

Senzorické vzdělávání dětí metodou SAPERE

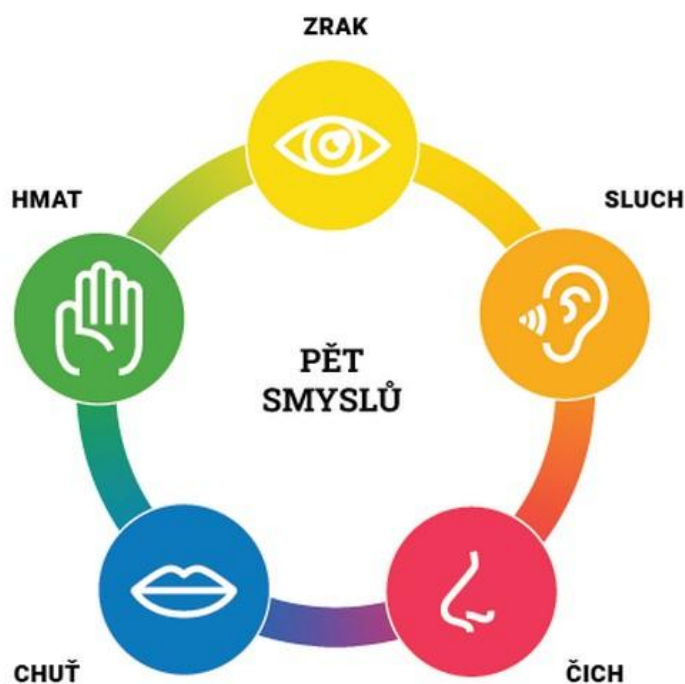
Vzdělávací metoda SAPERE - osvědčený přístup, zaměřený na rozvoj zdravých stravovacích návyků u dětí, přináší nový pohled na výchovu k výživě: prostřednictvím zábavy, bez zákazů a varování.

O metodě SAPERE

Tato mezinárodní metoda pomáhá dětem objevovat potěšení z jídla všemi smysly a prohlubuje jejich vnímání chuti ve spojitosti s různými oblastmi výuky. Díky modulární struktuře lze SAPERE snadno přizpůsobit nejen pro školy, ale i pro mimoškolní zařízení. Cílem je přinést dětem radost z jídla, posílit jejich zdravé návyky a vytvořit u nich zdravý přístup k jídlu, který je bude provázet po celý život.

Metoda SAPERE dává žákům příležitost dozvědět se více o svých smyslech a být na ně hrdí. Neexistuje žádná správná nebo špatná chuťová zkušenost. Každá zkušenost a každý názor je respektován. Metoda SAPERE splňuje mnoho cílů školského systému tím, že obohacuje slovní zásobu, učí se věnovat pozornost vlastním zkušenostem a vyjadřovat svůj názor. Tím, že dětem dává příležitost vyjádřit své vlastní chuťové zkušenosti, umožňuje jim také naučit se přijímat rozdíly ve vnímání mezi jednotlivci.

Metoda SAPERE lze použít jako nástroj, který dětem pomůže lépe pochopit co jedí a proč. Je to jednoduchá metoda. Je to zábavný způsob, jak dětem ukázat cestu ke zdravým, chutným a dobrým potravinám. Je to skutečná smyslová laboratoř, kde se učební materiál skládá z jednoduchých surovin a potravin, okořeněných spoustou zvědavosti a pozornosti.



Obsah:

Tuto příručku lze použít tak, jak je, nebo jako výchozí bod pro organizaci výuky, podle konkrétních okolností nebo nápadů. Obsahuje 10 kapitol, které popisují naše smysly, pět základních chutí, přípravu a vaření pokrmů, zeměpis a původ potravin a končí jídlem v restauraci nebo ve škole. Soubor lekcí sám o sobě tvoří techniku smyslového cvičení. Každá kapitola trvá asi 2–4 hodiny lekcí, v závislosti na počtu provedených cvičení. Cvičení v této příručce jsou přizpůsobena pro děti 4.–6. tříd ZŠ, ale většina z nich se může použít pro různé věkové skupiny.

[Příručka pro pedagogy „Potraviny pro všechny smysly - senzorní vzdělávání metodou SAPERE“ v digitální formě \(pdf\)](#)