**Mgr. Jitka Krajčová. ZŠ Dr. E. Beneše Čakovice Praha 9**

V rámci ŠVP a předmětu Výchova ke zdraví jsem využívala Výukový program na stránce [www.viscojis.cz](http://www.viscojis.cz) cca celé první pololetí ve výuce 6.ročníků. Měla jsem k dispozici počítačovou učebnu. Žáci si vždy prostudovali dané téma (využívala jsem hlavně téma Živiny a voda, Výživová doporučení, Výživa a nemoci) a posléze vypracovali odpovědi na test, který je zde uvedený, nebo odpovídali na otázky v pracovním listu, který jsem jim podle učebního textu připravila. Také vytvářeli na některá témata "Informační letáčky" a vlastní prezentace. Později, když byly k dispozici na stránce pracovní listy, využívali jsme je také.

Stránka [www.viscojis.cz](http://www.viscojis.cz) je podle mého zpracovaná na velmi dobré odborné úrovni. Je ucelená, aktuální a pro mě srozumitelná. Je zde velké množství informací a učitel musí navést žáky, jak s těmito stránkami pracovat, jak se v nich orientovat. Texty obsahují odborné termíny, které jsou však vysvětleny. Pro některé mé žáky byl problém se textem "prokousat". Práce pro některé byla zpočátku obtížnější, pak se ale naučili s textem rychle pracovat a vyhledávat odpovědi na zadané otázky.

Pracovní listy jsou výborným dodatkem. Jsou náročnější, ale s pomocí učitele a stránky [www.viscojis.cz](http://www.viscojis.cz) určitě žáci zvládnou odpovědi. Jsou zde "vypíchnuty" důležité problémy a otázky. Vše je pěkně graficky zpracováno. Žákům jsem listy vytiskla.

Pro ucelenost a aktuálnost jsem žákům doporučila stránky k přípravě na soutěž o zdravém životním stylu SAPARE.

Celkově mám z Výukového programu velmi dobrý dojem. Dovedu si představit, že bych tento program využívala i při výuce odborných předmětů na střední škole - např. předmětů Nauka o výživě či Nauka o potravinách na hotelové škole či Zbožíznalství na obchodní akademii.

**Mgr. Jana Gavalcová, ZŠ a MŠ T.G. Masaryka Milovice**

S učebnicí jsem pracovala cca od poloviny prosince do poloviny února. Zdravou výživu máme v osnovách vřazenu jako jedno z témat ve Výchově ke zdraví a probírám ji současně v několika ročnících, konkrétně v 7., 8. a 9. ročníku. V 6. ročníku se Výchova ke zdraví na naší škole neučí.

Témata máme rozložena následovně:

7. ročník:

Zdravá výživa – potrava, výživa

Látky tvořící naše tělo – energie, bílkoviny, cukry, tuky, vitamíny, minerály, denní příjem potravy – energie, bílkoviny, cukry, tuky, vitamíny, minerály

Poruchy výživy – pyramida výživy, obezita, mentální anorexie, bulimie

Abeceda zdravé výživy – hlavní zásady správné výživy

8. ročník:

Zdravá výživa – energetická hodnota stravy, standardizovaná denní spotřeba potravin

Vliv výživy a způsobu stravování na zdraví člověka Nežádoucí způsoby výživy – podvýživa, hladomor

Alternativní strava - vegetariánství, veganství, makrobiotika

Reklama a hygiena potravin

Nákazy z potravy

Zásady při výběru a zpracování potravin

9. ročník:

Potraviny živočišného původu – maso, mléko, živočišné tuky, vejce, med

Potraviny rostlinného původu – obiloviny, luštěniny, ovoce, zelenina, rostlinné tuky a oleje

Cizorodé látky v potravinovém řetězci – kvalita výživy obyvatelstva

V jednotlivých tématech jsem postupně probrala téměř celou učebnici. S dětmi jsme pracovali i se sešity - při výuce využívám interaktivní tabuli, bohužel, počítačové učebny na naší škole jsou téměř soustavně využívány pro jinou výuku.

K učebnici:

Domnívám se, že jednotlivé materiály jsou velmi zajímavě zpracovány. Líbí se mi vložené zajímavosti u jednotlivých témat, příklady i dělení (např. u otrav z jídel - popis, projevy, ochrana). Výborně zpracovaná mi přijde např. 1. kapitola - Živiny a voda nebo Poruchy příjmu potravy. U některých kapitol mi přijde, že informace je příliš stručná (např. 6.5.2.4 Zelenina - více informací je zde pouze o bramborách, chybí mi např. podrobnější dělení).

Naopak některá témata v kapitole 3. Výživa a nemoci či 5. Otravy z jídla mi přijdou příliš rozsáhlé. Tento objem informací dle mého názoru děti na základních školách nejsou schopné zpracovat, některé výklady se mi zdají velmi složité. Učební texty se mi zdají výrazně vhodnější pro učitele (také z nich při své výuce vycházím) než pro děti.

Stejný dojem mám i z pracovních sešitů, přijdou mi velmi těžké pro žáky ZŠ, většina z nich není schopná správně odpovědět a zároveň tyto znalosti udržet.

Domnívám se, že většina problémů s obtížností je spojena s časovou dotací, kterou mohu tématu Výživa věnovat. Doporučený hodinový rozsah je mnohem vyšší než kolik hodin mohu těmto tématům ve výuce věnovat (např. Otravy z jídla - doporučený rozsah - 3 hodiny, můj reálný - 1 hodina; Poruchy příjmu potravy - 4 hodiny, můj reálný - cca 1,5 hodiny).

Některé kapitoly (např. části kapitoly Výživa a nemoci) využívám i při výuce jiných témat vyučovaných v rámci předmětu Výchova ke zdraví. Zároveň se mi na pracovních materiálech velmi líbí jejich ucelenost - jedná se konečně o výukový materiál, který podává informace o složení potravy a její provázanosti s dalšími aspekty lidského života.

I v příštím školním roce budu s těmito materiály pracovat, dle předběžných informací bych měla Výchovu ke zdraví vyučovat v 7. a 8. ročníku. Určitě ale tyto materiály doporučím i kolegyním, které toto téma budou vyučovat paralelně se mnou.

Dejte mi, prosím, vědět, zda je tato informace dostačující nebo zda je třeba podrobnější informace.

**Vendula Janečková, ZŠ Úpice-Lány.**

Výživa ve zdraví se vyučuje v rámci předmětu Výchova ke zdraví, jehož časová dotace je jedna hodina týdně, hlavně v 6. ročníku v 1. pololetí(kapitoly Výživová doporučení a Výživa a nemoci), proto naše postřehy budou stejné jako v naší první zprávě. Některé kapitoly jsem se pokusila zařadit i do hodin přírodopisu. V 6. ročníku jsou to kapitoly Otravy z jídla a Nákazy z potravy. V 8. ročníku v rámci hodin přírodopisu první kapitolu Živiny a voda(stavba trávicí soustavy). Bohužel jsme nutné tomu věnovat pouze 4 až 6 vyučovacích hodin v plánu učiva. Z těchto důvodu nedošlo ani k využití Vašich pracovních listů.

S kolegyní bychom byly tedy pro zredukování učiva, které by bylo vhodné pro žáky 6. ročníku. V příštím roce však Výchovu ke zdraví v 6. ročníku bude učit jiná kolegyně, která se vrací po mateřské dovolené. Poprvé s ní budu mluvit až v novém školním roce, tak nevím, zda bude chtít v projektu pokračovat. Myslím si, že pokud bude učivo přizpůsobeno žákům 6. ročníku, tak některé Vaše materiály určitě využije.

**Šárka Walterová, ZŠ Dubí 1**

Zkušební výuka projektu Výchova ve výživě ke zdraví probíhala v rámci hodin předmětu Rodinná výchova, v blocích Zdravé výživy, v 6., 8. a 9. třídě, v období duben - květen 2012. Kapitoly projektu byly vybírány pro třídy tak, aby byly tematicky v souladu s naším školním vzdělávacím programem.

6. třída - Bezpečnost potravin

8. třída - Výživová doporučení

9. třída - Výživa a nemoci

Pro každého žáka byly barevně vytištěny pracovní listy.

Výuka většinou začínala kratším výkladem, následovalo samostudium vybrané části a následné samostatné vyplnění části pracovního listu, dále pak i vyzkoušení testu (když k té části byl).

Zpětná vazba:

Na základě vysoké úspěšnosti správně vyplněných pracovních listů si myslím, že otázky byly vhodně formulovány a texty pro děti srozumitelně napsány.

Nenašla jsem v programu jediné téma, které by mi tam chybělo a též nemohu posoudit, která témata děti výrazně nezajímala, neboť jsem opravdu "vyzobávala" témata tak, aby byly v souladu s naším školním vzdělávacím programem, tzn. i přiměřené věku. Takže pro potřeby naší školy (vzhledem k způsobu, jakým jsme ho využívali) je program ve všech směrech v pořádku. Mladší žáky bavilo i hraní v sekci "Pojď se bavit".

Sama pak jsem si prohlížela i ostatní námi nevyužité kapitoly a oceňuji komplexnost a jakousi ucelenost tohoto programu, který by svým objemem vystačil na samostatný předmět s 1 hod dotací týdně minimálně pro dvě třídy 2. stupně.