



mpc
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM

**VZDELÁVANÍM
PEDAGOGICKÝCH ZAMESTNANCOV
K INKLÚZII MARGINALIZOVANÝCH
RÓMSKÝCH KOMUNIT**



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ

Kód ITMS: 26130130051

číslo zmluvy: OPV/24/2011

Metodicko – pedagogické centrum

Národný projekt

**VZDELÁVANÍM PEDAGOGICKÝCH ZAMESTNANCOV
K INKLÚZII MARGINALIZOVANÝCH RÓMSKÝCH KOMUNIT**

Helena Gáberová

Som praktické dievča

Vydavateľ:	Metodicko-pedagogické centrum, Ševčenkova 11, 850 01 Bratislava
Autor UZ:	Mgr. Helena Gáberová
Kontakt na autora UZ:	zs.telgart@centrum.sk
Názov:	Som praktické dievča
Rok vytvorenia:	2014
Oponentský posudok vypracoval:	Mgr. Ivan Citterberg
ISBN 978-80-565-0819-0	

Tento učebný zdroj bol vytvorený z prostriedkov projektu Vzdelávaním pedagogických zamestnancov k inklúzii marginalizovaných rómskych komunit. Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov Európskej únie.

Text neprešiel štylistickou ani grafickou úpravou.

Obsah:

Rodina

Financie, rodinný rozpočet

Zdravá výživa

Stolovanie

Šitie, vyšívanie

Práce v domácnosti

Vianoce

Veľká noc

RODINA

1. Doplň do textu vhodné slová. (*deti, rodina, pomáhajú, rodičia, spoločne, porozumenie, poslúchajú*)

Základnou bunkou spoločnosti je Tvoria ju rodičia a V každej rodine by mala vládnuť láska a Všetci členovia sa navzájom rešpektujú a si. O deti sa starajú Deti rodičov a pomáhajú im. Všetky problémy riešia

2. Doplň známe príslovie. **Všade dobre, (tajnička) najlepšie.**

1. Radosťou rodičov sú dobré
2. Hlavou rodiny je
3. Teplo domova vytvára
4. Všetci sa majú navzájom

1.				
2.				
3.				
4.				

3. Označ obrázky na ktorých je šťastná a spokojná rodina.



4. Z nasledujúcich slovných spojení zakrúžkuj možnosti ktoré môžu zapríčiniť rozpad rodiny.

- a) vzájomná znášanlivosť a úcta
- b) pitie alkoholu
- c) vzájomná neznášanlivosť a agresia
- d) nevera
- e) vzájomná tolerancia
- f) domáce násilie
- g) neustále hádky a krik
- h) vzájomná pomoc

5. Do domčeka vpiš úlohy otca v rodine, úlohy mamy a úlohy detí.

Úlohy detí:

Úlohy otca:

Úlohy matky:

6. Nakresli všetkých členov tvojej rodiny a zakružkuj člena rodiny, ktorého máš najradšej.

7. Vyrastáš v šťastnej a spokojnej rodine?

ÁNO

NIE

NEVIEM

FINANCIE, RODINNÝ ROZPOČET

1. Zakrúžkuj správnu odpoveď.

Naša mena je:

- a) koruna
- b) euro
- c) frank

Peniaze si môžeme uložiť do:

- a) obchodu
- b) banky
- c) nemocnice

S peniazmi treba zaobchádzať:

- a) rozumne
- b) všetky hneď minúť
- c) všetky odložiť na horšie časy

Rodinný rozpočet je:

- a) o poistení
- b) o sporení
- c) o príjmoch a výdavkoch v rodine

Osobný účet si môžeme založiť v:

- a) lekárni
- b) banke
- c) obecnom úrade

Úlohou stavebného sporenia je šetriť si:

- a) na bývanie
- b) na auto
- c) na dovolenku

2. Dané slovné spojenia správne roztried'.

zdravotné poistenie, sociálne dávky, sporenie, poplatok za elektriku a vodu, nákup potravín, výplata, nákup oblečenia a obuvi, sociálne poistenie, výhra, darček

PRÍJMY

VÝDAVKY

3. Podčiarkni na čom sa dá ušetriť:

- značkové oblečenie / oblečenie z výpredaja
- sprchovanie / kúpanie sa vo vani
- porovnávame ceny v obchodoch / nezáleží nám na tom
- počas umývania zubov necháme vodu tiecť / vodu zastavíme

4. Je to správne?

Z mesačného príjmu by sme si mali odložiť 10 %.

ÁNO NIE

Pred nákupom si urobíme zoznam potravín, ktoré potrebujeme.

ÁNO NIE

Pri odchode z miestnosti necháme zapálené svetlo.

ÁNO NIE

Životné poistenie je dobrá investícia.

ÁNO NIE

5. Z príjmu 400 € skús urobiť mesačný rozpočet.

BEZPEČNOSŤ PRI PRÁCI

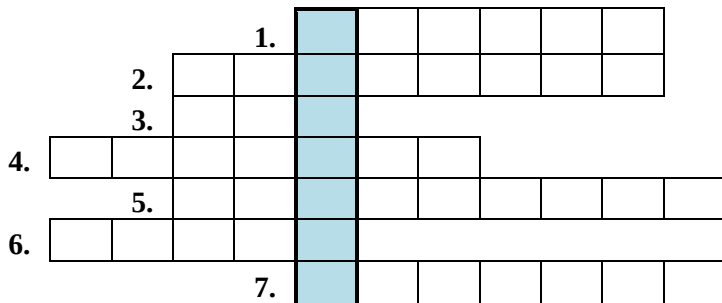
1. Zakrúžkuj správnu odpoveď. Praktické dievča znamená:

- a) Dievča, ktoré si vie poradiť pri domácich prácach, v kuchyni a pri hospodárení.
- b) Dievča, ktoré sa pekne oblieka.
- c) Dievča, ktoré vie spievať a tancovať.

2. Do textu doplň vhodné slová. (*ostrými, požiaru, obuv, neumývame, vypnuté, úrazu, opatrné, mokrými*)

Pri každej práci sa musia dodržiavať určité zásady bezpečnosti, aby nedošlo k , prípadne k Pri každej práci musíme mať vhodnú a oblečenie. Dôsledne dbáme na zaobchádzanie s nožmi a ostrými predmetmi. Zapojené elektrické spotrebiče pod tečúcou vodou. rukami nezapájame elektrické spotrebiče. Pri odchode z miestnosti sa presvedčíme, či sú všetky elektrospotrebiče.

3. Pri neopatrnom zaobchádzaní s elektrickým prípadne plynovým sporákom môže dôjsť (*odpoveď sa ukrýva v tajničke*).



4. Pri vzniknutí požiaru voláme na telefónne číslo

ZDRAVÁ VÝŽIVA

1. Zakrúžkuj správnu odpoveď. K zdravému životnému štýlu patrí:

- a) dostatok pohybu
- b) prejedanie sa
- c) pitie alkoholu
- d) dostatok spánku
- e) vyvážená strava
- f) fajčenie

2. Nedostatočným pohybom, prejedaním sa a zlými stravovacími návykmi hrozí nášmu telu vážna choroba (*odpoveď sa ukrýva v tajničke*).

1. Ktorá látka je hlavným a rýchlym zdrojom energie pre naše telo?
2. Ktoré látky majú stavebnú funkciu v tele?
3. a 4. Ktoré potraviny obsahujú najviac vitamínov?
5. V ktorých potravinách sa nachádza veľa bielkovín?
6. V akej podobe si ukladá naše telo látky do zásoby?
7. Ktorá látka je dôležitá pre trávenie?

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

3. Prečiarkni nesprávnu odpoveď.

1. Jeŝ by sme mali **päťkrát** / **dvakrát** denne.
2. Jeŝ by sme mali v **menších dávkach** / **väčších dávkach**.
3. Počas dňa by sme mali vypíť približne **päť litrov** / **dva litre** vody.
4. Na čerstvom vzduchu by sme sa mali zdržiavať **čo najmenej** / **čo najviac**.
5. Spať by sme mali **štyri hodiny** / **osem hodín** denne.
6. Jeŝ by sme mali **čo najviac** / **čo najmenej** ovocia a zeleniny.
7. Jeŝ by sme mali **veľa** / **málo** cukríkov a čokolády.

4. Spoj čiarou.

BILEKOVINY

TUKY

CUKRY

VITAMÍMY

zákusky

šošovica

brokolica

orechy

jablká

maslo

špenát

ryby

mäso

slanina

citrón

syry

celozrnné pečivo

vajcia

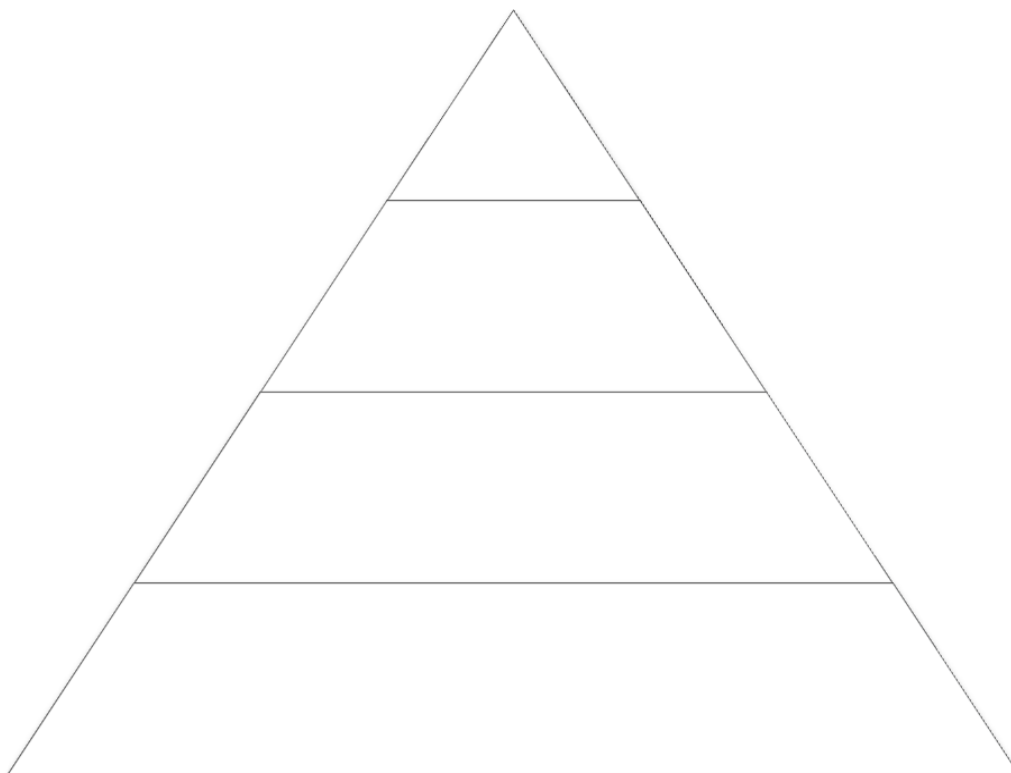
cukríky

jogurty

5. Doplň do tabuľky.

VITAMÍN	PODPORUJE	NACHÁDZA SA
A	zdravý zrak	
B		droždie, orechy
C	chráni pred chorobami	
D		ryby, maslo

5. Vystrihni a nalep jednotlivé potraviny do potravinovej pyramídy zdravej výživy.



6. Anička oslavuje narodeniny. Zostav slávnostné zdravé menu.

Prípitok	
Predjedlo	
Polievka	
Hlavné jedlo	
Dezert	

STOLOVANIE

1. Vyber a označ z nasledujúcich obrázkov časti odevu a obuvi, ktoré gazdinka potrebuje pri práci v kuchyni.



2. Zakrúžkuj správne možnosti.

Ku stolu si sadáme:

- a) s čistými rukami
- b) strapatí
- c) so špinavými nechtami
- d) v roztrhaných teplákoch
- e) čisto a pekne oblečení
- f) upravení

3. Vystrihni a správne rozlož príbor k tanieru.



4. Jedlo naberá vždy hostiteľka, číslami označ v akom poradí.



5. Je to správne?

Pri stole sa slušne správame.

ÁNO NIE

Polievku chlípeme.

ÁNO NIE

Rozprávame s plnými ústami.

ÁNO NIE

Pri jedení nemľaskáme.

ÁNO NIE

Počas jedenia telefonujeme.

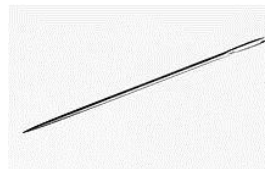
ÁNO NIE

6. Prestri stôl na slávnostný obed. (dokresli)



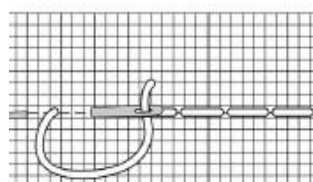
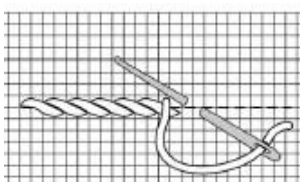
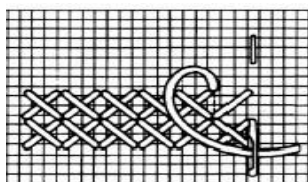
ŠITIE, VYŠÍVANIE

1. Z daného materiálu vyber potrebné predmety na prišitie gombíka a pomenuj ich.



2. Napíš pracovný postup prišívania gombíka.

3. Spoj čiarou názov stehov s obrázkom.



PREDOZADNÝ STEH

KRÍŽIKOVÝ STEH

PREDNÝ STEH

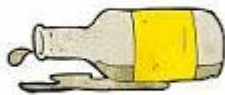
PRÁCE V DOMÁCNOSTI

1. Napíš čo by si urobila s danými vecami?













2. Zakrúžkuj správnu odpoveď.

Na pranie prádla používame:

- a) mydlo
- b) prací prášok
- c) šampón

Na umývanie riadu používame:

- a) čistú vodu
- b) saponát
- c) sprchový gél

Na utieranie prachu používame:

- a) prachovku
- b) vysávač
- c) mokrú špongiu

Na umývanie podlahy používame:

- a) mop
- b) metlu
- c) utierku

Čisté prádlo žehlíme na:

- a) posteli
- b) zemi
- c) žehliacej doske

3. Vylúšti osemsmerovku. Výsledok upratovania je domácnosť.

okna, prach, robota, voda, neporiadok, zamiesť, mop, posteľ, fláky, utierka, umyť, čistiť, odpadky

M	O	P	R	P	Č	Z	O	Č	A
N	E	P	O	R	I	A	D	O	K
F	V	O	B	A	S	M	P	K	R
Ľ	O	S	O	CH	T	I	A	E	E
A	D	T	T	I	I	E	D	N	I
K	A	E	A	S	Ť	S	K	A	T
Y	Ť	Ľ	U	M	Y	Ť	Y	Á	U

VIANOCE

1. Do textu doplň vhodné slovo.

Vianoce sú najkrajšiev roku. Slávime narodenie
Začínajú večerom a trvajú dni. Sú to sviatky pokoja
a mieru. Želáme si ich prežiť každý v kruhu svojej Všetade vládne
nálada.

2. Označ správnu odpoveď:

1. Obdobie, kedy očakávame príchod Vianoc sa nazýva **fašiangy / advent**.
2. Symbol Vianoc je **vianočný stromček / adventný kalendár**.
3. Na Štedrý večer sa pod obrus dávajú **peniaze / fotografie**.
4. K štedrovečernému stolu si podľa tradície sadáme, **keď vyjde prvá hviezda na oblohu / je pripravená večera**.
5. Najznámejšia vianočná pieseň je **Tichá noc / Zdravie, šťastie, pokoj svätý**.
6. Vianočný príhovor prednesie **hlava rodiny / ktorýkoľvek člen rodiny**.
7. Štedrá večera začína **vianočnou piesňou / spoločnou modlitbou**.
8. Vianočné darčeky sa rozbaľujú **pred večerou / po večeri**.

3. Nakresli, čo nesmie chýbať na štedrovečernom stole.

4. Napíš, čo a v akom poradí jedávate na Štedrý večer.

3. Nájdi v kuchárskej knihe alebo na internete typické vianočné pečivo a napíš recept.

4. Čo symbolizujú jednotlivé potraviny. Spoj čiarou.

MED ochrana pred zlom

JABLKO dobro

CESNAK zdravie

OBLÁTKY telo Ježiša Krista

VEĽKÁ NOC

1. Veľkonočnými sviatkami si pripomíname:

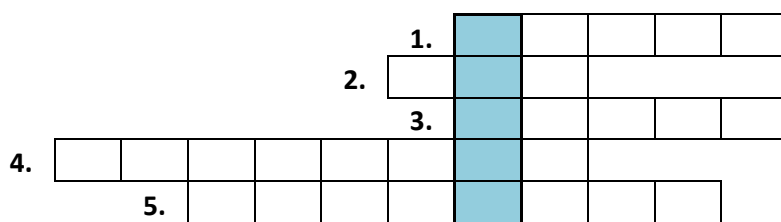
- a) zmŕtvychvstanie Ježiša Krista
- b) narodenie Ježiša Krista
- c) zoslanie Ducha svätého

2. Spoj čiarou.

Zelený štvrtok	Ježiš Kristus vstáva z mŕtvych.
Veľký piatok	posledná večera.
Biela sobota	Ježiš Kristus leží v hrobe.
Veľkonočná nedeľa	ukrižovanie.

3. Symbol života je *(odpoveď sa ukrýva v tajničke)*.

1. Čím kúpu chlapci dievčatá?
2. Ktoré ročné obdobie je typická pre veľkonočné sviatky?
3. Meno človeka, ktorý vstal z mŕtvych:
4. Čo zdobíme na Veľkú noc?
5. Ktorý deň chodia chlapci kúpať dievčatá?



4. Napíš aké jedlá varíte na Veľkú noc vo vašej rodine.

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.