



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

Stravování nemocných

Metodický list

společná práce s interaktivní tabulí - černé ovce
práce s interaktivní tabulí a sešitem - nemoci a dietní onemocnění
samostatná práce s prezentací - Dr.Hous (hádání nemocí)

Obecné informace k řadě pracovních listů Člověk a zdraví - zdravý způsob života a péče o zdraví

Výukové materiály jsou určeny převážně pro práci na interaktivní tabuli nebo prezentaci prostřednictvím projektoru. Část materiálů obsahuje testy nebo úlohy určené k množení a samostatnému doplnění.



Každý výukový materiál obsahuje v úvodu klíčové otázky, které seznámí žáky s účelem práce a mohou být využity jako poklad pro testování znalostí a dovedností žáků.



Části označené touto ikonou jsou určeny ke shrnutí poznatků a lze je využít jako zápis do sešitů nebo k ucelení opakované látky.

Výukové materiály navazují na řadu učebnic Občanská výchova 6-9 s blokem Rodinná výchova: učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia nakladatelství Fraus.

Každý úkol je srozumitelně popsán. Řešení, pokud jsou nutná, jsou uvedena v závěru výukového materiálu jako příloha.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.



NA KONCI HODINY DOKÁŽU ODPOVĚDĚT, KDYŽ SE NĚKDO ZEPTÁ:

Jmenuj alespoň tři onemocnění, k jejichž léčbě patří dodržování speciálního dietního režimu.

Popiš, jaká stravovací pravidla musí dodržovat lidé s onemocněními, která jsi vybral/a.



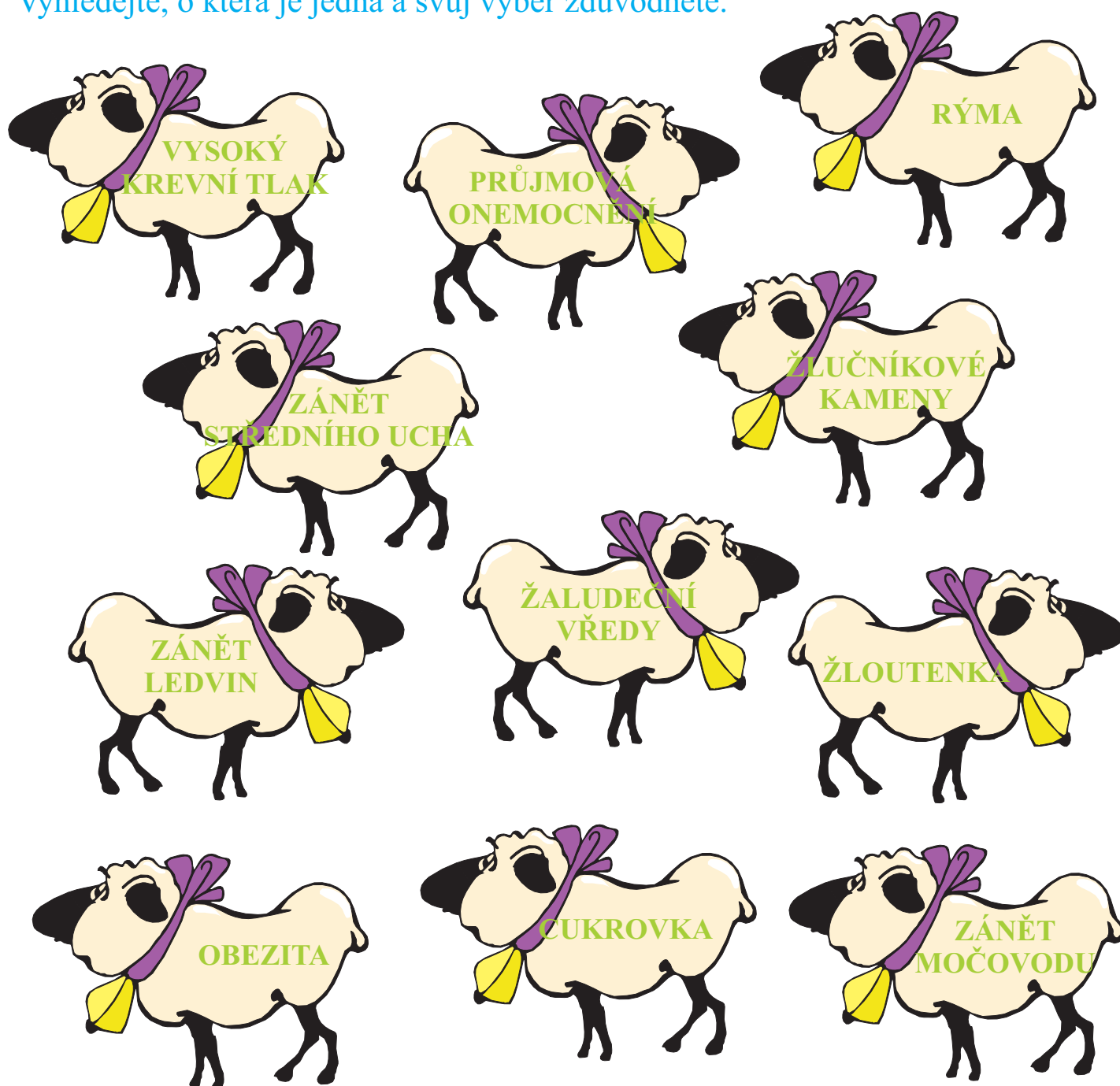
INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

PRÁCE S INTERAKTIVNÍ TABULÍ

Najdi černou ovci (nebo ovce?)

Na tabuli je seznam mnoha různých onemocnění. Některá sem ale nepatří. Vyhledejte, o která je jedná a svůj výběr zdůvodněte.





INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

PRÁCE S INTERAKTIVNÍ TABULÍ A SEŠITEM

Každé onemocnění chce své...

Při některých onemocněních je nutné dodržovat také stanovená dietní pravidla.

Do tabulky před vámi vybírejte a dopisujte, jaká omezení platí při konkrétních onemocněních nebo skupinách onemocnění.

POZOR! Některá onemocnění se mohou objevit u více onemocnění!

Po kontrole запиšte do sešitů.

Onemocnění jater

Žaludeční vředy

Onemocnění ledvin

Vysoký krevní tlak

Průjemová onemocnění

Obezita

omezení příjmu tekutin

omezení tuků

omezení cukrů bez alkoholu

bez kávy suchary, suché rohlíky

bez ostrých jídel snížení příjmu energie

více tekutin omezení příjmu bílkovin



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

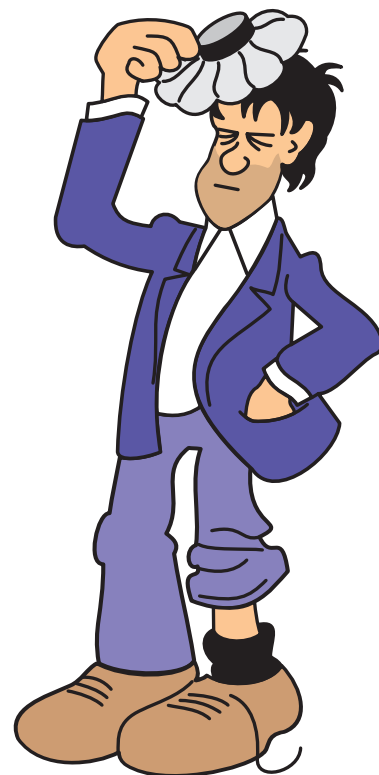
SAMOSTATNÁ PRÁCE S PREZENTACÍ

Dr. House

Sami rozhodněte, jakou nemocí práce trpíte. Vyberte některé z onemocnění, které jste prodělali nebo je obecně známé a většina lidí zná jeho příznaky.

Zatím nikdo neví, kterou nemocí trpíte. Sepište tužkou do sešitu příznaky vašeho onemocnění, v čem vás omezuje a jestli musíte držet nějakou dietu.

Prezentujte před spolužáky, kteří mají uhodnout, o jaké onemocnění se jedná.





INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.



SHRNUTÍ

K některým onemocněním patří také stravovací omezení.

Správné dietní doporučení určuje vždy lékař!

Obecně platí, že...

- ... průjemová onemocnění = více tekutin, suchá strava
- ... onemocnění jater = bez alkoholu, kávy, omezit tuky, více vitaminů
- ... žaludeční vředy = bez alkoholu, kávy a cigaret, omezit ostrá jídla
- ... onemocnění ledvin = omezit bílkoviny a tekutiny dle rady lékaře
- ... vysoký krevní tlak = bez alkoholu, kávy a cigaret, upravit příjem tekutin
- ... obezita = snížit energetický příjem v potravě

Nemocný má, stejně jako zdravý člověk, dodržovat pravidelnost a pestrost ve stravě, pokud nemá lékařem určené omezení.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

Literatura a zdroje obrázků

ČECHOVÁ, Barbora. Nápadník pro rozvoj klíčových kompetencí ve výuce. 1. vyd. Praha: www.scio.cz, s.r.o., 2006. 182 s. ISBN 80-86910-53-9

KOLEKTIV AUTORŮ. Občanská výchova 8 s blokem Rodinná výchova: učebnice pro základní školy a víceletá gymnázia. 1. vyd. Plzeň: Fraus, 2005. 144 s. ISBN 80-7238-393-0

Neoznačené obrázky - Clipart pro Corel 8 a jejich modifikace



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

ŘEŠENÍ VYBRANÝCH CVIČENÍ

Najdi černou ovci

Většina onemocnění na tabuli vyžaduje nějaký typ omezení ve stravě, kromě:

rýmy, zánětu středního ucha, zánětu močovodu

Pokud žáci nemohou přijít na odpověď, můžete jim práci usnadnit poukázáním na nadpis - Stravování nemocných

Další možností je žákům černé ovce označit a nechat je přijít na důvod, proč k ostatním nepatří.