Emir Vehabović

26.08.2026. 15:44
Погледано: 590 пута

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.

Организацијски облик наставе

Предметна настава 5. разред

Врста наставног процеса

Основна врста наставе - Редовна настава

Сарадња школе са родитељима и заједницом те развој школског колектива

Активности са ученицима

Трајање

45min

Области

Подручје тјелесне и здравствене културе

Друштвено-хуманистичко подручје

Подручје природних наука

Предмет

Kultura življenja

Кључне компетенције

Компетенција писмености

Учити како учити

Компетенција културолошке свијести и истраживања

Циљеви и исходи учења и поучавања
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

Детаљан опис реализације

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.

Потребни ресурси

- 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

Праћење и процењивање

/

Идеје за домаће задатке (наставак активности) и укључивање родитеља

/

Савјети за друге наставнике/це код реализације ове лекције/теме

/

Методе и технике

Collections

Мировна педагогија: компендијум припрема за час

Припрема за час - Основна школа