



Dne 11. června 2015 pořádala ZŠ Vsetín, Rokytnice Farmářský den, při kterém si žáci školy společně s učiteli naplánovali a připravili aktivity pro své vrstevníky, rodiče a veřejnost.

Školní farmářský den, nebo-li Den zdravého jídla – jak z názvu vyplývá, hlavním tématem bylo JÍDLO. Jednalo se však také o jeho příběh, zdravý životní styl a místní udržitelnou ekonomiku.

Program byl opravdu bohatý, všichni žáci školy něčím zajímavým přispěli. ZŠ Rokytnice si ve spolupráci se sdružením Líška pozvala i místní řemeslníky, farmáře, a výrobce: tkání, keramiky, mokrého filcování, paličkování, předení, krumplování, řezbářství a slaměných ošatek.

Cíl dne

Farmářský den probíhal v rámci projektu „Bezpečně a zdravě do života – rozvoj kompetencí v základním a středním vzdělávání.“ Tento projekt se snaží motivovat k aktivnímu pohybu a ke zdravému životnímu stylu. Smyslem dne bylo upozornit na nadměrnou konzumaci dovážených potravin. Dovoz potravin z velké dálky škodí velmi jak životnímu prostředí, tak nám chemickými látkami, které jsou do potravin přidávány. Nákupem místních potravin podporujeme naše pěstitele, zemědělství a ekologii. U potravin českého původu máme tedy jistotu kvality, jelikož víme, odkud potraviny pocházejí.

Autor: Martina Zralá

Farma na zahradě

V zahradě a areálu školy byly rozmístěny různé stánky, kde jsme mohli spatřit řemeslníky a farmáře při jejich práci. U většiny stánků jsme si řemesla mohli na vlastní kůži také vyzkoušet. Řemeslníci nám u stánku nejdříve popsali a ukázali jejich práci, poté jednoduchými kroky vysvětlili, jak máme postupovat. Z každého stánku se stala taková malá dílna. Např. u stánku s keramikou byla ukázka výroby hrníčku z hrnčířské hlíny. Z ručních prací jsme dále plstili ovčí vlnu či si zkusili uplést svou vlastní slaměnou čapku nebo jsme paličkovali. Na školní zahradě to zkrátka vypadalo opravdu jako na farmě, i když to měla být pouhá simulace. Pozoruhodnou atrakcí byl např. Veselý dvorek Vojty Molka. Tady jsme mohli spatřit na vlastní oči opravdové stádo koz se svým bačou. Hlavně děti se zde mohly pobavit. Neposlušná kůzlátka byla totiž velmi zábavou podívanou. Dozvěděli jsme tu i všelijaké zajímavé informace o chovu koz na farmě.

Autor: Martina Zralá

Dobručky z prvního stupně

Školní žákovská kuchyňka po celý den voněla různými specialitami z prvního stupně. Mlsné jazýčky se těšily na štrůdlý třídy paní učitelky Ondrové, keřirovou buchtu Jakuba Mikeše ze 4.B nebo ovesné oplatky 1.B. Která příchuť ovesných oplatků byla nejlepší? Čokoládová, oříšková nebo jiná? „Jednoznačně banánová, tyto oplatky se vytratily okamžitě,“ doplňuje paní učitelka Jančíková. V dalších třídách vznikalo mnoho

skvělých pamlsků. Odkud se bere mléko? „Z kravičky nebo ovečky,“ zněla jedna z odpovědí paní učitelky Valchářové na zvědavé otázky žáků 2.B. Názorná ukázka získávání mléka byla výborným představením pro celou 2.B, která následně produkovala tvarohové dobrůtky. Dívky upravovaly tvaroh na sladko a slano, chlapi připravovali pomazánku. Třída 4.A byla pro změnu zavalena mrkvemi, citróny, cukrem a dalšími surovinami. Co z toho vzniklo? Přece mrkvový salát. Kdo i přes velký výběr nenašel dobrůtku pro svoje břicho, mohl se inspirovat z receptů babiček, které připravili žáci třídy 4.B

Nejtěžší pozici měl ovšem pan ředitel, který musel všechno vyzkoušet!

Autor: kolektivní práce

Výživový poradci

Žákyně 9.A si pro své mladší spolužáky připravily zajímavou aktivitu, ve které si měli připravit oběd (samozřejmě jen symbolicky- z obrázků). Jakmile bylo „uvařeno“, holky začaly jídla kontrolovat a ve většině případů nechyběla kritika. Například když si kluci chtěli dát pořádný kus masa, museli si dávat pozor, jakým způsobem ho připraví. Máte rádi sladké dezerty? Smůla, i tohle by vám z talířku „vyhodily“. Chcete tedy vědět, jak je to správně? Holky vám to prozradí:



„Jídlo by mělo být bohaté na živiny. Když si chcete dát maso, určitě byste ho neměli grilovat, nejlepší je maso uvařit nebo upéct. Na talíři by neměla chybět zelenina. No a když si chcete dát něco dobrého po obědě, není špatný třeba mrkvový koláč, hlavně teda nic moc sladkého a určitě byste měli vynechat kávu,“ poradila nám Kristýna z 9.A.

Autor: Kateřina Janečková





Fyzika hrou

Jak si zkrátit dlouhou chvíli a zopakovat si přitom jednoduché fyzikální pokusy? To nám předvedli žáci 7.B. Největší zájem budila raketa, na které nám Zuzana Nováková předvedla zákon akce a reakce. Co se stane s jablkem nebo sladkostí marschmelou, když na ně působí podtlak? To byl jeden z dalších pokusů prezentovaný třídou paní učitelky Kupkové.

Autor: kolektivní práce

Slaměné výrobky

Jedním z programů bylo pletení slaměných ošatek, kde jste si mohli vyzkoušet, jak se plete. Říkáte si, co to ošatka je? Určitě všichni znáte legendární pohádku, ve které má hlavní postava sesypaný hrách s čočkou a musí třídít. Ano, je to Popelka. Tak přesně takhle ošatka vypadá; je to takový „košík“. Technika je podobná jako u keramiky s jedním rozdílem, že používáte slámu.



U tohoto stánku jste se mohli potkat s Martinem Filou, který na vás jako zkušený ošatkář dohlížel a pomáhal vám. „Řemeslům se věnuji už více jak 10 let. Věnuji se výrobě misek, píšťal a lžiček ze dřeva, košů a metel z proutí.

Mimo jiné se věnuji i tkání. Vybral jsem si pro vás ukázkou ze slámy, protože slaměnkáři už se dneska moc nevidí možná i proto, že je to velice pracné řemeslo.“ Z rozhovoru s Martinem Filou

Autor: Adéla Krejčí

Trpělivost růže přináší



Paličkování u Ivany Židkové: tomuto stánku se většina dětí vyhýbala obloukem, ale i přesto jsme viděli pár odvážlivců. K paličkování, jak už z názvu vyplývá, potřebujete paličky, které visí na nitkách a ty nitky pak mezi sebou různě proplétáte podle předlohy. Je to práce, která vypadá sice jednoduše, ale vyžaduje obrovskou dávku trpělivosti, avšak výsledek je okouzlující. Každý správný Valach by měl toto umění znát, jelikož je pro Valašsko opravdu typické.

Autor: Kateřina Janečková

Od mléka k sýru

Na školní zahradu za námi přijela i Šárka Langová, která nám ukázala, jak se vyrábí sýr z kravského mléka, který jsme pak mohli ochutnat. Na první pohled to může vypadat dost složitě, ale když se do postupu práce dostanete, tak si myslím, že výroba příliš složitá není. Na základ každého sýru budete potřebovat umíchanou sýřeninu, která se míchá asi dvě hodiny, a pak už zbývá výroba samotného sýru.



„Výrobě sýru se věnuji asi 6 let, ale dělám to jen amatérsky. Pro výrobu sýru požívám kravské mléko, samozřejmě se dělá i z ovčích, ale já preferuji kravské. Když má sýr správnou kyselost, je tažný a z toho se nejlépe vytvářejí korbáčičky. Tuto správnou konzistenci už poznám po chuti.“

Autor: Adéla Krejčí

Překvapení z ČHMÚ

Farmářský den navštívil i Miroslav Řepka z ČHMÚ (Český hydrometeorologický ústav) s pobočkou v Ostravě. S žáky deváté třídy sestavil zdravý denní jídelníček, tvořený především zeleninou. Naopak 8.A jej vyzkoušela z poznávání bylin, které mu šlo na výbornou. „Obdivuji, co učitelé této školy dělají pro žáky. Ti ovšem tyto aktivity nejčastěji ocení až ve chvíli, kdy ze základní školy zamíří na střední školy. Mě by se velmi líbilo být žákem vaší školy,“ dodává Řepka. Jako překvapení daroval škole sérii plakátů popisující klimatické podmínky a extrémy nejen v České republice, ale i Evropě a celém světě.

Autor: kolektivní práce

Hmyzí hotel

Patří hmyz na zahradu, nebo ne? Samozřejmě patří. Spousta hmyzích zástupců nám v zahradě pomáhá. Včelky samotářky a čmeláci opylují květy, sluněčka sedmítečná a škvoří loví mšice. Aby se na školní zahradě drobnému hmyzu líbilo, vyrobily děti 7.A vhodný příbytek, který předváděly svým spolužákům i rodičům.



Autor: kolektivní práce

Novinářský tým: Kateřina Janečková, Adéla Krejčí, Martina Zralá, Bořek Navrátil, grafická úprava: Lukáš Kvapil, Ondřej Surovčák.



11.červen



Farmářský den

školní noviny

