

# Školní farmářský den



## METODIKA K PŘÍPRAVĚ A REALIZACI TEMATICKÉHO PROJEKTOVÉHO DNE V ZÁKLADNÍ ŠKOLE

Zpracováno v rámci projektu Pomozte nám zachránit farmáře, jeho příběh minulý i budoucí

Hrazeno v rámci projektu MZe č. 56/2018

## OBSAH:

<b>Úvod</b>	3
<b>Jak připravit školní farmářský den</b>	4
<b>PŘÍLOHY</b>	
1. Doporučená organizace farmářského dne	10
2. Formulář pro plánování aktivit	11
3. Podrobnější návody k vybraným aktivitám	12
4. Recepty	13
5. Farmářské dny ve školách – příklady a ukázky	15
6. Příklady aktivit na školním farmářském dnu	22

---

Autor: Iva Koutná • Spolupráce: Michaela Koutná, Monika Havlásková, Lenka Pavelčíková, Marie Petrů, Barbora Duží, Marie Kordulová • Spolupráce ze škol: Magda Kovářová, Zdeňka Krmášková, Hana Burdová, Tomáš Dopita, Liběna Dopitová, Jaroslava Ševčíková

Ilustrace: Kateřina Mrnůščíková, Ladislav Skalka • Fotografie: Lenka Novotná, archiv LÍSKY, z.s.

*Zdroj: Metodický balíček Farmářský den z projektu „Bezpečně a zdravě do života – rozvoj kompetencí v základním a středním vzdělávání“, reg. č. CZ.1.07/1.1.00/53.0009.*

*Projekt realizovalo Středisko volného času Klubko Staré Město, p.o., ve spolupráci s LÍSKOU, z.s., spolufinancováno z Evropského sociálního fondu a státního rozpočtu České republiky.*

---

# Úvod

Metodika poskytuje inspiraci, ověřené náměty a doporučení pro přípravu a realizaci školního farmářského dne. Cílem projektového tematického dne je rozvíjet a upevnit u žáků znalosti a dovednosti, které vedou ke zdravému stravování, zájmu o zdravou výživu, šetrnému a zodpovědnému nakupování a podpoří místní udržitelnou ekonomiku.

Hlavním tématem školního farmářského dne je zemědělství a příběh jídla. Téma je možné doplnit o další aktivity související se zdravým životním stylem, místní udržitelnou ekonomikou, interpretací místního dědictví.

Metodika obsahuje doporučený návod i příklady dobré praxe ze školních farmářských dnů, které již proběhly v ZŠ Vsetín, Rokytnice (2015, 2017), ZŠ Vsetín, Sychrov (2017), ZŠ Liptál (2017), ZŠ Valašská Polanka (2018) a ZŠ a MŠ Kašava (2018), se zapojením dalších organizací, regionálních řemeslníků a farmářů.



# Školní farmářský den

Žáci ve spolupráci se svými učiteli naplánují, připraví, propagují a realizují tematický projektový Školní farmářský den (dále jen FD). Hlavním tématem je zemědělství a příběh jídla. Téma je možné a vhodné doplnit o další aktivity související se zdravým životním stylem, místní udržitelnou ekonomikou, interpretací místního dědictví.

Cílem je vnést do výuky a života školy zajímavá aktuální témata vedoucí k zájmu o zemědělství, jako klíčového objevu v dějinách člověka, pochopení jeho významu v současnosti, k podpoře občanský a spotřebitelsky environmentálně odpovědného jednání. K propojení života školy a místní komunity je žádoucí představit výsledky práce dětí rodičům, partnerům i dalším školám a organizacím.

## KLÍČOVÁ TÉMATA:

- Zemědělství a produkce potravin: odkud se bere jídlo, regionální potraviny,
- tradiční místní zemědělské plodiny (např. region Valašsko, Slovácko, Haná, Kopenice atd.),
- činnosti související s tradičním pěstováním a zpracováním zemědělských plodin,
- činnosti související s tradičním chovem zvířat a zpracováním jejich produktů,
- místní udržitelná ekonomika,
- environmentální postoje a hodnoty, env. odpovědné jednání, šetrné nakupování a odpovědná spotřeba,
- vztah k místu a regionu (místně zakotvené učení, interpretace místního dědictví),
- tradiční řemesla a výroba související s pěstováním plodin a chovem zvířat,
- zásady zdravé výživy, zdravý životní styl a životospráva, zdravé jídlo,
- spolupráce školy s místní komunitou (zapojení rodičů, účast výrobců, dalších škol, neziskových organizací i společností, veřejné správy),
- prezentace tématu a školy (médiu, partneři).

## DOPORUČENÉ TEMATICKÉ OKRUHY:

- **Zemědělství a produkce potravin**
- **Zdravý životní styl a životospráva**
- **Zdravá výživa**
- **Tradice a kultura regionu**
- **Místo, kde žijeme (vztah k místu, zapojení místní komunity)**
- **Práce s veřejností a médiu**

## HARMONOGRAM:

- **Příprava 2–4 týdny před akcí:** žáci ve výuce i v domácí přípravě pracují na vybraných tématech a připravují školní farmářský den (FD).
- **Školní farmářský den – dopoledne:** děti dětem – simulace farmářského trhu. Žáci si po třídách či ve smíšených skupinách připraví tematická stanoviště, která vzájemně navštěvují. Připraví si, nebo z domova donesou zdravé svačinky. Ve školní jídelně bude připraven oběd dle tradičních receptur a z místních surovin. Dle možnosti se do programu zapojí místní výrobci, farmáři či lektoři neziskových organizací, muzea apod. Vhodné je i zapojení pedagogů a zaměstnanců školy, kteří často umí zajímavé řemeslo či rukodělnou činnost, obohatí občerstvení zajímavým receptem apod.
- **Školní farmářský den – odpoledne:** děti, zaměstnanci školy a místní výrobci s podporou LÍSKY pro rodiče a veřejnost – simulace farmářského trhu, prezentace toho, co se děti naučily. Je určeno pro veřejnost a rodiče. Do programu přispějí žáci i místní řemeslníci, farmáři a výrobci, případně pozvaní externí spolupracovníci, firmy.  
Hodnocení FD, poděkování žákům, pedagogům, rodičům a zapojeným partnerům. Vydání článku či tiskové zprávy.

**CÍLOVÉ SKUPINY:**

- Žáci a učitelé školy,
- děti a učitelé z okolní mateřské či základní školy a učitelé,
- rodiče a příbuzní žáků školy,
- zřizovatel, partneři školy (různé spolky, folklorní sdružení apod.),
- široká veřejnost,
- média.

**HLAVNÍ VÝCHOVNĚ VZDĚLÁVACÍ CÍLE:**

- Seznámit žáky s původem vybraných druhů jídel v našem regionu.
- Seznámit žáky s možnostmi zpracování prvotních potravinových produktů.
- Seznámit žáky s principy místní udržitelné ekonomiky.
- vést žáky k environmentálně odpovědnému jednání.
- Vybavit žáky vědomostmi a dovednostmi o zdravém stravování a zdravém životním stylu (rozvoj klíčových kompetencí).
- Umožnit žákům vyzkoušet si jednoduchou činnost – získat konkrétní dovednosti související s úpravou jídla.
- Podpořit zdravé stravování jako běžný způsob stravování žáků v rodině i ve škole.
- Motivovat žáky k nakupování místních a sezónních produktů.

**DOPORUČENÉ PROSTOROVÉ ZÁZEMÍ PRO DOPolední AKTIVITY:**

- **Školní zahrada** (příprava aktivit venku, výhoda velkého prostoru),
- **počítačová učebna** (využití internetu jako zdroje informací, zpracování informací, tvorba prezentací),
- **školní knihovna** (využití různých informačních zdrojů a knih pro vytváření prezentací apod.),
- **tělocvična** (využití pro ukázky cvičení apod., pokud jsou zařazeny do Dne zdraví),
- **školní družina, školní klub, odpočinkové místnosti apod.** (jiné prostředí pro plánování aktivit a zpracování nápadů, besedy i prezentace),
- **cvičná školní kuchyně** (zázemí pro přípravu pokrmů),
- **školní jídelna** (zázemí pro prezentaci vytvořených pokrmů),
- **přírodovědná nebo jiná učebna** (zázemí pro plánování aktivit a zpracování nápadů, prezentaci výpěstků ze školní zahrady, pokusy a experimenty apod.).

**DOPORUČENÉ PROSTOROVÉ A TECHNICKÉ ZÁZEMÍ PRO ODPOLEDNÍ AKTIVITY:**

- **Školní zahrada** nebo jiný vhodný venkovní prostor, např. školní hřiště či plocha v obci (je nezbytné mít v záloze i variantu pro případ deště),
- **pódium** nebo jiná forma **zastřešeného prostoru** (altán) pro ozvučení a kulturní program,
- alespoň základní **ozvučení** pro moderátora a účinkující (mikrofon, bedny, připojení na elektřinu),
- **lavičky, stoly** nebo jiná forma posezení, např. školní atrium (myslet i na variantu pro případ deště),
- **stojany** pro vyvěšení plakátů a informací, vč. orientačního plánu, zajištění proti dešti a větru (například ve foyeru školy nebo v zastřešeném prostoru),
- **pomůcky pro orientaci návštěvníků, označení stanovišť, plakátky, bannery s logy, další propagační a prezentační materiály školy i zapojených organizací,**
- **stánky** či **párty stany** pro pozvané řemeslníky a farmáře z okolí, pokud nemají vlastní (dohodnout dostatečné připojení na elektřinu, zdroj vody apod.),
- **Informační místo**, např. stůl či altán u vstupu do areálu, pro poskytování informací návštěvníkům i zapojeným organizacím,
- další pomůcky: **například výtvarné potřeby, suroviny pro vaření, sportovní aktivity apod.** (podle obsahu aktivit).

**DOPORUČENÍ:**

Pro inspiraci a konkrétní postupy pro realizaci FD na vaší škole, můžete využít materiály projektu Zdravá a bezpečná škola, [www.liska-evvo.cz/doc/zdrava-a-bezpecna-skola-1](http://www.liska-evvo.cz/doc/zdrava-a-bezpecna-skola-1)

**SEZNAM MODULŮ:**

- Modul 1: **Zdravá výživa**
  - Obsahuje metodiku na téma zdravá výživa, jednotlivé skupiny potravin, zdravý talíř, pokusy s potravinami apod.
- Modul 2: **Příběhy jídla**
  - Obsahuje metodiku na téma ekologické zemědělství, příběh výroby a zpracování vybraných potravin a pokrmů.
- Modul 3: **Zdravá zahrada**
  - Obsahuje metodiku na téma založení školní zahrady, pěstování ovoce, zeleniny a bylin a využití produktů zahrady ve školním prostředí.
- Modul 4: **Zdravé vaření**
  - Obsahuje metodiku na téma vaření.
- Modul 5: **Zdravá školní jídelna**
  - Obsahuje metodiku na téma zlepšení podmínek ve školním stravování a školních jídelnách.
- Modul 6: **Odkud se bere jídlo**
  - Obsahuje metodiku na téma jídlo, konkrétně na význam snídaně či svačinky ve stravě školáků. Čerpá z prostředí farmy, u vybraných snídaní je znázorněn příběh, odkud se bere jídlo na našem stole u vybraných farmářských výrobků (například máslo, sýr, med apod.). Samostatnou částí je metodický návod na realizaci exkurze na farmu i Farmářský den.

**DOPORUČENÝ POSTUP PŘI PLÁNOVÁNÍ ŠKOLNÍHO FARMÁŘSKÉHO DNE:**

- **Posouzení námětů a jejich provázanost se Školním vzdělávacím programem či Školním programem EVVO.**
- **Zmapování finančních, prostorových a technických podmínek školy**, vytvoření rozpočtu akce.
- **Vytipování zdrojů financování** (např. malé granty v obci, program Zlínského kraje, spolek rodičů, partnerská společnost apod.).
- **Pověření hlavního koordinátora FD a vytvoření organizačního týmu** (ideálně složený z třídních učitelů a zástupce vedení školy).
- Vytvoření vlastního **Seznamu námětů a aktivit**, které chcete nebo plánujete připravit a realizovat (viz příklad tabulky na str. 9).
- **Zvolení aktivit, které proběhnou třídách, družině i klubu – zde je důležitá role koordinátora, vhodné je aktivity rozepsat a zveřejnit, např. na nástěnce ve sborovně (viz PLÁN AKTIVIT ŠKOLNÍHO FARMÁŘSKÉHO DNE DLE TŘÍD: , str. 9):** Zajištění pomůcek a materiálu: pokud aktivita vyžaduje nákup surovin, vytvořte si nákupní seznam a zpracujte alespoň hrubý rozpočet, zjistěte si dopředu, jaké potřebujete technické vybavení, výtvarné potřeby a další pomůcky, nádobí apod., jestli jsou k dispozici na škole, je možné si je někde zapůjčit, nebo bude nutné je koupit apod.
- Navrzení průběhu odpoledního bloku, promyslet, které **další externí spolupracovníky** byste si rádi pozvali na zpestření, vč. kulturního programu, odhad finančních nákladů jaké jsou na to potřeba.
- Zvážit **zapojení rodičů** a jakou formou.
- Zvážit **zapojení dalších organizací**, např. muzeum, knihovna apod.
- Zvážit a dohodnout **zapojení LÍSKY** (aktivity z výukových programů, Férová kavárna apod.).
- Zajištění **propagace**: vytvoření pozvánky, plakátu, vydání tiskové zprávy - dejte vědět rodičům, zřizovateli, partnerům školy a místním médiím co chystáte, pozvěte a zapojte své přátele, sdružení rodičů či radu školy.
- Navrzení postupu **dopoledních a odpoledních aktivit**, včetně **rozmístění stanovišť** na odpolední blok nebo **rozpis programu a prezentací** v rámci odpoledního bloku.
- **Sestavení kulturního programu, vytipovat moderátora akce, zpracování scénáře**, zajištění ozvučení.
- **Příprava vyhodnocení akce** prostřednictvím krátkých evaluačních dotazníků od účastníků a žáků, závěrečné hodnocení týmu v příjemném prostředí s občerstvením.
- **Pověření vybraného žáka**, který pořídí fotodokumentaci (doporučujeme pověřit více osob, včetně dospělých, je škoda, když z vydařené akce nejsou kvalitní snímky).
- **Pověření skupiny žáků**, kteří budou po celý den fungovat jako informátoři, budou vítat hosty, sbírat zpětnou vazbu apod.

## PŘÍPRAVA NA ŠKOLNÍ FARMÁŘSKÝ DEN

### Náměty do výuky:

- Vytvoření a distribuce pozvánky pro rodiče i veřejnost, partnery školy.
- Vytvoření zprávy pro média, na weby a FB.
- Výzdoba školní jídelny (VV).
- Průzkum nabídky a dosažitelnosti regionálních, bio a FT potravin ve Vsetíně (ČJ, OV, GV).
- Ankety – průzkum týkající se životního stylu žáků a občanů (ČJ, OV, PŘ).
- Příprava zdravých svačinek, tvorba zdravých a regionálních kuchařek, sbírání receptů (PŘ, ČJ+VV), sběr receptů našich předků (OV, Dě).
- Dětský novinářský tým (ČJ, OV), prezentace a pozvánky na akci, tisková zpráva.
- Aktivity na školní zahradě, možnosti pěstování bylinek a plodin ve městě (balkon, zahrada v pytli apod.), příprava bylinek a zeleniny pro sadbu, výroba hmyzích domečků apod. (pěstitelské práce, PV).

### Náměty na celoškolní aktivity, které mohou vyvrcholit v průběhu Farmářského dne (pokud jsou realizovány):

#### 1. Návštěva farmy:

Vybraná třída (třídy) se účastní exkurzí na místní farmu. Exkurzi na farmu je možné dohodnout ve spolupráci s LÍSKOU či střediskem ekologické výchovy. Velmi se osvědčila také exkurze pro žáky I. i II. stupně po Farmářském dni (jako doplnění a upevnění znalostí). V Den zdravého jídla představí účastníci exkurze své zážitky ostatním žákům formou prezentací, posterů a podobně.

#### 2. Soutěž o nejzdravější oběd:

Vyhlášení žákovské soutěže o nejzdravější oběd s využitím místních a sezónních potravin. Žáci připraví a dodají receptury. V rámci výuky vaření či zájmové činnosti mohou některé vyzkoušet.

Na FD školní jídelna připraví oběd dle vítězné receptury pro všechny žáky školy.

Vystaveny jsou všechny přijaté soutěžní receptury. Na výběru vítěze se podílejí místní kuchařky, vedoucí školní jídelny, žáci, zástupci učitelů, vedení školy či rodičů v tajném hlasování.

Ocenění vítězných receptur proběhne v programu FD.

Z receptur může škola vydat žákovskou kuchařku, nebo receptury zveřejnit na webu školy.

#### 3. Návrh na výzdobu a úpravu školní jídelny, případně chodeb a dalších prostor školy:

Žáci tvoří a zpracují nápady a návrhy na výzdobu a úpravu školní jídelny. Ve spolupráci s učiteli a pracovníky školní jídelny navrhnou, jak vylepšit prostředí školní jídelny (výzdoba, úpravy prostor, sdělování informací, grafická podoba jídelníčku apod.). Žáci mohou navrhnout i úpravy dalších prostor, například kout na chodbě k odpočinku a svačině, školní čajovna apod. Před Dnem zdravého jídla realizace výzdoby v jídelně školy.

### Náměty na aktivity ve třídách

Aktivity připravují žáci s učiteli ve třídě, školní družině či školním klubu. Čas přípravy volí podle náročnosti, podmínek a možností školy.

#### Tematický okruh: ZEMĚDĚLSTVÍ A SPOTŘEBITEL

- **Práce na školní zahradě**, plán zahrady, osevní plán, příprava záhonů, setba, péče o rostliny, výroba příbytků, pítek a krmítek pro živočichy – dokumentace na fotografiích, zpracování příběhu rostliny či pole (výtvarně, jako fotopříběh, komiks, prezentace apod.). *K tématu doporučujeme využít <http://www.veronica.cz>*
- **Rady a ukázky pěstování bylinek a plodin ve městě** (balkon, zahrada v pytli apod.).
- **Výtvarné a jiné aktivity spojené se zemědělstvím**, např. znázornění farmy, vybraných zemědělských plodin nebo zvířat na farmě, farmářské produkty a cesta k jejich vypěstování/chovu a zpracování apod.
- **Průzkum značek na potravinách**: vyhledání regionálních značek, prezentace, referát, různé úkoly a kvízy, hledání takto označených výrobků a potravin.
- **Průzkum nabídky a dosažitelnosti regionálních, bio a fairtradových potravin ve městě a okolí.**
- **Tvorba různých „nákupních seznamů“** – rodinný oběd, školní výlet, svačina do školy apod.
- **Mapování místních farmářů**, vytvoření mapy, porovnání s mapou či katalogem ekologického zemědělství, např. <http://www.iskopenice.cz/katalog>.

- **Simulace farmářského trhu**, žáci si zvolí řemesla a sami prezentují své výrobky, vč. reklamy apod., nabízí své výrobky k prodeji nebo ke směně, **hra na obchod** – nakupování místních potravin v místním obchodě, nebo příprava obchodu ve třídě (děti donesou obaly různých potravin).
- **Plán výletu** se školou, rodinou nebo kamarády na farmu či k místnímu výrobci – plán a program výletu, zpracování pozvánky apod.
- **Návštěva skutečné farmářské prodejny, místní pekárny či řeznictví** apod.

Pro téma doporučujeme využít: <http://www.liska-evvo.cz/doc/poctive-vyrobene>

#### Tematický okruh: ZDRAVÁ VÝŽIVA A VAŘENÍ

- **příprava zdravých jídelníčků**, vyhledávání a zpracování receptů do školní soutěže, vč. doplnění o ilustrace, grafického vyjádření apod.,
- **zdravé vaření** ve školní cvičné kuchyni,
- příprava a ukázka **zdravého občerstvení – nevařená forma**: pomazánky a obložené housky a pečivo, včetně jednoduché dekorace ovoce a zeleniny. Například příprava, ukázka a ochutnávka zdravého občerstvení – pomazánky z tofu a avokáda – 1. stupeň, karbanátky = zdravé fast food – 2. stupeň, „jíme očima“ (zvířátka),
- příprava a ochutnávka **zdravých školních svačinek**,
- sepsání **zdravých a regionálních kuchařek**, sběr domácích receptů, sběr receptů našich předků,
- příprava a ukázka **zdravých nápojů**, vč. výroby sirupů a limonád,
- příprava a ukázka **zdravých sladkostí**,
- **výtvarné a rukodělné aktivity**: výroba masek ovoce a zeleniny, příprava plakátů, kresby ovoce, zeleniny a dalších druhů potravin, znázornění postupu výroby vybraných potravin, různé koláže, řemeslné a rukodělné práce,
- **dramatizace a práce s textem**: krátký tanec, píseň nebo dramatizace tématu, příběh, komiks, referát, prezentace, reklama apod., inspirace pohádkami, příběhy, moudrými výroky, písněmi, recepty v kuchařkách či z domova, TV reklamou apod.,
- **prezentace vybraných pokusů** chemického nebo přírodovědného charakteru (II. stupeň), které souvisejí s potravinami a nápoji, například s Coca-colou, práškem do pečiva apod.,
- **tanec nebo pěvecké vystoupení**: pro všechny účastníky tanec s maskami, hra na dobrý a dobrý cukr, špatný a špatný cukr – dvojčky, aby se našly apod.

K tématu doporučujeme využít: metodiky z projektu *Zdravá a bezpečná škola*, <http://www.liska-evvo.cz/doc/zdrava-a-bezpecna-skola-1> nebo [www.skuteczdravaskola.cz](http://www.skuteczdravaskola.cz)

#### Tematický okruh: ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL

- prezentace **pohybových aktivit na téma zdravý životní styl a sport**: krátká ukázka zdravotního a protahovacího cvičení, ukázka jednoduchých sportovních aktivit,
- **příprava sportovních aktivit a pohybových úkolů** pro ostatní, zpestření, mohou souviset s tématem jídlo,
- **krátké kvízy a testy** pro veřejnost a rodiče na téma zdravé jídlo a životní styl,
- průzkum a prezentace výsledků **anonymního průzkumu týkající se životosprávy** žáků na škole, například: kolik hodin denně sledují televizi či jiná média, tráví u počítače nebo telefonu, jak se dopravují do školy, kolikrát denně sní ovoce nebo zeleninu, kde nakupují zeleninu a ovoce, zda ví kdy a kde je ve městě či obci (blízkém okolí) prodejna regionálních výrobků či farmářský trh apod.





Tematický okruh: **MÍSTO, KDE ŽIJEME (VZTAH K MÍSTU, ZAPOJENÍ MÍSTNÍ KOMUNITY)**

- **místní výrobci, farmáři a řemeslníci pro dopolední i odpolední blok (záleží na domluvě a možnostech školy i řemeslníků a farmářů)** – předvádění postupů a výroby, ideálně se zapojením žáků, prodej výrobků,
- **cvičitel/ka** pro dopolední či odpolední aktivity, např. jóga, zdravotní cvičení, zumba, aerobic, sebeobrana, cvičení v přírodě apod.,
- **výživový poradce:** dopolední přednáška pro žáky ze starších ročníků nebo odpolední přednáška pro veřejnost, ochutnávka zdravých pokrmů, ukázka jídelníčku apod.,
- **studenti a učitelé střední zemědělské školy:** prezentace studia, různých aktivit, příprava úkolů, kvízů a testů souvisejících se zemědělstvím apod.,
- **studenti a učitelé ze střední zdravotní školy:** příprava vybraných úkolů na téma zdraví, první pomoc, měření krevního tlaku a dalších vybraných parametrů dle možností,
- **lektori muzea, knihovny, neziskové organizace:** prezentace aktivit, ukázky programů, pomůcek apod.,
- zástupci **zdravotní pojišťovny:** měření vybraných parametrů zdraví dle možností,
- zástupci **prodeje regionálních výrobků** nebo **zdravé výživy:** prezentace, ochutnávka, prodej.

Tematický okruh: **TRADICE A KULTURA REGIONU**

- **příprava kulturního programu pro odpolední část:** osvědčil se blok vystoupení dětí, tematická reprodukováná hudba, místní folklorní soubor, folková kapela (pozor na kvalitní ozvučení a volbu místa pro účinkující i návštěvníky – déšť, slunce),
- **vyhledání informací o zemědělství a chovu zvířat, přípravě pokrmů (kuchařky) v uplynulých 100 letech** knihovně či muzeu,
- **vytvoření seznamu původních řemesel v obci a okolí,**
- **vyhledání písní, pohádek, pověstí a textů se zmínkou o řemeslech, zemědělství, chovu zvířat a zpracování produktů** (možná prezentace v rámci kulturního programu),
- **slovesná tvorba – soutěž v tvorbě tematických sloganů, plakátů, vyhledání a sepsání příběhů regionálních výrobců, řemeslníků či farmářů.**

Tematický okruh: **PRÁCE S VEŘEJNOSTÍ A MÉDIÍ**

- realizace průzkumu a prezentace výsledků **průzkumu místních a regionální potravin**, produktů z ekologického zemědělství, místních farmářů a výrobců v zájmové obci a okolí (vytvoření mapy nebo plakátku apod.),
- **realizace průzkumu informovanosti o regionálních potravinách, složení potravin, původu potravin apod.** (odkazy na webu, v tisku, letáky, noviny apod.),
- **rozdělení rolí na FD:** moderování akce, novináři, pořadatelská služba (informace pro návštěvníky),
- **realizace průzkumu na téma zdravý životní styl** (viz návrh otázek pro dotazování),
- **žakovská novinářská skupina**, která připraví pozvánku pro různé cílové skupiny (rodiče, kamarádi, děti z MŠ, senioři, novináři apod.), plakát, zvací zprávu do novin či na web školy, článek nebo tiskovou zprávu o průběhu dopoledne, informaci na web a Facebook školy, projekci fotografií nebo krátkých videospotů z dopoledního bloku (podle podmínek, nutná je promítací technika a asistence učitele).

# Přílohy

## 1. ORGANIZACE FARMÁŘSKÉHO DNE.

### Ověřený příklad dobré praxe ZŠ Vsetín, Rokytnice.

#### Organizace na I. stupni:

- Příprava a práce se žáky ve třídě (měsíc před akcí).
- Motivační aktivita (45 minut).
- Individuální aktivita třídy pod vedením třídního učitele (TU, 90 minut).
- Návštěva 5 stanovišť v okolí školy (připraví žáci II. stupně – „děti dětem“).
- Na každém stanovišti předvádí vybraní žáci II. stupně připravenou aktivitu (cca 20 min).
- Třídy v doprovodu TU obcházejí stanoviště tzv. kolotoč, vhodné je určit časový limit.
- Stanoviště Lísky – ukázky z výukového programu Odkud se bere jídlo.
- Stanoviště s ukázkou tradičních řemesel a zpracování produktů.
- Hodnocení a zpracování výstupů (TU, do 7 dní po akci).

Poznámka: Osvědčilo se též, na menších školách, rozdělit děti do skupin, zahrnujících vždy několik dětí z 1.–8. ročníku, kdy průvodce dělá žák 9. ročníku. Nebo skupiny žáků I. stupně a skupiny žáků II. stupně s průvodci z řad deváťáků. Počet žáků ve skupině je vhodný do 15.

#### Organizace na II. stupni:

- Příprava a práce ve třídě (měsíc před akcí).
- Návštěva 8 stanovišť v okolí školy (každá třída garantuje jedno stanoviště).
- Na každém stanovišti předvádí vybraní žáci třídy aktivitu (cca 20 min). Podle možností je žáky na stanovišti vhodné vystřídat, aby se mohli zapojit všichni.
- Třídy v doprovodu TU obcházejí stanoviště tzv. kolotoč.
- Stanoviště s ukázkou tradičních řemesel a zpracování produktů.
- Hodnocení a zpracování výstupů (TU, do 7 dní po akci).

#### Odpolední program pro rodiče a veřejnost:

- Moderování akce.
- Vítání hostů, práce s médii.
- Info stánek školy – prezentace aktivit, informace pro návštěvníky.
- Info stánek LÍSKY – prezentace tématu a aktivit Lísky, Férová kavárna.
- Výstava výtvarných prací.
- Možnost prohlídky vybraných prostor školy (výzdoba jídelny apod.).
- Kulturní vystoupení žáků v amfiteátru.
- Ukázky pohybových aktivit.
- Hudební doprovod Lukáš K amas, Cimbálová muzika Vsacánek.
- Práce dětského novinářského týmu.
- Prezentace a ukázka vybraných aktivit (stanovišť dětí) z dopolední části pro rodiče a veřejnost.
- Stanoviště s ukázkou tradičních řemesel a zpracování produktů, vč. ochutnávek a prodeje produktů.
- Stanoviště Lísky – ukázky z výukového programu Odkud se bere jídlo.
- Hodnocení a zpracování výstupů (garanti programu, do 7 dní po akci)

## 2. PLÁN AKTIVIT ŠKOLNÍHO FARMÁŘSKÉHO DNE – rozpis dle tříd, ŠD a ŠK

### Ověřený příklad dobré praxe ZŠ Vsetín, Rokytnice.

Uvedená tabulka slouží pro jednotlivé třídy a přehledný plán všech aktivit školy. Každá třída zde uvede název plánované aktivity, včetně dalších informací (sloupce je možné upravit dle potřeb a zkušeností dané školy).

TŘÍDA, učitel/ka	AKTIVITA: název a stručný popis	POMŮCKY, INGREDIENCE	STÁNEK	KUCHYŇ	FINANČNÍ NÁKLADY
1.A J. Nováková	tvorba masek s námětem ovoce a zeleniny	tvrdý papír, vodové barvy, nůžky	ne	ne	200 Kč
1.B					
2.A					
2.B					
3.A					
3.B					
4.A					
4.B					
5.A					
5.B					
6.A					
6.B	pohybové aktivity pro zdraví	kýble, míče, švihadla atd. (půjčí si z tělocvičny)	ne	ne	0
7.A					
7.B					
8.A					
8.B					
9.A	novináři	fotoaparát, diktafon, PC s grafickým programem	ne		
9.B	grilování z místních surovin				

### 3. PODROBNĚJŠÍ NÁVODY K VYBRANÝM AKTIVITÁM

#### Příprava zdravého občerstvení

##### CÍLE:

- Naučit děti připravit jídla, která jsou jak zdravá, tak chutná.
- Zvýšit informovanost dětí a podpořit jejich samostatnou volbu zdravých potravin.
- Zvýšit atraktivitu zdravých pokrmů, ukázka netradičního zpracování potravin i využití nových druhů potravin.

##### POMŮCKY:

- Zdravé kuchařky.
- Internetové stránky s ukázkami zdravého vaření.
- Pomůcky pro zpracování potravin, ovoce a zeleniny, nádobí a příbory, podložky, zástěry apod.
- Suroviny k jednotlivým druhům občerstvení (bude upřesněno u jednotlivých druhů).
- Využití netradičních nebo méně obvyklých surovin, které děti mohou zahrnout do přípravy občerstvení (avokádo, obilné sirupy, karob apod.).

##### MOTIVACE:

Víte, že byste si mohli dát na školní svačinu nejen obyčejný chleba se salámem, ale třeba pirátskou loď, mobil nebo nějaké zvíře a nabídnout tuto netradiční svačinu ostatním? Víte, že existuje alternativa k tradičnímu fast food, jak je známe?

##### NÁMĚTY:

#### 1/ Jiné studené občerstvení, snacky, svačinky, apod.

Doporučené suroviny: celozrnné pečivo, máslo, Lučina nebo cottage sýr, tvrdý sýr, kvalitní šunka, avokádo (pomazánka), ochucené a uzené tofu, uvařené nebo konzervované luštěniny, zelenina a ovoce k aranžování apod., vlašské a jiné ořechy apod.

#### 2/ Zdravé sladkosti a mlsání

Doporučené suroviny: ořechy, datle, třtinový cukr, obilné sirupy, kokos, sušené nebo kondenzované mléko, kvalitní čokoláda, karobová nutela, sušené ovoce, celozrnné sušenky, lučina, jogurty apod.

#### 3/ Osvěžující nápoje

Doporučené suroviny: máta, meduňka a jiné vhodné čerstvé bylinky, třtinový sirup, bezový nebo jiný ovocný sirup, bezové květy, citrony, limetky, zázvor.

#### 4/ Fast food jinak

Doporučené suroviny: luštěniny, uzené tofu, zelenina, celozrnné housky a rohlíky, bio kečup, batáty nebo brambory, olej. Z těchto a podobných surovin lze připravit zdravé karbanátky jako alternativa k hamburgeru a obložit zeleninou. Jako alternativu k masovému páрку lze použít vegetariánský párek, bio kečup a celozrnný rohlík. Jako alternativu k smaženým hranolkám lze použít verzi pečenou apod.

*Zdroj pro inspiraci: Děti píší Ježíškovi. Televizní pořad Herbář. Online.*

*Zdroj: <http://www.ceskatelevize.cz/porady/10614805433-herbar/214522160050008/>*



## 4. RECEPTY

### SLADKOSTI

#### Rychlé kokosové kuličky (nepečené)

Suroviny:

- 350 g kondenzovaného mléka
- 200 g strouhaného kokosu
- 200 g mléčné nebo hořké čokolády (nemusí být)

Postup:

Strouhaný kokos smícháme s kondenzovaným mlékem. Pokud se nám zdá hmota příliš tuhá, můžeme přidat více kondenzovaného mléka. Tvoříme kuličky, které poté dáme ztuhnout do ledničky. Můžeme roztavit mléčnou čokoládu ve vodní lázni a kuličky v ní obalit. Získáme tak hnědou a bílou variantu.

(upraveno dle <http://www.carujeme.cz>)

#### Domácí gumovní medvídci (vařené)

Suroviny:

- 1 hrnek pomerančové šťávy
- 2 hrnky nasekaných jahod
- 5 lžic čisté práškové želatiny (nebo agaru)
- 1 lžice medu (nemusí být)

Postup:

Nejprve vymačkáme šťávu z pomeranče a nakrájíme nadrobno jahody. Jahody přidáme do pomerančové šťávy a vaříme několik minut, dokud jahody nezměknou. Směs pro jistotu rozmixujeme, aby v ní nebyly hrudky. Necháme poté trochu zchladit a vmícháme želatinu. Vylijeme na plech vystlaný alobalem a dáme minimálně hodinu do lednice. Po vychladnutí vykrajujeme různé tvary nebo medvídky. Místo jahod můžeme použít jiný druh ovoce nebo směsi.

(upraveno dle <http://www.carujeme.cz>)

#### Fitness kuličky

Suroviny:

- hrst datlí, hrst sušených švestek
- hrst sušených hrozeinek nebo meruněk
- hrst mletých ořechů, slunečnicových semínek nebo mandlí (1–3 lžice medu, kokosové máslo apod.)

Postup:

Základní pastu vytvoříme rozmixováním hrsti datlí se sušenými švestkami, které můžeme předtím na chvíli namočit. Další suroviny přimícháme podle chuti a dostupných surovin. Můžeme například přidat rozmixované rozinky, mandle a trochu medu. Kuličky můžeme obalit ve strouhaném kokosu, skořici, sezamových semínkách nebo kakau.

(upraveno dle <http://www.carujeme.cz>)



#### Banánové kuličky s kokosem (nepečené)

Suroviny:

- 350 ml tvarohu
- 1 středně zralý banán
- 1 a 1/2 lžice kakaa
- 1 a 1/4 hrnku drcených ovesných vloček
- 2/3 hrnku strouhaného kokosu

Postup:

Banán rozmačkáme, další suroviny smícháme dohromady, u kokosu použijeme pouze poloviční množství (1/3 hrnku). Z hmoty tvoříme kuličky, které obalujeme ve zbylém kokosu.

(upraveno dle <http://www.carujeme.cz>)

### POMAZÁNKY

#### Tvarohová pomazánka

Suroviny:

- rohlíky či bagetky, sůl,
- dále dle zvolené pomazánky:
- Mrkvová: kysaná smetana, pepř, menší citrón, 3 větší mrkve.
- Tvarohová: jeden až dva polotučné tvarohy, bylinky.

Postup – mrkvová pomazánka:

Za pomoci škrabky oškrabte mrkev a nastrouhejte ji na jemno, přidejte kysanou smetanu, špetku soli a špetku pepře. Ochutťte citronovou šťávou z jedné poloviny citrónu. Vše důkladně promíchejte vařečkou. Dochutťte dle chuti. Připravené rohlíky nakrájejte na kolečka. Jednotlivé kousky pak namažte pomazánkou a skládejte na táč.

Postup – tvarohová pomazánka:

Otrhajte vhodné lístky bylinek a pořádně omyjte vodou. Poté je nejmenno nakrájejte na prkénku. Do mísy na pomazánku vyklopte tvaroh, přidejte špetku soli a bylinky. Vše důkladně promíchejte vařečkou. Dochutťte soli dle chuti. Připravené rohlíky nakrájejte na kolečka. Jednotlivé kousky pak namažte pomazánkou a skládejte na táč. Můžete dozdobit lístkem bylinky či plátkem ředkvičky, rajčete nebo okurky.

**Tofu pomazánka****Suroviny:**

1 rajče, kousek cukety, mrkev, menší cibule, stroužek česneku  
1 balení tofu (chutné je uzené)  
olivový olej  
koření (zdravá vegeta nebo špetka soli, kmínu, bylinky)

**Postup:**

Na olivovém oleji orestujeme nakrájenou cibulku, přidáme k ní nakrájený stroužek česneku a mrkev a několik minut dusíme. Poté přidáme 1 oloupené rajče a nakrájenou cuketu, okořeníme a dusíme cca 5 minut. Nakonec přidáme nakrájené tofu a vše namixujeme do hladka. Podáváme s pečivem.

(tip – rajče oloupeme tak, že ho hodíme na několik minut do horké vody, slupka jde pak snadno sloupnout)

(upraveno dle <http://www.varilamysicka.cz/zdrave-recepty/zdrava-zeleninova-tofu-pomazanka>)

**Hummus****Suroviny:**

100 g cizrny (syrové nebo konzervované)  
20 g tahini pasty (2 lžíce)  
1–2 stroužky česneku (nemusí být)  
olivový olej  
kmín, sůl, čerstvá petrželka

**Postup:**

Pokud použijeme syrovou cizrnu, necháme ji namočit minimálně na noc. Slijeme vodu, nalijeme čerstvou a vaříme zhruba 40–50 minut, ke konci vaření mírně osolíme. Poté cizrnu dáme do mixéru, přidáme tahinovou pastu (2 lžíce), česnek, šťávu z půlky citronu, trochu kmínu, soli a mixujeme tak dlouho, dokud nevznikne jemná a krémová pasta. Pokud je pomazánka moc hustá, přidáme trochu vody. Po rozmixování kápneme pár kapek oleje, ozdobíme čerstvou petrželkou a podáváme s pečivem a zeleninou.

(upraveno dle <http://www.skolazdravehovareni.cz/recept/cizrnovy-hummus-s-cesnekem#sthash.IHQxqK0v.dpuf>)

**NÁPOJE****Jablko-zázvorový drink****Suroviny:**

1 kus zázvoru (cca 12 g)  
3 stonky máty  
100 ml přirozeně jablečného džusu  
100 ml minerální vody  
kostky ledu

**Postup:**

Pomocí lisu na česnek vytlačíme šťávu ze zázvoru, přidáme džus, vodu a led a ozdobíme stonky máty.

**Jablko-ananasový džus****Suroviny:**

3 jablka  
250 g ananasu  
šťáva z 1 limetky

**Postup:**

všechny suroviny rozmixujeme, dle potřeby přidáme vodu, led.

(upraveno dle <http://holmesplace.cz/cs/5-receptu-na-lahodne-a-zdrave-studene-napoj-e-a2285.html>)

**Domácí ledový čaj****Suroviny:**

2 sáčky černého čaje (nebo zeleného čaje)  
půl litru vody  
půl litru perlivé minerální vody  
limetka a citron /2 pomeranče  
cca 3 lžíce med nebo třtinového cukru  
2–3 stonky čerstvé máty  
kostky ledu

**Postup:**

Nejprve uvaříme slabý černý čaj (pro děti), pro dospělé může být silnější. Do horkého čaje vmícháme sladidlo. Poté, co trochu vychladne, zakapeme šťávou z půlky citronu (nebo pomerančů), přidáme na plátky nakrájenou limetku. Necháme vychladit a před podáváním zalijeme minerální vodou, ozdobíme mátou. Šťávu z citrusů a sladidlo použijte podle chuti, čím méně cukru, tím lépe.

(upraveno dle <http://www.foodlover.cz/2014/07/domaci-ledovy-caj.html>)



## 5. FARMÁŘSKÉ DNY VE ŠKOLÁCH

### 5.1. Základní škola Vsetín, Rokytnice 426

#### Farmářský den zaplnil již podruhé školní zahradu vsetínské Základní školy Rokytnice

Ve čtvrtek 18. května 2017 se děti v základní škole v Rokytnici neučili. Důvod byl jasný. Ve spolupráci s LÍSKOU totiž školáci pořádali již druhý Školní farmářský den. Do programu pro své spolužáky, ale i učitele, rodiče a veřejnost, se tak zapojily všechny třídy. Krásné slunečné počasí jen umocnilo úspěch celé akce, jejíž účastníci plnili školní zahradu až do pozdního odpoledne.



Hlavním tématem Farmářského dne bylo jídlo, a to jídlo zdravé. Jednalo se však také o jeho příběh, zdravý životní styl a místní udržitelnou ekonomiku. Škola si proto pozvala i místní řemeslníky, farmáře a výrobce. K vidění tak byly ukázky tkání, keramiky, mokrého filcování, paličkování, předení, krumplování, řezbářství a slaměných ošatek. Nechyběla však ani živá zvířata, především kozy.

Farmářský den probíhal v návaznosti na projekt „Bezpečně a zdravě do života – rozvoj kompetencí v základním a středním vzdělávání“. Tento projekt se podle zástupce ředitele školy Hynka Hromady snaží motivovat k aktivnímu pohybu a ke zdravému životnímu stylu. „Smyslem dne bylo upozornit na nadměrnou konzumaci dovážených potravin. Dovoz potravin z velké dálky ve vysoké míře škodí jak životnímu prostředí, tak nám chemickými látkami, které jsou do potravin přidávány. Nákupem místních potravin podporujeme místní pěstitele, naše zemědělství a ekologii,“ uvedl Hromada s tím, že u potravin českého původu máme jistotu kvality, jelikož víme, odkud pocháží.

Po celé školní zahradě tak byly rozestaveny stánky, ve kterých řemeslníci a farmáři dělali to, co nejlépe umí. Ve většině z nich si bylo možné jejich práci i vyzkoušet. Například u stánku s keramikou jste si mohli vyrobit z hrnčírské hlíny svůj vlastní keramický hrneček. „Z ručních prací jsme plstili ovčí vlnu či si zkusili uplést svou vlastní slaměnou čapku nebo jsme paličkovali,“ přiblížila možné aktivity Adéla Krejčí. Žáci však nebyli pouze pasivními posluchači a pozorovateli, ale celého dne se aktivně zúčastnili zajímavými příspěvky. Například sedmá třída prováděla fyzikální pokusy, devátá a osmá třída se pak zaměřila spíše na jídlo. Sestavovala zdravé jídelníček, připravila ochutnávky a různě zaměřené „poznávačky“. S ochutnávkami vlastních pokrmů se představily i další třídy.

Odpolední program pro veřejnost naplnila i kultura. Vyhrávala cimbálovka bývalého žáka Lukáše Kamase, vystoupení si připravily i jednotlivé třídy z prvního stupně.

Program Farmářského dne byl opravdu bohatý a kompletní výčet aktivit by zabral ještě mnoho místa. Jistě je jedno, akce se vydařila na jedničku

ZŠ Vsetín, Rokytnice 436 a LÍSKA, z.s.

**ŠKOLNÍ FARMÁŘSKÝ PROJEKTOVÝ DEN**  
18. KVĚTNA 2017,  
8-12:30, 14-16:30 HODIN  
areál a zahrada ZŠ Rokytnice

Žáci pracují ve výuce i v domácí přípravě na vybraných tématech a připravují aktivity pro své spolužáky, rodiče a veřejnost.

**Dopoledne, 8:00 – 12:30 hodin:**

**„DĚTI DĚTEM“ SIMULACE FARMÁŘSKÉHO TRHU**

Určeno zejména pro žáky školy. Po dohodě a dle možností přivítáme i návštěvníky z dalších MŠ a ZŠ.

Určeno pro veřejnost a rodiče. Do programu přispějí žáci školy i místní řemeslníci, farmáři a výrobci: paličkování, předení, krumplování, šití papučí, Lukášovy šité hračky, slaměné ošatky, brambůrky od farmáře, veselý dvorek Vojty Molka, ukázky práce ve školní přírodní zahradě, školní zahradnictví – pestrá nabídka rostlin pro vaše zahrádky, Semínkovna a další.

**Odpoledne, 14:00 – 16:30 hodin:**

**„DĚTI, LÍSKA A VÝROBCI PRO RODIČE A VEŘEJNOST“ FARMÁŘSKÝ TRH, PREZENTACE PRÁCE DĚTÍ**

Určeno pro veřejnost a rodiče. Do programu přispějí žáci školy i místní řemeslníci, farmáři a výrobci: paličkování, předení, krumplování, šití papučí, Lukášovy šité hračky, slaměné ošatky, brambůrky od farmáře, veselý dvorek Vojty Molka, ukázky práce ve školní přírodní zahradě, školní zahradnictví – pestrá nabídka rostlin pro vaše zahrádky, Semínkovna a další.

Pitný režim zajistí **VOK** KULTURNÍ PROGRAM ŽÁKŮ ŠKOLY.

AKCE SE KONÁ ZA KAŽDÉHO POČASÍ.

Srdečně Vás zveme na  
**DEN ZDRAVÉHO JÍDLA – školní farmářský den**

Hlavním tématem je JÍDLA a jeho příběh, zdravý životní styl, místní udržitelná ekonomika, řemesla a farmářství.



a děti, učitelé i ostatní návštěvníci Farmářského dne se dozvěděli mnoho nového a užitečného a také se jistě dobře pobavili.

Zdroj: Jiří Žůrek, Vsetínské noviny

## 5.2. Základní škola Vsetín, Sychrov 97

## Školní farmářský den ve vsetínské Základní škole Sychrov

Ve čtvrtek 15. června se areál naší školy jako kouzelným proutkem proměnil ve velký farmářský trh a místo setkávání s rukodělnými výrobci tradičních valašských výrobků, konal se Školní farmářský den.

Dopoledne si farmáře i výrobce užívali zejména žáci školy. Seznámili se s valašským krojem, výrobou ošatek, paličkovaním, drátkováním, předěním na kolovrátku, výrobou domácích bramborových spirálek či tradicemi, které udržuje Muzeum regionu Valašsko. Velkou atrakcí byla simulace dojení dřevěné kozy, která nadchla žáky i dospělé. Nejvíce snad žáky strhly ukázky Veselého dvorku Vojty Molka, který předváděl se svými pasterveckými psy péči o stádo ovcí a koz.



Hlavním tématem tohoto farmářského dne bylo Zdravé jídlo. Žáci školy se jím zabývali již několik týdnů dopředu se svými učiteli ve výuce, ale i ve školní družině. Zapojili se také rodiče dětí. Farmářským dnem žila celá škola. Vyučujícím byl k dispozici metodický manuál LÍSKY, z. s. „Zdravá a bezpečná škola“.

Odpoledne se areál školy otevřel pro rodiče, obyvatele Sychrova i některé náhodné návštěvníky, které zaujalo pestré dění u školy.

Akci připravila Základní škola Vsetín Sychrov 97 a LÍSKA, z. s., ve spolupráci s Muzeem regionu Valašsko, za podpory Zlínského kraje i Města Vsetín. Pitný režim zajistily Vodovody a kanalizace Vsetín, a.s. Na organizaci dne se podíleli výraznou měrou žáci 9. A, kteří si vyzkoušeli, co to obnáší akci naplánovat, připravit, realizovat a také po ní vše uklidit. Byla to jistě dobrá škola života. A za perfektní organizaci jim patří velký dík.

Odpoledním programem provázely žákyně 7. A, Kristianka Fusková a Dominika Zbranková. O dobrou nápadu se postarali žáci se svými skvělými vystoupeními. Jednotlivé třídy

si připravily farmářské či rukodělné stánky, kde představily výsledky své práce ostatním, například sedmáci nabízelí vlastnoručně trhané, sušené a míchané bylinkové směsi, třetáci zas bylinky v květináčích, osmačky podávaly chlazené bylinné nápoje, žákyně šesté třídy zase vyráběly bambulky z vlny a byl o ně opravdu velký zájem, ani se nezastavily. Děti z družiny vytvářely třeba loutky ze sena a květin, čtvrtáci nabízelí všem zdravé svačinky i s recepty a většina dalších se pustila také do ukázky zdravé stravy a chutno-



vek. Aby ne, farmaření máme přece spojené s dobrým a kvalitním jídlem. A protože je ZŠ Vsetín, Sychrov Fairtradovou školou, byla na místě i Férová kavárna LÍSKY.

Farmářský den v ZŠ Sychrov navštívilo přes 360 návštěvníků, mezi nejvýznamnější hosty patřila například paní Margita Balaščíková, členka Rady Zlínského kraje pro životní prostředí a zemědělství, která nešetřila slovy chvály a obdivu, jak u stánků dětí a jejich výrobků, tak celkově k realizaci takovéto akce ve škole. Dopoledne akci navštívila paní Simona Hlaváčová, místostarostka Města Vsetín s Andreou Frňkovou, vedoucí odboru školství a kultury Města Vsetín.

Farmářský den se vydařil, děti poznaly spoustu nových věcí, zjistily zajímavosti o farmářském životě a objevily nová řemesla regionu, o kterých možná dosud neměly ani zdání. Navíc se aktivně zapojily do přípravy a organizace akce, učily se komunikovat se zákazníky svých stánků, a o to přece jde, poznávat nové věci a pokud možno prakticky a naplno si je prožít.

Text i foto: Jaroslava Ševčíková, ZŠ Vsetín, Sychrov 97



**ŠKOLNÍ FARMÁŘSKÝ PROJEKTOVÝ DEN**  
15. ČERVNA 2017,  
9-12:30, 14:30-17 HODIN  
areál a zahrada ZŠ Sychrov

ZŠ Vsetín, Sychrov 97 a LÍSKA, z. s.

Srdečně Vás zveme na  
**DEN ZDRAVÉHO JÍDLA – školní farmářský den**

Hlavním tématem je JÍDLA a jeho příběh, zdravý životní styl a místní udržitelná ekonomika.

Žáci pracují ve výuce i v domácí přípravě na vybraných tématech a připravují aktivity pro své spolužáky, rodiče a veřejnost.

**Dopoledne, 9 – 12:30 hodin:**

**„DĚTI DĚTEM“ SIMULACE FARMÁŘSKÉHO TRHU, UKÁZKY ŘEMESEL A TRADIČNÍCH ČINNOSTÍ NA VALAŠSKU**

Určeno zejména pro žáky školy. Po dohodě a dle možností přivítáme i návštěvníky z dalších MŠ a ZŠ.



Pitný režim zajistí **VJK**

**KULTURNÍ PROGRAM ŽÁKŮ ŠKOLY.**

**AKCE SE KONÁ ZA KAŽDÉHO POČASÍ.**



**Odpoledne, 14:30 – 17 hodin:**

**„DĚTI, LÍSKA, MUZEUM REGIONU VALAŠSKO A A VÝROBCI PRO RODIČE A VEŘEJNOST“ FARMÁŘSKÝ TRH, UKÁZKY ŘEMESEL, PREZENTACE PRÁCE DĚTÍ**

Určeno pro veřejnost a rodiče. Do programu přispějí žáci školy, pracovníci Muzea regionu Valašsko i místní řemeslníci, farmáři a výrobci: paličkování, předěním, kramplování, šití papučí, Lukášovy šité hračky, slaměné ošatky, brambůrky od farmáře, veselý dvorek Vojty Molka, ukázky tradičních činností na Valašsku: draní perí, kroje, fujara, pastervecké zvyky a další.











### 5.3. Základní škola Liptál

## Farmářský den v Základní škole Liptál

Ve středu 27. září vyvrcholily naše školní i domácí přípravy Školním farmářským dnem. Tématem tohoto projektového dne bylo jídlo a jeho příběh, zdravý životní styl, místní udržitelná ekonomika, tradice, řemesla a farmaření. Ráno jsme ve škole zvládli teorii a pak jsme se přesunuli do kulturního areálu, abychom si vyzkoušeli různé aktivity v praxi. A že toho nebylo málo. Na „kozím trenážeru“ jsme s většími či menšími úspěchy dojili, o kousek dál na nás čekalo paličkování, tkaní, zpracování ovčí vlny, vyřezávání, šití panenek nebo výroba svíček. Osmáci a devátáci si pro ostatní připravili různé soutěže, a kdo se cítil vyčerpaný, mohl se občerstvit výborným karamellem, domácímí brambůrkami nebo jogurtem, do kterého si vlastnoručně umlel vločky. Velký potlesk sklidil bača se svým vycíleným stádem a ukázkami pasteveckých dovedností.

Odpoledne pak patřilo veřejnosti. Kromě ukázek řemesel jsme zorganizovali i pravý farmářský trh. Návštěvníci si tak mohli nakoupit ovoce, zeleninu, zavařeniny a nejrůznější dobrotu, které jsme připravovali doma i ve škole.

Velký dík za den plný zábavy a poučení patří také občanskému sdružení Líška, které přišlo s nápadem farmářský den uspořádat a bylo jeho spoluorganizátorem.

*Hana Burdová, ředitelka školy*



**ŠKOLNÍ FARMÁŘSKÝ DEN**  
27. ZÁŘÍ 2017,  
9:00–12:00 HODIN,  
14:00–16:00 HODIN  
Kulturní areál obce Liptál

ZŠ Liptál, MŠ Liptál, Spolek rodičů a přátel školy a LÍŠKA, z.s.

Vás srdečně zvou na  
**Školní farmářský den**

Hlavním tématem je JÍDLA a jeho příběh, zdravý životní styl, místní udržitelná ekonomika, tradice, řemesla a farmaření.

Žáci pracují ve výuce i v domácí přípravě na vybraných tématech a připravují aktivity pro své spolužáky, rodiče a veřejnost.

**Dopoledne, 9:00 – 12:00 hodin:**

**„DĚTI DĚTEM“ SIMULACE FARMÁŘSKÉHO TRHU**

Určeno pro žáky školy a děti mateřské školy.



**KULTURNÍ PROGRAM ŽÁKŮ ŠKOLY.**

AKCE SE KONÁ ZA KAŽDÉHO POČASÍ.

**Odpoledne, 14:00 – 16:00 hodin:**

**„DĚTI, LÍŠKA A VÝROBCI PRO RODIČE A VEŘEJNOST“ FARMÁŘSKÝ TRH, PREZENTACE PRÁCE DĚTI**

Určeno pro veřejnost a rodiče. Do programu přispějí žáci školy i místní řemeslníci, farmáři a výrobci: tkaní, paličkování, předění, kramplování, filcování, výroba vatašských panenek, práce se dřevem, svíčky ze včelího vosku, korálkování, brambůrky od farmáře, veselý dvorek Vojty Mořky, Férová kavárna LÍŠKY a další.







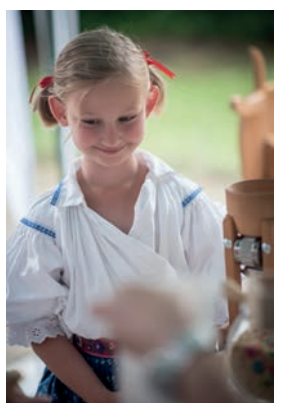


## 5.4. Základní škola Valašská Polanka

### Školní farmářský den v Základní škole Valašská Polanka

Zajímavou akcí pro děti i rodiče, kterou naše škola připravila ve spolupráci s Agrární komorou a sdružením Líška, byl školní Farmářský den. Šlo o projektový den zaměřený na valašský region, naše tradiční produkty, dobré a zdravé jídlo a podporu regionálních výrobců. A nešlo jen o jeden konkrétní den - během května a začátkem června si přímo ve třídách učitelé pro děti připravili zajímavé hodiny a aktivity vztahující se k daným tématům. Zajímaly nás například farmářské produkty, zelenina a ovoce (1. třída), život na Valašsku, kroje a tradice (2. a 3. třída), bylinky a zdravé pomazánky (4. a 9. třída), domácí zvířata (7. třída), tvoření z keramiky a recyklovaných materiálů (keramika a školní klub)... Z některých aktivit vznikly také stánky, kde děti své výrobky předvedly nejen svým spolužákům, ale také rodičům a ostatním návštěvníkům. Přestože nám ranní počasí příliš nepřálo, rozhodli jsme se to risknout a uspořádat farmářský den v areálu naší krásné školní zahrady. Dopolední program byl určen dětem - všechna stanoviště shlédli nejen naši žáci, ale také děti ze ZŠ Leskovec a Pozdřechov. Odpoledne byla zahrada otevřená také ostatním návštěvníkům, kteří kromě stánků s tradičními brambůrkami, zdobením perníčků, šitými valašskými panenkami nebo vyřezávanými hračkami mohli vidět také milé vystoupení dětí z Polančanku nebo si zakousnout špekáček. Děkujeme všem, kteří přišli, a doufáme, že jste si náš první školní Farmářský den užili.

*Magda Kovářová, koordinátor farmářského dne ve škole*



ZŠ Valašská Polanka, Agrární komora Zlín a LÍŠKA, z. s.

**ŠKOLNÍ FARMÁŘSKÝ PROJEKTOVÝ DEN**  
**7. ČERVNA 2018,**  
**9-12:30, 14-17 HODIN**  
 areál a zahrada ZŠ Valašská Polanka

Žáci pracují ve výuce i v domácí přípravě na vybraných tématech a připravují aktivity pro své spolužáky, rodiče a veřejnost.

Dopoledne, 9:00 – 12:30 hodin:

**„DĚTI DĚTEM“  
SIMULACE FARMÁŘSKÉHO TRHU**

Určeno zejména pro žáky školy. Po dohodě a dle možnosti přivítáme i návštěvníky z dalších MŠ a ZŠ.



KULTURNÍ PROGRAM ŽÁKŮ ŠKOLY.

Dětský folklórní soubor Polančánek.

AKCE SE KONÁ ZA KAŽDÉHO POČASÍ.

Během akce budou pořizovány fotografie a kamerové záznamy. Výstupy budou využity pro dokumentaci projektu a propagaci tématu.

Srdečně Vás zveme na ŠKOLNÍ FARMÁŘSKÝ DEN

Hlavním tématem je zemědělství, příběh jídla, zdravý životní styl, místní udržitelná ekonomika, řemesla a kulturní dědictví regionu.



Odpoledne, 14:00 – 17:00 hodin:

**„DĚTI, LÍŠKA A VÝROBCI PRO RODIČE A VEŘEJNOST“  
FARMÁŘSKÝ TRH, OBČERSTVENÍ  
PREZENTACE PRÁCE DĚTÍ**

Určeno pro veřejnost a rodiče. Do programu přispějí žáci školy i místní řemeslníci, farmáři a výrobci: paličkování, předení, práce se dřevem, slaměné ošátky, valašské panenky, brambůrky od farmáře, Mléčný karamel, Ferová kavárna LÍŠKY, ukázky práce ve školní přírodní zahradě a další.



18

Projekt Pomozte nám zachránit farmáře, jeho příběh minulý i budoucí

Hrazeno z projektu MZe č. 56/2018

## SEZNAM STANOVIŠŤ ČI AKTIVIT PŘIPRAVENÝCH ŠKOLOU

Název stanoviště, aktivity	Stručný popis (obsah) – co jste dělali s dětmi při přípravě	Stručný popis (obsah) – co jste dělali s dětmi během FD	Třída, ŠD, ŠK, kroužek
1. Domácí zvířata	Seznámení dětí s původem, krměním, významem ... chovaných domácích zvířat, příprava stánku...	Poznávání zvířat podle obrázků, přiřazování jejich významu (vejce, vlna...), povídání o původu, označení samce, samice, mláďat... + zvířátka k pomazlení ze školního zookoutku	7. ročník
2. Kváskování	V předmětu svět práce byli žáci 9.ročníku seznámeni s pečením pečiva pomocí kvásku, přípravou a vlastnostmi kvásku a jeho výhodou oproti klasickému kynutému pečivu.	Stánek s ukázkami různých druhů kváskového pečiva, zejména chleba. Video o přípravě a vlastnostech kvásku. Plátěné obaly na pečivo, ošátky, ochutnávka...	9. ročník
3. Keramické cedulky k bylinkám	Výroba cedulek k bylinkám a dalších dekorací do zahrádky, květináčů...	Stánek s keramikou doplněný o pomazánky s bylinkami a pitným režimem s vodou s bylinkami.	kroužek keramiky
4. Tvoření z recyklovaného materiálu	Výroba dekorací z recyklovaného materiálu (motouz, vlna, papír, korálky..)	Stánek s dekoracemi	školní klub
5. Bylinky (pomazánky, čaje...)	Poznávání bylinek, jejich sběr, sušení, stříhání do sáčků... příprava zdravých pomazánek, pitný režim...	Stánek s ukázkami a poznáváním bylinek, zdravé pomazánky, pitný režim – voda s bylinkami, čaje – máta, meduňka..	9. ročník
6. Zdobení perníčků	Tradiční pečení a zdobení perníčků, hledání vzorů, porovnávání receptů	Stánek s ukázkami zdobení přímo na místě, zdobení perníčků dětmi	5. ročník

## DALŠÍ AKTIVITY, KTERÉ PROBĚHLY V RÁMCI VÝUKY JEDNOTLIVÝCH ROČNÍKŮ, I BEZ PŘIPRAVENÝCH STANOVIŠŤ

1. třída **Farma a její produkty:** skupinová práce na téma ovoce a zelenina od farmářů.
2. třída **Farma a její produkty:** skupinová práce na téma mléko, maso, vejce od farmářů.
3. třída **Život na Valašsku dříve:**DVD, školní výlet do skanzenu Rožnov pod Radhoštěm, povídání o bylinkových zahrádkách, chovu zvířat, bydlení.  
Výroba oveček z vlny a papíru.
4. třída **Domácí mazlíčci, poznávání bylinek:** skupinové práce
5. třída **Víme, co jíme?** skupinová práce, práce s pracovními listy.
6. třída **Valašské nářečí, kroje:** práce s textem o životě na valašském venkově, knihy, poslech, DVD.
7. třída **Domácí zvířata:** povídání o původu, původních divokých druhích, krmění, významu, atd. Příprava stánku a aktivit na FD.
8. třídy **Typické plodiny, zvířata a jídlo jednotlivých kontinentů, původ našich domestikovaných zvířat:** výuka v rámci zeměpisu.
9. třídy **Ukázka kváskování, poznávání bylinek, příprava pomazánek a balení čajových směsí ze sušených bylin.**

Základní škola Valašská Polanka  
uspořádala dne 7. 6. 2018

**ŠKOLNÍ FARMÁŘSKÝ DEN  
PRO ŽÁKY, RODIČE A VEŘEJNOST**



Pomozte nám zachránit farmáře, jeho příběh minulý a budoucí  
[www.pomoztenamzachranitfarmare.cz](http://www.pomoztenamzachranitfarmare.cz)  
Financováno z prostředků Ministerstva zemědělství v rámci projektu č. 56/2018.





## 5.5. Základní a Mateřská škola Kašava

### Školní farmářský den v Základní a Mateřské škole Kašava

Díky spolupráci s Agrární komorou Zlín a sdružením Líška se podařilo uspořádat v úterý 12. června Školní farmářský den. Tématem tohoto projektového dne bylo jídlo a jeho příběh, zdravý životní styl, místní udržitelná ekonomika, tradice, řemesla a farmaření. Celé dopoledne jsme sice s obavami pohlíželi na oblohu, ale počasí vyšlo a děti mohly celé dopoledne strávit venku. Čekalo je paličkování, zpracování ovčí vlny, předání na kolovrátku, pletení ošatek i práce s pedigem. Další zajímavá témata si připravili i deváťáci. Mladší spolužáky čekala výuka 1. pomoci, poznávání a ochutnávka různých druhů ovoce a zeleniny, potravinová pyramida, poznávání koření, ochutnávka bylinkových výluhů i pexeso s rybami a různé hádanky. Dopoledne uběhlo velmi rychle, protože si jej mohli žáci ještě zpestřit výbornými brambůrky od pana Novotného a také mléčným karamellem.

Odpoledne patřilo veřejnosti. Od 14 hodin proběhl na návsi u Obecního domu Farmářský trh. Ve stáncích byly k mání trubičky, perníčky, sirupy, kozí sýry, med, povidla, valašské panenky, keramika, výrobky ze dřeva i výrobky žáků základní školy. Děti si prodej velmi užívaly, vyvolávaly různé reklamní slogany a vyprodaly téměř všechny své výrobky. Kromě možnosti nákupu různých výrobků byly v centru pozornosti i stánky řemeslníků. Bylo možné si na trenažeru vyzkoušet dojení kozy nebo vyrobit vložky na vložkovači. Také si zájemci mohli vyzkoušet zpracování ovčí vlny, uplést z pedigu podnos nebo vyzkoušet modrotisk. Součástí odpoledne byl i kulturní program, ve kterém vystoupily děti z mateřské školy se svým pásmem, pěvecký sbor Slunéčko i Kašavští gajdoši. V tanečním bloku vystoupily mažoretky, Zumbička a Zumba. Součástí kulturního programu byl i křest školní regionální kuchařky s názvem Zapomenuté recepty našich babiček. Zájemců přišlo hodně a určitě nikdo nelitoval. Bylo to velmi příjemně strávené odpoledne. Doufáme, že farmářské dny budou v Kašavě pokračovat i v budoucnu.

*Zdeňka Krmášková, koordinátor farmářského dne ve škole*



ZŠ a MŠ Kašava, Agrární komora Zlín a LÍŠKA, z.s.

**ŠKOLNÍ FARMÁŘSKÝ PROJEKTOVÝ DEN**  
12. ČERVNA 2018,  
8-12:00, 14-18 HODIN  
areál ZŠ a MŠ Kašava + návěs

Srdečně Vás zveme na  
**ŠKOLNÍ FARMÁŘSKÝ DEN**

Hlavním tématem je zemědělství, příběh jídla, zdravý životní styl, místní udržitelná ekonomika, řemesla a kulturní dědictví regionu.

Žáci pracují ve výuce i v domácí přípravě na vybraných tématech a připravují aktivity pro své spolužáky, rodiče a veřejnost.

**8:30 – 12:00 hodin, areál školy:**

**"DĚTI DĚTEM" SIMULACE FARMÁŘSKÉHO TRHU**

Určeno zejména pro žáky školy. Po dohodě a dle možností přivítáme i návštěvníky z dalších MŠ a ZŠ.

**14:00 – 18:00 hodin, návěs u Obecního úřadu:**

**"DĚTI, LÍŠKA A VÝROBCI PRO RODIČE A VEŘEJNOST" FARMÁŘSKÝ TRH, OBČERSTVENÍ PREZENTACE PRÁCE DĚTÍ**

Určeno pro veřejnost a rodiče. Do programu přispějí žáci školy i místní řemeslníci, farmáři a výrobci: výrobky dětí, valašské panenky, paličkování, kolovrátek, slaměné ošatky, švec, práce s pedigem, keramika, práce se dřevem, modrotisk, malování na tašky, Férová kavárna LÍŠKY, sirupy, sýry, Mléčný karamel, med, trubičky, perníčky, brambůrky od farmáře, grilování a další.

**KULTURNÍ PROGRAM ŽÁKŮ ŠKOLY:**

V pásmu od cca 15.30 hodin vystoupí: dětský pěvecký sbor Slunéčko, Kašavští gajdoši, ukázka cvičení, děti z MŠ. Křest školní regionální kuchařky.

**AKCE SE KONÁ ZA KAŽDÉHO POČASÍ.**

Projekt „POMOZTE NÁM ZACHRÁNIT FARMÁŘE, jeho příběh minulý a budoucí“.  
Hrazeno z projektu Ministerstva zemědělství číslo 56/2018.

Během akce budou pořizovány fotografie a kamerové záznamy. Výstupy budou využity pro dokumentaci projektu a propagaci tématu.

MINISTERSTVO ZEMĚDĚLSTVÍ AŘÍKOVÁNÍ A ROZVOJE VENKOVNÍHO PROSTŘEDÍ  
AGRÁRNÍ KOMORA Zlín  
Zlínský kraj  
LÍŠKA  
ZŠ a MŠ KAŠAVA

### Základní a Mateřská škola Kašava

uspořádala dne 12. 6. 2018

## ŠKOLNÍ FARMÁŘSKÝ DEN PRO ŽÁKY, RODIČE A VEŘEJNOST



Pomozte nám zachránit farmáře, jeho příběh minulý a budoucí  
[www.pomoztenamzachranitfarmare.cz](http://www.pomoztenamzachranitfarmare.cz)

Financováno z prostředků Ministerstva zemědělství v rámci projektu č. 56/2018.



## SEZNAM STANOVIŠŤ ČI AKTIVIT PŘIPRAVENÝCH ŠKOLOU

Název stanoviště, aktivity	Stručný popis (obsah) – co jste dělali s dětmi při přípravě	Stručný popis (obsah) – co jste dělali s dětmi během FD	Třída, ŠD, ŠK, kroužek
1. První pomoc	Žáci se naučili poskytovat 1. pomoc při popáleninách, pokousání psem, drobná poranění	Žáci představovali zraněné a skupinky dětí se snažily poskytnout pomoc, žáci na stanovišti je opravovali, případně jim 1. pomoc názorně ukázali	9. třída
2. Příprava a ochutnávka Smoothie, ochutnávka a poznávání různých druhů ovoce a zeleniny	Společně se žáky jsme si připravili obrázky různých druhů ovoce a zeleniny, nakoupili jsme ovoce a zeleninu	Na stanovišti žáci ochutnávali, přiřazovali ovoce k obrázku rostliny, skládali list, plod a korunu stromu, společně si vyrobili Smoothie	9. třída
3. Ryby	Vybraní žáci se zájmem o ryby si pro spolužáky připravili puzzle, pexeso, poznávačku	Žáci skládali puzzle, poznávali různé druhy ryb, dozvěděli se něco o životě ryb, přiřazovali názvy, chytali „ryby na udici“	9. třída
4. Poznávání koření čichem	Připravené obrázky koření a různé koření	Na stanovišti děti čichem určovaly různé druhy koření, přiřazovaly správně k obrázku	9. třída
5. Bylinky, bylinkové výluhy, čaje z lesa	Připravené obrázky bylin, doplňovačka na poznávání bylin, bylinné výluhy, různé byliny	Děti rozlišovaly názvy bylin, ochutnávaly bylinné výluhy a povídaly si o významu čajů na léčení různých nemocí	9. třída
Barvení pomocí rostlin	Připravené plátno a různé druhy rostlin	Žáci si vyzkoušeli, jak lze barvit pomocí přírodních barviv plátno	
6. Potravinová pyramida	Společně na interaktivní tabuli byla připravena potravinová pyramida	Žáci zařazovali jednotlivé potraviny do správné části, povídali si o složení jídelníčku, důležitosti pohybu	9. třída
7. Práce s pedigem	Žáci si vyzkoušeli pod odborným dohledem jednoho tatínka práci s pedigem – vyráběli podnos.		

## DALŠÍ AKTIVITY, KTERÉ PROBĚHLY V RÁMCI VÝUKY JEDNOTLIVÝCH ROČNÍKŮ, I BEZ PŘIPRAVENÝCH STANOVIŠŤ

Ve všech ročnících proběhla dvouhodinová výuka o zdravé stravě, významu ovoce a zeleniny v jídelníčku. V hodinách prvouky, přírodovědy a přírodopisu se žáci bavili o významu domácího chovu zvířat a pěstování ovoce a zeleniny na zahrádkách. V hodinách matematiky se řešily náklady na výrobu jednotlivých produktů. Třídy připravovaly produkty na prodej. Zdobily květináčky, vysévaly bylinky a sázely léčivé rostliny, vyráběly domácí aviváž, mýdla, svíčky ze včelího vosku, sirupy, marmelády, sušené ovoce, zdravé mlsání, čajové směsi atd.



## 6. PŘÍKLADY AKTIVIT NA ŠKOLNÍM FARMÁŘSKÉM DNU

### Aktivity žáků a pedagogů školy – chuť a radost učit své vrstevníky



### Program LÍSKY Odkud se bere jídlo



## Ukázky řemeslníků – předávání řemesel, dovedností a umění



Paličkování



Valašské kroje a panenky



Zpracování ovčí vlny



Ošatky ze slámy



Práce se dřevem



## Občerstvení



*Bylinkové čaje, limonády, smoothie*



*Pečivo a pomazánky*



*Férová kavárna*



*Zdobení perníčků*

## Kulturní program

