**Deň študentstva 16.11.2021**

**Aktivita 1:** U13

Téma : Obezita, problém mladých, prevencia.

Extrémna premena Matúša (motivačná prezentácia).

Zdravá výživa, zdravšie potraviny, zdravý životný štýl.

**Aktivita 2 :** U05

**Ochutnaj a uhádni**

Počas aktivity budú mať žiaci oči previazané šatkou, následne budú ochutnávať 6 zdravých netradičných potravín (mango, granátové jablko, olivy, sójové mlieko, kešu oriešok, rukola).

Prísne epidemiologické opatrenia:

jednotlivé potraviny budú servírované v plastových pohárikoch, po konzumácii a ovoňaní budú žiaci hádať názvy jednotlivých potravín.

**Aktivita 3:** stolovačka

**Ponúkni svoj výrobok**

Špaldové piškóty plnené banánom obaľované v horkej čokoláde (veľmi jednoduché a krátke na prípravu).

Úlohou žiakov bude pripraviť tieto jednohubky a naservírovať ich na ozdobenom tanieri, kreativite sa medze nekladú.

**Aktivita 4:** U06

**Vedomostný kvíz**

Tento kvíz absolvujú žiaci po prednáške k téme „Obezita, problém mladých“, nakoľko chceme získať spätnú väzbu o ich aktívnom počúvaní a postrehoch.

**Aktivita 5:** U01

**„Zdravý výživa – logo“**

Úlohou žiakov bude na formát A1 vytvoriť reklamné logo, reklamný plagát k téme Zdravá výživa. K dispozícii budú mať letáky, farbičky, lepidlo, nožnice.

Všetky plagáty alebo logá budú vyvesené v oddychovej zóne, kde budú v priebehu dvoch týždňov hodnotené žiakmi a najlepšie/najzaujímavejšie/najkrajšie práce budú odmenené pri nasledujúcej akcii. Hlasovať budú žiaci prostredníctvom schránky pri kabinete VP/sociálneho pedagóga, kde budú vhadzovať svoje hlasy vpísaním jedného čísla na papierik. Po ukončení hlasovania budú hlasy spočítané a výsledky oznámené na nástenke „Aktuality“.

* Počas priebehu dňa sa budú žiaci presúvať v sprievode svojho triedneho učiteľa alebo majstra odborného výcviku po jednotlivých stanovištiach. Okrem iného budú ochutnávať niekoľko druhov koláčov, aby si mohli predstaviť, že aj pečenie môže byť zdravé.

**Pečieme zdravo**

1. Fit jablkový koláč z ovsených vločiek

2. Jablková štrúdľa

3. Jablkový koláč zo špaldovej múky

4. Mrkvový koláč