

## Moderní pohled na makronutrienty, jejich vliv na zdraví a konstruktivistické pojetí tématu ve výuce na ZŠ a SŠ (webinář)

### První odpoledne (úterý 5.4. – 14:30-18:00)

- *1. blok (vedený didaktikem-učitelem):*

seznámí s tématem přírodní látky a biochemie, jejich možného pojetí dle RVP; představení domácích projektů a odborných esejí, které učitele budou moci využít nejen v době epidemiologické krize, včetně rozboru modelových prací a poskytování zpětné vazby žákům; online nástroje (web. stránky, mob. aplikace) a praktické úlohy ve stylu badatelsky orientované výuky.

- *2. blok (vedený lékařem):*

seznámí se s makronutrienty a jejich příjmovými charakteristikami v souvislosti s různými fázemi života, civilizační choroby – obezita (stravovací návyky, příčiny, potraviny, BMI, důsledky, léčba), *diabetes mellitus* (1. a 2. typ, metabolický syndrom, důsledky, léčba), ateroskleróza (příčiny, souvislost s nikotinem, důsledky, léčba), hypertenze (příčiny, důsledky, léčba), rakovina a její vztah k výživě

### Druhé odpoledne (čtvrtek 21.4. – 14:30-18:00)

- *3. blok (vedený didaktikem-učitelem):*

další učební aktivity s tématem přírodní látky a biochemie (makronutrienty), představení pracovních listů na téma přírodní látky (biochemie), využití videí o potravinách ve výuce s přesahem na zdravý životní styl a ekologické důsledky, projekt „dobré jídlo“, praktické úlohy ve stylu badatelsky orientované výuky a využití avokáda v mezipředmětových vztazích (Bi-Ch).

- *4. blok (vedený lékařem):*

seznámení s vegetariánstvím a veganstvím a jejich dopadu na zdraví (lakto-ovo-vegetarián, vegan, vitarián, frutarián, důvody etické, ekologické, dopad na zdraví, konzumace mléka, masa, vajec apod.), alternativní výživové směry, paletodieta, ketodieta.

Webinář je jedinečný tím, že učitelé budou v kontaktu s dvěma lektory – učitelem-didaktikem a lékařem, kteří je online kurzem provedou. Díky odbornosti lékaře a zkušeného učitele-didaktika je zajištěn maximální přenos získaných informací do výuky.

**Délka a cena webináře:** 8 vyučovacích hodin za 2.000 Kč

**Přihlášky:** <https://forms.gle/qHbe8QdyohqdnKjaA> nebo [info@institut-letec.cz](mailto:info@institut-letec.cz)

**Číslo akreditace webinářů v systému DVPP MŠMT:** MSMT-14540/2021-2-624

**Přijďte na náš webinář načerpat novou inspiraci pro Vaši výuku! :-)**