**АКТИВНОСТ/ РАЗВИЈАЊЕ МПК ОДГОВОРАН ОДНОС ПРЕМА ЗДРАВЉУ**



|  |  |
| --- | --- |
| **Назив теме**[[1]](#footnote-2) | **Исхрана и физичка активност** |
| **Тип школе** (основна или средња) | Основна школа „Анта Богићевић“ |
| **Носиоци активности** | Стручно веће страних језика ( Јасмина Павлов, Јелена Марић, Наташа Капетановић, Наташа Опачић ), Слободан Марковић (физичко васпитање) |
| **Узраст ученика** | 7. разред |
| **Број учесника**  |  94 ученика |
| **Оквирно време реализације активности** | месец дана – октобар 2021. месец здраве хране  |
| **Место активности** | школа, спортски клубови у граду |
| **Наставнипредмети са којим је тема повезана** | енглески / француски језик, биологија, физичко васпитање |
| **Циљактивности** | - упознавање ученика са значајем правилне исхране и редовних физичких активности- препознавање / коришћење кључних појмова у вези са темом на страном језику- разумевање краћих текстова на дату тему |
| **Очекивани исходи** | **препозна / користи кључне појмове на страном језику:**-познаје основне састојке хране- разуме значај правилне исхране и редовних физичких активности- зна да наведе здраву / нездраву храну- уочава повезаност уноса здраве хране и физичких активности- упозна се са могућностима бављења спортом у нашем граду- анализира резултате анкете |
| **Образложење теме**Зашто је ова важна важна? Како се може повезати с другим темама / знањимаученика?Како ће она утицатина 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 је важна зато што је веома битно стицати здраве животне навике од најранијег узраста.Ученицима се указује на значај здраве исхране и редовних физичких активности. Упознају се са састојцима хране, тако да и са аспекта биологије стичу / повезују знања о улози минерала, витамина, протеина, угљених хидрата. То може утицати позитивно и на избор хране код ученика , мање коришћења нездраве хране, као и на редовно залагање на часовима физичког васпитања.Може се поново урадити иста анкета о навикама у исхрани код ученика након нпр.пола године и упоредити у коликој мери је дошло до позитивних промена. |
| **Неопходна средства / ресурси** | Телефон (аудио и видео записи ) , анкетни листићи, прибор за цртање, интернет |
| **Остали учесници активности (родитељи, локална заједница...)[[2]](#footnote-3)** | наставници физчког / биологије, спортски клубови у граду |
|  |  |
| **Предлог активности по фазама** | - упознавање са темом- подела на групе (четири)- договор о задужењима у оквиру група, динамици рада, начину извештавања и оцењивања**1. група** – врши истраживање о нутритивним састојцима хране. Користе уџбеник, интернет и консултују наставника биологије. Такође ће нутритивно представити популарне производе (chips, coke, burger, pizza versus apple, banana, yoghurt, spinach...) и препоручени дневни унос одређених намирница. Потражиће информације о последицама недовољног / прекомерног уноса одређених састојака. Резултате истраживања и закључке представити у ППТ презентацији (избор ученика)**2. група** – саставља анкету за ученике у одељењу на тему навика у свакодневној исхрани. Питања су на енглеском, а одговори могу бити на српском или енглеском, по избору ученика. Питањима треба да се добију информације о: доручку, као најважнијем оброку, количини уноса воћа и поврћа, као и слаткиша, о томе да ли прочитају састав производа пре конзумирања, уносу течности... Резултате анкете је потребно обрадити (бројчано и процентуално) и представити разреду. Начин представљања резултата – на паноу.**3. група** – саставља анкету за ученике у одељењу на тему бављења спортом / физичким активностима. Питања су на енглеском, а одговори могу бити на српском или енглеском, по избору ученика. Питањима треба да се добију информације о: броју ученика који се редовно баве спортом, начинима на који ученици проводе слободно време, који спорт би волели да пробају, колико су физички активни... Резултате анкете је потребно обрадити (бројчано и процентуално) и представити разреду. Начин представљања резултата – на паноу.**4. група** – истражује понуду спортова у Лозници и могућности бављења различитим спортовима / активностима. Потребно је потражити информације на интернету, а затим позвати или обићи спортске организације / клубове који постоје (фудбал, кошарка, рукомет, одбојка, гимнастика, стрељаштво, планинарење, балет, атлетика...) Потребно је добити податке о тренинзима, локацији клубова, начинима пријављивања, цени. Добијене информације представити одељењу – ППТ презентација.Групе извештавају на часу предвиђеном за то. Презентација прве групе ће се показивати и на часовима биологије, а презентација четврте групе на часовима физичког васпитања, у циљу промосивања бављења спортом. |
| **Начин праћења и евалуације** | - праћење / бележење тока рада, приликом прикупљања информација- оцењивање продуката и извештавања- ученици анкетом процењују своје и учешће других у раду групе, као и то колико су задовољни пројектом |

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 [↑](#footnote-ref-2)
2. Ово поље није обавезно и попуњава се само уколико активност то захтева. [↑](#footnote-ref-3)