



**mpc**  
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ  
ITMS: 26130130095 Číslo zmluvy: OPV/27/2013

**Vzdelávací program:**

**INOVAČNÉ VZDELÁVANIE PEDAGOGICKÝCH ZAMESTNANCOV ŠKÔL  
V OBLASTI INKLUZÍVNEHO VZDELÁVANIA DETÍ Z MARGINALIZOVANÝCH  
RÓMSKYCH KOMUNÍT**

**Názov záverečnej prezentácie:**

**Ochrana zdravia a podpora zdravého životného štýlu  
rodín a detí z marginalizovaných rómskych komunít**

**Meno a priezvisko frekventanta:**  
Nikola Balogová

**Názov skupiny:**  
MRK2\_INV\_PO\_002

**Pracovisko:**  
MŠ Čakanovce

**Rok:2015**



**mpc**  
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ  
ITMS: 26130130095 Číslo zmluvy: OPV/27/2013

**„Detom treba venovať najväčšiu starostlivosť, lebo sú najcennejším darom a klenotom, ktorý sa nedá s ničím porovnať“**

- ▶ Právo na zdravie a život je právom na vlastnú existenciu a reprodukciu.
- ▶ Právo na výchovu, vzdelávanie a starostlivosť o zdravie je teda bipolárne prepojené s právom a povinnosťou spoločnosti, rodiny a školy starať sa o výchovu, vzdelávanie a zdravie detí.



**mpc**  
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ  
ITMS: 26130130095 Číslo zmluvy: OPV/27/2013

## Správna výživa

- Zásady výživy sú základným kameňom životosprávy a deťom treba podávať pestrú a najmä energeticky vyváženú stravu.
- S jedlom súvisí i správny pitný režim a dieťa by malo denne vypiť najmenej liter tekutín.
- Na zabezpečenie primeraného energetického príjmu treba prihliadať, aby strava zodpovedala telesnému a duševnému zaťaženiu a aktuálnemu zdravotnému stavu detí.



**mpc**  
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ  
ITMS: 26130130095 Číslo zmluvy: OPV/27/2013

## Nesprávna výživa

- ❑ V súčasnosti u nás medzi najčastejšie nedostatky vo výžive detí a mládeže patrí zvýšený energetický príjem, nadbytočný príjem tukov, cukrov, často s obsahom nevhodných polysacharidov, a soli. Ide najmä o konzumáciu plnotučného mlieka a mliečnych výrobkov s vysokým obsahom tuku, prevažne bielych druhov chleba a pečiva, veľkého množstva údenín a ďalších priemyselne spracovaných potravín s vysokým obsahom soli.
- ❑ Nesprávna výživa detí a mládeže môže spôsobiť rôzne poškodenia zdravia. U detí sa dôsledky nesprávnej výživy prejavujú veľmi rýchlo. Ide napríklad o poruchy rastu a vývinu, vznik obezity, výskyt zubného kazu, častejšie infekcie a chudokrvnosť.



**mpc**  
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ  
ITMS: 26130130095

Číslo zmluvy: OPV/27/2013

## Zvýšenie hygienických návykov :

- ✓ Priama pomoc asistenta učiteľa
- ✓ Osvetový program pre rodičov
- ✓ Dodržiavanie denného poriadku
- ✓ Tvorba vlastných školských – triednych projektov
- ✓ Priama spolupráca s rodinou



**mpc**  
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ  
ITMS: 26130130095 Číslo zmluvy: OPV/27/2013

## Pôsobenie v MŠ v spolupráci s rodinou

- ✓ podieľať sa na skvalitnení hygieny a starostlivosti o zdravie detí
- ✓ osvojovanie si základov hygienických návykov v spolupráci s rodinou
- ✓ pravidelnými činnosťami stimulovať potrebu každodennej hygieny
- ✓ aplikovať osvojené hygienické návyky aj v zmenených podmienkach



**mpc**  
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ  
ITMS: 26130130095 Číslo zmluvy: OPV/27/2013

**Edukačná aktivita : Ovocie a zelenina**

**Okruh : Ja som**

**Vzdelávacia oblasť : Zdravé potraviny**

**Výkonový štandard : poznať, rozlíšiť a vyberať si zdravé potraviny**

**Výchovno – vzdelávacie cieľ : Vedieť rozlíšiť chuť ovocia, zeleniny a poznať ich význam**

**Pomôcky : Ovocie – hrozno, jablko, hruška, kivi, mandarínka**

**Zelenina – Paradajka, paprika, mrkva, reďkovka, kaleráb**





**mpc**  
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ  
ITMS: 26130130095 Číslo zmluvy: OPV/27/2013

## Expozícia:

- Učiteľka nakrája ovocie a zeleninu na tanieri
- K práci pristupuje individuálne
- Deťom zaviaže oči šatkou a dotyčné dieťa musí pomenovať daný produkt
- Porovnávajú chute – sladkú, kyslú, horkú

## Záverečná časť

- ✓ Učiteľka zistí splnenie úlohy
- ✓ Za odmenu sa všetci pomstíme z prípravného ovocia a







**mpc**

METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



**Európska únia**  
Európsky sociálny fond

Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ  
ITMS: 26130130095 Číslo zmluvy: OPV/27/2013

Urobili sme si ochutnávku ovocia a zeleniny. Deti si s radosťou pochutnali na vitamínových dobrôt.



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ  
ITMS: 26130130095 Číslo zmluvy: OPV/27/2013



Po ukončení ochutnávky sme si vyhotovili zdravý tanierik, ktorý bude deťom pripomínať zdravý život. Dokončené práce sme si vystavili na chodbu kde zdobia našu škôlku.





**mpc**  
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ  
ITMS: 26130130095 Číslo zmluvy: OPV/27/2013

## **Použité bibliografické odkazy :**

- ▶ Štátny vzdelávací program ISCED 0 – predprimárne vzdelávanie, 2008, Prievidza, ISBN: 978-80-969407-5-2
- ▶ Kolektív autorov.: Metodický list pre učiteľov materských škôl, rok vydania 2010, ISBN 978-80-07-01834-1

**ĎAKUJEM ZA POZORNOST!**

