pohádky? Co je na vybraných pohádkách zvláštního? Mají něco společného? O co se v pohádkách jedná? Žáci se ve

skupině poradí a každá skupina řekne svůj názor. Cílem otázek je dojít k závěru, že budeme vařit podle pohádek.

Každá skupina dostane recept podle pohádky, kterou si museli složit. Zde najdou všechny potřebné ingredience, potřeby k přípravě pokrmů a především popis pracovního postupu. Na stole ve cvičné kuchyňce jsou připravené veškeré ingredience a žáci si vyberou podle seznamu v receptu. Skupinky si zaujmou své místo v kuchyňce a tam si přinesou všechny potřebné ingredience a pomůcky, které budou potřebovat. Ve skupině si přečtou postup a rozdělí si úkoly. Každá skupina má svého „šéfa“, který rozděljuje úkoly, kontroluje, pomáhá ostatním a sám si poté vybere tu nejnáročnější činnost. Všichni pracují podle listu, kde mají popsány podrobný postup a tvoří své pokrmy. Každá skupina se věnuje svému receptu a v případě nesnázi přiskočím a pomůžu. Všichni jsou povinni dodržovat pravidla bezpečnosti a hygieny.

Jakmile měly všechny skupinky hotovo, naservírovala se jídla na talíře a jedna skupinka ochutnala od druhé. Hodinu jsme společně zhodnotili, pochválili jsme se všichni za dobře odvedenou práci a jídlo co zbylo, si děti odnesli domu na ochutnávku rodině. Před koncem hodiny žáci vyplňovali pracovní list.

## **KAŠE, HRNEČKU VAŘ!**

### **Ingredience:**

1 l mléka, špetka soli, 1 lžice cukru krupice, 120 g krupice, 1 lžice másla, jablka, lentilky

### **Pomůcky:**

hrnec, vařička, ostrý nůž, lžice, talíře, kuchyňská váha,

### **Postup:**

1. Mléko osolíme a osladíme, přivedeme k varu.
2. Do vroucího mléka malým pramínkem přisypáváme krupici a za stálého míchání povaříme asi 8 minut do zhoustnutí.
3. Kaši můžeme případně naředit trochou horkého mléka.
4. Do kaše přimícháme máslo a rozdělíme do talířů.
5. Podáváme ozdobenou plátkem másla, skořicí nebo kakaem a cukrem.
6. Při zdobení kaše se meze nekladou, kromě klasického kakaem ji můžete podávat se sušeným ovocem, lentilkami, ořechy, čokoládou.

## **JIRÍKŮV HAD**

### **Ingredience:**

2 vejce, pórek, 400 g listového těsta, 200 g šunky, 100 g anglické slaniny, 250 g lučiny, sůl, pepř, 2 kuličky nového koření, ředkvičky, mouka na pomoučení válu a válečku

### **Pomůcky:**

plech, pečicí papír, plastová podložka, mazací nůž, hrnec, hrneček, mašlovačka, váleček,

### **Postup:**

1. Jedno vejce uvaříme natvrdo, druhé rozšleháme vidličkou.
2. Listové těsto si rozdělíme na dvě části, obě vyválíme na delší obdélníky. Na větším pruhu pečicího papíru oba obdélníky spojíme. (PO DÉLCE)
3. Dlouhý plát těsta poklademe střídavě plátky šunky a anglické slaniny, na jeden konec hada položíme polovinu vejce jako hlavu, šunku posypeme rozdrobenou lučinou, nasekaným pórkem a zbylým nasekaným uvařeným vejcem. Osolíme, opepříme a svineme do závinu. Hada stočíme, přitiskneme na hlavu oči (2 kuličky nového koření) a pomažeme rozšlehaným vejcem.
4. Troubu předehřejeme na 200 °C. Hada na pečicím papíře přeneseme na plech, přebytečný papír odstříhneme a pečeme dozlatova 25-30 minut.
5. Z ředkvičky seřízneme část slupky a uděláme z ní hadí jazyk.

## **JÁ KOBLÍŽEK, KOBLÍŽEK...**

### **Ingredience:**

1 kostka droždí, 50 g cukru, špetka soli, 50 ml oleje, 500 g mouky (250 g polohrubé+ 250 g hladké), 4 žloutky, povidla, moučkový cukr, marmeláda, olej na smažení, nutela

### **Pomůcky:**

Kuchyňská váha, vařička, lžice, talíře, lžice, vál, váleček, mísa, kuchyňský robot, sklenička, lžička, pánev, vidličky, obracečka, lžice, sítko (na prosetí mouky), utěrka.

### **Postup:**

1. Připravíme kvásek – dáme do mísy ohřát mléko do mikrovlnné trouby.
2. Do vlažného mléka natrháme droždí a posypeme cukrem.

3. Vše dáme do trouby předem přehřáté na 50 stupňů. Necháme zde 10 minut.
4. Do kvásku přidáme mouku, olej, žloutky a špetku soli.
5. Vypracujeme hladké těsto a dáme na 10 minut do trouby kynout.
6. Těsto vyválíme na pomoučeném vále a na polovinu těsta dáme lžičkou malé kousky marmelády, nutely nebo povidel.
7. Druhou polovinou těsta přehnu marmeládu a skleničkou vykrojím koblížky.
8. Smažíme na oleji z obou stran.
9. Hotové a vychladlé koblížky pocukrujeme.

### **Hodnocení a reflexe:**

Musím říci, že za těch pár hodin vidím obrovský pokrok u všech dětí. Odhodlání a zapálení v práci jim opravdu nechybí a to mě velice těší. Všechny musím pochválit. Práce je již zorganizovanější, než na začátku roku.

Všechny cíle hodiny byly splněny. Žáci s přehledem zvládají technologický postup při přípravě pokrmů a tím si také rozvíjejí psychomotorické oblasti. Například umí zapnout a vypnout troubu, zvládnou vyválet těsto pomocí válečnou, usmaží koblížky a jsou velice pečliví při zhotovování pokrmů. Dalším splněným cílem je estetický pohled na servírování pokrmů a především se žáci snaží třídít odpad do speciálních košů. Nejdůležitější cíle, které byly splněny: sociální, osobností rozvoj a především splnění bezpečnostních zásad. Všechny cíle byly bez problému splněny.

V hodině se nevyskytl žádný problém, který bychom museli řešit. Pouze jsem žákům pomohla se zapnutím trouby a upozornila na práci s horkým plechem. Další podobné upozornění proběhlo i u smažení koblížků.

Byla jsem spokojená jak já, tak i žáci.

## Fotografická dokumentace:



**Obrázek 46 - Vaření Kaše  
Hrnečku Vař!**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 47 - Dodělávání  
kaše.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 48 - Krájení jablka  
na ozdobu.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 49 - Závěrečné dozdobení  
kaše.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 50 - Hotová Kaše  
Hrnečku Vař!**  
(zdroj: archiv autorky)



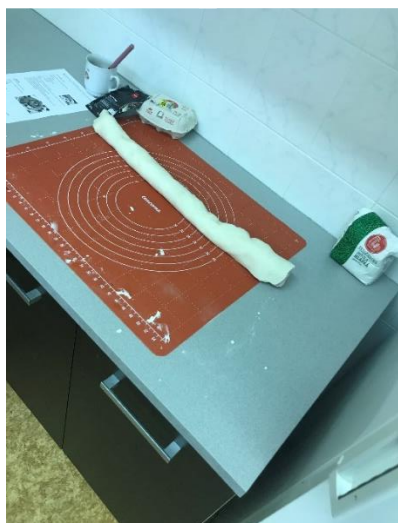
**Obrázek 51 - Rozvalování listového těsta.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 52 - Pomazání těsta lučinou.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 53 - Příprava náplně.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 54 - Srolování těsta do tvaru hada.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 55 - Potření hada vajíčkem.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 56 - Upečený had ze Zlatovlásky.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 57 - Pečení hada.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 58 - Příprava na kvásek.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 59 - Přidávání ingrediencí do těsta.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 60 - Hnětení těsta v robotu.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 61 - Kladení náplně na těsto.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 62 - Těsto se lepilo na ruce.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 63 - Vykrajování kobližek.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 64 - Plnění kobližek.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 65 - Smažení kobližek.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 66 - Hotové kobližky.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 67 - Závěrečné posypání  
moučkovým cukrem.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 68 - Mytí nádobí.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Pracovní list:**

**Pracovní list č. 4 – Kurz vaření na 1. stupni ZŠ**

**TÉMA: RECEPTY Z POHÁDEK**

1. Dokážeš poradit Neznámkovi, jak uvařit Krupicovou kaši? Očísluj věty a seřaď je tak, Podáváme ozdobenou plátkem másla, skořicí nebo kakaem a cukrem.

- Do vroucího mléka malým pramínkem přisypáváme krupici a za stálého míchání povaříme asi 8 minut do zhoustnutí.
- Kaši můžeme případně naředit trochou horkého mléka.
- Do kaše přimícháme máslo a rozdělíme do talířů.
- Mléko osolíme a osladíme, přivedeme k varu.
- Při zdobení kaše se meze nekladou, kromě klasického kakaa ji můžete podávat se sušeným ovocem, lentilkami, ořechy, čokoládou.

2. Zakroužkuj, jaké ingredience potřebuješ na vaření krupicové kaše.

	Mléko	Máslo	Špenát
Krupice	Špetka soli	Jablko	Cukr krupice
Okurka		Brambor	
	Salám	Mouka	Droždí

3. Znáš ještě nějaké jiné pohádky, kde se vaří?

4. Co bys připravil pohádkovému dědečkovi ke svačině?

## 4.1 Dětská univerzita

Dětská univerzita ZS 2018/19	
<b>Název kurzu:</b>	Recepty z pohádek
<b>Vzdělávací oblasti RVP ZV:</b>	Člověk a svět práce
<b>Tvůrce předmětu:</b>	Lucie Šimečková, Lucie Kašparová

Popis předmětu	
<b>Anotace předmětu:</b> Kurz je soustředěn na integrovanou výuku a rozvoj badatelské aktivity žáka v oblasti Člověk a svět práce	
<b>Klíčové pojmy:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Zdravá výživa</li><li>• Kuchyně</li></ul>	
<b>Průřezová témata (osobnostní a sociální výchova): téma a učivo</b> <b>V oblasti vědomostí, dovedností a schopností průřezové téma:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• vede k porozumění sobě samému a druhým</li><li>• přispívá k utváření dobrých mezilidských vztahů ve třídě i mimo ni</li><li>• rozvíjí základní dovednosti dobré komunikace a k tomu příslušné vědomosti</li><li>• utváří a rozvíjí základní dovednosti pro spolupráci</li><li>• umožňuje získat základní sociální dovednosti pro řešení složitých situací (např. konfliktů)</li></ul> <b>V oblasti postojů a hodnot průřezové téma:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• vede k uvědomování si hodnoty spolupráce a pomoci</li><li>• vede k uvědomování si hodnoty různosti lidí, názorů, přístupů k řešení problémů</li></ul>	
<b>Integrace výuky předmětů (mezioborové poznatky a mezipředmětové souvislosti):</b> Náš svět: Zdravá výživa	
<b>Počet účastníků (max.):</b> 20	
<b>Očekávané cíle:</b>	<b>Kognitivní:</b> poznatky o vlastnostech použitých materiálů: Žáci se naučí, jak které potraviny před použitím uchovávat, které pomůcky je vhodné použít v jednotlivých fázích přípravy

	<p>pokrmu, v praxi využijí znalost váhových jednotek a jejich převodů.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• poznatky vyplývající z technologického postupu: Žák se naučí, že při přípravě pokrmu je třeba postupovat podle jednotlivých kroků, aby dosáhl požadovaného výsledku.</li> <li>• poznatky o nástrojích a jiných pomůckách: Žák získává informace o tom, které suroviny jsou pro vytvoření určitého pokrmu třeba. Současně se naučí orientovat v základním vybavení kuchyně, zjistí jaké kuchyňské náčiní a pomůcky bude pro zpracování jednotlivých surovin potřebovat a jak je použít.</li> <li>• poznatky z jiných předmětů: Žák si uvědomí, že při přípravě pokrmů využívá znalosti z jiných předmětů.</li> <li>• nová technická terminologie: Žák se naučí rozumět odborným termínům používaných při přípravě pokrmů.</li> <li>• poznatky z bezpečnosti a hygieny práce: Žák získá mentální představu, co je třeba dodržet jak postupovat, nebát se toho, když sleduje učitele, aby mohl později uplatnit sám. Žák dbá opatrnosti při práci s nožem, uvědomí si nutnost průběžného mytí rukou a udržování čistoty pracovního místa, získá znalosti o poskytování první pomoci a jaký je vhodný oděv.</li> </ul> <p><b><u>Psychomotorické:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>zvládnutí technologického postupu:</u> Žák si vyzkouší, jak postupovat při přípravě konkrétního pokrmu.</li> <li>• <u>rozvoj specifických psychomotorických oblastí:</u> Žák rozvíjí jemnou motoriku, pečlivost při zhotovování pokrmu, má možnost projevit svou originalitu při zdobení, prostírání atp.</li> </ul> <p><b><u>Afektivní:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>ekonomické postoje:</u> Žák se učí úspornému zacházení s materiálem. Vhodné uspořádání pracovního místa.</li> <li>• <u>estetické postoje:</u> Žák se učí pokrmy připravovat tak, aby nejen chutnaly, ale i pěkně vypadaly.</li> <li>• <u>ekologické postoje:</u> Žák třídí odpad a tím šetří životní prostředí.</li> <li>• <u>sociální rozvoj:</u> Žák se učí pracovat samostatně, ale také spolupracovat s ostatními a pomáhat druhým.</li> <li>• Bude si jídla vážit a nebude s ním plýtvat.</li> <li>• <u>osobnostní rozvoj:</u> Žák se učí trpělivosti, pečlivosti, samostatnosti, vyhledávání potřebné literatury</li> </ul>
--	---

	(recepty), volí si vhodný pracovní oděv, pomůcky a náčiní, suroviny atd.
Rozvoj klíčových kompetencí žáka	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <u>k učení</u>: je schopen vykonávat činnost podle popisu, podle metodického námětu</li> <li>- <u>k řešení problémů</u>: např. schopnost vyhledat vhodný nástroj, najdi jinou ingredienci, z kterého by šla do receptu přidat</li> <li>- <u>komunikativní</u>: dokáže přijmout radu učitele, komunikuje a spolupracuje s ostatními žáky</li> <li>- <u>sociální a personální</u>: uvědomuje si význam pomoci druhému, týmová práce</li> </ul> <p><u>pracovní</u>: používá bezpečně nástroje, pomůcky, suroviny, chová se bezpečně v pracovním prostředí, schopnost vědomě pracovat, vynaložit úsilí, dokončit práci, být vytrvalý, schopnost vykonat práci bezpečně</p>
Čas:	2x45 minut
Požadavky na prostředí:	Prostorná učebna s možností vařit (sporák), vytvoření několika oddělených větších pracovních ploch pro realizaci experimentů ve skupině žáků.
Metody a formy práce:	<p>Problémová Badatelská Instruktáž- názorně demonstrační (písemná) Experiment Práce se záznamovým archem k experimentu</p> <p><b>Organizační formy:</b> hromadná, individuální, skupinová</p>
Bezpečnost a hygiena:	<p><u>Rizika</u>: popálení, říznutí</p> <p><u>Prevence</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• poučení o bezpečnosti</li> <li>• opatrnost při manipulaci s nožem</li> <li>• Dostatečné osvětlení</li> <li>• Vhodný oděv</li> </ul> <p><u>1.pomoc</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• při pořezání ránu vydezinfikovat a zalepit</li> <li>• všechna zranění zaznamenat do knihy úrazů</li> <li>• Popálení- studený obklad</li> </ul>
Pomůcky: (Na jeden stůl připravíme všechny pomůcky a ingredience, co budou děti potřebovat. Každá skupina si pro všechny potřebné věci bude chodit sama a budou si brát věci podle receptu.)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• hrnec</li> <li>• vidlička</li> <li>• hmoždíř</li> <li>• sklenice</li> <li>• váha</li> <li>• lžice</li> <li>• talíře</li> <li>• vařečka</li> <li>• nůž</li> </ul>

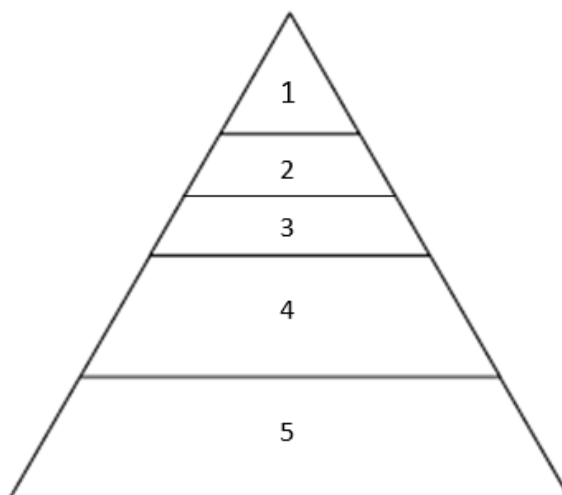
- struhadlo
- mísa
- mazací nůž
- plech
- pečící papír
- váleček
- vál
- hrneček
- mašlovačka
- chňapky
- (tácky + mističky)

### Průběh a metodický postup:

#### 1. Představení + seznámení dětí s tématem hodiny

#### 2. Potravinová pyramida (Na co si vzpomenete, když se řekne zdravá výživa?)

- každý z dětí dostane kartičku, na které bude obrázek nějaké potraviny (př. jogurt, mléko, maso, voda,..)
- úkolem bude, kartičku správně umístit na dané místo v pyramidě (předkreslená pyramida na tabuli)
- společná kontrola (<https://www.youtube.com/watch?v=jVI-cAIMjhs>)
- kam byste zařadili coca-colu, donut, čokoládu, sušenky,... (tyto věci nemají místo nikde v naší pyramidě, protože nejsou zdravé -> proto je zde nenajdete -> obsahují cukry, které způsobují zubní kaz)



1. Sůl, tuky, cukry
2. Mléko, mléčné výrobky, maso, vejce, luštěniny
3. Ovoce a zelenina
4. Obiloviny, rýže, těstoviny, pečivo
5. nápoje

### 3. Rozdělení do týmů (červená, modrá, žlutá, zelená)

- týmy budou mít po třídě rozvěšené papírky s „indiciemi“, každý své barvy
- týmy musí posbírat všech 6 „indicií“ a následně uhádnout, která pohádka jsou (1 písař / ostatní hledači)

- indície:

1. žlutý tým (HRNEČKU VAŘ) – hrneček, chudá vdova, vař, dost, kopec kaše, dcera
2. modrý tým (O PRINCEZNE SOLIMÁNSKÉ) – princezna, doktor, drvoštěp, sultán, chleba s tvarohem, slunce
3. zelený tým (ZLATOVLÁSKA) – Jiřík, kuchař, zlato, když jde tak leží, řeč zvířat, kouzelná babička
4. červený tým (POHÁDKA O KOČIČCE, KTERÁ NEMĚLA RÁDA MLÍČKO) – Mňau!, mlíčko, kočka, máma kočka, myš, klubičko

**Co je to za pohádku? Co budeme vařit? (Krátce si řekneme o pohádkách, které děti nebudou znát.)**

### 4. Samotné vaření

(Kaše Hrnečku vař, Dr. Voštěpova pomazánka, Jiříkův had, Ochucená kočičí mlíčka)

### 5. Ochutnávání + prezentace jídel pro kamarády

### 6. Shrnutí hodiny

**Evokace, motivace a návaznost na žákovu poznání:** řízený rozhovor se žáky, kdy budou postaveni do role badatelů, jejichž úkolem je najít odpovědi na otázky realizací experimentů, výsledky správně zaznamenat a interpretovat je ostatním.

**Prezentační část:** vysvětlení organizace hodiny a činnosti žáků, nastolení badatelských otázek a úkolů, instruktáž k experimentům (pomůcky, materiály, pracovní listy, záznamové archy), rozdělení do pracovních skupin a rolí ve skupinách.

**Praktická část:** žáci se přesunou ve skupinách na jednotlivá stanoviště a začnou vařit podle postupu

**Zhodnocení výsledků lekce a závěr:** Žáci po uvaření svých pokrmů své pokrmy ochutnají. Poté porovnáme, zda žáci byli schopni na otázky odpovědět a jakým způsobem žáci odpovídali. Žáci svými slovy zhodnotí průběh a výsledek badatelské aktivity.

#### **Badatelské otázky a úkoly pro žáky:**

1. Jaké ingredience by se mohli ještě do receptu přidat?
2. Co bys obměnil/a na tomto receptu?
3. Víš, na co si musíš při vaření toho receptu dát pozor?
4. Znáš nějaký podobný recept?

### **Metodické poznámky pro učitele**

BOV rozvíjí samostatnost, schopnost vyhledávání informací, zvýšení motivace, soutěživost, autonomii, jiný pohled na učivo, jinou komunikaci učitele a žáků, spolupráci, lepší pochopení vztahů, schopnost třídit informace, větší aktivitu, schopnost vnímat a respektovat názory druhých, zajišťuje zkvalitnění propojení mezi jednotlivými předměty, vylepšení sociálních vztahů, kreativitu, lépe připravuje pro život, podporuje lepší zapamatování, opadá strach z prosazení svého názoru a přispívá ke zlepšení formulování odpovědí.....

### **Reflexe žáka:**

Jaké nové informace jsi získal? Jaké poznatky sis zopakoval? Z jakých předmětů tyto poznatky původně byly? Kterou činnost ses naučil? Kterou činnost sis zopakoval? K čemu si myslíš, že je dobré to znát nebo umět? Co bylo pro tebe těžké udělat? Pracovalo se ti dobře? Co ti dělalo problémy? Podařilo se ti splnit zadané úkoly? Co nového nyní víš o (konkrétní téma)? Co nového nyní víš o dalších použitých materiálech? Kde by si mohl v dalším praktickém životě získané poznatky a zkušenosti asi použít? Požádal jsi v průběhu práce někoho o pomoc nebo radu? Jaká byla spolupráce s ostatními žáky ve skupině? Jakou činnost jsi zvládl nejlépe?

### **Fotografická dokumentace:**



**Obrázek 69 - Přivítání žáků a seznámení s tématem.**

(zdroj:

[https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 70 - Každý žák dostal obrázek, který umístil na potravinovou pyramidu.**

(zdroj:

[https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 71 - Umístění obrázků na potravinovou pyramidu.**

(zdroj:

[https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 72 - Sdělování instrukcí na další aktivitu.**

(zdroj:

[https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 73 - Připravené pomůcky na vaření.**

(zdroj:

[https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 74 - Výběr vhodných ingrediencí.**

(zdroj:

[https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 75 - práce ve skupinách.**

(zdroj:

[https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 76 - Skupina připravuje Ochucená kočičí mlíčka.**

(zdroj:

[https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 77 - Skupina připravuje pomazánku Dr. Voštěpa.**

(zdroj:

[https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 78 - Skupina připravuje hada Jiříka ze Zlatovlásky.**

(zdroj:

[https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 79 - Skupina připravuje Kaši Hrnečku Vař!**

(zdroj:

[https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 80 - Rozvalování listového těsta.**

(zdroj:

[https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))





**Obrázek 81 - Postupné přidávání ingrediencí do kaše.**  
(zdroj: [https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 82 - Rozlévání hotových mléčných nápojů.**  
(zdroj: [https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 83 - Dokončování krupicové kaše.**  
(zdroj: [https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 84 - Hotová pomazánka Dr. Voštěpa.**  
(zdroj: [https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 85 - Hotová kaše Hrnečku Vař!**  
(zdroj: [https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))



**Obrázek 86 - Hotový Jiříkův had ze Zlatovlásky.**  
(zdroj: [https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/zs1920.php](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/zs1920.php))

## 5. Exkurze do školní kuchyně

**Téma exkurze:** Školní kuchyně

**Ročník:** 1. – 4.

**Místo:** Školní jídelna v prostorách ZŠ a MŠ Petrovice u Sedlčan

### **Popis + průběh akce:**

Na začátku hodiny jsem žáky seznámila s cílem dnešních dvou hodin kurzu vaření. Žáci, dnes se podíváte do prostor, kde jste nikdy předtím nebyli. Vždy jste stáli na druhé straně, u výdejního okénka, s tácem v ruce a s kručícím břichem. Už víte, co nás dnes čeká? Uhádne někdo, kam se půjdeme podívat? Ano, správně, je to školní kuchyně! Než, ale půjdeme do ráje hrnců, vařiček a obrovských kotlů, musíme pro paní kuchařky připravit pohoštění, za jejich ochotu. Vezmou si vás na starosti. Provedou vás po celé kuchyni, všechno vám ukáží a zodpoví veškeré zvědavé otázky.

Děti připravily pro paní kuchařky obložené chlebíčky a společně jsme vyrazili směr školní jídelna. Zde děti zakleply na dveře do „ráje školních kuchtiček“. Paní kuchařka nás velmi vřele přivítala a pustila nás dále. Hned na úvod jsme všechny obdarovali chlebíčkem a předem poděkovali za prohlídku.

Paní kuchařka nás provedla po celé kuchyni a ukázala nám všechno, co zde mají. Žáci se mohli podívat: kde se nahřívá nádobí; kde jsou hrnce; jak vypadá ta obrovská pánev, kde se smaží řízky; kde se škrabou brambory; podívali jsme se do speciální místnosti na sladování potravin; všichni se zvážili na obrovské váze; zkusili si, jaké je to pracovat s obrovských šlehačem; naplnili nádobím myčku a spustili jí; viděli, kde je okénko na předávání obědů mimoškolním strávníkům; podívali se do obrovských lednic a mrazáků a spousty dalších zážitků. Děti se tak mohly podívat na druhou stranu jídelního okénka. Žáci se mohli ptát, na co chtěli, a všechny otázky byly zodpovězeny. Všichni žáci moc děkovali za tu možnost podívat se do školní kuchyně a za krásnou, komentovanou prohlídku.

**Organizační plán exkurze:** Dne 21. 2. 2020 od 13:00 v rámci kurzu vaření. Projekt proběhne ve školní kuchyni na ZŠ a MŠ Petrovice.

**Použité metody:** exkurze, pozorování, instruktáž, praktické činnosti žáků, diskuze

**Organizační formy:** frontální výuka, samostatná práce

**Cíle:**

**Kognitivní cíle:**

- Poznatky o kuchyňském náčiní, nádobí, spotřebičích a další pomůckách spojených s kuchyní
- Seznámení s novým pojmem (konvektomat, výlevka, kotel)
- Poznatky z jiných předmětů (fyzika – změna skupenství, matematika – počítání měchaček a naběraček, vážení se na váze kg)
- Poznatky vyplývající z technologie (změna skupenství při varu vody -> voda se mění v páru)

**Bezpečnost a hygiena:**

V kuchyni je hodně důležitá bezpečnost práce. Nebezpečí číhá za každým rohem. Můžete se říznout při krájení, můžete se opařit o konvektomat, můžete se spálit o horkou troubu nebo nahřátou plotnu, můžete se opařit o horký olej na rozpálené pánvi a dalších několik nástrah na vás v kuchyni čeká.

*Identifikace rizik:*

- Práce s nožem – riziko poranění, pořezání
- Práce s konvektomatem – riziko opaření se o horký vzduch unikající při jeho otevření
- Práce s pánví – opaření se o horký olej, spálení o samotnou pánev

*Prevence:*

- Maximální opatrnost při práci s nožem (opatrná manipulace, použití jen ve chvíli, kdy krájím, odkládání nože na bezpečné místo)
- Maximální opatrnost při používání konvektomatu
- Volím vhodné chování na pracovišti
- Prevence ušpinění – pracovní oděv

### *První pomoc:*

- V případě pořezání nožem
  - opláchnutí vlažnou vodou, dezinfekce, zastavení krvácení, překrytí rány náplastí/obvazem. Podle závažnosti návštěva lékaře.
- V případě opaření o horkou páru
  - chlazení vlažnou vodou, podle závažnosti – záchranná služba

### **Psychomotorické cíle:**

- Možnost vyzkoušení a osvojení techniky (krájení, škrabání brambor ve speciálním přístroji, ovládání myčky, ovládání šlehače, ovládání konvektomatu)
- Tvořivá činnost je vrcholem psychomotorické oblasti

### **Afektivní cíle:**

- Žáci se učí naslouchat a trpělivosti.
- Šetří životní prostředí.
- Učí se, jak se zachází s materiálem.
- Je poučen, že si má vážit jídla a neplýtvat s ním.
- Má smysl být ohleduplný vůči ostatním.

### **Otázky k exkurzi:**

- Jak se ti líbila exkurze?
- Co nejvíce tě zaujalo ve školní kuchyni?
- Na co by ses ještě zeptal/a paní kuchařky?
- Co jsi ve školní kuchyni nenašel/a?
- Co se ti ve školní kuchyni vůbec nelíbilo?
- Chtěl/a bys pracovat ve školní kuchyni?
- Co ti přijde nejtěžší na práci kuchařky?

### **Hodnocení:**

Po návratu do školní cvičné kuchyňky mi všechny děti poreferovaly své zážitky z exkurze a vyplnily předem připravený pracovní list.

Závěrem bych chtěla říci, že prohlídka ve školní kuchyni byla znamenitá a velice zajímavá. Zaujala jak mě, tak hlavně žáky. Vyjmenováním toho, co se jim nejvíce líbilo, jsme strávili opravdu dlouhou dobu. Děti si mohly na chvíli zkusit, jaké je to být kuchař nebo kuchařka. Myslím, že se exkurze všem velice líbila. Žáci měli jedinou možnost podívat se tam, kde se vaří jejich báječné obědy.

### Fotografická dokumentace:



**Obrázek 87 - Přivítání paní kuchařkou.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 88 - Úvodní slovo paní kuchařky.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 89 - Konvetomat.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 90 - Kotle a pánve na vaření.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 91 - Žáci byli v kuchyni ze všeho nadšeni.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 92 - Ukázka nádobí a kuchyňského vybavení.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 93 - Ukázka velkých ploten a nerezového nádobí.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 94 - Koření.**  
(zdroj: archiv autorky)

Paní kuchařka nám ukázala další části kuchyně. Velké plotny, nerezové nádobí, veškeré koření a ostatní kuchyňské spotřebiče. Vašíka nejvíce zaujala obrovská metlička.



**Obrázek 95 - Další prostory kuchyně.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 96 - Obrovská mísa do šlehače.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 97 - příprava na spuštění přístroje.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 98 - Ukázka funkčnosti přístroje.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 99 - Zkouška ovládní stroje žákem.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 100 - Všichni žáci si mohli zkusit ovládat stroj.**  
(zdroj: archiv autorky)

Žáci měli jedinečnou možnost zkusit si obsluhovat velký kuchyňský šlehač. Tento přístroj je již starý a musí se ovládat ručně. Děti na vlastní kůži zkusily, že práce v kuchyni není žádná legrace.



**Obrázek 101 - Výdejní okénko pro mimoškolní strážníky.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 102 - Zkouška ovládní myčky.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 103 - Nahlédnutí do místnosti s lednicemi a mrazáky.**  
(zdroj: archiv autorky)

Žáci si zkusili, jaké je to naplnit a zapnout obrovskou školní myčku. Podívali se, kde se vydává oběd v kastrůlcích mimoškolním strážníkům. Nakonec nás paní kuchařka vzala do místnosti, kde jsou jen lednice a mrazáky.



**Obrázek 104 - Místnost se škrabkou na brambory.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 105 - Žáci zkoumají funkčnost škrabky.**  
(zdroj: archiv autorky)



**Obrázek 106 - Přístroj všechny zaujal.**  
(zdroj: archiv autorky)



*Obrázek 107 - Závěrečné vážení dětí na velké váze.  
Byla to prakticky největší atrakce.  
(zdroj: archiv autorky)*



**Pracovní list:**

**Pracovní list č. 5 – Kurz vaření na 1. stupni ZŠ**

**TÉMA: EXKURZE DO ŠKOLNÍ KUCHYNĚ**

**Otázky:**

Jak se ti líbila exkurze?

Co nejvíce tě zaujalo ve školní kuchyni?

Na co by ses ještě zeptal paní kuchařky?

Co jsi ve školní kuchyni nenašel?

Co se ti ve školní kuchyni vůbec nelíbilo?

Chtěl bys pracovat ve školní kuchyni?

Co ti přijde nejtěžší na práci kuchaře/kuchařky?

## 6. Exkurze na Kozí farmu

**Téma:** Kozí farma Zahrádka

**Ročník:** 1. – 4.

**Místo:** Kozí farma Zahrádka

(cca 3 km od Petrovice)



*Obrázek 108 – FARMA ZAHŘÁDKA.*  
(zdroj: <http://www.farmazahradka.cz/>)

### **Popis + průběh akce:**

Nejprve jsou žáci seznámeni s bezpečností v celém areálu farmy. Následuje komentovaná prohlídka. Při níž se žáci dozvědí řadu zajímavostí o Kozí farmě Zahrádka. Farma Zahrádka je ekologicky hospodařící farma, která sídlí ve stejnojmenné obci Zahrádka nedaleko Petrovic u Sedlčan. Zabývá se chovem koz a výrobou mléčných produktů v bio kvalitě, jak z mléka kozího, tak z mléka kravského. Výrobky této firmy můžete zakoupit ve vybraných obchodech Billa, Tesco nebo navštívit přímo farmu a zakoupit si vše osobně na farmě v prodejně. Farma vyrábí z kozího i kravského mléka. Žáci se při exkurzi mohou podívat mezi skot a kozy, které dávají firmě mléko. Výprava se dále podívá do samotné výroby a bude svědky, jak se sýr zpracovává. Sami žáci budou mít jedinečnou možnost vše si zkusit. Po exkurzi si žáci mohou zakoupit hotový výrobek v prodejně.

### **Organizační plán exkurze:**

Exkurze se měla konat 20. 3. 2020. V rámci kurzu vaření ve škole v čase od 12:30 – 14:00. Bohužel tuto exkurzi nešlo nikterak realizovat. Z důvodu zavření škol na doporučení vlády.

### **Učitelova příprava na exkurzi:**

Před exkurzí navštívím Farmu Zahrádka a domluví se na vhodném termínu exkurze osobně.

### **Použité metody:**

- Exkurze
- Pozorování
- Instruktaž

- Praktická činnost žáků
- Diskuze

### **Organizační formy:**

- Frontální výuka
- Samostatní práce

### **Cíle**

#### **Kognitivní cíle:**

- Poznatky o zpracování mléčných výrobků.
- Nové poznatky o výrobě sýra, zjištění nových metod a postupů při výrobě sýra.
- Poznatky z jiných předmětů (přírodověda – chov koz a skotu, chemie – přidávání chloridu vápenatého).
- Poučení o tom, čím se krmí kozy a skot.
- Seznámení s novým pojmem (syrovátka, potravinářský teploměr, smetanová kultura, syřidlo, sýrařská harfa)
- Poznatky vyplývající z technologie:
  - Žáci jsou seznámeni s tím, že mléko se musí nejdříve řádně přecedit a to bezprostředně po podojení koz. To samé zopakujeme před samotnou výrobou sýra.
  - Všichni jsme poučeni o tom, že mléko se nalije do velkých nerezových nádob a do nich se vloží teploměr. Mléko se následně zahřívá na teplotu 65 °C. Při této teplotě se mléko udržuje po dobu půl hodiny.
  - Byli jsme seznámeni s tím, že mléko musíme nechat zchladnout. Těsně před výrobou sýra musí mít mléko teplotu 32 °C.
  - Ve výrobě nás poučili o tom, že existuje smetanová kultura, která se přidává do mléka, tak jako chlorid vápenatý. Do mléka se přidává i syřidlo, které je třeba naředit vodou.
  - Poznatky o tom, že sýr se může dochutit různými bylinkami, chilli kořením a česnekem.
  - Poznatek o tom, k výrobě sýra je důležité velké množství mléka, správná teplota a především náš čas.

- Poznatek o tom, že mléko se nabírá z velké nádoby a pomocí plnítky se lije do formiček.
- Zjištění, že ze sýra po dobu výroby odtéká syrovátka.
- Seznámení s tím, že sýry se musí ve výsledné fázi vykoupat v plastové vaně ve velmi slané vodě.
- Žáci se dozví, že vzniklý sýr se podobá tvarohu.

### **Bezpečnost a hygiena:**

I při výrobě sýra je důležité být ve střehu a dávat pozor na své zdraví. Zde na nás také čeká velké množství nebezpečných nástrah. Důležité je dávat si pozor při vysoké teplotě zahřívání mléka, při přidávání chemických látek do mléka, při krájení sýra sýrařskou harfou, krmení koz, apod.

#### *Identifikace rizik:*

- Práce s vysokou teplotou – při varu mléka (teplota až 65 °C)
- Práce s ostrím – krájení sýra sýrařskou harfou
- Práce s chemikáliemi – přidávání syřidla a chloridu vápenatého do mléka
- Práce se zvířaty – krmení koz

#### *Prevence rizik:*

- Maximální opatrnost při práci s horkou tekutinou a především pozor na rozpálenou plotnu
- Maximální opatrnost při práci s ostrým předmětem (při krájení sýra sýrařskou harfou)
- Dávat si velký pozor při manipulaci s chemikáliemi (opatrnost při přidávání syřidla a chloridu vápenatého do mléka)
- Velká opatrnost při krmení zvířat (dáváme si pozor na prsty)
- Volím vhodné chování na pracovišti a udržuji pořádek
- Dodržuji bezpečnostní pokyny
- Prevence ušpinění – pracovní oděv

### *První pomoc:*

- V případě opaření či spálení o horké mléko, nebo plotýnku
  - opláchneme postižené místo studenou vodou, pomazeme masťou a podle závažnosti zavoláme záchrannou službu
- V případě pořezání
  - místo opláchneme vodou, vydezinfikujeme, zastavíme krvácení, překryjeme ránu obvazem nebo náplastí a podle závažnosti vyhledáme lékaře
- V případě pokousání
  - ránu řádně vydezinfikujeme, ošetříme, zalepíme náplastí nebo obvážeme obvazem, vyhledáme lékaře
- V případě špatné manipulace s chemikáliemi (nepříznivé účinky -> dráždí oči, působí dráždivě na sliznice a vlhkou pokožku)
  - ve všech vážnějších případech zasažení zajistit lékařské ošetření
  - při styku s kůží -> zasažený oděv svléknout, pokožku důkladně omýt proudem vody a mýdlem
  - při nadýchání -> převést na čerstvý vzduch
  - při zasažení očí -> vymývat proudem čisté vody nejméně 15 minut, zajistit ošetření očním lékařem
  - při požití -> vypláchnout ústa čistou vodou, zajistit lékařskou pomoc

### **Psychomotorické cíle:**

- Možnost vyzkoušení a osvojení techniky (krájení sýra sýrařskou harfou, plnit formičky mlékem, zkontrolovat teplotu potravinářským teploměrem, přidat syřidlo a chlorid vápenatý do mléka, promíchat mléko velikou měchačkou v obrovské nerezové nádobě, apod.)
- Tvořivá činnost je vrcholem psychomotorické oblasti

### **Afektivní cíle:**

- Estetika – pečlivě naplnit a vyklopit formičky s hotovým sýrem; výsledný vzhled sýra je velmi důležitý; jak se říká, jíme především očima

- Šetříme životní prostředí a dobře se chováme ke zvířatům – kozy krmíme jen předem určenými pochutinami; nepřekrmujeme je; když je přísný zákaz krmení, dodržujeme rozkaz
- Nejdůležitější bylo, aby žáci dodržovali pokyny při výrobě sýra, naslouchali by a byli hlavně trpěliví při výkladu.
- Ekonomika – úsporné zacházení s materiálem a zbytečné neplýtvání.
- Originalita ve zhotovení sýru.

#### **Otázky k exkurzi:**

- Jak se vám líbila výroba sýrů?
- Co vše vás zaujalo?
- Kterou příchuť sýru bys chtěl/a ochutnat?
- Co tě na výrobě sýru nejvíce bavilo?
- Už jsi někdy ochutnal sýr z kozího mléka?
- Jak se ti líbilo krmení koz? Máte doma nějaké domácí zvíře?

#### **Hodnocení:**

Na tuto exkurzi jsem se velice těšila, ale bohužel jsem ji již nestihla zrealizovat.

Z důvodu uzavření škol kvůli opatření vlády, se tato exkurze musela zrušit.

## Závěr

Hlavním cílem mé diplomové práce bylo vytvořit soubor námětů pro výuku Přípravy pokrmů na 1. stupni ZŠ, která zefektivní její průběh i výsledky v oblasti technologie a bude podporovat rozvoj žáka v oblasti Člověk a svět práce. Zpočátku jsem provedla podrobnou analýzu odborných zdrojů, abych se odborně připravila na teoretickou část. Na základě studia odborné literatury jsem si objasnila několik nových pojmů, se kterými jsem v diplomové práci pracovala. Seznámili jsme s pojmem aktivizační metoda. Objasnila jsem, co jsou aktivizační metody, jak se člení a vybrané popsala. Další část byla věnována Rámcově vzdělávacímu programu pro základní vzdělávání (RVP ZV), jeho stručné charakteristice, pojetí, výstupním kompetencím žáka vztahující se ke vzdělávací oblasti Člověk a svět práce a popisu obsahu vzdělávacího oboru Příprava pokrmů, která je stěžejní pro diplomovou práci. Závěrečná část je věnována teorii tvořivosti v technické výchově na 1. stupni ZŠ. Vysvětlila jsem pojem tvořivost, základní druhy, stádia rozvoje tvořivé aktivity dítěte a v neposlední radě jsem se věnovala technické výchově na 1. stupni ZŠ. V diplomové práci má zmíněné téma důležité místo.

Praktická část obsahuje šest výukových námětů vytvořených pro tvořivé ztvárnění témat Přípravy pokrmů na 1. stupni ZŠ. Každý námět je detailně popsán a je zřetelné, pro jakou věkovou skupinu je námět určen, kde bude probíhat, jaké jsou zvoleny organizační metody, jaké pomůcky či ingredience budeme potřebovat, klíčové kompetence, jaké jsou použité metody a v neposlední řadě jsou zde zařazeny mezipředmětové vztahy v daném projektu. V každém námětu naleznete důkladně vypsání výchovně vzdělávací cíle, což jsou kognitivní, psychomotorické a afektivní cíle. Průběh a realizace hodiny jsou taktéž zaznamenány v každém námětu. Na závěr projektu je sepsané hodnocení zrealizovaného námětu a nesmí chybět závěrečná reflexe. Úplným zakončením každého z námětů je fotografická dokumentace a předem připravený pracovní list pro žáky.

V závěru hodiny, po dokončení námětu, žáci vyplňovali pracovní list, abych se ujistila, že si z každé hodiny odnesou nějaké nové poznatky. Pracovním listem jsem zjišťovala, zda žáci dokáží správně sestavit popis pracovního postupu u pokrmu, který právě vytvořili. Dále vypsání použité ingredience, vymyslet vylepšení pro daný pokrm, zodpovědět otázky vyplývající z konkrétního projektu a poradit si s dalšími závažnými

otázkami k vytvořenému námětu. Žákům vyplňování pracovních listů nedělalo žádný problém. Při zhotovování pokrmů si vše osvojili a bez větších problémů se hned vrhli na vyplňování. Jakmile si s nějakým úkolem nevěděli rady, dokonale si mezi sebou vypomohli. Jako pedagog jsem pouze dohlížela na výbornou komunikaci, která ve třídě probíhala a především jsem mohla vidět spolupráci mezi žáky ve skupinách.

Náměty byly navrženy tak, aby žáky zaujaly a hlavně motivovaly. Každou hodinu jsme vytvářeli několik různých pokrmů na předem dané téma. Například při hodině na téma Recepty z pohádek jsme vytvářeli tři pokrmy, které měly jedno společné. Všechny tři pokrmy byly z pohádky. První byla krupicová kaše, další had z listového těsta a poslední koblížek. Některé pokrmy byly časově náročnější, ale s tím jsem předem počítala. Děti, které navštěvovaly kurz vaření, byly žáky od 1. do 4. třídy. Náročnost receptů jsem tak volila od lehčích po složitější. V každé skupině byl alespoň jeden starší žák, který pomáhal těm mladším a méně zkušenějším. Spojit skupiny mladších žáků se staršími byl výborný nápad, který se mi opravdu osvědčil. Mladší žáci s nadšením pozorovali ty starší, poslouchali jejich pokyny a dbali jejich rad. Pedagog mohl krásně pozorovat, jak se mladší žáci snaží co nejvíce naučit a přiblížit se tak zkušenostem starších. Díky této spolupráci se rozvíjely jak kompetence komunikativní, sociálně – personální, tak občanské. Musím říci, že žáci se při práci znamenitě bavili a zároveň se vzdělávali.

Efektivitu vybraných námětů jsem ověřovala na Kurzu vaření v rámci kroužku pro 1. stupeň na Základní a mateřské škole v Petrovicích. Kurz navštěvovalo 12 dětí a to od 1. do 4. ročníku. Každý námět obsahoval pokrmy, které jsou známé a mezi dětmi velmi oblíbené. Žáci si z hodiny odnesli recept, který si zařadili do desek mezi ostatní. Velice mě potěšilo, když se mi žáci další hodinu chlubili s tím, že mamince doma ještě podle receptu vařili či pekli. i ze strany rodičů jsem slyšela chválu a díky za velmi dobře odvedenou práci. Maminky si moc chválily, že jim děti při vaření pomáhají a kolikrát ani maminku k vaření nepotřebují. Když ze strany žáků vidím tak veliké nadšení, motivuje mě to k další práci.

Žáky jsem vždy na začátku hodiny motivovala, protože pro tvořivost je motivace stěžejní. V rámci hodiny jsem se snažila zapojit nejoblíbenější formy výuky, jedná se o skupinovou práci a samozřejmě praktickou výuku v odborných učebnách. V našem případě probíhala výuka ve školní cvičné kuchyňce. Náměty na hodiny měli různou



časovou náročnost a nejnáročnější byly přípravy. Před každou hodinou jsem musela všechny potřebné ingredience nakoupit, připravit aktivitu na začátek hodiny a v neposlední řadě vytisknout všechny pracovní listy pro žáky. Odměnou pro mě byla probíhající hodina bez jediného zádrhele. Jak se říká, kdo je připraven, není překvapen.

Při hodině měli žáci možnost vyzkoušet si několik aktivizačních metod. V rámci skupinové práce museli žáci mezi sebou výborně komunikovat, při vzniklém problému hned zareagovat a problém co nejlépe vyřešit. Všechny náměty se opíraly o skutečnost v praktickém životě. Na začátku hodiny jsem žáky namotivovala k práci různými didaktickými hrami a navodila tím výbornou atmosféru mezi dětmi. Samotné vaření pokrmů žákům občas simulovalo problémy, které vycházejí z praxe a každý se s tím musel „poprat“ sám.

Kurz vaření žákům přinesl spoustu nového a především se naučili výborně spolupracovat a komunikovat ve skupině. Perfektně se naučili ovládat kuchyňské spotřebiče, správně používat kuchyňské náčiní a dodržovat zásady hygieny, i když ze začátku to bylo pro žáky složité. Každou další hodinu se žáci zlepšovali. Jsem ráda, že jsem mohla být svědkem jejich pokroků.

Uskutečněním bylo ověřeno, že náměty lze využít pro výuku tematického okruhu Přípravy pokrmů na 1. stupni ZŠ a taktéž při zájmovém kroužku v rámci školy. Náměty mohou pedagogové využívat různě. Například při výuce tematického okruhu Přípravy pokrmů, ale také jako zpestření např. vlastivědy, kde si žáci mohou zkusit uvařit pokrmy ze středověku.

Díky této diplomové práci jsem si rozšířila znalosti v několika oblastech. Prohloubila jsem si znalosti ze základů etikety a správného stolování. Seznámila jsem se s novodobými recepty a také s recepty z dávného středověku. Musím podotknout, že bez předem prostudované teorie bych měla problém s vytvořením jednotlivých námětů. Jsem ráda za to, že jsem mohla být u realizace všech námětů přítomna a velice jsem si užívala nadšení a radost dětí. Práce na námětech mě velice bavila a obohatila mne o nespočet úžasných zážitků. Zdokonalila jsem se v komunikaci s žáky, v podporování rozvoje individuálních kvalit jednotlivých žáků a především jsem se snažila prostřednictvím rad předat veškeré mé zkušenosti. Naučila jsem se žákům jednoduchou a přesnou formou předvést námět hodiny. Při přípravě jednotlivých námětů jsem se naučila přetvářet poznatky daného oboru do vzdělávacích obsahů

vyučovacích hodin. Na základě toho jsem dokázala sjednocovat mezioborové poznatky a vytvářet mezipředmětové vztahy v rámci hodin. Díky realizaci příprav na hodinu jsem si jistější při ovládní strategie hodiny a naučila jsem se hodinu dovést k předem danému cíli. Musím říci, že zhotovování mé práce mě mnohé naučilo, bylo zábavné a věřím, že pro pedagogy bude velikým přínosem ve výuce. Na závěr bych chtěla říci, že se opravdu potvrdilo jediné. Být pedagogem je a vždy bude mým velkým snem.

### III. Zdroje odborné literatury

FEYFRLÍKOVÁ, M. *Kuchyně pozdního středověku*. Praha: Grada Publishing, 2015. ISBN 978-80-247-5431-4.

HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2009, 774 s. ISBN 978-80-7367-569-1.

HONZÍKOVÁ, J. a SOJKOVÁ M. *Tvůrčí technické dovednosti*. Plzeň: Západočeská univerzita v Plzni, 2014. ISBN 978-80-261-0412-4.

HONZÍKOVÁ, J. *Teorie a praxe tvořivosti v pracovní výchově*. Plzeň: Pedagogické centrum, 2003. ISBN 80-7020-124-X.

HLAVSA, J. *Psychologické základy teorie tvorby*. Praha: Academia, 1985. ISBN nemá.

HLAVSA, J. a kolektiv: *Psychologické metody výchovy k tvořivosti*. Praha, SPN 1986. ISBN nemá.

KALHOUS, Z. a OBST O. et al. *Školní didaktika*. Praha: Portál, 2002. ISBN 80-7178-253-X.

KOCIÁNOVÁ, L. *Praktické činnosti pro 1.-5. ročník základních škol: učebnice zpracovaná podle osnov vzdělávacího programu Základní škola*. Praha: Fortuna, 1997. Praktické činnosti. ISBN 80-7168-441-4.

KOTRBA, T. a LACINA L. *Praktické využití aktivizačních metod ve výuce*. Brno: Společnost pro odbornou literaturu - Barrister & Principal, 2007. ISBN 978-80-87029-12-1.

KOTRBA, T. a LACINA L. *Aktivizační metody ve výuce: příručka moderního pedagoga*. 3. vyd. Brno: Barrister & Principal, 2015. ISBN 978-80-7485-043-1.

KOŽUCHOVÁ, M. *Rozvoj technické tvorivosti*. Bratislava: Univerzita Komenského, Bratislava, 1995. ISBN 80-223-0967-2.

- LANGHAMEROVÁ, J. *Aktivizující metody ve výuce na prvním stupni ZŠ*. Diplomová práce. Brno: Pedagogická fakulta MU, 2007. ISBN nemá.
- LOKŠOVÁ, I., LOKŠA, J. *Pozornost, motivace, relaxace a tvořivost dětí ve škole*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-7178-205-X.
- LOKŠOVÁ, I., LOKŠA, J. *Tvořivé vyučování*. Praha: Grada, 2003. ISBN 80-247-0374-2.
- MAŇÁK, J. a ŠVEC V. *Výukové metody*. Brno: Paido, 2003. ISBN 80-7315-039-5.
- MAŇÁK, J. *Rozvoj aktivity, samostatnosti a tvořivosti žáků*. Brno: Masarykova univerzita, 1998. Spisy Masarykovy univerzity v Brně. ISBN 80-210-1880-1.
- NOVOTNÝ, J. a HONZÍKOVÁ, J. *Technické vzdělávání a rozvoj technické tvořivosti*. v Ústí nad Labem: Univerzita J. E. Purkyně, 2014. ISBN 978-80-7414-716-6.
- PECINA, P. (2008). *Tvořivost ve vzdělávání žáků*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-4551-4.
- PRŮCHA, J., WALTEROVÁ E. a MAREŠ J. *Pedagogický slovník*. Praha: Portál, 1995. ISBN 80-7178-029-4.
- ROUČOVÁ, E. *Didaktika pracovní výchovy*. České Budějovice: JU, 2003. ISBN nemá.
- SALAČ, G. *Stolničení*. Vyd. 2. - dotisk. Praha: Fortuna, 2001. ISBN 80-7168-752-9.
- SITNÁ, D. *Metody aktivního vyučování: spolupráce žáků ve skupinách*. Praha: Portál, 2009. ISBN 978-80-7367-246-1.
- SMÉKAL, V. *Tvořivost a škola*. In *Tvořivost v práci učitele a žáka*. Brno: Paido. 1996. ISBN 80-85931-23-0
- ŠTEFANOVIČ, J. *Psychologie pro gymnázia*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1987. Učebnice pro střední školy. ISBN nemá.
- VRABEC, V. *Studená kuchyně: na 1400 praktických pokynů a receptů*. Praha: SZdN, 1957. ISBN nemá.

ZELINOVÁ, M., ZELINA, M. *Rozvoj tvořivosti dětí a mládeže*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladatelství; 1990. ISBN 80-08-00442-8.

## Internetové zdroje

ROUČOVÁ, E. *Příprava pokrmů*. Č. Budějovice: PdF JU, 2014. [online]. [cit. 2019-05-04]. Dostupné z: <http://moodle.pf.jcu.cz/course/view.php?id=535>

ROUČOVÁ, Eva. *Technické práce s didaktikou 1*. [online]. [cit. 2019-09-16]. Dostupné z: <https://moodle.pf.jcu.cz/mod/resource/view.php?id=4736>

*Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. [online]. [cit. 2019-05-04]. Dostupné z: <http://www.nuv.cz/t/rvp-pro-zakladni-vzdelavani>.

*Školní vzdělávací program; ZŠ Velké Popovice; Velké Popovice, 2017*. [online]. [cit. 2020-04-30]. Dostupné z: <http://www.zsvelkepopovice.cz/skolni-vzdelavaci-program/>

*Obrázkové pohádky pro časopis animáček*. Francová, S., Praha. [online]. [cit. 2020-04-30]. Dostupné z: [http://www.sylvafrancova.com/Animacek\\_pohadky.php?jzk=0](http://www.sylvafrancova.com/Animacek_pohadky.php?jzk=0)

*Dětská univerzita*. Č. Budějovice: PdF JU. [online]. [cit. 2020-04-30]. Dostupné z: [https://www.pf.jcu.cz/misc/detska\\_univerzita/](https://www.pf.jcu.cz/misc/detska_univerzita/)

*Farma Zahrádka*. Pešička, F., Kozí farma. Zahrádka. [online]. [cit. 2020-04-30]. Dostupné z: <http://www.farmazahradka.cz/>

*Pravidla restauračního jazyka*. Svatební blog. Svatební etika. [online]. [cit. 2020-04-30]. Dostupné z: [https://svatebniblog.cz/svatebni-etiketa/\\_\\_\\_trashed-2](https://svatebniblog.cz/svatebni-etiketa/___trashed-2).

*Správné stolování*. [www.kleurplaten.nl](http://www.kleurplaten.nl). [online]. [cit. 2020-04-30]. Dostupné z: <http://www.kleurplaten.nl/diversen/placemats-mes-vork-lepel-k-8786.html>

*Desatero správného stolování*. Zdráhalová P., ZŠ Fryštát, okres Zlín. [online]. [cit. 2020-04-40]. Dostupné z: <https://images.app.goo.gl/YmMHFmXLGF3ruxd86>

*Aktivizace studentů ve výuce.* Doležalová J., Hradec Králové: PdF UHK. [online]. [cit. 2020-04-30]. Dostupné z: [http://inpdf.uhk.cz/wpcontent/uploads/2014/03/Aktivizace\\_studentu\\_ve\\_vyuce\\_Dolez\\_alova.pdf](http://inpdf.uhk.cz/wpcontent/uploads/2014/03/Aktivizace_studentu_ve_vyuce_Dolez_alova.pdf)

## IV. Přílohy

Příloha č. 1 – Pohádka O Koblížkovi.



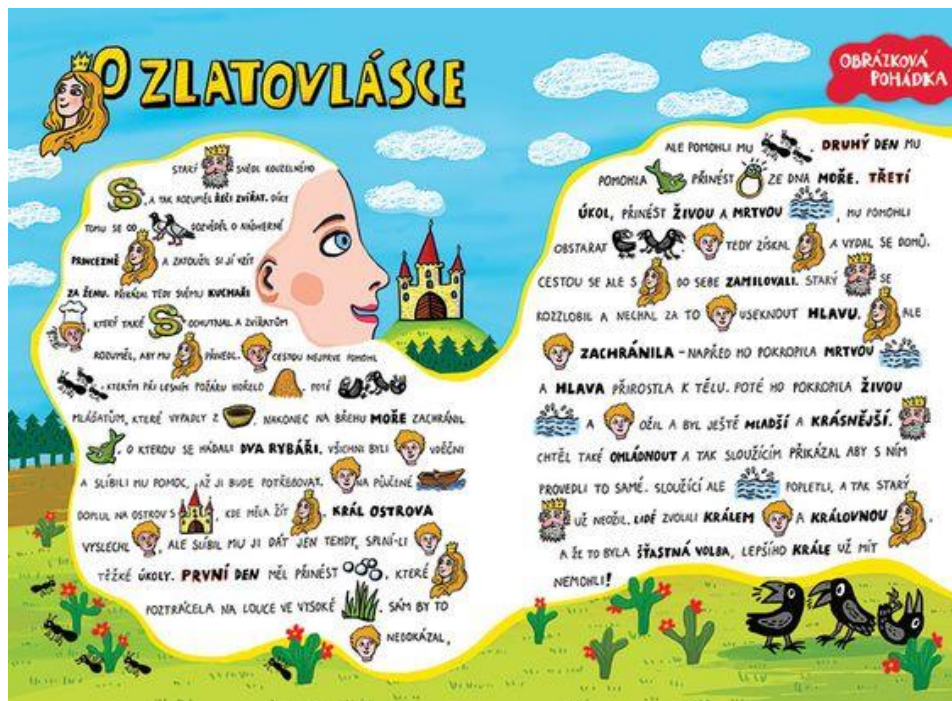
(zdroj: [http://www.sylvafrancova.com/Animacek\\_pohadky.php?jzk=0](http://www.sylvafrancova.com/Animacek_pohadky.php?jzk=0))

Příloha č. 2 – Pohádka Hrnečku vař.



(zdroj: [http://www.sylvafrancova.com/Animacek\\_pohadky.php?jzk=0](http://www.sylvafrancova.com/Animacek_pohadky.php?jzk=0))

Příloha č. 3 – Pohádka O Zlatovlásce.



(zdroj: [http://www.sylvafrancova.com/Animacek\\_pohadky.php?jzk=0](http://www.sylvafrancova.com/Animacek_pohadky.php?jzk=0))

Příloha č. 4 – Vyplněný pracovní list na téma Americké donuty (1. část); vyplněno žákem 3. ročníku.

Pracovní list:

Pracovní list č. 1 – Kurz vaření na 1.stupni ZŠ

TÉMA: AMERICKÉ DONUTY

1. Ahoj jmenuji se Bárt Simpson. Můj táta Homer má hrozně rád americké donuty, ale bohužel jsou moc drahé. Neporadil bys mi prosím, co na přípravu tohoto pokrmu potřebuji? Chtěl bych mu je doma sám udělat.

© Copyright MTCOX



350 g hladké mouky  
150 g polohrubé mouky  
250 ml mléka, 50g cukru  
100 g másla, 3/4 kvásku  
dvůž dý, 1 špetka soli, 3 žloutky

2. Bohužel se nám přeházeli věty z receptu na donuty, dokážeš je správně seřadit?

Pomocí čísel, sestav správné pořadí receptu.

1. Připravíme si kvásek.
3. K mouce přidáme zbytek cukru a 3 žloutky.
2. Hladkou a polohrubou mouku prosejeme do mísy.
7. Vykynuté těsto dáme na moukou podsypaný vál a vyválíme plát.
12. Dobrou chuť.
4. Do mísy přilijeme rozehráté mléko a přidáme špetku soli.
5. Nakonec přidáme kvásek a všechny suroviny důkladně zpracujeme v hladké těsto.
6. Těsto dáme do mísy, přikryjeme utěrkou a necháme kynout.



Příloha č. 5 – Vyplněný pracovní list na téma Americké donuty (2. část); vyplněno žákem 3. ročníku.

10. Donuty necháme vychladnout.
8. Z těsta vykrojíme kolečka pomocí vykrajovátka.
9. Na pánvi rozpálíme velké množství oleje a smažíme.
11. Vychladlé donuty namočíme v polevě a ozdobíme.

3. Znáš nějaký podobný pokrm?

*kolíčka*

4. Jak bys tento pokrm ještě vylepšil?

*sádlem*

5. Víš, na co si musíš při vaření toho pokrmu dát pozor?

*Musím si dát pozor, aby na mě nepřekal olej.  
Musím si dát pozor, aby mi dobře sešel kousček.*

Příloha č. 6 – Vyplněný pracovní list na téma Na skok do kuchyně středověku (1. část);  
vyplněno žákem 4. ročníku.

**Pracovní list:**

**Pracovní list č. 2 – Kurz vaření na 1.stupni ZŠ**

**TÉMA: NA SKOK DO KUCHYNĚ STŘEDOVĚKU**

1. Skřítek Popleta nám přeházal celý postup receptu. Zvládneš ho správně poskládat a uhádneš, co jsi uvařil? Napiš název receptu. Pomocí čísel, sestav správné pořadí receptu.

Název receptu: Knedlíčky s řáhourem

- 7 Servírujeme posypané nadrobeným tvrdým tvarohem.
- 4 Mezitím si připravíme ovoce a nakrájíme ho na kousičky.
- 2 Směs pak hněteme a podle potřeby dosypeme mouku, až se dají formovat menší knedlíčky, které uválíme na moukou posypané desce.
- 6 Knedlíčky naservírujeme na talíř a polijeme je hotovým žahourem.
- 3 Knedlíčky vložíme do vroucí vody. Jakmile začnou vyplouvat na hladinu, jsou hotové.
- 1 Knedlíčky připravíme tak, že k mouce přidáme tvaroh, vejce a tři polévkové lžice medu.
- 5 Vložíme do hrnce, přidáme zbylý med, jednu čajovou lžičku skořice, zalijeme vodou a vaříme, dokud se nerozvaří ovoce na kaši.

Nakresli, jak se ti hotové jídlo povedlo naservírovat na talíř.



Příloha č. 7 – Vyplněný pracovní list na téma Na skok v kuchyni středověku (2. část);  
vyplněno žákem 4. ročníku.

2. Zakroužkuj nádobí, které se používalo při středověkém stolování.



3. Jakými způsoby lidé ve středověku sháněli potravu? Zakroužkuj správné odpovědi.  
Může jich být i více.

- a) supermarket
- b) trh
- c) lov zvěře
- d) les – sběr jahod, borůvek, malin, hub
- e) rybolov

4. Jak bys tento pokrm ještě vylepšil?

*Polil bych do máslem.  
Posypal moučkovým cukrem nebo skořankou.*

5. Víš, na co si musíš při vaření toho pokrmu dát pozor?

*Abych nerozvaril knedlíky, může se vyprskat voda, mouku spálit  
řadou nebo se mouku spálit a kranu hnuce.*

Příloha č. 8 – Vyplněný pracovní list na téma Zdravá svačinka; vyplněno žákem 1. ročníku.

Pracovní list:

Pracovní list č. 3 – Kurz vaření na 1. stupni ZŠ

TÉMA: ZÁKLADY STOLOVÁNÍ + ZDRAVÁ SVAČINKA

1. Nakresli, jak bys správně prostřel stůl pro sebe. Napiš, co všechno budeš potřebovat.

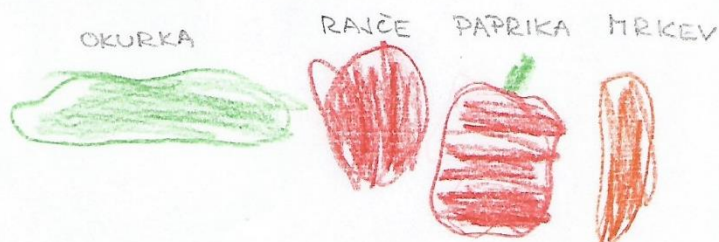


TALÍŘ  
VIDLIČKA  
NOŽ  
LŽICE  
SKLENÍČKA

2. Nakresli a popiš, jaké OVOCE znáš. Které ovoce máš nejraději? Které moc rád naopak nemáš?



3. Nakresli a popiš, jakou ZELENINU znáš. Kterou zeleninu máš nejraději? Kterou moc rád naopak nemáš?



4. Pěstujete na zahradě nějaké ovoce nebo zeleninu? Napiš jaké.

JAHODY  
ŘEDKVIČKY  
RAJČE  
OKURKA

SALÁT  
CUKETA  
PAPRIKA

Příloha č. 9 – Vyplněný pracovní list na téma Recepty z pohádek (1. část); vyplněno žákem 2. ročníku.

**Pracovní list:**

**Pracovní list č. 4 – Kurz vaření na 1.stupni ZŠ**

**TÉMA: RECEPTY Z POHÁDEK**

1. Dokážeš poradit Neznákoví, jak uvařit Krupicovou kaši? Očísluj věty a seřaď je tak, jak jdou správně za sebou.

- 5 Podáváme ozdobenou plátkem másla, skořicí nebo kakaem a cukrem.
- 2 Do vroucího mléka malým pramínkem přisypáváme krupici a za stálého míchání povaříme asi 8 minut do zhoustnutí.
- 3 Kaši můžeme případně naředit trochou horkého mléka.
- 4 Do kaše přimícháme máslo a rozdělíme do talířů.
- 1 Mléko osolíme a osladíme, přivedeme k varu.
- 6 Při zdobení kaše se meze nekladou, kromě klasického kaka a ji můžete podávat se sušeným ovocem, lentilkami, ořechy, čokoládou...

2. Zakroužkuj, jaké ingredience potřebuješ na vaření krupicové kaše.

Krupice                      Mléko                      Špenát  
Salám                      Jablko  
Okurka                      Máslo                      Špetka soli                      Cukr krupice  
Mouka                      Brambor                      Droždí

Příloha č. 10 – Vyplněný pracovní list na téma Recepty z pohádek (2. část); vyplněno žákem 2. ročníku.

3. Znáš ještě nějaké jiné pohádky, kde se vaří?

HRNEČKUVAR

4. Co bys připravil pohádkovému dědečkovi ke svačině?

KOBLÝŽEK

Příloha č. 11 – Vyplněný pracovní list z Dětské univerzity na téma Ochucené kočičí mlíčko.

PODOTÁZKY:

Jaké ingredience by se mohli ještě do receptu přidat?

PISTÁCIE

Co bys obměnil/a na tomto receptu?

ČOKOLÁDU

Víš, na co si musíš při vaření toho receptu dát pozor?

MA PRSTY

Znáš nějaký podobný recept?

NE

Příloha č. 12 – Vyplněný pracovní list z Exkurze do školní kuchyně (1. část); vyplněno žákem 4. ročníku.

Pracovní list č. 3

Téma : EXKURZE DO ŠKOLNÍ KUCHYNĚ

Otázky:

Jak se ti líbila exkurze?

BYLO TO SUPER A I POUČNÉ

Co nejvíce tě zaujalo ve školní kuchyni?

MIČKA, VAŘENÍ, KVRDLAČKA, OBŘÍ LOUPAČKA  
NA BRAMBORY, OBŘÍ ŠLEHAČ.  
PROSTĚ VŠECHNO

Na co by ses ještě zeptal paní kuchařky?

VARÍTE I BIO ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?  
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?  
A MÁTE RÁDE ZDENĚKA POLERAJCHA  
? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?



Příloha č. 13 – Vyplněný pracovní list z Exkurze do školní kuchyně (2. část); vyplněno žákem 4. ročníku.

Co jsi ve školní kuchyni nenašel?

JÍDLO

Co se ti ve školní jídelně vůbec nelíbilo?

NĚ

Chtěl bys pracovat ve školní kuchyni?

ANO ALE NEVÍM

JESTLI BYCH TO ZVLÁDNU

Co ti přijde nejtěžší na práci kuchaře/kuchařky?

ZVLÁDNUIT UVAŘIT TOLIK JÍDEL