

Доставља стручни сарадник педагог, Данијела Ивановски.

У ОШ“Жарко Зрењанин“ Качарево реализоване су активности на тему Одговоран однос према здрављу на два нивоа-у првом и у другом циклусу. Након писања активности и реализације истих, на основу достављених продуката активности, а узимајући у обзир обимности активности, као и учешћа ученика и родитеља, директор и стручни сарадници изабрали су активност одељењске заједнице 4-1, као репрезентативни пример за школу

АКТИВНОСТ

Назив теме ¹	Исхрана и физичка активност
Тип школе (основна или средња)	основна школа
Узраст ученика	1.циклус (4.разреда)
Број учесника	22
Оквирно време реализације активности	септембар – 17.-24.09.2021.год.
Место активности	ОШ“Жарко Зрењанин“ Качарево
Наставни предмети са којима је тема повезана	Српски језик, Природа и друштво, Музика култура, Ликовна култура, Физичко и здравствено васпитање, Пројектна настава, Свет око нас
Циљ активности	Промоција здраве хране Пригодним текстовима, сликама код ученика освестити потребу увођења воћа и поврћа у исхрани. Упозорити на важност здраве исхране у свакој животној доби
Очекивани исходи	По завршетку активности, ученик ће бити у стању да: имају позитиван однос према природи, развијају позитиван однос према здравој исхрани и коришћењу воћа и поврћа у свакодневной исхрани, да покажу иницијативу и да својим активностима промовишу

¹ Одабрати једну од понуђених тема: Појам здравља; Превенција и контрола болести; Употреба психоактивних супстанци; Исхрана и физичка активност; Лична хигијена; Ментално здравље; Превенција повреда; Здравље породице; Животна средина и здравље; Здравље заједнице

	здравље.
Образложење теме Зашто је ова важна важна? Како се може повезати с другим темама / знањима ученика? Како ће она утицати на даље учење и развијање знања у области здравственог васпитања? Како се она може повезати са искуством ученика и њиховим потребама? Како се ова тема може обрадити са више становишта? Како ова тема може послужити за додатна истраживања, анализе, дискусије...? Који аспекти теме захтевају даље истраживање или активности ученика?	Тема треба да нагласи утицај исхране на добро здравље и да освести код деце чињеницу да је правилна и здрава исхрана углавном наш избор и да је лако утицати на добар избор и мењати већ постојеће навике у исхрани. Тема ће бити обрађена литерарно, ликовно, са становишта здравственог васпитања и на крају ће бити демонстрације у прављења природног воћног сока од боровнице, као и његов даљи пласман. Тема ће такође обухватити међупредметне компетенције и предузетништво што подразумева да ученици буду устају да препознају могућности у школи, да идеју претворе у активност, да покажу иницијативу и да таквим активностима промовишу здравље, заштиту здравља и здраве стилове живота.
Неопходна средства / ресурси	Рачунар и бим пројектор, презентација, штампач у боји, 5 килограма свеже боровнице, шећер, флаше за паковање, соковник, средства за чишћење и дезинфекцију, амбалажа за дегустацију.
Остали учесници активности (родитељи, локална заједница...)²	Родитељи који су помоћ у већини активности, локална заједница.
Предлог активности по фазама	Почетна (припремна) фаза: На ЧОСу је разговарано о здравој исхрани и значају коришћења воћа у исхрани а посебно о добробитима сока од боровнице. Ученици су тада разматрали и предузетништво и осмишљавали паковање за сок од боровнице, који ће направити. Фаза реализације: У недељи од 20.09.-24.09.2021.год. ученици IV1 ће у оквиру међупредметних компетенција и предузетништва имати више активности везане за тему и то: на часу ликовне културе – осликавање стаклене амбалаже за природни сок од боровнице, осмишљавање и одабир етикете за амбалажу

² Ово поље није обавезно и попуњава се само уколико активност то захтева.

	на часу пројектне наставе– прављење природног, здравог сока од боровнице, затим– пласман свог производа на часу одељенског старешинства – разговор о здравој исхрани са нагласком на многе добробити за здравље од боровнице и њихово истицање на флајеру који ће бити одштампан. Фаза евалуације: У недељи 27.09.-01.10.2021.год. са ученицима ће се разговарати о реализованим активностима, износити идеје за следеће активности.
Начин праћења и евалуације	Ученици ће наставити са активностима, пратиће се учесталост њихова иницијатива за следеће активности везане за међупредметне компетенције Одговоран однос према здрављу и Предузетништво. Фотографије ће бити доказ реализованих активности.

Пројекат „Одговоран однос према здрављу“

Одељенска заједница IV1

Учитељица: Наташа Глигић

ОШ „Жарко Зрењанин“ - Качарево

Активности су реализоване у више фаза, у временском периоду од недељу дана.

ПРИЛОЗИ:

На часу одељенског старешинства говорили смо о добробити за здравље од боровнице и истакли најважније, такође су ученици у Гугл учионици добили упитник да се изјасне коју би етикету желели за осликане флашице у којима ће се сипати сок од боровнице који ћемо правити.

Етикета за сок од боровнице

За наш пројекат у којем ћемо украшавати флашице за сок од боровнице треба да имамо и етикету (налепницу) коју би свака флашица имала. Имате могућност да одаберете етикету која вам се највише допада. Погледајте слике етикета и одаберите једну!

Која вам се етикета највише допада?

Више понуђених одговора

1

Производња: ученици IV1
ОШ „Жарко Зрењанин“ Качарево
Октобар 2021.

СОК ОД БОРОВНИЦЕ

2

Производња: ученици IV1
ОШ „Жарко Зрењанин“ Качарево
Октобар 2021.

СОК ОД БОРОВНИЦЕ

3

Производња: ученици IV1
ОШ „Жарко Зрењанин“ Качарево
Октобар 2021. 100% природно

СОК ОД БОРОВНИЦЕ

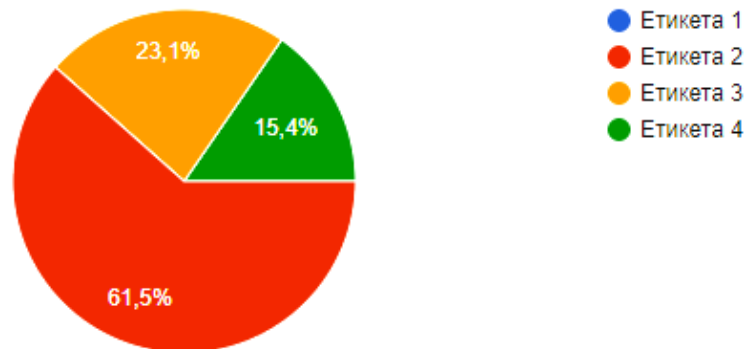
4

Производња: ученици IV1
ОШ „Жарко Зрењанин“ Качарево
Октобар 2021. 100% природно

СОК ОД БОРОВНИЦЕ

Резултати гласања ученика:

Која вам се етикета највише допада?



Издвојили смо добробити за здравље од боровнице:

Када је сок од боровнице у питању
можемо са сигурношћу тврдити
да је у питању један од најомиљенијих сокова
свих генерација.

Укус, мирис, боја, нутритивни састав и лековитост
боровнице од давнина су препознати и коришћени у
природној медицини.

Као воће богато антиоксидантима,
боровница успорава старење целог тела.

Зашто боровнице?

- одличан антиоксиданс
- јачају имуни систем
- побољшавају концентрацију
- смањују ризик од канцерогених обољења
- помажу код дијабетеса
- помажу код реуматоидног артритиса,
- помажу код болести усне дупље, грла и плућа
- помажу при лечењу бешике и мокраћних путева
- спречавају тромбозу и побољшавају циркулацију
- спречавају инфаркт и мождани удар

На часу ликовне културе ученици су осликавали флашице за сок од боровнице:





Осликали смо и припремили 70 флашица са налепницама.



На часу српског језика/литерарне секције писали смо песме:

Боровница

Боровница је воћка права
Коју воле деца здрава.
Витамине има она
и мирише као бомбона!



Њен грм
има трн!

Од трна се брани,
боровницом се храни!



Боровница је дивно воће
Које свако дете хоће.
То је воћка мала, плава
помало кисела, али здрава!

Акцију ову покренули смо ми
да би били здрави сви!
Сокове здраве правимо ми,
можеш их пробати и ти!



У чашу сипај
воће плаво,
саветује вам
одељење здраво!

Емилија Поповић IV₁
Сара Бокун IV₁

Боровнице, боровнице



Стижу сокови у наше флаше!!

Наша другарица боровнице има,
несебично их дарује нама свима !

Воће је здраво и кад је у чаши,
зато га пијте другари наши!



Купите сада сокове здраве,
јер ово наше ручице праве!

Амбалажу ову правили смо ми,
свака је уникат какав смо и ми!



Алекса Бокун IV₁

На часу пројектне наставе реализовали смо припрему и прављење
здравог, природног сока од боровнице:





Након што су наши састојци добро сједињени и растопљени уследила је следећа фаза прављења сока и његово сипање у наше припремљене флашице.



На крају, задовољни и поносни на оно што смо урадили повезујемо међупредметне компетенције и предузетништво.

**Промовишемо здрав стил живота
и обезбеђујемо сопствена средства за наредне пројекте.**



Мало, по мало ... и наша касица се пунила!



Чашом здравља IV₁ наздравља!



Живели!