

## PIONÝRSKÁ SOBOTA

### VÝCHODISKA PŘÍKLADU DOBRÉ PRAXE

Vycházíme z metodických listů:

C 12 – Správná výživa,

C 13 – Kuchaři,

C 22 – Etiketa pro děti. (částečně)

### CÍLE PŘÍKLADU DOBRÉ PRAXE

Zná zásady zdravé výživy a její složení, připraví jednoduché občerstvení. Osvojí si pravidla společenského chování u stolu. Má smysl pro tvořivost, přistupuje k pracovní činnosti hospodárně.

### STRUČNÁ ANOTACE

Jde o sobotní akci pro děti ve věku 7 – 10 let, během které se propojí několik metodických listů tak, aby vytvořily pestrý program. Konkrétně se jedná o přípravu pomazánky, prostírání stolu pro pohoštění a výzdobu květníků ubrouskovou technikou. Výsledky akce mohly děti vyzkoušet (ochutnat a sníst) a část si také odnést domů.

### CÍLE SOUVISEJÍCÍ S KLÍČOVÝMI KOMPETENCEMI

Tento příklad dobré praxe přispívá k získávání kompetencí ke komunikaci, pracovních, sociální a personálních.

### NUTNÉ POMŮCKY A PROSTŘEDKY

**Správná výživa:** letáky obchodů s nabídkou potravin, lepidla, nůžky a velké papíry (např. flip-chartové nebo balicí).

**Jakou máte rádi pomazánku:** nože, prkénka, vidličky, vařečky, otvírák na konzervy, struhadlo, misky, lžičky a lis na česnek – v některých klubovnách to může být běžné vybavení.

**Ubrousková technika:** hliněné květníky, Balakryl, Sportakryl, ubrousky, nůžky, kuchyňské houbičky, misky na barvu, štětce, krycí materiál na stoly.

### POPIS REALIZACE

Před začátkem aktivity připravíme všechny pomůcky na stůl, vytvoříme také dostatek volného prostoru u dalších stolů.

#### Správná výživa:

Tak vás tady vítáme a začínáme. O čem to dnes bude? O vaření, o stolování, o zdravé výživě.

#### Začínáme otázkami pro děti:

- Co snídáte?
- Co svačíte?
- Co si dáte, když jste mlsní?

Na stolech jsou připraveny všechny pomůcky. Děti si vybírají a vystřihují věci. Na jeden papír lepí koláž z toho, co je zdraví prospěšné, na druhý pak to, co zdraví spíše škodí.

Další dva papíry se plní obrázky jídla, které máme a nemáme rádi.

Pak si o tom, co jsme nalepili, povídáme. A ejhle, zjišťujeme, že ne všechno, co máme rádi, je zdravé, takže až tak úplně zdravé výživě nefandíme.

Ptáme se dětí, co by mohly z nabídky zdravé výživy do svého jídelníčku zařadit.



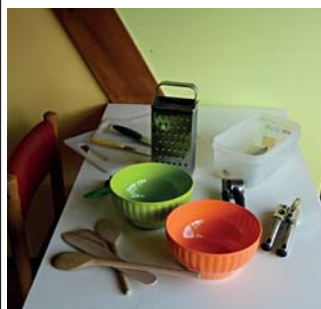
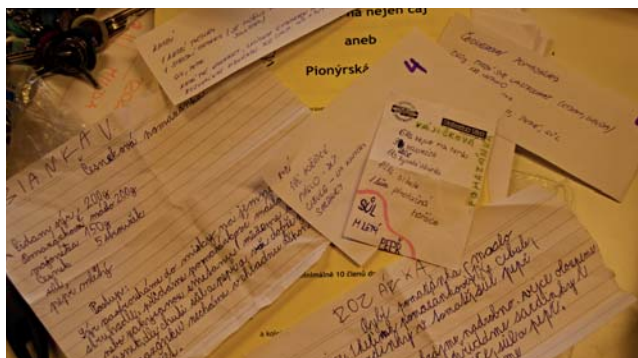
**Jakou máte rádi pomazánku:**

Úkol mimo schůzku: Před akcí (asi týden) vyzveme děti, aby si z domu přinesly recepty pomazánek. Pracovat na něm mohou jednotlivci, dvojice či malé týmy.

A už jsou tu recepty z domova – moje oblíbená pomazánka. Děti se dělí do tří skupin, aby vybraly, které recepty se budou zkoušet. Je těžké z receptů vybrat, ale skupinky se nějak musí shodnout. A je to.

Na základě výběru musíme spočítat, kolik čeho budeme potřebovat, aby se dostalo na každého. (A kolik to bude stát.) Mezitím se jdeme bavit jinou činností, ale o té až později.

Je tu zásobování, máme suroviny a začínáme dělat pomazánky – rybí, vajíčková a česnekovýrová.



Skupinky si vyzvedly suroviny, které si „objednaly“, berou si potřebné kuchyňské nástroje a začínají kuchtit. Hotové pomazánky necháme uležet v ledničce, uklidíme si pracoviště a vracíme se k dalším činnostem.

Když máme hotovo, je akorát tak čas na čaj a jednohubky. Vracíme se na kuchyňské pracoviště a začínáme s poslední fází dnešního vaření – namazat na kolečka bagety a hlavně – nazdobit ovocem a zeleninou tak, aby naše výtvary lahodily oku i chuťovým buňkám.



Uklízíme stoly, skládáme ubrousky, připravujeme podnosy s jídlem a hrníčky na čaj, trénujeme prostírání. A pak už sedíme u čaje a jednohubek a povídáme si, jaká to byla pěkná sobota.

**Ubrousková technika:**

V klubovně máme spoustu kytek, které budeme na jaře přesazovat. Rozhodli jsme se, že si na kytky připravíme pěkné květináče, a tak jsme je ozdobili ubrouskovou technikou.

Pro tuto práci jsme na stoly položili kartonové čtverce, které máme v klubovně pro výtvarnou činnost, abychom příliš neušpinili stoly. Pak jsme si připravili věci, které budeme potřebovat, a začali jsme pracovat.



Nejdřív jsme květináče natřeli světlou barvou a nechali zaschnout. Použili jsme Balakryl a houbičky, malým dětem se s houbičkou pracovalo lépe než se štětcem. Barvu jsme nalili do misek, ve kterých si děti houbičky namáčely. Barva schne rychle, v práci je možné pokračovat za čtvrt hodiny.

Když jsme se pak k činnosti vrátili, zdobili jsme připravené květináče obrázky vystříhanými z ubrousků. Z připravených ubrousků si děti vybraly obrázek, ten vystříhaly a pak z vystříženého kousku oddělily jen vrchní vrstvu ubrousku s obrázkem. Tu přiložily na květináč, nanasly do středu motivu větší kapku lepidla (na decoupage nebo Herkulesu). Štětcem kapku roztíraly ke krajům a vyrovnávaly přitom ubrousek, aby se zbavily bublin a záhybů. Dbáme důsledně



na to, aby na květinák přišla jen tenká vrchní vrstva ubrousku, jinak se budou obrázky odlepovat. Lepidlo je zpočátku bílé, ale při prosychání zprůhlední. Jiná možnost je použít jako lepidlo Herkules. Lepidlo nanaseme na květináč a přiložíme obrázek. Podle potřeby ještě můžeme přes obrázek přidat trochu lepidla, musíme ale postupovat opatrně, aby se nepotrhal. Po vyschnutí můžeme ještě květináč přetřít lakem – Sportakrylem.

Každý zdobil dva květináče – jeden čeká na kytky v klubovně a druhý si nese každý domů, aby si tam přesně podle pravidel zdravé výživy zasel řeřichu nebo jinou pochoutku na chleba.



**EVALUACE – ZÁVĚREČNÍ ZHODNOCENÍ REALIZACE (KLADY, ZÁPORY A DALŠÍ DOPORUČENÍ)**

Akci jsme úspěšně realizovali, dětem se líbila. Samozřejmě byla doplněna dalšími činnostmi, jako byl oběd, deskové a další hry v klubovně na začátku a na konci akce.

Každou z činností lze uskutečnit na samostatné schůzce.

Na práci by měly děti mít i vhodné pracovní oblečení, je možné, že se od lepidla, barvy či laku umažou.

**SPECIFICKÉ PŘÍSTUPY K DĚTEM SE SVP**

Aktivity jsou zvolené tak, aby se mohlo do činnosti zapojit každé dítě. Děti se SVP dobře ví, kde je jejich úskalí, proto rozhodně dyslektici a dysgrafici se nepohrnou k sepisování potřeb na pomazánky. Pro děti s ADHD je tato aktivita velmi vhodná, neboť docházelo k častému střídání činností. Tyto děti nebudou, s největší pravděpodobností, vytrvalé u zdobení jednohubek nebo chlebičků. Nebudeme je k tomu nutit.

**PŘÍKLAD DOBRÉ PRAXE ZPRACOVAL:**

PS: 2. PS Julia Fučíka

Zpracovatel: Darina Zdráhalová

Klíčová slova: zdravá výživa, společenská pravidla, vaření, spolupráce, květináče, rukodělky, ubrousková technika.

**MOJE POZNÁMKY:**