SPPK a učitelia ZŠ: zdravá výživa patrí do učebných osnov

Do tretieho ročníka celoslovenskej súťaže Hovorme o jedle sa v týždni od 12. do 16. októbra 2015 zapojilo 454 základných škôl.

Podpredsedu Slovenskej poľnohospodárskej a potravinárskej komory Dušana Janíčka počet škôl v súťaži príjemne prekvapil: *„Verím, že aj v budúcom roku sa projekt Hovorme o jedle stretne s takouto širokou odozvou. Zároveň nás teší aj fakt, že školy chcú budovať zdravie mladej generácie“.*

Väčšina učiteľov, ktorých sme počas piatich dní súťaže Hovorme o jedle oslovili, sa stotožnila v jednom: deti by sa o zdravej výžive mali učiť systematicky a už na prvom stupni základnej školy. Chýbajú im poznatky a nie vždy sa vedia správne rozhodnúť pri výbere potravín a tak nie je výnimočné, ak deti skĺznu v rámci stravovacích návykov aj do extrémov.

Potvrdzuje to aj Zuzana Sadleková, učiteľka ZŠ Mokrohájska v Bratislave: *„O výžive sa deti učia až na gymnáziu, a to je už veľmi neskoro, v 9. ročníku len minimálne. Stáva sa potom, že deti veľmi často vyhľadávajú na internete diskusné fóra a dajú sa ovplyvniť aj extrémnymi názormi – stávajú sa z nich vegetariáni, vegáni alebo naopak, nezdravou stravou sa u nich vyvinie obezita“*, približuje skúsenosti z práce s deťmi a z ich názorov na správne stravovanie Z. Sadleková.

Práve týždeň zložený z troch aktivít – súťažno-vzdelávacej aktivity Hovorme o jedle, výtvarnej súťaže Chutné maľovanie a literárnej súťaže Na čo sú nám polia, sady – mal deťom priblížiť napríklad aj to, o čom je potravinová pyramída, ako sa majú správne stravovať, prečo musia prijímať dostatok mlieka a mliečnych výrobkov či z čoho získava telo dostatok vlákniny.

-----> Pozrite si fotogalériu z týždňa Hovorme o jedle

Ľudovo sa hovorí, že fantázii sa medze nekladú. A rovnako to platilo aj počas týždňa Hovorme o jedle. Vyučovacie hodiny, počas ktorých deti tvorili projekty na zadané témy, sme strávili v kolektíve ZŠ Mokrohájska a ZŠ Turnianska v Bratislave. Pod vedením Anny Orságovej zo ZŠ Turnianska žiaci napríklad pracovali na pokuse v čerstvosti vajíčok. *„Práve zážitkové vyučovanie hrá kľúčovú rolu vo vzdelávaní detí“,* hovorí A. Orságová.

Týždeň Hovorme o jedle vyvrcholil v ZŠ Mokrohájska v piatok 16. októbra, keď v telocvični staršie deti pripravili pre mladšie pestrú paletu zábavných aktivít. *„Záujem o výživu bol veľmi veľký. Aj keď primárne projekt je koncipovaný len pre ZŠ, my sme do neho zapojili aj našich stredoškolákov. Deti odchádzali z vyučovania nadšené. Od pondelka do štvrtka sa o zdravej výžive hravým spôsobom učili, v piatok sa na túto tému hrali. Čím viac takýchto aktivít bude, tým to bude lepšie aj v rámci učebných osnov“*, hovorí Darina Ištoková zo ZŠ Mokrohájska v Bratislave.

„Cieľom súťaže je vyvolávať a podporovať spoluprácu a aktívnu účasť školy pri vzdelávaní detí a mládeže o potravinách a dobrých stravovacích návykoch ako súčasti zdravého životného štýlu, o úlohe potravín pri ochrane zdravia a ich význame pre tvorbu a ochranu životného prostredia, regionálny rozvoj a zamestnanosť. My totiž dlhodobo tvrdíme, že práve oblasť výživy nedostatočne podchytená v rámci učebných osnov. Aj takýmto spôsobom sa preto snažíme, aby sa o tejto problematike deti dozvedeli počas vyučovania čo najviac a najlepšie hravou formou“, približuje Tatiana Belová, riaditeľka odboru potravinárstva Slovenskej poľnohospodárskej a potravinárskej komory.

Slovenská poľnoospodárska a potravinárska komora bude v týchto dňoch zbierať a následne v spolupráci s odbornou porotou vyhodnocovať tisícky detských prác. Pre víťazov sú pripravené zaujímavé ceny a medzi nimi aj balíčky hydinového mäso zo slovenskej produkcie na prípravu obedov.

Poznatky, tipy a nápady, ktoré Slovenská poľnohospodárska a potravinárska komora získa z detských prác a postrehov učiteľov, by mali poslúžiť ako inšpirácia pre kompetentných, ktorí budú v budúcnosti zostavovať nové učebné osnovy. Je totiž nespochybniteľné, že bez výchovy uvedomelého spotrebiteľa, a to už v jeho útlom veku, sa v zdravom životnom štýle, v osvojovaní si správnych stravovacích návykov a tým aj v predchádzaní zdravotným ochoreniam, veľký pokrok dosiahnuť nedá.

Jana Holéciová, hovorkyňa SPPK