

CELOROČNÝ MOTIVAČNÝ PROJEKT ŠKD

ZDRAVÁ ŽIVOTOSPRÁVA

Školský rok 2018/2019

Jablko Kubko a hruška Zuzka



Popis projektu:

Zdravá životospráva je projekt vytvorený pre deti ŠKD prvého až štvrtého ročníka. Je vypracovaný na celý školský rok, zameraný na podporu životného štýlu a na prírodovedno-environmentálnu záujmovú činnosť.

Životné prostredie je časť sveta, s ktorou je človek vo vzájomnou pôsobení, ktorú používa, ovplyvňuje a ktorej sa prispôsobuje.

Environmentálna výchova nie je samostatnou tematickou oblasťou výchovy, je to prierezová téma obsiahnutá vo všetkých záujmových oblastiach.

Je potrebné rozvíjať vzdelávaciu a výchovnú činnosť detí s dôrazom na environmentálnu výchovu a vzdelávanie k trvale udržateľnému rozvoju osobnosti, zameranú hlavne na zdravé potraviny, pohyb na čerstvom vzduchu, čistú vodu, bezpečnú a zdravú dopravu, zvýšenie povedomia v oblasti separácie odpadkov, ich následnej recyklácie a zhodnocovania.

Environmentálna výchova si za cieľ vo všeobecnosti kladie prispieť k rozvoju osobnosti žiaka – dieťaťa tak, aby chápal, analyzoval a hodnotil vzťahy medzi človekom a jeho životným prostredím na základe vedomostí o zákonitostiach, ktorými sa riadi život na Zemi.

Cieľom tohto projektu, je obohatiť znalostí u detí ohľadom environmentálnej výchovy, čo predstavuje sústredenejšiu pozornosť na plnenie cieľov a úloh environmentálnej výchovy a súčasne s možnosťou priameho kontaktu s prírodou. Zároveň je potrebné posilniť pozitívne väzby detí k prírode a k životnému prostrediu prostredníctvom ich vlastných aktivít.

Deti by mali poznávať svet a prírodu cez citové väzby a ich prirodzenú detskú zvedavosť, podnecovať v sebe myslenie a podporovať sa v nových spôsoboch riešenia úloh. Čiastkovými cieľmi je u detí kultivovať základné hygienické návyky, rozvíjať schopnosť relaxovať pravidelným cvičením a pohybom, pochopiť význam dodržiavania základných zásad zdravej výživy, rozvíjať duševnú rovnováhu, zdokonaľovať svoje telo a vedieť uvoľniť sa.

Ciele projektu:

- vzbudenie osobného záujmu detí o prírodu a vytvorenie pozitívnych citových väzieb,
- priama účasť na tvorbe, starostlivosti a ochrane životného prostredia ,
- umožnenie hlbšieho kontaktu so živou prírodou,
- utváranie pozitívnych postojov k sebe a k svojmu životnému prostrediu,
- oboznámenie sa s niektorými ekologickými problémami s možnosťou ich riešenia na úrovni každodenného života,
- pozitívne nasmerovať detí a viesť ich k pravidelnému pohybu a radosti z pohybu,
- niesť vlastnú zodpovednosť za stav prostredia, v ktorom žijeme .

NIKDY nesmieme zabúdať na pohyb a výdatný spánok!

Keď nie sme v duševnej pohode, naše telo nie je schopné prijať toľko dôležitých látok, koľko sa v našej strave nachádza. Nezabúdajme však, že všetko treba jesť s mierou!

***ŽIVOT KAŽDÉHO ČLOVEKA JE JEDINEČNÝ, NEOPAKOVATEĽNÝ
A NENAHRADITEĽNÝ.***

PRETO BY SI HO MAL KAŽDÝ Z NÁS DOSTATOČNE VÁŽIŤ

Realizácia:

Deti trávajú v školských kluboch značné množstvo času a preto im môžeme vytvoriť podmienky a vhodné prostredie k aktívnemu tráveniu voľného času.

Počas celého školského roka budú deti v ŠKD sprevádzať dve ovocné postavičky, známe ako jablko **KUBKO** a hruška **ZUZKA**, ktoré si deti zvolili za maskotov tohto projektu. Deti motivujú zábavnou formou aktivít a hier.

Počas celoklubových stretnutí deti prezentujú svoje práce, hodnotia dosiahnuté výsledky a navzájom súťažia. Rôznymi hrami a súťažami nadobúdajú sebavedomie, telesný vývin a vôľové vlastnosti.



September:

- **Gaštankovia – gaštanová mozaika** – súťaž v zhotovení najkrajšej obrazovej mozaiky
- zber gaštanov pre zvieratká v lese
- **Koho ľúbim?** – vedomostná pohybová hra zameraná na zdravú výživu

Október:

- **Svetový deň výživy** – rozhlasová relácia
- **Deň jablák** – jablká na storaký spôsob – príprava jedál a nápojov, besiedka

November:

- **Jeseň a jej krásne farby** – výtvarná súťaž – s použitím nazbieraných prírodnín
- **Strašiak do kapusty** – farebná koláž - zhotovenie výstavky

December:

- **Vianočný stromček** – výroba ozdôb z odpadového materiálu a zdobenie stromčeka počas vianočného koncertu v kostole
- **Ochrancovia zvierat** - výroba jednoduchých búdok pre vtáčiky, prikrmovanie, zhotovenie plagátu

Január:

- **Orientuj sa ako pravý Indián !** – určiť svetovú stranu a nájsť ukrytý poklad pomocou prírodných javov bez hodínok, či kompasu



- **Eskimácke hry na snehu** – súťaživé športové popoludnie v prírode medzi jednotlivými oddeleniami

Február:

- **Vitamíny v našej strave** – prečo sú vitamíny tak potrebné pre naše zdravie - výtvarná súťaž
- **Studnička šťastia – keby som bol zvieratkom, čo by som si želal** – zhotovenie fašiangových masiek v podobe obľúbeného zvieratka

Marec:

- **Škodcovia lesa** - ekohra v prírode s významom ochrany rastlín pred škodcami
- **Zdravie pre prírodu** – vyčistenie okolia školy, ihrísk a blízkeho parku, výsadba kvetov, separovanie odpadu

Apríl:

- **Deň Zeme** – naša planéta očami detí - kreslenie na asfalt farebnou kriedou
- **Som prirodzená princezná** - zber jarných kvietkov, vitie venčekov

Máj:

- **Ovocníčkovia** – loptová hra v prírode, vybíjaná v kruhu
- **5 proti 5** – vedomostná súťaž s témou zameranou na životné prostredie



Jún:

- **Robíme si herbár** – zber a lisovanie kvetov
- **Rekordyáda** – súťaže v oddeleniach v rôznych športových disciplínach

Záver:

Výchova k ochrane životného prostredia nie je vecou iba špecialistov, ale dotýka sa bezprostredne celej spoločnosti. Stáva sa jednou zo základných zložiek všeobecného vzdelania. Preto sme aj my chceli prostredníctvom hravých aktivít a efektívnym využitím voľného času prispieť svojou „troškou“ k rozvoju zdravej životosprávy a ochrany životného prostredia.

Dôležité je, aby žiaci získali vedomosti ale aj zručnosti, ktorými pomáhajú životnému prostrediu jednoduchými činnosťami a zároveň pestujú v sebe zdravú žitosprávu, ktoré sú im primerané a vhodné ich veku – chrániť zvieratá, mať kladý vzťah k domácim zvieratám, k zvieratám v prírode a hlasne k sebe samým.

Vypracoval: Alena Stašáková, Marcel Majoroš, Ing. Barbora Glova,

PaedDr. Monika Čardášová

