

Téma: Zelenina, ovocie, orechy z našich sadov

1. Cieľ, zameranie aktivity

Uvedomuje si význam rovnoprávnosti ľudí bez ohľadu na rasu, pohlavia a vzájomnú pomoc

2. Vyučovací predmet

Predmet: Etická výchova

Ročník: štvrtý

Téma: Rešpekt a úcta voči všetkým ľuďom

Prierezová téma: OSR – Osobnostný a sociálny rozvoj

3. Pomôcky

Zoznam pomôcok:

Suroviny – čínska kapusta, mix šalát, cherry paradajky, uhorky, cibuľa, jablká, citrón, balkánsky syr, olivový olej, soľ, slnečnicové semienka

Pomôcky – misa, nôž, dienko, varecha

4. Príprava

V prvom rade išlo o rešpektovanie opačného pohlavia, rozdelenie si úloh pri výrobe a samozrejme zapojiť do práce aj chlapcov, keďže pre nich je varenie čisto ženská robota. Povedali sme si o rovnoprávnosti, pomoci ženám, mamám a iným ľuďom pri upratovaní, varení, práce okolo domu a pod.. Dôraz sme kládli na dodržanie pracovného postupu, skontrolovali sme všetky ingrediencie, spočítali počet kusov ovocia a zeleniny podľa receptu.

5. Postup / Realizácia

Poukladali sme si všetky suroviny podľa poradia. Zadelili sme si úlohy, kto bude čo robiť. Postupne si všetci žiaci poumývali poriadne ruky s mydlom. Chlapci aj dievčatá krájali zeleninu a ovocie, ktoré predtým poumývali. Najskôr krájali čínsku kapustu. Sára medzitým vysypala mix šalát do misy, Andrejka očistila cibuľu a Ivetka uhorky. Igor krájal na tenké prúžky cibuľu, ktorá ho vôbec neštípala a dával veľký pozor, aby boli naozaj tenké. Lacko so Simonkou si prekrojili uhorky a krájali na polmesiačky. Katka s Ivetkou krájali na kocky jablká, ktoré som zbavila stonky a jadierok. Všetky ingrediencie postupne sypali do pripravenej misy a Sára to priebežne miešala. Nakrájala som syr na kocky, pridala do surovín. Dievčatá prekrojili paradajky na štvrtky a zľahka všetko premiešali. Nakoniec sme dochutili soľou, poliali olivovým olejom a pokvapkali citrónovou šťavou. Žiaci šalát rozdelili do tanierov na ochutnanie aj pre mladších žiakov do každej triedy a nabrali aj pani učiteľkám

a našim upratovačkám. Keď už všetko bolo naservírované, posypali ich semienkami a odniesli do tried.

6. Zhrnutie

Čo sme sa naučili?

1. Nový, chutný a rýchli recept, ktorý spestrí jedálničiek v každej rodine
2. Lahodný šalát, kde sa spojila zelenina, jablká a syr do zdravej stravy
3. Dodržiavať hygienu a postupnosť prípravy
4. Spotrebovať všetko a nič nevyhadzovať – šupky sa dali sliepкам
5. Rešpektovať sa navzájom, pomáhať si a tolerovať sa

Čo si zapamätáme?

Že pri správnom plánovaní, vzájomnom rešpekte a spolupráci dokážeme spojiť teóriu s praxou.

Aktivitu realizovala a metodický list vypracovala: Mgr. Andrea Levešová

7. Prílohy

