

Описание на проекта

ТЕМА НА ПРОЕКТА

Кухнята на здравето

Клас/ове: 4-ти клас

Учебен/и предмет/и

Междупредметни връзки: Математика, Човекът и природата, Технологии и предприемачество

Раздел/и /тема:

Цели по предметно знание:

- прилагат умения за работа с мерната единица за маса грам;
- използва математически изчисления при увеличаване на количеството порции;
- търсят информация в интернет за полезните свойства на основните продукти в рецептите, като спазват основните правила за безопасно използване на интернет;
- прилагат уменията си за подбор на достоверни източници на информация.

Цели по ключови компетентности:

- критично мислене;
- умение за търсене на информация;
- креативност;
- умение за работа в екип;
- презентационни умения;

Времетраене: 40 минути

Ресурси/човешки, материални, финансови и др./:

[Работен лист 1](#)

[Име на екипите](#)

[Продукти](#)

ВОДЕЩ ВЪПРОС / АВТЕНТИЧЕН ПРОБЛЕМ

Как да изготвим четиристепенно здравословно меню, включващо всички полезни вещества.

КРАЕН ПРОДУКТ

Четиристепенно здравословно меню

СТРУКТУРА НА ПРОЕКТА *(описва се това, което е приложимо)*

- МОТИВИ ЗА ИЗБОР НА ТЕМА НА ПРОЕКТА

Темата “Кухнята на здравето” е свързана със здравословното хранене и изграждането на полезни навици в учениците за консумиране на добре балансирано и разнообразно меню, богато на фибри, полезни мазнини, протеини и витамини. Дейностите към темата ще формират у учениците здравно-хигиенна култура и навици за здравословен стил на живот, положителни нагласи и отношение към личното здраве, което впоследствие ще рефлектира върху самостоятелния информиран и отговорен избор за здравно поведение.

- ЕТАП “ПОДГОТОВКА”

- НА ПЕДАГОГИЧЕСКИТЕ СПЕЦИАЛИСТИ

- изготвяне на работни листове;
 - избор на подходящи рецепти, които се приготвят бързо (времето от 1 учебен час) и които е възможно да бъдат приготвени в училищния готварски кабинет;
 - набавяне на необходимите продукти.

- НА УЧЕНИЦИТЕ

- еднократни престилки

- ЕТАП “АНГАЖИРАНЕ” НА УЧЕНИЦИТЕ”

- Игра “Асоциации” - учениците трябва да кажат по 3 думи, с които асоциират здравословното хранене
- На база отговорите на учениците учителят задава допълнителни въпроси:
 1. С какво са полезни изброените храни?
 2. Коя храна дава най-много енергия на тялото?
 3. Дайте примери за храни богати на витамини и протеин?
- Учителят въвежда темата “**Кухнята на здравето**”. Учениците са провокирани да покажат усвоените знания и умения за съставяне на здравословно меню, включващо необходимите протеини, въглехидрати, витамини и полезни мазнини за

човешкото тяло. Поставена им е задача да изготвят и приготвят четиристепенно меню с вкусни и бързи рецепти.

- ЕТАП “РАЗЯСНЕНИЕ” НА ЦЕЛИ, ДЕЙНОСТИ, СРОКОВЕ

- Учениците се разделят на четири екипа, на случаен принцип, чрез изтегляне на листчета с името на екипа - “Станция Фреш”, “Станция Таратор”, “Станция Салата”, “Станция Чийзкейк”
- Учителят раздава, предварително изготвените работни листове на учениците. В рамките на 1 минута екипите имат възможност да разгледат задачите, които трябва да изпълнят;
- Учителят разяснява последващите стъпки, а именно:
 - всеки екип трябва да приготви показаните на работния лист рецепти, спазвайки точните пропорции;
 - да изчисли колко продукти са необходими, за да се приготвят 10 порции;
 - да потърси информация в интернет за полезните свойства на продуктите, използвани в рецептата;
 - да изпълни творческата задача, която е свързана с декориране на чинията;
 - да презентира приготвеното по атрактивен начин.

- ЕТАП “ИЗСЛЕДВАНЕ”

- Ученици разпределят ролите в екипа;
- Изпълняват последователно задачите, при спазване на правилата за безопасност;
- Учителят дава възможност на учениците да зададат въпроси при неразбиране;
- Време за работа 15 мин.

- ЕТАП “ПРИЛОЖЕНИЕ/ЗАДЪЛБОЧАВАНЕ”

- Екипите обработват продуктите (измиват, белят, режат, миксират, изцеждат), при възникнали затруднения се обръщат към учителя за съдействие;
- Организирант работата си на определеното работно място;
- Измерват и дозират продуктите;
- Извършват изчисления и попълват получената информация на определеното за целта място в работния лист;
- Проучват информация в интернет, свързана с изпълнението на задачата.

- ЕТАП “ПРЕДСТАВЯНЕ/РЕФЛЕКСИЯ/ОЦЕНКА”

- Екипите представят приготвените от тях рецепти и начина, по който са украсили чиниите;
- Съобщават отговорите на поставените задачи от работния лист;
- Правят самооценка на работата в екипа - как са разпредели ролите, какви трудности са срещнали при изпълнение на задачата, кое е било най-забавно в работата им, какви подобрения биха могли да направят при последваща задача;

- Учителят предоставя възможност за въпроси и препоръки от другите екипи.

ДОПЪЛНИТЕЛНИ НАСОКИ (на ниво проект, ако е приложимо)

Устойчивост на проекта (дейности по надграждане на проекта, мултиплициране и др.)

Проектът е продължение на темата за здравословното хранене в училище и придобиване на положителна нагласа към полезните за човешкото здраве храни. “Кухнята на здравето” надгражда тази тема, като дава възможност учениците чрез различни дейности сами да стигнат до извода за необходимостта от консумиране на здравословни и полезни храни.

С пригответените храни са почерпени ученици от друг клас и са споделени преживяванията от изпълнението на проекта.

КРАТКО, АНГАЖИРАЩО УЧЕНИЦИТЕ, ПРЕДСТАВЯНЕ НА РЕЗУЛТАТИТЕ ОТ ПРОЕКТА

(текст, снимки, видео и др.)

Снимки от процеса на работа:

[Екипна работа](#)

[Работа в екипите](#)

[Работа в екипите](#)

[Екипна работа](#)

[Краен резултат](#)