

Obrazac „Metodičkih preporuka za ostvarivanje odgojno-obrazovnih ishoda predmetnih kurikuluma i međupredmetnih tema za osnovnu i srednju školu“

OSNOVNI PODACI

Ime i prezime	Martina Mikšić
Zvanje	mag. prim. educ., mentor
Naziv škole u kojoj ste trenutačno zaposleni	OŠ Banija, Karlovac
Adresa elektroničke pošte	martina.miksic1@skole.hr
Naslov metodičkih preporuka	Piramida pravilne prehrane
Predmet (ili međupredmetna tema)	Zdravlje
Za međupredmetnu temu navesti u sklopu kojega nastavnoga predmeta, sata razrednika ili izvannastavne aktivnosti se izvodi.	Sat razrednika
Razred	1. razred

OBVEZNI ELEMENTI

Odgovorno- obrazovni ishod (oznaka i tekst iz kurikuluma predmeta ili međupredmetni h tema objavljenih u NN)	https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2019_01_10_212.html A.1.2. Razlikuje osnove pravilne od nepravilne prehrane i opisuje važnost tjelesne aktivnosti.
---	--



Tijek nastavnoga sata	<ol style="list-style-type: none">1. UVODNI DIO2. GLAVNI DIO3. ZAVRŠNI DIO
Opis svih aktivnosti (što rade učenici, a što učitelj/nastavnik)	<p>1. UVODNI DIO</p> <p><u>1. AKTIVNOST</u></p> <p>Učitelj/učiteljica dijeli učenicima radni list br. 1. Zadatak je da učenici na radnom listu crvenom bojom zaokruže 5 namirnica koje najčešće konzumiraju.</p> <p>Učenici rješavaju zadatak.</p> <p><u>2. AKTIVNOST</u></p> <p>Učitelj/učiteljica postavlja učenicima pitanja:</p> <p><i>Tko je zaokružio pahuljice, kruh, rižu ili tjesteninu?</i></p> <p><i>Tko je zaokružio brokulu, papriku, mrkvu ili rajčicu?</i></p> <p><i>Tko je zaokružio jagodu, naranču, jabuku ili grožđe?</i></p> <p><i>Tko je zaokružio mlijeko ili sir?</i></p> <p><i>Tko je zaokružio ribu, jaje, meso ili kobasice?</i></p> <p><i>Tko je zaokružio bombon, čokoladu, tortu ili lizalicu?</i></p> <p><i>Tko je zaokružio ulje ili sol?</i></p> <p>Učenici dižu ruku nakon svakog pitanja ako su zaokružili barem jednu od namirnica.</p> <p>NAJAVA</p> <p><u>3. AKTIVNOST</u></p> <p>Učitelj/učiteljica najavljuje sat.</p> <p><i>(Danas ćemo naučiti što je pravilna prehrana, što je piramida pravilne prehrane, koje namirnice koristiti više u prehrani, a koje manje i kako ih rasporediti u 5 obroka tijekom dana.)</i></p> <p>2. GLAVNI DIO</p> <p><u>4. AKTIVNOST</u></p> <p>Učitelj/učiteljica dijeli učenike na 3 skupine. Svakoj skupini dijeli radni list i objašnjava zadatke, a nakon rješavanja postavlja učenicima pitanja.</p> <p>Učenici u skupinama rješavaju radne listove, nakon rješavanja odgovaraju na pitanja učitelja/učiteljice.</p> <p><u>4. AKTIVNOST (1. skupina)</u></p> <p>Na radnom listu br. 2 formata A3 zadatak je rasporediti namirnice u skupine (žitarice i proizvodi od žitarica, povrće, voće, mlijeko i mliječni proizvodi, jaja, meso i riba, slano, masno i slatko) upisivanjem riječi u odgovarajući stupac.</p> <p>Nakon izvršenog zadatka učitelj/učiteljica postavlja pitanja:</p> <p><i>Što ste upisali u stupac žitarica i proizvoda od žitarica? Znate li još neku namirnicu iz te skupine?</i></p> <p><i>Što ste upisali u stupac povrća? Znate li još neku vrstu povrća?</i></p> <p><i>Što ste upisali u stupac voća ? Znate li još neku vrstu voća?</i></p> <p><i>Što ste upisali u stupac mlijeko i mliječni proizvodi? Znate li još neki mliječni proizvod?</i></p> <p><i>Što ste napisali u stupac jaja, meso i riba? Znate li još neku namirnicu koja pripada toj skupini?</i></p>



	<p>Što ste upisali u stupac slano, masno i slatko? Znate li još neku namirnicu koja pripada toj skupini?</p> <p>Učenici odgovaraju na pitanja.</p> <p>4. AKTIVNOST (2. skupina)</p> <p>Na radnom listu br. 3 formata A2 zadatak je u piramidu zalijepiti izrezane sličice namirnica s radnog lista br. 1 (koji je učitelj/učiteljica pripremio još jedan više nego što ima učenika) u dijelove piramide gdje pripadaju.</p> <p>Nakon izvršenog zadatka učitelj/učiteljica postavlja pitanja:</p> <p>Što ste zalijepili u 1. red piramide? Koji je zajednički naziv tim namirnicama?</p> <p>Zašto se nalaze u 1. redu piramide?</p> <p>Koje 2 vrste namirnica se nalaze u drugom redu?</p> <p>Koje 2 vrste namirnica se nalaze u trećem redu?</p> <p>Što je u 4. redu piramide? Zašto?</p> <p>Što nam prikazuje piramida pravilne prehrane? Koje namirnice treba najviše konzumirati? Koje treba izbjegvati? Zašto?</p> <p>Učenici odgovaraju na pitanja.</p> <p>4. AKTIVNOST (3. skupina)</p> <p>Na radnom listu br. 4 formata A2 zadatak je zadane namirnice rasporediti u 5 dnevnih obroka. Nakon izvršenog zadatka učitelj/učiteljica postavlja pitanja:</p> <p>Koji su obroci tijekom dana?</p> <p>Koje ste namirnice odredili za zajutrak? Kakav treba biti zajutrak? Zašto?</p> <p>Koje ste namirnice odredili za doručak? Kakav treba biti doručak? Zašto?</p> <p>Koje ste namirnice odredili za ručak? Kakav treba biti ručak? Zašto?</p> <p>Koje ste namirnice odredili za užinu? Kakva treba biti užina? Zašto?</p> <p>Koje ste namirnice odredili za večeru? Kakva treba biti večera? Zašto?</p> <p>Učenici odgovaraju na pitanja.</p> <p>5. AKTIVNOST</p> <p>Učitelj/učiteljica objašnjava učenicima interaktivnu igru BeeKeeper.</p> <p>Učenici igraju igru (<i>individualno ili u paru</i>). Tri su vrste iste igre (<i>za učenike s teškoćama, darovite učenike i ostale učenike.</i>)</p> <p>5. AKTIVNOST (učenici s teškoćama)</p> <p>U igri je 8 pitanja. Na svako pitanje ponuđena su 2 odgovora. Učenik/učenica treba odrediti točan odgovor. Svakim točnim odgovorom pčelica u igri je sve bliže košnici.</p> <p>5. AKTIVNOST (daroviti učenici)</p> <p>U igri je 12 pitanja. Na svako pitanje ponuđena su 4 odgovora. Učenik/učenica treba odrediti točan odgovor. Svakim točnim odgovorom pčelica u igri je sve bliže košnici.</p> <p>5. AKTIVNOST (ostali učenici)</p> <p>U igri je 10 pitanja. Na svako pitanje ponuđena su 3 odgovora. Učenik/učenica treba odrediti točan odgovor. Svakim točnim odgovorom pčelica u igri je sve bliže košnici.</p> <p>UOPĆAVANJE</p> <p>6. AKTIVNOST</p> <p>Učitelj/učiteljica postavlja učenicima pitanja:</p> <p>Što je pčelica skupila u košnici? Pripada li med pravilnoj prehrani? U kojem obroku možemo koristiti med? Koji su još obroci u danu? Zašto obroci moraju biti raznoliki? Zašto je važna pravilna prehrana? Koje namirnice obroci trebaju</p>
--	--



	<p>sadržavati u većem broju? Koju hranu treba jesti umjerenog? Što nam prikazuje piramida pravilne prehrane?</p> <p>Učenici odgovaraju na pitanja.</p> <p>3. ZAVRŠNI DIO</p> <p>7. AKTIVNOST</p> <p>Učitelj/učiteljica ponovno dijeli učenicima radni list br. 1. Zadatak je da učenici na radnom listu zelenom bojom zaokruže 5 namirnica koje će od sada najčešće konzumirati.</p> <p>Učenici rješavaju zadatak.</p> <p>8. AKTIVNOST</p> <p>vrednovanje kao učenje (samovrednovanje)</p> <p>Učenici na kraju sata popunjavaju rubrike crtajući cvjetić u rubriku. Kad nacrtaju cvjetić spojiti će crtom pčelicu i sve cvjetice.</p>																																																			
Sadržaji koji se koriste u aktivnostima	<p>1. UVODNI DIO</p> <p>1. AKTIVNOST</p> <p>- radni list br. 1</p> <table border="1"><tbody><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>KOBASICE</td><td>BOMBON</td><td>JAJE</td><td>JAGODA</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>NARANČA</td><td>PAHULJICE</td><td>TORTA</td><td>BROKULA</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>MESO</td><td>ČOKOLADA</td><td>MLIJEKO</td><td>KRUH</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>PAPRIKA</td><td>RIBA</td><td>SOL</td><td>MRKVA</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>JABUKA</td><td>RIŽA</td><td>ULJE</td><td>LIZALICA</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>GROŽĐE</td><td>SIR</td><td>RAJČICA</td><td>TJESTENINA</td></tr></tbody></table>								KOBASICE	BOMBON	JAJE	JAGODA					NARANČA	PAHULJICE	TORTA	BROKULA					MESO	ČOKOLADA	MLIJEKO	KRUH					PAPRIKA	RIBA	SOL	MRKVA					JABUKA	RIŽA	ULJE	LIZALICA					GROŽĐE	SIR	RAJČICA	TJESTENINA
KOBASICE	BOMBON	JAJE	JAGODA																																																	
NARANČA	PAHULJICE	TORTA	BROKULA																																																	
MESO	ČOKOLADA	MLIJEKO	KRUH																																																	
PAPRIKA	RIBA	SOL	MRKVA																																																	
JABUKA	RIŽA	ULJE	LIZALICA																																																	
GROŽĐE	SIR	RAJČICA	TJESTENINA																																																	



2. GLAVNI DIO

4. AKTIVNOST (1. skupina)

- radni list br. 2

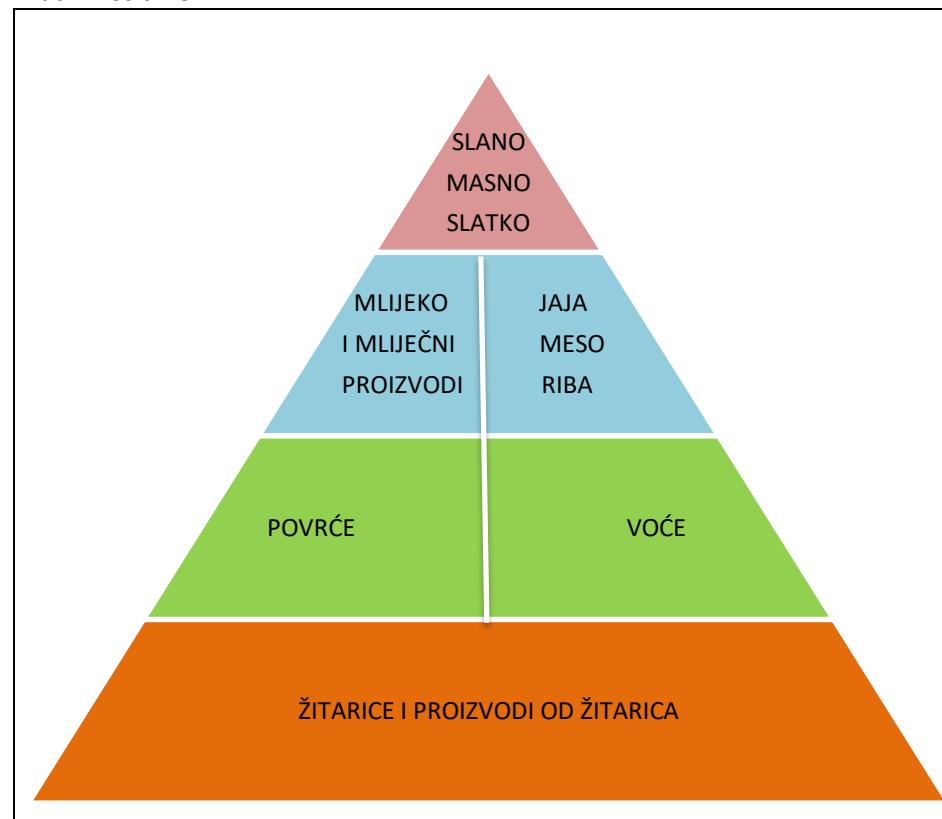
ŽITARICE PROIZVODI OD ŽITARICA	POVRĆE	VOĆE	MLJEKO I MLJEČNI PROIZVODI	JAJA MESO RIBA	SLANO MASNO SLATKO

RASPOREDI NAMIRNICE U TABLICU:

KELJ, KISELO MLJEKO, TELETINA, INTEGRIRANI KRUH, ŠARAN, CIKLA, PALENATA, KOLAČ, PURETINA, KRUŠKE, CVJETAČA, KIVI, SLANINA, MANDARINE, JOGURT, BANANE, SVJEŽI SIR, LUBENICA, PILETINA, HELJDA, ŠPINAT, KRAFNA, LUK, ORADA

4. AKTIVNOST (2. skupina)

- radni list br. 3





4. AKTIVNOST (3. skupina)

- radni list br. 4

RASPOREDI NAMIRNICE U 5 DNEVNIH OBROKA.
RAJČICA, BANANA, JUHA OD GRAŠKA, JABUKA, NEMASNA ŠUNKA,
INTEGRALNI KRUH, PAHULJICE S MLJEKOM, JAJE, ZELENA SALATA,
RIŽA, SLADOLED, PILETINA, KRAVLJI SIR, INTEGRALNO PECIVO

JUTRO ZAJUTRAK	
PRIJEPODNE DORUČAK	
PODNE RUČAK	
POSLIJEPODNE UŽINA	
VEČER VEČERA	

5. AKTIVNOST (učenici s teškoćama)

INTERAKTIVNA IGRA BeeKeeper

Creative Commons Attribution 4.0 International License
piramida pravilne prehrane (1)



<https://www.wisc-online.com/users/martinamik%c5%a1i%c4%87/games/42161/piramida-pravilne-prehrane-1>

ZADACI:

1. OBROK U PODNE
RUČAK/VEČERA
2. ZAJUTRAK
ONO ŠTO POJEDEŠ ČIM USTANEŠ/POSLIJEPODNEVNI OBROK
3. JABUKA
VOĆE/POVRĆE
4. NAJDRAVIJE PIĆE
VODA/SOK
5. ŠTO TREBA JESTI UMJERENO?
VOĆE, POVRĆE, ŽITARICE/SLANO, SLATKO, MASNO



6. IZABERI ZDRAVI RUČAK
JUHA OD GRAŠKA, PILETINA, RIŽA, ZELENA SALATA, KRUŠKA/ JUHA OD GRAŠKA, PIZZA, KOLAČ
7. IZABERI ZDRAVE NAMIRNICE ZA VEČERU
MLJEKO, ČOKOLADA/ JOGURT, INTEGRIRANO PECIVO
8. KOJA JE NAMIRNICA ZDRAVIJA
JAGODA/HRENOVKE

5. AKTIVNOST (daroviti učenici)

INTERAKTIVNA IGRA BeeKeeper

Creative Commons Attribution 4.0 International License

piramida pravilne prehrane (2)



<https://www.wisc-online.com/users/martinamik%c5%a1i%c4%87/games/42162/piramida-pravilne-prehrane-2>

ZADACI:

1. OZNAČI ULJEZA
JAGODA/GROŽĐE/PALENATA/KIVI
2. OZNAČI ULJEZA
BROKULA/NARANČA/CVJETAČA/ŠPINAT
3. OZNAČI NAJDRAVIJU NAMIRNICU OD PONUĐENIH
KOBASICA/ČOKOLADA/PAPRIKA/SOL
4. NIJE VOĆE, POVRĆE NITI MLJEČNI PRROIZVOD
RAJČICA/MANDARINA/JOGURT/RIŽA
5. SIR NE MOŽE BITI
KRAVLJI/JUNEĆI/OVČJI/KOZJI
6. OZNAČI ULJEZA
MRKVA, CIKLA, KELJ/JOGURT, MLJEKO, SIR/MESO, JAJA, TTESTENINA/KRUŠKA, GROŽĐE, MANDARINA
7. OZNAČI NETOČNO
JUTRO- ZAJUTRAK/PRIJEPODNE- UŽINA/PODNE- RUČAK/VEČER- VEČERA
8. NIJE ŽITARICA, NIJE POVRĆE, NIJE NA VRHU PIRAMIDE
ČOKOLADA/ZELENA SALATA/MLJEKO/RIŽA
9. IZABERI NAJDRAVIJI RUČAK
JUHA OD GRAŠKA, RIŽA, SALATA OD RAJČICE I KRSTAVACA/POHANA
PILETINA, POMFRIT, SOK, KOLAČ/JUHA OD CVJETAČE, RIBA, KUHANI KRUMPIR,
ZELENA SALATA, JABUKA/PILETINA, JUNETINA, PALENATA, SLADOLED
10. SLAVIŠ ROĐENDAN. ČIME ĆEŠ POČASTITI PRIJATELJE?



BROKULOM, KRUMPIROM I PILETINOM/SENDVIČEM SA SIROM I NEMASNOM ŠUNKOM, PRIRODNIM SOKOM, TORTOM/ČIPSOM, VODOM I TORTOM/PIZZOM, GAZIRANIM SOKOM I JABUKOM
11. SIR, JAJA I MESO PRIPADAJU
1. REDU PIRAMIDE/3. REDU PIRAMIDE/2. REDU PIRAMIDE/4. REDU PIRAMIDE
12. NA KRUH JE NAJZDRAVIJE NAMAZATI
MASLAC/MED/PAŠTELJU/MAJONEZU

5. AKTIVNOST (ostali učenici)

INTERAKTIVNA IGRA BeeKeeper

Creative Commons Attribution 4.0 International License
piramida pravilne prehrane (3)



<https://www.wisc-online.com/users/martinamik%c5%a1i%c4%87/games/42165/piramida-pravilne-prehrane-3>

ZADACI:

1. OZNAČI ULJEZA
MRKVA, GRAŠAK/CVJETAČA, BROKULA/NARANČA, BANANA
2. MLJEČNI PROIZVOD NIJE
KRUH/SIR/JOGURT
3. PRVOM REDU PIRAMIDE PRAVILNE PREHRANE NE PRIPADA
RIŽA/MLIJEKO/TJESTENINA
4. 3. OBROK U DANU JE
VEČERA/UŽINA/RUČAK
5. OZNAČI NAMIRNICE KOJE TREBA JESTI UMJERENO
KOLAČ, KOBASICA/JAGODA, BRESKVA/PAHULJICE, RIŽA
6. IZABERI NAJZDRAVIJI RUČAK
JUHA, POHANA PURETINA, JABUKA, TORTA/RIŽA, SALATA OD RAJČICE, KOLAČ/
JUHA, TELETINA, KRUMPIR, ZELENA SALATA, KRUŠKA
7. IZABERI NAJZDRAVIJU VEČERU
PILETINA I KRUMPIR/INTEGRIRANI KRUH I JAJE/ČOKOLADA I MLIJEKO
8. OZNAČI NAMIRNICU S NAJVİŞE SOLI
SVJEŽI KRAVLJI SIR/ČIPS/RAJČICA
9. NIJE U 1. REDU PIRAMIDE I NIJE MLJEČNI PROIZVOD
PORILUK/TJESTENINA/JOGURT
10. MAMA TI JE DOZVOLILA U TRGOVINI IZABRATI 2 STVARI.
ŠTO ĆEŠ IZABRATI?
VOĆNI JOGURT I BANANE/ČOKOLADU I GAZIRANI SOK/ČIPS I JABUKE

7. AKTIVNOST- radni list br. 1



Primjeri vrednovanja za učenje, vrednovanja kao učenje ili naučenog uz upute	vrednovanje za učenje Učitelj/ učiteljica neposrednim uvidom u ostvarivanje zadatka popunjava rubrike za vrednovanje.			
	PIRAMIDA PRAVILNE PREHRANE	IME I PREZIME UČENIKA/UČENICE	DA	DJELOMIČNO
	ZNA NABROJATI SKUPINE NAMIRNICA			
	ZNA RAZVRSTATI NAMIRNICE PO SKUPINAMA			
	RAZUMIJE ZNAČENJE REDOVA U PIRAMIDI PRAVILNE PREHRANE			
	ZNA ODREDITI NAMIRNICE ZA DNEVNE OBROKE			
vrednovanje kao učenje (samovrednovanje) Učenici na kraju sata popunjavaju rubrike crtajući cvjetić u rubriku. Kad nacrtaju cvjetić spojiti će crtom pčelicu i sve cvjetice.				
	PIRAMIDA PRAVILNE PREHRANE	DA	DJELOMIČNO	NE
	ZNAM NABROJATI SKUPINE NAMIRNICA			
	ZNAM RAZVRSTATI NAMIRNICE PO SKUPINAMA			
	RAZUMIJEM ŠTO ZNAČE REDOVI U PIRAMIDI			
	ZNAM ŠTO TREBA SADRŽAVATI PRAVILAN OBROK			
	ZNAM KOJU HRANU TREBAM IZBJEGAVATI			



Razrađeni problemski zadaci, zadaci za poticanje kritičkog razmišljanja, kreativnosti i/ili istraživački zadaci; ovisno o predmetu i nastavnoj temi	4. AKTIVNOST- radni listovi br. 2, 3, 4 (raspoređivanje namirnica u tablicu, piramidu pravilne prehrane, dnevene obroke) 5. AKTIVNOST- interaktivna igra BeeKeeper 7. AKTIVNOST- radni list br. 1 (biranje namirnica- kritičko mišljenje)
DODATNI ELEMENTI¹	
Poveznice na više odgojno-obrazovnih ishoda različitih predmeta ili očekivanja međupredmetnih tema	<p>https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2019_01_10_215.html OŠ HJ A.1.1. Učenik razgovara i govori u skladu s jezičnim razvojem izražavajući svoje potrebe, misli i osjećaje. OŠ HJ A.1.5 Učenik upotrebljava riječi, sintagme i rečenice u točnome značenju u uobičajenim komunikacijskim situacijama. https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2019_01_7_147.html PID OŠ A.1.1. Učenik uspoređuje organiziranost u prirodi opažajući neposredni okoliš. PID OŠ A.B.C.D. 1.1. Učenik uz usmjeravanje opisuje i predstavlja rezultate promatranja prirode, prirodnih ili društvenih pojava u neposrednome okružju i koristi se različitim izvorima informacija. https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2019_01_7_146.html MAT OŠ C.1.2. Crtanje razlikuje ravne i zakrivljene crte. MAT OŠ E.1.1. Služi se podatcima i prikazuje ih piktogramima i jednostavnim tablicama. https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2019_01_10_217.html goo C.1.1. Sudjeluje u zajedničkom radu u razredu. https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2019_01_7_154.html uku A.1.3 3. Kreativno mišljenje Učenik spontano i kreativno oblikuje i izražava svoje misli i osjećaje pri učenju i rješavanju problema. uku A.1.4. 4. Kritičko mišljenje Učenik oblikuje i izražava svoje misli i osjećaje. uku B.1.2. 2. Praćenje Na poticaj i uz pomoć učitelja prati svoje učenje. uku B.1.4. 4. Samovrednovanje/ samoprocjena</p>

¹ Sastavni elementi prijave koji omogućuju dodanu vrijednost provedbi javnoga poziva. Nisu obvezni, ali nose dodatne bodove u skladu s kriterijima procjene metodičkih preporuka.



	<p>Na poticaj i uz pomoć učitelja procjenjuje je li uspješno riješio zadatak ili naučio.</p> <p>uku C.1.3.</p> <p>3. Interes</p> <p>Učenik iskazuje interes za različita područja, preuzima odgovornost za svoje učenje i ustraje u učenju.</p> <p>uku D.1.2.</p> <p>2. Suradnja s drugima</p> <p>Učenik ostvaruje dobru komunikaciju s drugima, uspješno surađuje u različitim situacijama i spremjan je zatražiti i ponuditi pomoć.</p> <p>https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2019_01_7_150.html</p> <p>ikt A.1.2.</p> <p>Učenik se uz učiteljevu pomoć služi odabranim uređajima i programima.</p> <p>https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2019_01_7_153.html</p> <p>osr A.1.3.</p> <p>Razvija svoje potencijale.</p> <p>osr A.1.4.</p> <p>Razvija radne navike.</p> <p>osr B.1.2.</p> <p>Razvija komunikacijske kompetencije.</p> <p>osr C.1.3.</p> <p>Pridonosi skupini.</p> <p>https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2019_01_7_157.html</p> <p>pod B.1.2.</p> <p>Planira i upravlja aktivnostima.</p> <p>https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2019_01_7_152.html</p> <p>odr A.1.3.</p> <p>Uočava povezanost između prirode i zdravoga života.</p>
Aktivnost u kojima je vidljiva interdisciplinarnost	2. AKTIVNOST- HRVATSKI JEZIK 4. AKTIVNOST- PRIRODA I DRUŠTVO, UKU, OSR, POD 5. AKTIVNOST- PRIRODA I DRUŠTVO, IKT, OSR 8. AKTIVNOST- MATEMATIKA, ODR
Aktivnosti koje obuhvaćaju prilagodbe za učenike s teškoćama	5. AKTIVNOST- interaktivna igra BeeKeeper piramida pravilne prehrane (1)
Aktivnosti za motiviranje i rad s darovitim učenicima	5. AKTIVNOST- interaktivna igra BeeKeeper piramida pravilne prehrane (2)
Upute za kriterijsko vrednovanje kompleksnih i problemskih zadataka i/ili radova esejskoga tipa	



Projektni zadaci (s jasnim scenarijima, opisima aktivnosti, rezultatima projekta, vremenskim okvirima)	<p>Tijekom jednog tjedna učenici će bilježiti namirnice koje su konzumirali tijekom dana u 5 obroka. Trebaju upisati i namirnice koje su konzumirali između obroka (ako jesu). Nakon izvršenog zadatka zajednički ćemo utvrditi da li su se pridržavali pravila pravilne prehrane i što bi još mogli promijeniti.</p> <table border="1" data-bbox="438 422 1378 871"><thead><tr><th></th><th>P</th><th>U</th><th>S</th><th>Č</th><th>P</th><th>S</th><th>N</th></tr></thead><tbody><tr><td>ZAJUTRAK</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>DORUČAK</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>RUČAK</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>UŽINA</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>VEĆERA</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr><tr><td>IZMEĐU OBROKA</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></tbody></table>		P	U	S	Č	P	S	N	ZAJUTRAK								DORUČAK								RUČAK								UŽINA								VEĆERA								IZMEĐU OBROKA							
	P	U	S	Č	P	S	N																																																		
ZAJUTRAK																																																									
DORUČAK																																																									
RUČAK																																																									
UŽINA																																																									
VEĆERA																																																									
IZMEĐU OBROKA																																																									
Poveznice na multimedijijske i interaktivne sadržaje	<p>INTERAKTIVNA IGRA BeeKeeper Creative Commons Attribution 4.0 International License https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/</p> <p>https://www.wisc-online.com/users/martinamik%c5%a1i%c4%87/games/42161/piramida-pravilne-prehrane-1</p> <p>https://www.wisc-online.com/users/martinamik%c5%a1i%c4%87/games/42162/piramida-pravilne-prehrane-2</p> <p>https://www.wisc-online.com/users/martinamik%c5%a1i%c4%87/games/42165/piramida-pravilne-prehrane-3</p> <p>SLIKE License to use Creative Commons Zero - CC0 tjestenina https://www.maxpixel.net/Cook-Pasta-Carb-Nutrition-Raw-Carbohydrates-Food-3709214 paprika https://www.maxpixel.net/Vegetables-Healthy-Pepper-Orange-Paprika-Vitamins-158476 torta https://www.maxpixel.net/Torte-Sweet-Dessert-Food-Birthday-Cake-Cherries-157234</p> <p>Pixabay License</p>																																																								



(free for commercial use, no attribution required)
kruh https://pixabay.com/de/illustrations/brot-franz%C3%B6sisch-toast-b%C3%A4ckerei-3365809/
cornflakes https://pixabay.com/de/vectors/cornflakes-getreide-fr%C3%BChst%C3%BCck-Cck-151476/
jabuka https://pixabay.com/de/illustrations/apple-symbol-apple-ikonen-modell-4017545/
naranča https://pixabay.com/de/vectors/orange-zitronens%C3%A4ure-obst-zitrus-1985197/
jagoda https://pixabay.com/de/illustrations/erdbeere-obst-sweet-3001017/
grožđe https://pixabay.com/de/vectors/trauben-pflanze-rosine-wein-obst-159820/
brokula https://pixabay.com/de/vectors/brokkoli-haufen-kopf-gr%C3%BCn-40295/
mrkva https://pixabay.com/de/illustrations/karotte-gem%C3%BCse-pflegen-2985399/
paradajz https://pixabay.com/de/vectors/pflanze-tomate-gem%C3%BCse-1300547/
mlijeko https://pixabay.com/de/vectors/milch-pulver-lebensmittel-ern%C3%A4hrung-312369/
sir https://pixabay.com/de/vectors/k%C3%A4se-molkerei-milchprodukte-151032/
riba https://pixabay.com/de/illustrations/fisch-kinder-clipart-rosa-cartoon-1177215/
meso https://pixabay.com/de/vectors/fleisch-lebensmittel-rindfleisch-148789/
jaja https://pixabay.com/de/vectors/ei-fr%C3%BChst%C3%BCck-Cck-sunny-side-up-dotter-305311/
čokolada https://pixabay.com/de/vectors/schokolade-s%C3%BCß-dessert-kakao-2896696/
bombon https://pixabay.com/fr/vectors/candy-alimentaire-bonbons-sweet-146690/
lizaljka https://pixabay.com/fr/vectors/sucette-candy-sweet-color%C3%A9-red-312545/
ulje https://pixabay.com/fr/vectors/alimentaire-bouteille-olive-huile-46797/



	<p>kobasica https://pixabay.com/fr/vectors/saucisses-saucisse-hot-dog-40626/</p> <p>pčela https://pixabay.com/fr/vectors/miel-abeille-battant-insectes-311047/</p> <p>License: Creative Commons 4.0 BY-NC</p> <p>riža http://pngimg.com/download/22417</p> <p>License: CC0 1.0 Universal (CC0 1.0), Public Domain Dedication https://creativecommons.org/publicdomain/zero/1.0/</p> <p>sol https://pxhere.com/en/photo/986088</p>
Prijedlozi vanjskih izvora i literature	<p>http://skolica-prehrane.rijeka.hr/hrana-i-prehrana/piramida-pravilne-prehrane/pet-skupina-namirnica/</p> <p>Mazali, Gustavo; Deredel- Rogeon, Sandrine, 2013., Jakov se prejeo bombona, Forum, Zadar</p> <p>Cabrera, Aleix; Curto, Rosa Maria, 2015., Niko i prehrana, Neretva, Zagreb</p>