

OSNOVNA ŠOLA PREŽIHOVEGA VORANCA RAVNE NA KOROŠKEM**UČITELJICA:** Milena Sinanovič**PREDMETI:** NIT**RAZRED:** 4.b**DATUM IN URA:** 26. 1. 2011 54., 55 (2uri)**UČNA TEMA:** Kako deluje človeško telo**UČNA ENOTA:** Hrana**CILJI:**

- Spoznajo, da nam hrana omogoča rast in razvoj, nam daje energijo in pomaga vzdrževati telesno temperaturo.
- Vedo, da nas zdrava in raznovrstna hrana varuje pred boleznimi.
- Seznanijo se z izvorom hrane in znajo živila razvrstiti v prehransko piramido.
- Spoznajo različne načine priprave hrane in sodelujejo pri pripravi namaza.
- Učijo se uporabljati kuhinjske pripomočke ter razvijajo ustrezne higienske in prehranjevalne navade.

UČNE METODE: poslušanje, pogovor, opisovanje, delo z besedilom in slikovnim gradivom, metoda pisnih in grafičnih del, praktično delo**UČNE OBLIKE:** frontalna, skupinska, delo v dvojicah, individualna**UČNI PRIPOMOČKI IN SREDSTVA:**

Učbenik NIT, str. 57, 58; delovni zvezek NIT, str. 55 – 58; listi za zapis; slikovno gradivo, plakat s prehransko piramido, kuhinjski pripomočki in živila za pripravo namaza, papirnate servete, pisala, škarje, lepilo.

MEDPREDMETNE POVEZAVE: SLJ, LVZ, DRU**POTEK UČNE URE****UVODNI DEL:**

- Oglejajo si knjige o pripravi hrane in zdravi prehrani, ki jih pripravim v knjižnem kotičku. Ob fotografijah prosto pripovedujejo o prehranjevalnih navadah svoje družine.
- Spomnim jih na slikanico Saše Vegri: JURE KVAK KVAK. Na kratko obnovijo njeno vsebino in povedo, kakšno sporočilo ima zgodba.
- **Napoved učnega smotra:** Naučili se bomo, od kod izvira hrana, kako živila razvrščamo v skupine in jih pripravljamo za uživanje ter tudi sami pripravili zdrav obrok hrane.

GLAVNI DEL:

- Dobijo splošna navodila za delo in se razdelijo v skupine. Vsaka skupina ima svojo zadolžitev. Podrobna navodila za izvedbo naloge dobijo zapisana na delovnih listih.

- **DELO PO SKUPINAH:**
 1. skupina: IZVOR HRANE
 2. skupina: PREHRANSKA PIRAMIDA
 3. skupina: NAČINI PRIPRAVE HRANE
 4. skupina: PRIPRAVA NAMAZA
- Predstavitev opravljenega dela po skupinah. Dva učenca iz vsake skupine predstavita potek dela in ugotovitve, ki so jih zapisali. Ostala dva člana odgovarjata na vprašanja otrok, ki jih po predstavitvi skupine lahko postavljajo vsi učenci v razredu.

ZAKLJUČNI DEL:

- Zapis miselnega vzorca v zvezke – samostojno individualno delo. Povzamejo ključne besede o tem, kar so se ti dve uri naučili o hrani.
- Poskusijo, kakšen namaz je pripravila skupina sošolcev. Opozorim, naj bodo pozorni na izgled pripravljenega obroka, na vonj in okus, ki ga bodo zaznali.
- Izražajo svoje občutke, mnenja, predlagajo izboljšave, podajajo svoje izkušnje.

Domača naloga:

Dopolnijo naloge v delovnem zvezku in miselni vzorec.

OPOMBA

PRILOGA: NAVODILA ZA SKUPINSKO DELO

1. SKUPINA:

Pogovorite se, kaj je imel kdo od vas včeraj za kosilo. Živila zapišite in jih razvrstite glede na to, ali so rastlinskega ali živalskega izvora. Narišite jih v preglednico v DZ (str. 56).

Pogovorite se in na list zapišite, zakaj telo potrebuje hrano in kaj nam hrana omogoča. Pomagajte si lahko z učbenikom (str. 57).

2. SKUPINA:

Slikovno gradivo, ki ste ga po naročilu prinesli v šolo, izrežite iz revij in časopisov ter ga razvrstite v ustrezne skupine v prehranski piramidi, ki jo imate pripravljeno na plakatu.

Pogovorite se, katera živila v prehranski piramidi so najbolj zdrava in zakaj jih moramo uživati.

Zapišite svoje ugotovitve na list.

3. SKUPINA:

Preberite besedilo v učbeniku (str. 58) in se pogovorite o tem, kar ste brali. Oglejte si živila in odgovorite na vprašanja v DZ (str. 57). Ugotovite in zapišite, katera živila lahko pojedete surova. Razložite, zakaj moramo nekatera živila toplotno obdelati.

Poimenujte kuhinjske pripomočke v preglednici in zapišite, za kaj jih uporabljamo.

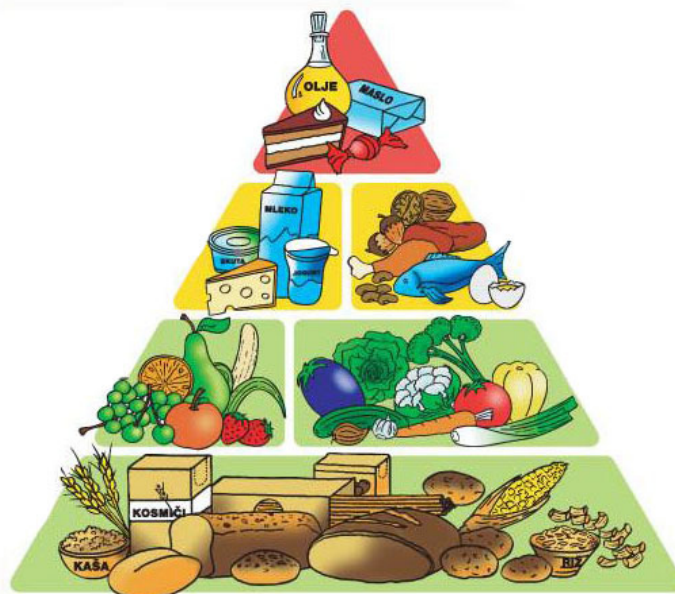
4. SKUPINA:

Preberite navodilo za pripravo namaza s skuto, zelenjavo in zelišči ter preverite, če imate vse sestavine za izvedbo naloge. Umijte si roke in si razdelite delo.

Z nožki na deskah drobno zrežite rdečo papriko in drobnjak. Pomešajte ga s skuto in namažite na manjše rezine rženega kruha. Rezine okrasite s poljubno zelenjavo – redkvico, peteršiljem, korenjem ... in jih pripravite na papirnate servete.

Razmislite in na list zapišite ugotovitve, zakaj nas hrana privlači z različnimi barvami, vonji in okusi.

Naštejte osnovna pravila pri pripravi hrane ter vedenja pri prehranjevanju.



EVALVACIJA

Glavni namen ure z načrtovanimi cilji je bil dosežen. Učenci so bili motivirani za delo.

Ker je v oddelku le 16 učencev, ki so bili razdeljeni v skupine po 4, so vsi lahko aktivno sodelovali pri izvedbi nalog. Delo v heterogenih skupinah je potekalo tekoče, sama sem se le občasno vključevala z nasveti in vodila povezavo med dejavnostmi.

O zdravi prehrani so se nekaj naučili že v prvih treh letih šolanja, zdaj pa so vsebine ponovili, utrdili že znano in znanje nadgradili.

Vsebinski sklop o prehranjevanju navadno zaključimo z naravoslovnim dnevom na temo *Zdravje je moje največje bogastvo*, ko nas obišče višja medicinska sestra. Z njo se učenci pogovarjajo o zdravem načinu prehranjevanja in boleznih, ki so povezane s prehranjevalnimi navadami.

Čeprav je v oddelku pri taki organizaciji dela bolj živahno in glasno pri usklajevanju različnih mnenj, otroci radi sodelujejo pri dejavnostih, kjer sami odkrivajo kaj novega in ki zajemajo tudi praktično delo.

Najbolj všeč jim je bila *pojedita*, kot so imenovali pokušanje pripravljenih rezin z namazom. In prav to jih je spodbudilo k naštevanju kuharskih receptov, ki jih doma preizkušajo njihove mame.