

# POHÁDKA O ČERVENÉ KARKULCE ANEB POTRAVINY JÍME A NEVYHODÍME

## AUTOR

Recyklohraní, o.p.s., Bc. Jarmila Hrdličková, Ing. Terezie Pačesová

## ZÁMĚR

Děti/žáci jsou seznámeni s důležitostí potravin pro život a jsou poučeni, jak zamezit plýtvání s nimi.

## CÍLOVÁ VĚKOVÁ SKUPINA

Děti MŠ, žáci 1. a 2. třídy ZŠ

## KLÍČOVÉ CÍLE

Děti/žáci si uvědomí hodnotu potravin a jejich původ.

## KLÍČOVÉ KOMPETENCE

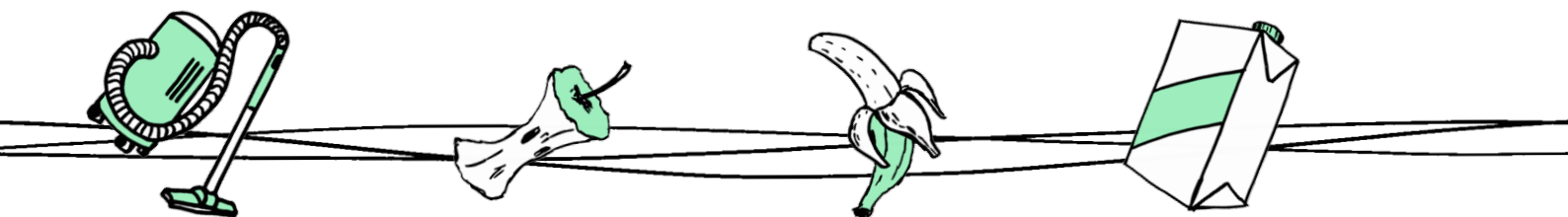
Děti/žáci si ujasní význam potravin, jaké je třeba preferovat a proč, seznámí se s původem různých druhů potravin a jejich zpracováním, seznámí se s možnostmi, jak lze omezit plýtvání s potravinami.

## KLÍČOVÉ POJMY

Druhy potravin, zpracování potravin a jejich konzumace, trvanlivost/poživatelnost potravin

## DOBA TRVÁNÍ

45 minut



**MÍSTO**

Třída MŠ a ZŠ

**POMŮCKY**

Červený čepeček, více obrázků různých druhů zeleniny a ovoce (třeba pexeso), balicí papíry, letáky z obchodů s potravinami

**METODY PRÁCE**

Metoda slovní, návody, popis, vyprávění, hry, metoda přímého pozorování, názorné ukázky praktických činností, metoda navození problémových situací

**POPIS PROGRAMU**

Za rozlehlými a hlubokými lesy, v domku na okraji jedné vesnice, žila se svými rodiči malá holčička. Protože ráda nosila červený čepeček, tak zvanou karkulku, kterou dostala od maminky, všichni ji říkali Červená Karkulka. **(Učitel vybere jedno z děvčat, které dostane čepeček a bude představovat Karkulku).** Nikdo už ani nevěděl, jak se vlastně doopravdy jmenuje. Možná to byla Hanička, nebo Terezka, nebo Ivanka nebo..... **(učitel vyjmenovává jména holčiček ve třídě).** Karkulka byla zvědavá holčička a moc ráda pomáhala svým rodičům. Třeba dělala **(dítě-Karkulka pantomimicky předvádí různé činnosti např. mytí nádobí, zametání, utírání prachu a ostatní děti hádají, jakou činnost vykonávala),** ale ze všeho nejraději pomáhala na zahradě zalévat květiny a zeleninu. **(Dítě-Karkulka umísťuje na tabuli nebo papírový karton obrázky různé zeleniny a děti ji pojmenovávají),** také sklízet ovoce **(Karkulka umísťuje na tabuli nebo karton obrázky různého ovoce a děti je pojmenovávají)** a pak s maminkou vše zavařovala, nakládala, uskladňovala a ze všeho nejraději jedla a ochutnávala.

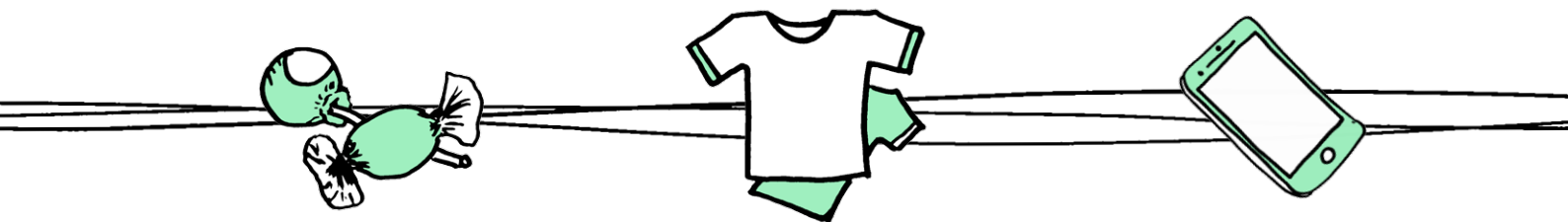
**Aktivita pro děti**

Učitel nachystá balicí papíry nebo kartony, kde budou jednotlivě nakresleny znaky nebo obrázky pro: zavařování – zavařovací sklenice na kompot velká, zavařovací sklenice na marmeládu malá, moštování a výroba šťáv – lahev, skladování – bedýnka, sušení – sluničko nebo obrázek sušeného ovoce. Děti se rozdělí do skupin k jednotlivým balicím papírům a na ně umístí obrázky ovoce a zeleniny vhodné ke konkrétnímu způsobu zpracování, které prodlouží dobu použitelnosti.

**Pohybová aktivita: „NA KOMPOT“**

Děti sedí na židličkách v kruhu. Učitel každému dítěti postupně po kruhu rozdává názvy nebo obrázky ovoce, kterým bude po dobu trvání hry. Stejný název ovoce, mají minimálně dvě děti. Učitel si také vezme název jednoho ovoce a zůstává uprostřed kruhu a zavolá určitý název ovoce (např. „všechna jablka si vymění místa“) a děti s tímto ovocem se snaží si rychle vyměnit místa na židličkách a ten kdo je ve středu kruhu se snaží rychle některou uvolněnou židličku obsadit. Na koho místo nezbude, zůstává uprostřed a vyvolává. Když se řekne „Kompot“, vymění si místa všichni.

Ne všechno si však dovedli rodiče Karkulky vypěstovat a některé potraviny museli nakupovat v obchodě. **(Učitel nechá děti jmenovat názvy potravin, které nakupují s rodiči a doplňuje obrázky např. lze využít letáků z obchodu. Děti si pak vystříhnou, popř. nalepí potraviny, které se u nás nedají vypěstovat a dováží se z velké dálky např. rýže, banány, pomeranče, ananas a další tropické ovoce, sardinky a další mořské ryby, olivový olej atd.)** Při jednom nákupu si Karkulka všimla bedýnky nahnědlých banánů, které už nikdo nekupoval. Maminka si jich však několik vložila do nákupního košíku. Karkulka si pomyslela: „Tak tyhle banány já jíst nebudu,



mám ráda jenom ty hezky žluté“. Doma dala maminka překvapené Karkulce vidličku, aby všechny banány rozmačkala a pak ty rozmačkané banány v míse smíchala s moukou, máslem, vajíčky, cukrem a přidala i nasekané ořechy a kakao. Těsto nalila do formy na bábovku a řekla Karkulce: „Vidíš, i pomačkané ovoce a také nevzhledná zelenina se dá ještě využít a sníst. Počkej, jak se budeš olizovat, až ochutnáš.“ Pak dala maminka bábovku do trouby upéci.

### **Možná aktivita dle podmínek: „PŘÍPRAVA TĚSTA NA BÁBOVKU“**

Učitel má předem připravené a navážené ingredience na přípravu těsta: 20 dkg hladké mouky, 1 kávovou lžičku sody, půl kávové lžičky soli, 10 dkg práškového cukru, 6 dkg rozpuštěného másla nebo tuku, 2 celá vejce, půl dcl mléka, 1 lžička octa, 3 banány. Nejdříve děti/žáci smíchají v míse veškeré sypké ingredience (mouku, sodu, sůl, cukr) a rozmačkají banány. Pak přidají do mísy ostatní ingredience, včetně banánů a vše zamíchají. Lze přidat i lžici kakaa a hrst nasekaných ořechů, ale nemusí to být. Těsto se nalije do připravené, vymazané a moukou vysypané formy na bábovku. Paní kuchařky po dohodě upečou.

### **Pohybová aktivita: „NA BÁBOVKU“**

Jedná se o obdobu známé hry pro děti. Děti/žáci chodí po obvodu kruhu v rytmu říkanky: „Naše máma povídala, že z banánů udělala bábovku.“ Na poslední slovo se děti pustí a slovo vytleskají. Učitel si pak vymyslí další potraviny a děti doplňují, co z nich máma udělala např. „Naše máma povídala, že z jablíček udělala buchtičku, (štrůdl, kompot).“ „Naše máma povídala, že z mrkvičky udělala salátek (mrkvanec, polévku).“ Děti si tak uvědomí, co lze připravit i z méně vzhledného ovoce a zeleniny.

Po upečení bábovky řekla maminka Karkulce: „Babička má dneska svátek, půjdeš ji popřát a dám ti pro ni do košíku bábovku, víno a cestou natrhej květiny. Babička má nejraději ty z louky.“ Karkulka si vzala svůj oblíbený čepceček, košík a šla. Babička bydlela na samotě v chaloupce za lesem. Cestou Karkulka natrhala květiny, a když vešla do lesa, zastoupil ji cestu vlk a začal vyzvídat, kam jde a co nese v košíčku. Karkulka mu vše popravdě řekla a vlk začal škemrat o kousek bábovky. Prý už lidi nežere, protože mu dlouho leží v žaludku, k ovečkám se také přes ohradníky nedostane a myslivci se na něj zlobí, když jim loví v revíru. Několik dní už nejedl a má hlad jako vlk.

### **Říkadlo:**

**Vlk po lese chodí,**

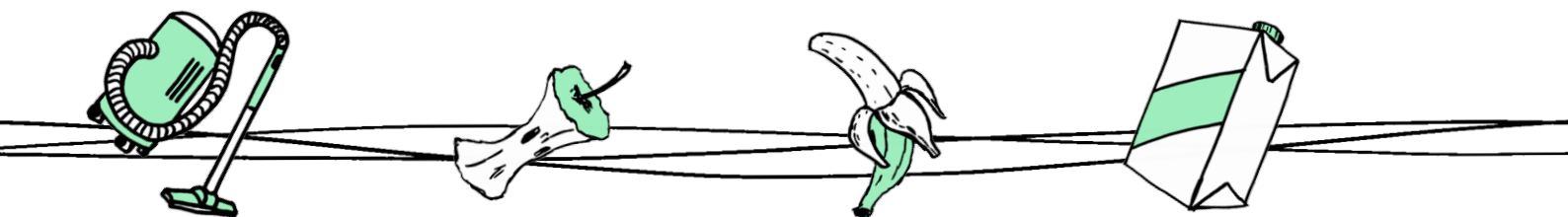
**všichni se ho bojí.**

**My si ale rady víme,**

**proto se ho nebojíme.**

**(Učitel nechá děti přemýšlet, jak situaci řešit a pomoci vlkovi.)**

Karkulka si také věděla rady. Vzpomněla si, že slyšela od svých rodičů, že existují místa, kterým se říká „potravinové banky“, ve kterých se shromažďují potraviny, které pak putují k těm, kteří nemají dost peněz, aby si je nakoupili. Napadlo ji, že vytvoří v lese takové místo pro hladového vlka a bude tam nosit to, co někteří lidé nesní a vyhazují. Myslíte děti, že se vlk nažral?



## OTÁZKY A KVÍZ PRO DĚTI

- A. Proč maminka s Karkulkou zavařovaly ovoce a nakládaly zeleninu?
- B. Co lze ještě dělat s potravinami, aby nám déle vydržely?
- C. Co se stane s potravinami, které nesníme a vyhodíme do popelnice? **(Možnost dát dětem tyto odpovědi na výběr.)**
1. Udělají si v popelnici večírek, kde zpívají a tancují.
  2. Vyvezou se na skládku, kde se rozkládají a zapáchají.

## POZNÁMKY

[illegible]