Emir Vehabović

26.08.2026. 15:44
Pogledano: 585 puta

Serviranje hrane i ponašanje za vrijeme jela – Model tanjira

Nastavna priprema obrađuje pravilan raspored namirnica i kulturno ponašanje za vrijeme jela. Kroz prezentaciju, praktičnu izradu modela tanjira i zajedničku analizu učenici razvijaju svijest o zdravoj ishrani, saradnji i međusobnom poštovanju.

Organizacijski oblik nastave

Predmetna nastava 5. razred

Vrsta nastavnog procesa

Osnovna vrsta nastave - Redovna nastava

Suradnja škole sa roditeljima i zajednicom te razvoj školskog kolektiva

Aktivnosti sa učenicima

Trajanje

45min

Oblasti

Područje tjelesne i zdravstvene kulture

Društveno-humanističko područje

Područje prirodnih nauka

Predmet

Kultura življenja

Ključne kompetencije

Kompetencija pismenosti

Učiti kako učiti

Kompetencija kulturološke svijesti i istraživanja

Ciljevi i ishodi učenja i poučavanja
Učenik/učenica:

- objašnjavaju značaj pravilnog rasporeda namirnica za zdravu i uravnoteženu ishranu
- pravilno raspoređuju različite vrste namirnica na modelu tanjira
- razlikuju primjere pravilnog i nepravilnog serviranja hrane
- primjenjuju osnovna pravila kulturnog ponašanja za vrijeme jela

Detaljan opis realizacije

Aktivnost 1

Nastavnik pozdravlja učenike, najavljuje temu časa i kroz kratki razgovor
postavlja pitanja učenicima o pravilnom serviranju hrane i ponašanju za stolom. Učenici metodom razgovora iznose svoja iskustva, nakon čega nastavnik objašnjava pojam modela tanjira i njegov značaj za pravilnu i uravnoteženu ishranu. Učenici se upoznaju sa aktivnostima koje će raditi na času.

Aktivnost 2

Nakon uvodnog razgovora nastavnik uz pomoć prezentacije objašnjava model
tanjira, osnovne grupe namirnica i njihov pravilan raspored u uravnoteženom obroku. Učenici prepoznaju namirnice koje pripadaju grupama voća, povrća, žitarica, mesa i mliječnih proizvoda, te razgovaraju o značaju raznovrsne ishrane za zdravlje. Kroz zajedničku analizu primjera učenici objašnjavaju koje namirnice treba da budu više zastupljene na tanjiru, a koje u manjim količinama. Nastavnik posebno naglašava osnovna pravila kulturnog i pravilnog ponašanja za vrijeme jela.

Aktivnost 3

Nakon objašnjenja modela tanjira, učenici prelaze na praktičnu aktivnost –
izradu modela tanjira. Koriste unaprijed pripremljene materijale (plastelin, stiropor, papir i karton). Učenici oblikuju različite vrste hrane i raspoređuju ih na tanjiru prema pravilima modela tanjira. Nastavnik prati njihov rad, pomaže i daje dodatna objašnjenja.

Aktivnost 4

Učenici predstavljaju izrađene modele tanjira i objašnjavaju raspored odabranih namirnica u skladu sa pravilima uravnotežene ishrane. Kroz zajedničku analizu radova učenici prepoznaju pravilno raspoređene grupe hrane i izdvajaju primjere uravnoteženih obroka. Nastavnik usmjerava razgovor i naglašava značaj zdrave ishrane i kulturnog ponašanja za vrijeme obroka.

Aktivnost 5

Na kraju časa učenici zajedno analiziraju izrađene modele tanjira prema unaprijed dogovorenim kriterijima: pravilan raspored grupa namirnica, zastupljenost različitih vrsta hrane, uravnoteženost obroka i urednost serviranja. Kroz razgovor ponavljaju najvažnije pojmove vezane za model tanjira, pravilnu ishranu i kulturno ponašanje za stolom. Učenici izdvajaju primjere pravilno oblikovanih obroka i objašnjavaju zbog čega je važno pravilno kombinovati i servirati hranu u svakodnevnoj ishrani.

Potrebni resursi

- udžbenik Kulture življenja za V razred i nastavne pripreme za nastavnu jedinicu Serviranje hrane i ponašanje za vrijeme jela – model tanjira
- PowerPoint prezentacija
- računar
- projektor
- nastavna tabla
- marker
- plastični tanjiri
- plastelin
- stiropor
- papir
- karton
- makaze
- ljepilo
- bojice za izradu modela tanjira

Praćenje i procjenjivanje

/

Ideje za domaće zadaće (nastavak aktivnosti) i uključivanje roditelja

/

Savjeti za druge nastavnike/ce kod realizacije ove lekcije/teme

/

Metode i tehnike

Collections

Mirovna pedagogija: kompendijum priprema za čas

Priprema za čas - Osnovna škola