

1. PRACOVNÍ LISTY

- Tentokrát se v pracovních listech zaměříme na zdravé stravování a opakování si ovoce a zeleniny.

První pracovní list - na tomto pracovním listě jsou v políčkách vyobrazeny různé druhy ovoce a zeleniny. Úkolem dětí je **ovoce vykreslit červenou barvou** a **zeleninu vymalovat barvou zelenou**.

U ostatních pracovních listů jsou napsané vysvětlivky.

2. VIDEA, POHÁDKY

- Časosběrné video, tentokrát se podíváme na růst jahůdek.

https://www.youtube.com/watch?v=A_tNMJTVy7I&ab_channel=mortrek

- Časosběrné video, růst okurky.

https://www.youtube.com/watch?v=NgK-Z5Gs67E&ab_channel=Boxlapse

- Časosběrné video, růst lilku.

https://www.youtube.com/watch?v=1o1GdXyMyEQ&ab_channel=Boxlapse

- Časosběrné video, hruška.

https://www.youtube.com/watch?v=SHHkmOh942A&ab_channel=NeilBromhall

- Časosběrné video, rajčátko. Zároveň i typ pro vás - můžete si doma zkusit půlku rajčete zasadit.

https://www.youtube.com/watch?v=31us20fy6sw&ab_channel=Boxlapse

- Časosběrné video, růst avokáda. Opět tip pro vás. Můžete si doma pecku z avokáda ponořit do vody, časem jej můžete zasadit a pozorovat.

https://www.youtube.com/watch?v=WRC78QhtCbE&ab_channel=SeeminglyForeverTimelapse

- A nakonec posíláme pohádku "Teo se učí o jídle".

https://www.youtube.com/watch?v=Sk-FWYGVCzk&t=146s&ab_channel=ALFOX

3. HRY

a) Šla jsem do obchodu a koupila jsem si...

- Tato hra procvičuje paměť dětí. K této hře nepotřebujete nic, pouze svou paměť 😊. Maminka/tatínek začínají hru větou "Šla/šel jsem do obchodu a koupila/koupil jsem si banány" (jakékoliv ovoce, zeleninu, jídlo - cokoliv.)

Váš předškoláček si musí zapamatovat, co jste to v obchodě koupili a hned po vás začíná on "Šel/šla jsem do obchodu a koupila/koupil jsem si banány a citrón" (nebo jakékoliv jiné jídlo, musí však říct již řečené jídlo.)

Poté opět přijdete na řadu vy, "Koupil/koupila jsem si banány, citrón a ananas".

Potom opět pokračuje předškoláček, musí si zapamatovat, co vše už jste "nakoupili" → Šel/šla jsem do obchodu a koupil/koupila jsem si banány, citrón, ananas,.... (opět vymyslí další jídlo). Pokračujete stále dokola, dokud se "nezamotáte".

b) TEPLÉ, STUDENÉ, SLADKÉ, SLANÉ, KYSELÝ

- Zařadte tyto potraviny. Jaké jsou? Teplé, studené, sladké nebo slané?
→ ČAJ, BANÁN, BRAMBŮRKY, LED, MLÉKO V LEDNICI, BONBÓNY, PŘÁVĚ
UVAŘENÁ POLÉVKA, LÍZÁTKO, DORT, SŮL, ROHLÍK, ŠUNKA, KIWI, SÝR,
JOGURT V LEDNICI, CITRÓN, LIMETKA,...

Můžete vymyslet i další slova, nemusí být pouze v jedné kategorii - např. jogurt může být i studený a sladký.

Tato slova děti vytleskají.

Děti se zkusí zamyslet nad každým jídlem, co zrovna jedí - jestli jídlo obsahuje nějaké ovoce/zeleninu - jak se jmenuje?

4. BÁSNIČKY

**Ovoce a zelenina,
to je zdraví, to je síla.
Kdo jí mrkev, ředkvičky,
bude zdravý celičký.**

**Dobré ráno, dobrý den,
o jsem rád, že tady jsem.
Budeme povídat,
co by měl mít každý rád -
ovoce a zeleninu,
že je plná vitamínů,
to je přeci dávno známo,
dej mi hrušku, prosím - mámo!**

4. HÁDANKY

- Svítí sytá žlutá, není k nakousnutí, kdo ho dá naráz do pusy, toho kysele podusí. (citrón)
 - Vyšla kráska na procházku, měla srdce na provázku. (jahoda)
 - Má tvar pistole nabarvené žlutě. Když je na stole, dělá nám chutě. V horké černé Africe, živí se jím opice. (banán)
 - Černají se v lese, na slunci i na pasece, Jejich keře píchají, ale plody chutnají. (ostružiny)
- Rostou na pasece. Modrají se v lese pod smrky a doušky. Tomu, kdo je mlsá, zmodrá nos a pusa a zčernají zoubky. (borůvky)

5. PEXESO

- V příloze posíláme obrázek ovoce a zeleniny - jak vypadají uvnitř. Obrázek si můžete vytisknout, rozstříhat a použít jako pexeso.

6. OMALOVÁNKY

- Dětem můžete opět vytisknout.

Přejeme hezký den,
Bára a Jana