



ÁLTALÁNOS ISKOLA 2. ÓRA

Készítette az EFOP 1.8.0-VEKOP-17-2017-00001

„Egészségügyi ellátórendszer szakmai módszertani fejlesztése” című projekt

Népegészségügyi alprojekt A/III. munkacsoportja.

A projekt a Széchenyi 2020 program keretében valósul meg.

Eredménytermék készítésének dátuma:
2019.01.15.



FOGLALKOZÁSTERV 45 perces tanórára

Célcsoport/osztály: 2. évfolyam (2. óra)

Modul megnevezése: Táplálkozás

Témakör megnevezése: 2. Mi, micsoda a tányéron? Miből készítik?

Órakeret/Időtartam: 45 perces tanóra

1. Feldolgozandó ismeretek: Ízlésről nincs mit vitatkozni! Ízlések és pofonok különbözőek! De gustibus non est disputandum! A készételek felismerése, megnevezni tudása. Ételek alapanyagai. Miből mennyi a jó arány. Napi ötszöri étkezés: 3 fő étkezés (reggeli, ebéd, vacsora), két kísétkezés (tízórai, uzsonna). Készételek, ételfogások. Az étel minőségére a megfelelő kifejezések. Az iskolai étkeztetéssel, a menzával preconcepció, az előítélet helyett tudjon és merjen önálló véleményt formálni, kérdezni. Ne utasítsa el az ismeretlent, hanem kóstoljon, próbáljon felfedezni, megismerni. A pozitív tapasztalatát, vélekedését tudja kinyilvánítani, akár másokkal szemben is. Vásárlási kultúra fejlesztése. Elemző, kritikai gondolkodás fejlesztése, kommunikációs készség alakítása (véleménynyilvánítás és formálás).

2. Kulcsfogalmak: menü, fogások, reggeli, tízórai, uzsonna, leves, főzelék stb. miből készül, kész meleg ételek nevei, menza, ízek, olajos, zsíros, sós, cukros, állag, rágós, selymes, lágy, tapadós, ragacsos, hőmérséklet, tálalás

3. Kapcsolódás a tantárgyak között: környezetismeret, egészségtan, technika, életvitel- és gyakorlat, matematika

4. Kapcsolódás a többi modul között: Modulok közös tartalmi elemei: valódi élet, prevenció, önismeret

5. A foglalkozás fejlesztési eredményei: Ismeri az ételek neveit, amit otthon a menzán kap, vagy amit a büfékben, élelmiszerboltban, étteremben vásárolhat. Tudja miből mennyi a jó arány. Betartja a napi ötszöri étkezést: 3 fő étkezés (reggeli, ebéd, vacsora), két kísétkezés (tízórai, uzsonna). Meg tud nevezni önállóan kész ételeket, ételfogásokat. Megfelelően használja az étel minőségére a jellemző kifejezéseket. Otthon el tudja mondani mit ettek, mit kérnek, így lehetséges, hogy a család is bevezet új, egészséges ételeket, táplálkozási szokásokat. Az iskolai menzán tapasztaltak és az órán/foglalkozásokon tanultak alapján tud véleményt formálni, kérdezni. Nem utasítja vissza az ismeretlent, hanem örömmel felfedezi, megismeri azokat. Fejlődik a vásárlási kultúrája. A gyakorló feladatok során fejlődik az elemző, kritikai gondolkodása, kommunikációs készsége (véleménynyilvánítás, formálás).

6. Témakörhöz kapcsolódó, felhasználható források a pedagógusnak:

- http://mdosz.hu/hun/wp-content/uploads/2016/03/gyerek-okostanyer-2old_FINAL_171009_Oldal_1.png

- <http://mdosz.hu/uj-taplalkozasi-ajanlasok-okos-tanyer/>

7. Ajánlott irodalom/művészeti alkotás:

- <http://mdosz.hu/uj-taplalkozasi-ajanlasok-okos-tanyer/>



| Időkeret | Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok | Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/tanulói tevékenységek | Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák | Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök |
|----------|---|--|--|---|
| | | <p>Óra előtti szervezési feladatok:</p> <p>Az osztálytermet úgy rendezzük be, hogy lehetőség nyíljon a padok/asztalok rendezésével a mozgásos közösségi játékokra és a csoportmunkákra.</p> <p>Tanulói előkészület Előzetes gyűjtőmunka: az iskolai menza milyen menüt kínál a mai napon. Jegyezzék fel!</p> <p>Alkalmazó (gyakorló) óra Az óra/foglalkozás tematikája az előző ismeretanyag (Étel detektívek – Ételek, alapanyagok) elmélyítésére, gyakorlati alkalmazására szolgál.</p> | tanulói segédanyag, melléklet az óravázlat végén található | <p>előkészítés:</p> <ul style="list-style-type: none"> - A4-es lapok, színes ceruza, toll (a bevásárló-listához) - Interneteléréssel rendelkező számítógép, vagy Okostányár a táblán, vagy tanulói segédanyag: <i>Melléklet 1</i> - tanulói jegyzetek - A4-es lapok, színes ceruzák, filctollak - tanulói kártyák (igaz állítások) - jutalomkártyák |
| 10 perc | <p>Bevezető ismétlés De gustibus non est disputandum! Az ízlésről nincs mit vitatkozni! Ízlések és pofonok különbözőek! Önismeret: a legkedvesebb ételeim</p> <p>Mi-micsoda a tányéron?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mi készül a gabonából, tejből, húsból? - Növényi, állati eredetű táplálékok. | <p><u>Az óra/foglalkozás ismétlő bevezetése: Mi legyen a tányérodon?</u></p> <p><i>„Emlékezzünk az előző órán tanultakra, amikor arról beszélgettünk, hogy mi legyen a tányérodon? Kinek mi jut róla eszébe?”</i></p> <p>- Tanulói válaszok meghallgatása....</p> <p><i>„Igen! Voltak, akik helyesen emlékeztek... Arra is kíváncsi voltam, hogy mi a legkedvesebb ételed? Sőt! Meg is állapítottátok, hogy</i></p> | frontálisan: tanítói emlékeztető, tanulói válaszok | |



- Főként friss zöldség - gyümölcs, teljes kiőrlésű lisztből készült kenyérfélék, tejtermékek, szárnyasokból készült húsételek, halételek fogyasztása ajánlott.

- A fő ételismiszer alapanyagok és jellemzőik.

Forrás:

http://mdosz.hu/hun/wp-content/uploads/2016/03/gyerek-okostanyer-2old_FINAL_171009_Oldal_1.png

- Mi legyen egy nap a tányérodon? Okostányér gyermekeknek

<http://mdosz.hu/uj-taplalkozasi-ajanlasok-okos-tanyer/>

Vásárlási kultúra fejlesztése.

„megtalálhatóak-e benne a legfontosabb alapanyagok.”

- Okostányér kivételre.

vagy

- **Ha** az iskolában nincs meg a technikai lehetőség, akkor javasolt: táblakép (Okostányér) és/vagy tanulói segédanyag kiosztása, *Melléklet 1*



„Most gondolatban elkészítünk belőle néhányat. Képzletben a piacra megyünk, bevásárolni.”

A „piaci bevásárlás” előkészítése

- Egy csoport lesz az „eladók”, **piaci árusok tábora**. Ezen a csoporton belül az alapanyagoknak megfelelően szervezzük az árusokat. Lesznek olyanok, akik:

- zöldségeket,
- gyümölcsöket,
- gabonaféléket,
- húsokat/halakat, tejet/tojást és tejtermékeket fognak árulni.

- **A többi csoport lesz a „vásárló”.**

*„Az eladók tábora egy- egy papírlapra **rajzoljon alapanyagokból minél többet!** Például, aki zöldséget árul azok minél többféle zöldséget rajzoljanak és így tovább...”*

szemléltetés: tanítói/tanulói segédletek

kooperatív csoportmunka

csoportalakítás

csoportfeladatok:
- „eladók” tábora alapanyagokat rajzol

Interneteléréssel rendelkező számítógép, vagy Okostányér a táblán, vagy tanulói segédanyag: *Melléklet 1*

A4-es lapok, színes ceruza, toll



| | | | | |
|---------|---|--|--|---|
| | | <p>„A többi csoport szavazza meg azt a kedvenc ételt, amit el szeretnének közösen készíteni. Készítsetek hozzá bevásárlólistát! Mi az, amit be kell szerezni az alapanyagokból?”</p> <p>Indulhat a vásárlás! „Ha az árusnál nincs az a termék, amire a csoportnak szüksége van, csak rázzák meg a fejüket, ha van, akkor a bevásárlólista megfelelő alapanyagához tegyenek egy jelet, ami jelzi, hogy ők odaadták az árut (+). A vásárlók pedig figyeljék a bevásárlólistát, szintén jegyzeteljenek: ✓ amit sikerült vásárolni, - amit nem sikerült vásárolni.”</p> <p>- A csoporttagok segítik egymást a vásárlásban, figyelik a bevásárlólistát és jegyzetelnek.</p> <p>Csoportbemutatók: ellenőrzés, értékelés</p> <p>- A „vásárlói” csoportok bemutatják a csoport kedvenc ételét, a készítésükhöz szükséges alapanyagokat és a bevásárlólistát (amit sikerült beszerezniük az „eladóknál”).</p> <p>- A többi csoport figyel és észrevételez, véleményez. - Mivel minden csoport más-más ételt „készít el”, így a tanulók egyre több alapanyagot ismerhetnek meg! (a tanulók egymástól tanulnak).</p> | <p>- „vevők” tábora kiválasztja a csoport kedvenc ételét és bevásárlólistát készít</p> <p>vásárlás lebonyolítása: bevásárlólistán jegyzetelés</p> <p>frontálisan: csoportprezentációk</p> <p>közös megbeszélés</p> | <p>A4-es lapok (a bevásárlólista kiegészítve)</p> |
| 10 perc | <p>Ételadagok okosan Nemcsak a minőség, hanem a mennyiség is számít. A kiegyensúlyozott táplálkozásban nemcsak a nyersanyagok okos választása a lényeg, hanem azok mennyisége is. Van olyan táplálék,</p> | <p>Motiváló játék, ismeretbővítés: Miből mennyi, mi a jó arány?</p> <p>„Ha már sikerült ilyen jól bevásárolnunk az alapanyagokból, akkor most nézzük meg, hogy miből mennyi a jó arány. Ehhez ismét játszani fogunk.”</p> | <p>frontálisan tanítói motiválás</p> | <p>tanulói jegyzetek</p> |



melyből többet és van olyan, amelyből kevesebbet igényel a szervezetünk.

Miből mennyi, mi a jó arány?

„Reggelizz, mint egy király, ebédelj, mint egy polgár, vacsorázz, mint egy koldus!”

A perzsák (irániak) másképpen fogalmazzák meg: Reggelizz egyedül, ebédelj a barátoddal és vacsorázz az ellenségeddel.

Az egész reggeli a tiéd, az ebédet megfelezed a barátoddal, míg az ellenséged elveszi a vacsorádat.

Napi ötszöri étkezés: 3 fő étkezés (reggeli, ebéd, vacsora), két kísékezés (tízórai, uzsonna).

A reggeli és a vacsora azonos mennyiségű, az ebéd közel 2x annyi, mint a reggeli vagy a vacsora. A tízórai és az uzsonna pedig a fele a reggelinek vagy a vacsorának.

Forrás:

Okostányér gyermekeknek
http://mdosz.hu/hun/wp-content/uploads/2016/03/gyerek-okostanyer-2old_FINAL_171009_Oldal_1.png

A csoportok „eljátsszák” az Okostányér gyermekeknek képet.

- Továbbra is fent marad: Okostányér kivetítése vagy a táblakép és/vagy tanulói segédanyag: *Melléklet 1*



Csoportok szereposztása:

- zöldségek,
- gyümölcsök,
- gabonafélék,
- húsok, tojás/tej és tejtermékek.

Dinamikus csoportjáték a mennyiségi arányok érzékeltesére

- A csoportok az Okostányér szerint arányos számban guggolnak, kézen-fogva körben.
- Amiből több a javasolt (nagyobb) azok felállnak, amiből kevesebb (kis), azok hajlított térdig emelkednek.

A tanító által feltett állítás szerint mozognak a csoportok.

- Az állításokban az arányokat kiemeltük.

Az ebéd mennyisége közel **2 x annyi**, mint a reggeli vagy a vacsora.

szemléltetés:
tanítói/tanulói segédletek

csoportalakítás

mozgásos közösségi játék

csoportfeladat

a tanító állításai szerint mozognak a csoportok



| | | | | |
|---------|---|---|---|--------------------------|
| | | <p>A tízórai és az uzsonna pedig a fele a reggelinek vagy a vacsorának.</p> <p>A zöldségek jellemzően sok vizet, rostokat, nagyobb mennyiségben cukrokat, életfontosságú anyagokat: pl. vitaminokat tartalmaznak.</p> <p>A gyümölcsök jellemzően sok vizet, rostokat, kis mennyiségben cukrokat, életfontosságú anyagokat: pl. vitaminokat tartalmaznak.</p> <p>A játék végén: közös értékelés, jutalmazás <i>„Minden csapat ügyes volt, mert...”</i> <i>„Hogyan éreztétek magatokat a játék közben?”</i> - Közös megbeszélés: tanulói érzetek, tapasztalatok meghallgatása.</p> <p><i>„Jutalomként álljunk egyenesen és karemeléssel vegyünk egy jó mély lélegzetet.... Ismételjük meg háromszor!”</i> - Lazítás: álló testhelyzetben: légzőgyakorlat, karemeléssel.</p> | <p>tanítói értékelés reflexiók közös megbeszélése: tanulói érzetek</p> <p>légzőgyakorlat, állva</p> | |
| 20 perc | <p>Miből készült? Gondoljanak vissza az alapanyagnál tanultakra!</p> <p>- A készételek neve, ill. a fő alapanyagok, amikből készült a főtt étel - megfigyelés, ízlelés, tapasztalat. Miből készült? pl.: kelkáposztafőzelék: burgonya, kelkáposzta, (kínai kel) vagy paradicsomos káposzta: fejes káposzta, paradicsompüré stb.</p> | <p>Új ismeret elmélyítése, gyakorlati alkalmazása</p> <p>Kiscsoportos foglalkozás - Ebéd után Előzetes gyűjtőmunka: az iskolai menza milyen menüt kínál a mai napon. Jegyezzék fel!</p> <p><i>„Ha már ilyen sok mindent tudunk az ételekről, az alapanyagokról és arról, hogy miből mennyi a jó arány, akkor vizsgáljuk meg az iskolai menza mai napi menüjét. Ehhez vegyétek elő a feljegyzéseket!”</i></p> | <p>frontálisan tanítói bevezetés</p> | <p>tanulói jegyzetek</p> |



| | | | | |
|--------|---|--|--|--|
| | <p>- Étel fogások: előétel, fő étel, egytál étel, leves, köret, feltét, desszert.</p> <p>- Milyen minőségű az étel, jellemző kifejezések megfelelő használata: meleg, hideg, édes, sós, savanyú, keserű, mellékíze van, elsózott, túl édes, selymes, csomós, rágós, finom, ízletes, íztelen, kellemetlen ízű, csúnyán néz ki, szépen tálalt, ízléses.</p> <p>Elemző, kritikai gondolkodás fejlesztése, kommunikációs készség alakítása (véleménynyilvánítás és formálás)</p> | <p>„Szimpátia alapján alkossunk menü csoportokat. Legyen leves, főzelék, feltét, köret, savanyúság... nevű csoport.”</p> <p>„A csoporttagok egyeztessék a mai ebéd menüjét! Használjátok a jegyzeteiteket. Beszéljétek meg közösen, hogy:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Mi van a levesben, a főzelékben, a feltét miből van?... stb. Rajzoljátok le!</i> - <i>Kíváncsi vagyok a véleményetekre is: milyen volt az étel, jellemzők gyűjtése.”</i> <p>Napi menü elemzése, csoportmunkában</p> <ul style="list-style-type: none"> - Minden csoport elemzi a részére kiválasztott fogásokat. - Vélemények milyen volt az étel, jellemzők gyűjtése. - Érzeteket, érzéseket is társíthatnak, pl. a Nagyim hogyan csinálja, nyaraláskor ilyet ettem – jó emlékem. <p>Csoportbeszámoló/prezentáció</p> <ul style="list-style-type: none"> - A „konyhafőnökök” bemutatják az elemzésüket és a csoportvéleményt összegzik. - A menü elemzése a különböző csoportok beszámolója alapján körvonalazódik (a csoportok egymástól tanulnak). - Jutalom: az együttes beszámoló alapján körvonalazódik az egész menüsor értékelése. | <p>csoportalakítás</p> <p>feladat kijelölése</p> <p>csoportmunka:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ételfogások (szubjektív) elemzése, - jellemzők gyűjtése, - vélemények alkotása és megvitatása <p>csoportbemutatók, csoportvélemények megbeszélése</p> | <p>A4-es lapok, színes ceruzák, filctollak</p> |
| 5 perc | <p>Mi legyen egy nap a tányérodon? A lehető legkevesebb zsiradék, só és cukor.</p> <p>Okostányér gyermekeknek. <i>Melléklet 1</i></p> | <p>Ismétlő összefoglalás: mi legyen a tányérodon, ételadagok okosan</p> <p>A párok kis különbséget rejtő kártyákat kapnak.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Meg kell találniuk az eltéréseket. - Van közöttük egy kakukktojás <p>Tanulói kártyák</p> | <p>párban folyó tanulás</p> | <p>tanulói kártyák</p> |



http://mdosz.hu/hun/wp-content/uploads/2016/03/gyerek-okostanyer-2old_FINAL_171009_Oldal_1.png

Ételadagok okosan

Nemcsak a minőség, hanem a mennyiség is számít. A kiegyensúlyozott táplálkozásban nemcsak az alapanyagok/nyersanyagok okos választása a lényeg, hanem azok mennyisége is. Van olyan táplálék, melyből többet és van olyan, amelyből kevesebbet igényel a szervezetünk.

Napi ötszöri étkezés: 3 fő étkezés (reggeli, ebéd, vacsora), két kísétkelés (tízórai, uzsonna).

- A kártya mind a két oldalán igaz állítás van, különbség a mennyiségben rejtőzik.
- Egy **kakuktkojás** van közöttük, amelyben azonosak a mennyiségek.
- **Az állításokban az arányok kiemelve (csak a pedagógusoknak).**

A zöldségek jellemzően sok vizet, rostokat, **nagyobb** mennyiségben cukrokat, életfontosságú anyagokat: pl. vitaminokat, tartalmaznak.

A gyümölcsök jellemzően sok vizet, rostokat, **kis** mennyiségben cukrokat, életfontosságú anyagokat: pl. vitaminokat, tartalmaznak.

A tejtermékek közül a joghurt, a kefir, a túró, túrórúdi **natúr** (nem ízesített) változatokban is kaphatók.

A tejtermékek közül a joghurt, a kefir, a túró, túrórúdi **ízesített** (gyümölcsös, vaníliás, csokis) változatokban is kaphatók.

A húsookban (sertés, marha) általában **jelentős** mennyiségű zsiradék van.

A húsookban (tyúk, csirke, pulyka) általában **kevesebb** mennyiségű a zsiradék.

A zöldségfélék (zeller, retkek, uborka) energiatartalma **alacsony**.

A leveles-zöldségek (saláta, spenót, sóska) energiatartalma a **legalacsonyabb**.

A reggeli és a vacsora együttesen közel **azonos** mennyiségű, mint az ebéd.

A reggeli és a tízórai együtt valamivel **kevesebb**, mint az ebéd.

mennyiségi arányok megállapítása



| | | | | |
|--|--|---|--|-----------------------|
| | <p>Otthoni feladat: élelmiszerbiztonság Nem mindegy, hogy hogyan szállítjuk haza a megvásárolt élelmiszert!</p> | <p>Kakuktkojás A reggeli közel azonos mennyiségű a tízóráival és az uzsonnával (de más összetételű). A vacsora közel azonos mennyiségű a tízóráival és az uzsonnával (de más összetételű).</p> <p>Ellenőrzés, értékelés - A párok beszámolnak az eredményeikről. - A hibátlan, illetve a legkevesebb hibával dolgozó párok jutalomkártyát kapnak. - A kakuktkojás „megfejtőket” megtapsolja az osztály.</p> <p>Otthoni feladat kijelölése: „konyhai őrangyal” Előzetes gyűjtőmunka: alapanyagok, nyersanyagok, élelmiszerek képei, csomagolóanyagai.</p> | <p>párok bemutatják az eredményeiket</p> | <p>jutalomkártyák</p> |
|--|--|---|--|-----------------------|



10 PERCES kiemelhető blokk

Célcsoport/osztály: 2. évfolyam (2. óra)

Modul megnevezése: Táplálkozás

Témakör megnevezése: 2. Mi, micsoda a tányéron? Miből készítik?

Órakeret/Időtartam: 10 perces blokk (45 perces tanórából/foglalkozásból kiemelve)

| Időkeret | Elsajátítandó tudásanyag Ismeretek/tartalmak/célok | Óra/Foglalkozás menete Feldolgozás: tanítói, tanári/ tanuló tevékenységek | Alkalmazott módszerek/ szervezési módok, munkaformák | Alkalmazott szemléltető eszközök, felszerelések, oktatástechnikai eszközök |
|----------|--|---|--|--|
| 2 perc | Bevezető ismétlés De gustibus non est disputandum! Az ízlésről nincs mit vitatkozni! Ízlések és pofonok különbözőek! Önismeret: a legkedvesebb ételeim | <u>Az óra/foglalkozás ismétlő bevezetése: Mi legyen a tányérodon?</u> „Emlékezzünk az előző órán tanultakra! Kinek mi jut az eszébe?” - Tanulói válaszok meghallgatása.... „Igen! Volt, aki helyesen emlékezett, hiszen mi legyen egy nap a tányérodon és arra is kíváncsi voltam, hogy mi a legkedvesebb ételed? Sőt! Meg is jelöltétek, hogy megtalálhatóak-e benne a legfontosabb alapanyagok.” - Okostányér kivetítve. vagy - Ha az iskolában nincs meg a technikai lehetőség, akkor javasolt: táblakép (Okostányér) és/vagy tanulói segédanyag kiosztása, <i>Melléklet 1</i> | tanítói emlékeztető, tanulói válaszok szemléltetés: tanítói/tanulói segédletek | Interneteléréssel rendelkező számítógép, vagy Okostányár a táblán, vagy tanulói segédanyag: <i>Melléklet 1</i> |



5 perc

Mi-micsoda a tányéron?

- Mi készül a gabonából, tejből, húsból?
- Növényi, állati eredetű táplálékok.

- Főként friss zöldség-gyümölcs, teljes kiőrlésű lisztből készült kenyérfélék, tejtermékek, szárnyasokból készült húskételek, halételek fogyasztása ajánlott.

- A fő ételmyszer alapanyagok és jellemzőik.

Forrás:

http://mdosz.hu/hun/wp-content/uploads/2016/03/gyerek-okostanyer-Zold_FINAL_171009_Oldal_1.png

- Mi legyen egy nap a tányérodon? Okostányér gyermekeknek

<http://mdosz.hu/uj-taplalkozasi-ajanlasok-okos-tanyer/>

Új ismeret: tapasztalati tanulás

„Most gondolatban elkészítünk belőle néhányat. Képzletben a piacra megyünk bevásárolni.”

A „piaci bevásárlás” előkészítése

- Egy csoport lesz az **eladók, piaci árusok tábora**. Ehhez a csoporton belül az alapanyagoknak megfelelően szervezzük az árusokat. Lesznek olyanok, akik:

- zöldségeket,
- gyümölcsöket,
- gabonaféléket,
- húsokat/halakat, tejet/tojást és tejtermékeket fognak árulni.

- **A többi csoport lesz a vásárló.**

„Az eladók tábora egy-egy papírlapra **rajzoljon alapanyagokból minél többet!** Például, aki zöldséget árul azok minél többféle zöldséget rajzoljanak és így tovább...”

„A többi csoport szavazza meg azt a **kedvenc ételt**, amit el szeretnének közösen készíteni.

Készítsetek hozzá **bevásárlólistát!** Mi az, amit be kell szerezni az alapanyagokból?”

kooperatív csoportmunka

csoportalakítás

csoportfeladatok:

- „eladók” tábora alapanyagokat rajzol

- „vevők” tábora kiválasztja a csoport kedvenc ételét és bevásárlólistát készít

A4-es lapok, színes ceruza, toll



| | | | | |
|--------|--|---|---|--|
| | | <p>Indulhat a vásárlás! „Ha az árusnál, nincs az a termék, amire a csoportnak szüksége van, csak rázzák meg a fejüket, ha van, akkor a bevásárló-lista megfelelő alapanyagához tegyenek egy jelet, ami jelzi, hogy ők odaadták az árut (+). A vásárlók pedig figyeljék a bevásárló-listát, szintén jegyzeteljenek:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ amit sikerült vásárolni,- amit nem sikerült vásárolni.” <p>- A csoporttagok segítik egymást a vásárlásban, figyelik a bevásárlólistát és jegyzetelnek.</p> | <p>vásárlás lebonyolítása: bevásárlólistán jegyzetelés</p> <p>közös tanulás</p> | |
| 3 perc | <p>Táplálkozás: a tudatos étkezés, az egészséges is lehet finom.</p> <p>Alapanyagok, ételek ismerete, ételek neve, miből készülnek az ételek, milyen nyersanyagokból, a friss és hazaira vonatkozó alapismeretek.</p> <p>Vásárlási kultúra fejlesztése.</p> | <p>Összefoglalás: ismeretek alkalmazása</p> <p>Csoportbemutatók: ellenőrzés, értékelés</p> <ul style="list-style-type: none">- A „vásárlói” csoportok bemutatják a csoport kedvenc ételét, a készítésükhöz szükséges alapanyagokat és a bevásárló-listát (amit sikerült beszerezniük az „eladóknál”).- A többi csoport figyel és észrevételez, véleményez.- Mivel minden csoport más-más ételt „készít el”, így a tanulók egyre több alapanyagot ismerhetnek meg! (a tanulók egymástól tanulnak). | <p>frontálisan: csoportprezentációk</p> <p>közös megbeszélés</p> | <p>A4-es lapok (a bevásárló-lista kiegészítve)</p> |



1. Melléklet

2. óra: Mi micsoda a tányéron? Miből készítik?

(tanulói segédanyag)

OKOSTÁNYÉR

Forrás:

http://mdosz.hu/hun/wp-content/uploads/2016/03/gyerek-okostanyer-2old_FINAL_171009_Oldal_1.png

