

CESTA JÍDLA NA NAŠ STŮL

Výukový program do terénu pro vyšší třídy prvního stupně ZŠ

Vytvořili průvodci z kolektivu Domškoláci Na Polské v roce 2025
v rámci projektu „Děti tvoří zelenou učebnu “Na Polské.”“
Tento projekt finančně podpořil magistrát hlavního města Prahy



úvod - proč toto téma

"Mysli globálně, jednej lokálně!" Heslo, které se poslední dobou ozývá z mnoha stran a čím dál častěji. Co vlastně znamená a k čemu nás nabádá? V první řadě k tomu, že naším myšlením a jednáním utváříme svět kolem sebe, že celek se skládá z maličkostí a že zodpovědnost má každý z nás, například už výběrem potravin.

Děti zmapují pohyb některých surovin/potravin napříč planetou a zkusí najít odpovědi na otázky: „Víme, odkud pochází naše jídlo? Jakou cestu urazilo? Jaký příběh se za ním skrývá? Jaká je jeho cena, pokud ji nepočítáme jen na peníze?“

Je-li možnost propojit program s návštěvou zelinářské či komunitní zahrady, děti si zahradu prohlédnou a mohou se dozvědět více o jejím významu, fungování a přínosech pro okolí. Uvidí, jak se pěstuje zelenina a účastní se její cesty ze záhonu na talíř.

jaký je cíl

Zážitkem, zkušeností vzbudit v žácích představu o souvislostech jejich stravování

cílová skupina

3.-6.třída ZŠ

jaká je struktura programu

První je seznámení s průvodci programu a s prostorem, jeho pravidly a hranicemi.

Následuje propojení žáků s tématem – četba ukázky z knihy – a jejich aktivizace – zamyšlení nad oblíbenými pokrmy.

Postup dalších činností je provázán/provázen těmito otázkami:

- 1) z jakých surovin je mé oblíbené jídlo?
- 2) kdy se tyto suroviny v Čechách objevily?
- 3) odkud se berou v současnosti?
- 4) jak se ke mně dostanou?
- 5) čím bych je nahradila z místních (českých) surovin?

časová náročnost

Program je koncipovaný na 180 minut, včetně přestávek

vhodné prostředí

Venkovní prostor nabízející možnost rozhlédnout se, s rovnou pevnou plochou na běhání.

Zahrada, komunitní zahrada – umožní přímé propojení s tématem

hlavní myšlenka

Výběrem surovin/potravin mohou ovlivnit, jak složitá a náročná je jejich cesta na můj talíř.

jednotlivé činnosti

[Četba I](#)

[Oblíbené jídlo](#)

[Proměny jídla v historii](#)

[Hledání "pokladu"](#)

[Suroviny a mapa](#)

[Doprava](#)

[Česká republika versus svět](#)

[Četba II](#)

časová osa

časová osa:	můj čas:	činnost	pomůcky
0:00	09:00	uvítání, představení lektorů a lektorek	
		pravidla v místě dění	zvon
		popis a nalepení jmenovek	polepky, fixy, podložky na psaní
0:15	09:15	Četba I	vytištěná ukázka
0:20	09:20	Oblíbené jídlo	
0:30	09:30	zápis (okénka č.1 a 2)	pracovní listy, psací potřeby, podložky na psaní,
0:40	09:40	pauza	
0:50	09:50	Proměny jídla v historii lidstva	obrázky postav z různých období historie, obrázky vynálezů a objevů, role papíru, psací potřeby
1:15	10:15	zápis (okénko č.3)	pracovní listy, tyčinková lepidla, nůžky, miniatury postav z historie, podložky na psaní
1:20	10:20	Hledání "pokladu"	šifra, papír, tužka, kolíčky na prádlo
1:35	10:35	Surovinu a mapa	trvanlivé potraviny, nástěnná mapa světa/globus, fixy, barevné "lepíky", vytištěné mapy světa,
1:50	10:50	zápis (okénka č.4)	pracovní listy, psací potřeby, podložky na psaní,
1:55	10:55	pauza	
2:05	11:05	Doprava	značky, deska (2x), šátky/čepice, zahradnické kolečko (papír, fixy)
2:20	11:20	zápis (okénka č.5)	pracovní listy, psací potřeby, podložky na psaní,
2:23	11:23	Česká republika versus svět	kartičky "Česká republika," "Svět," karty s názvy potravin, vyznačené hřiště
2:38	11:38	Četba II	vytištěná ukázka
2:40	11:40	zamyšlení a zápis (okénka č.6)	pracovní listy, psací potřeby, podložky na psaní,
2:50	11:50	reflexe programu	

pomůcky:

barevné "lepíky"

[cokoliv, čím se dá vyznačit hřiště](#)

[deska](#) (2x) - velká tak, aby si na ni mohlo stoupnout až 5 dětí – viz činnost Doprava

fixy

kolíčky na prádlo

nástěnná mapa světa/globus

nůžky

papír (A4)

[podložky na psaní – destičky s klipsem](#)

polepky na jmenovky

[potravin s různým místem původu](#)

[psací potřeby](#)

[role papíru](#)

[seznam států](#)

[šátky/čepice na zakrytí očí](#)

tyčinková lepidla

zahradnické kolečko

[značky stanovišť](#)

[zvon](#)

je třeba připravit

šifra - kartičky s písmeny a čísly/papír se vzkazem rozstříhaný na části – viz činnost [Hledání „pokladu“](#)

kartičky "Česká republika" a "Svět" – viz činnost [Česká republika versus svět](#)

karty s názvy potravin – viz činnost [Česká republika versus svět](#)

k tisku

[časová osa](#)

[pracovní list \(poznámka\)](#)

[obrázky postav z různých období historie](#)

[obrázky vynálezů a objevů](#)

[miniatury postav z historie](#)

[mapa světa \(A3\)](#)

[seznam států světa tříděný dle kontinentů](#)

[vytištěné ukázky z knihy](#)

Četba:

Záměr:

Uvést děti do tématu;

Vhodný prostor:

klidné místo, kde je průvodkyně dobře slyšet, kde si každý najde místo k sednutí

Časová náročnost:

5 minut

Činnost:

Čteme ukázkou. Ukázkou lze zkrátit podle časových možností a pozornosti dětí. Po četbě se můžeme zeptat například: "O čem myslíte, že ukáзка byla? Co lidé v ukázce řešili za problém? Kde našli řešení? Měli jste někdy podobný problém?" atd... Otevřeme tím tak téma jídlo.

Cíle:

nasměrovat pozornost k soustředěné, klidné činnosti;

Pomůcky:

text ukázky

Přílohy:

[ukázka z knihy 1 k tisku](#)

ukázka z knihy [Suzanne Collins: Hunger Games](#)

Právě jsem se odvrátila od pohmožděné tváře Peety Mellarka, když jsem si všimla první jarní pampelišky a věděla jsem, že nejsme v beznadějné situaci. Opatrně jsem ji utrhla a spěchala jsem domů. Popadla jsem ho jedné ruky kbelík, do druhé Priminu ruku a vyrazily jsme na Louku, kde jsme opravdu našly plno žlutých květů. Postupovaly jsme podél vnitřní strany plotu snad kilometr a půl, dokud jsme neměly plný kbelík pampeliškových listů, stonků a květů. Toho večera jsme se najedly pampeliškového salátu a zbytku chleba z pekařství.

"Co ještě?" zeptala se mě Prim. "Jaké další jídlo můžeme najít?"

"Všechno možné," slíbila jsem jí. "Jenom si na ně musím vzpomenout."

Matka měla knihu, kterou si přinesla z lékárny. Stránky byly vyrobeny ze starého pergamenu a na nich se skvěly obrázky rostlin, doplněné o jejich krasopisně napsaná jména, místa, kde se nacházejí, a informace o tom, kdy kvetou a v čem spočívají jejich léčivé účinky. Můj otec ale do knihy dopsal další údaje. Rostliny, které se mohou jíst. Pampelišky, divoké cibule, pinie. Prim i já jsme strávily zbytek večera listováním v knize.

Následující den jsem nešla do školy. Nějakou dobu jsem se zdržovala při okrajích Louky, ale nakonec jsem sebrala odvalu a prolezla pod plotem. To bylo poprvé, co jsem zde byla sama, bez ochrany otcových zbraní. Vytáhla jsem si ale z dutiny stromu malý luk a šípy, které pro mě udělal. toho dne jsem patrně nezašla do lesa hlouběji než na dvacet metrů. Většinou jsem seděla ve větvích starého dubu a doufala jsem, že půjde kolem nějaká zvěř. Po několika hodinách se na mě usmálo štěstí a podařilo se mi ulovit králíka. Několik králíků už jsem zastřelila dřív, pod otcovým dohledem. Tenhle byl ale první, kterého jsem zabila sama.

Neměly jsme maso už několik měsíců. Pohled na králíka podle všeho také pohnul něčím v mé matce. Probrala se k životu, stáhla z něj kožešinu a uvařila ho s bylinkami, které nasbírala Prim. Pak se začala znovu chovat zmateně a vrátila se do postele, ale když se jídlo dovařilo, přiměly jsme ji s Prim, aby se taky najedla.

Les se stal naší spásou a já se každým dnem odvažovala hlouběji do jeho náruče. Zprvu to šlo pomalu, ale byla jsem pevně rozhodnuta, že nás uživím. Kadla jsem ptačí vejce z hnízd, chytala jsem ryby do sítí a občas se mi podařilo zastřelit králíka nebo veverka. Taky jsem sbírala různé rostliny, které mi vyrážely pod nohama. Rostliny jsou ošidné. Mnohé z nich jsou jedlé, ale stačí se jednou splést a jste mrtví. Pečlivě jsem srovnávala natrhané bylinky s otcovými obrázky a udržovala jsem nás při životě.

Oblíbené jídlo

Záměr:

Činnost Kruhem projde ten...je zábavná ledolamka, která v tomto případě propojí úvod programu a další aktivity. Děti se zamyslí nad oblíbeným jídlem, odpoví si na otázky o něm a zároveň mohou interagovat s ostatními (kdo také prošel kruhem, přemýšlení nahlas atd...)

Vhodný prostor:

menší volná plocha

Časová náročnost:

10 minut

Činnost:

Požádáme děti, aby vytvořily kruh. Vyzveme je, aby zavřely oči a představily si své oblíbené jídlo. Pokud nevědí, můžeme pomoci otázkami: "Jaké jídlo by ti udělalo radost dnes k obědu? Co by sis dal, kdybys mohl mít cokoliv? Co ti v poslední době nejvíc chutnalo?" Ujistěte se, že všichni mají představu.

Vysvětlíte pravidla aktivity: průvodce vysloví větu začínající slovy "Kruhem projde ten,...." a doplní ji nějakým tvrzením o oblíbeném jídle. Ti, kteří s tvrzením souhlasí, projdou středem kruhu a zařadí se na nějaké vzniklé volné místo v kruhu.

Začneme jednoduchými tvrzeními, abychom ukázali, jak hra funguje, například: "Kruhem projde ten, jehož oblíbené jídlo je sladké."; "Kruhem projde ten, kdo má v oblíbeném jídle maso."; "Kruhem projde ten, kdo si oblíbené jídlo umí uvařit sám."

Poté můžeme přejít ke složitějším, například: "Kruhem projde ten, kdo si své oblíbené jídlo někdy objednal v restauraci."; "Kruhem projde ten, kdo své oblíbené jídlo jedl naposledy před týdnem."; "Kruhem projde ten, kdo si myslí, že jeho oblíbené jídlo někomu jinému vůbec nechutná."; "Kruhem projde ten, v jehož jídle jsou suroviny z jiného světadílu." atd...

Když průvodce položí několik takových otázek, předá slovo například druhému průvodci a poté může i dětem. Většinou se nedostane na všechny, na tuto aktivitu stačí cca 8-12 otázek. Zakončíme podle času a oblíbená je závěrečná věta: "Kruhem projde ten, kdo ještě kruhem neprošel."

Pokud máme čas, můžeme aktivitu shrnout krátkou reflexí ve formě otázek: "Bylo těžké vybrat si jedno oblíbené jídlo? Překvapily vás nějaké odpovědi - třeba kolik lidí má rádo maso? Kolik z nich si umí jídlo uvařit?"

Cíle:

Pocit sounáležitosti se skupinou i výjimečnost, prolomení ledů, rozhýbání, zpracování informací (představa oblíbeného jídla, jeho rozbor, uvědomění si faktů...)

Klíčové kompetence:

sociální a personální - sounáležitost (kruh, společné procházení), ale zároveň rozdílnost názorů a chutí; řešení problémů - rozhodování o odpovědi na základě své představy, komunikace - vyjádření odpovědi pohybem

Pomůcky:

žádné speciální nejsou třeba, jen dostatečně velký bezpečný prostor na utvoření kruhu dětí a procházení

zápis (okénka č.1 a 2)

Záměr:

Vést děti k zamyšlení a vědomí, že každé jídlo je složené z různých surovin a ingrediencí, které je třeba nejprve vyprodukovat. Rozebrat si konkrétní jídlo na jednotlivé složky.

Vhodný prostor:

plocha na psaní a kreslení

Časová náročnost:

10 minut

Činnost:

Navážeme na předchozí aktivitu "Vybrali jste si své oblíbené jídlo, teď si ho zaznamenáme a v průběhu programu trochu rozebereme." Děti si samostatně vyplní úkol v listu - zaznamenají oblíbené jídlo a alespoň tři suroviny (pokud jich jídlo obsahuje více), ze kterých se skládá (např. palačinky - vejce, mouka, mléko; špagety - mouka, vejce, rajčata, sůl; sushi - rýže, řasa, losos... atd...).

Role lektora či lektorky - pomoc dětem, které neví nebo si nejsou jisté. Například otázkami: "Z čeho myslíš, že se dělá těsto na palačinky? Viděl jsi někdy jejich přípravu? Rajská omáčka - zkus se zamyslet nad tím názvem, nepřipomíná ti to něco?" atd.. Ujistěte děti, že nejde o přesný výsledek, hlavní je se nad jídlem zamyslet.

Cíle:

kognitivní - žák si dokáže představit své oblíbené jídlo, dokáže ho analyzovat a pojmenovat jednotlivé složky, afektivní - vztah k jídlu, psychomotorické - zápis nebo nákres do prac. listu

Klíčové kompetence:

kompetence k učení (analýza jídla na jednotlivé suroviny, jejich identifikace, názvy), kompetence k řešení problémů, pracovní kompetence - samostatná práce na listu, jemná motorika, myšlení v souvislostech - k jídlu vede určitá cesta

Pomůcky:

pracovní listy, psací potřeby, podložky na psaní

Přílohy:

[pracovní list](#)

Proměny jídla v historii lidstva

Záměr:

Ukázat, jak se v Čechách vyvíjela v historii podoba jídla a jak ji měnily různé vynálezy a objevy.

Vhodný prostor:

rovná pevná plocha (stůl, chodník,..) s přístupem ze všech stran

Časová náročnost:

25 minut

Cíle:

Žáci se seznámí s historickými obdobími člověka na území střední Evropy a pochopí, jak změny v životním stylu lidí a postupné objevy (vynálezy, změny v zemědělství) ovlivnily jeho stravování.

Pomůcky:

obrázky postav z různých období historie, obrázky vynálezů a objevů, role papíru, psací potřeby

Přílohy:

[vynálezy, objevy, postavy](#) - pořadí a význam jevů na časové ose

[obrázky postav z různých období historie.](#)

[obrázky vynálezů a objevů](#)

Činnost se dá provádět několika způsoby podle schopností dětí, času, který na ni máme nebo preferencí průvodce

Proměny jídla v historii lidstva-varianta "u papíru" 1

Na podložku rozložíme roli čistého papíru (cca 4m), na jeho začátek a konec umístíme kartičky Předchůdce člověka a Moderní člověk. Ptáme se dětí: "Co myslíte, že to je? Co mezi těmito človíčky chybí?" Když dojdou k tomu, že jde o vývoj člověka, rozdáme jim ostatní kartičky lidí a necháme je postavičky seřadit.

(Tato fáze se dá i přeskočit a můžeme proměny člověka v historii seřadit rovnou - např. z důvodu úspory času nebo pokud děti ještě nejsou moc orientované v dějepisu.)

S dětmi si o jednotlivých fázích popovídáme, zkoumáme proměny stravovacích návyků: "Kde a jak žil předchůdce člověka? Proč začal člověk se zemědělstvím? Jak to změnilo jeho život? Jak změnil život z Evropy zámořské plavby?..."

Následně rozdáme fixy nebo pastelky a necháme děti, aby na papír pod postavami nakreslily k jednotlivým kartám, co asi v té době mohl člověk jíst a jak jeho jídla vypadala. Vyzveme děti, aby zapřemýšlely nad různými obdobími (můžeme zadat "nakresli jídla u tří postaviček," nebo "všichni se nyní přesuňte na protější stranu papíru," aj.).

Po té se s nimi společně podíváme na obrázky a řekneme si, co je u kterého človíčka nakreslené.

Kartičky s vynálezy rozložíme kolem a necháme děti přiřadit je k jednotlivým obdobími. Společně si potom projdeme, jaké vynálezy na kartičkách jsou a jak ovlivnily podobu stravování.

Proměny jídla v historii lidstva - varianta "u papíru" 2

Na podložku rozložíme roli čistého papíru (cca 4m). Na papír seřadíme objevy a vynálezy: zahrajeme si něco jako hru "Timeline" - vybereme kartu vynálezu (nějakou, kde si všichni dokáží představit její období - ideálně zámořské objevy, oheň, moderní doprava., kterou umístíme na rozložený papír. Děti postupně dostávají další karty a my se ptáme: "Co vidíte na této kartě? Jak tento vynález ovlivnil stravování lidí?" Děti mají za úkol umístit kartu před nebo za již položenou kartu podle časové osy. Čím více je karet, tím je hra těžší, protože karty už se mohou vkládat mezi jiné dvě již položené a vynález je tedy třeba zařadit do čím dál užších období.

Poté děti přiřadí k vynálezům postavy a vytvoří tak časovou osu historie lidstva. Projdeme, jaké vynálezy na kartičkách jsou a jak ovlivnily podobu stravování.

Následně rozdáme fixy nebo pastelky a necháme děti, aby na papír pod postavami nakreslily k jednotlivým kartám, co asi v té době mohl člověk jíst a jak jeho jídla vypadala. Vyzveme děti, aby zapřemýšlely nad různými obdobími (můžeme zadat "nakresli jídla u tří postaviček," nebo "všichni se nyní přesuňte na protější stranu papíru," aj.).

Po té se s nimi společně podíváme na obrázky a řekneme si, co je u kterého človíčka nakreslené.

Proměny jídla v historii lidstva - varianta "v prostoru"

Kartičky s lidmi rozmístíme v terénu. Děti mají za úkol projít cestu od předchůdce člověka až po moderního člověka ve správném pořadí a u každého člověka nechat karty s vynálezy, které si myslí, že patří do jeho období. Je možné dát pro lepší orientaci k postavičkám letopočty.

Na závěr si cestu projdeme společně a děti zdůvodní, proč přiřadily konkrétní vynálezy ke konkrétním obdobími, jak mohly vynálezy proměnit stravování v dané době u nás v Čechách, a jaká vlastně jídla "už" mohli daní lidé jíst.

zápis (okénko č.9)

Záměr:

Vést děti k zamyšlení a vědomí, že každé jídlo je složené z různých surovin, které ale nebyly vždy dostupné tak jako dnes. Propojit si oblíbené jídlo s historií stravování a uvědomit si, v které fázi vývoje už ho lidé mohli v našich končinách konzumovat.

Vhodný prostor:

rovná pevná plocha (stůl, chodník,...), dostatečně velká pro práci v klidu pro všechny účastníky

Časová náročnost:

5 minuty

Činnost:

Děti si vyberou obrázek postavy, která první už mohla jíst jejich oblíbené jídlo, a nalepí ho na vyhrazené místo na pracovním listu.

Cíle:

kognitivní - žák dokáže své oblíbené jídlo analyzovat a propojit si ho s historií stravování a případně klíčovým vynálezem (např. oheň - pečené maso, chléb - zemědělství, rajčata nebo čokoláda - zámořské objevy atd...),
psychomotorické - vystřížení a nalepení obrázku do prac. listu

Klíčové kompetence:

kompetence k učení (analýza jídla na jednotlivé suroviny, jejich přiřazení do historického období, propojení s vynálezy), kompetence k řešení problémů - dedukce na základě aktuálních znalostí jídla a historie, pracovní kompetence - samostatná práce na listu, jemná motorika

Pomůcky:

pracovní listy, lepidlo, nůžky, miniatury postav z historie, podložky na psaní

Přílohy:

[miniatury postav z historie](#)

Hledání "pokladu"

Záměr:

Oživení programu pohybem. Ve hře navíc děti zažijí týmovou spolupráci, prostorovou orientaci, paměť a logistiku.

Podle situace (časových možností, věku a schopností dětí ap...) můžeme vzkaz, na kterém je informace o ukrytém "pokladu" připravit buď jako kimovku (paměťovou hru) nebo jen jako puzzle (skládačka).

Vhodný prostor:

vhodný terén na hru (prostor o velikosti cca 10 x 10 metrů)

Časová náročnost:

15 minut

Cíle:

Žáci se učí spolupracovat, komunikovat a procvičí si paměť. Týmová spolupráce a společná radost z výsledku navíc utuží kolektiv.

varianta kimovka:

Příprava:

Na jednotlivé kartičky napíšeme písmena nebo slova + jejich pořadí ve zprávě. Počet kartiček záleží na počtu dětí, ideálně by mělo být o cca 5 - 10 kartiček více, aby se na každé dítě dostala alespoň 1. Kartičky rozmístíme po hrací ploše tak, aby byly viditelné z dětské perspektivy (je vhodné je na místě zajistit kolíčky.). Dětem dáme k dispozici papír a tužku a určíme stanoviště, kde mohou zprávu zapisovat.

Činnost:

Děti smí běhat po terénu, ale kartičky musí zůstat na místě. Informaci tedy lze přenášet jen v paměti. Je na dětech a jejich zhodnocení, zda si za jedno vyběhnutí zapamatují jen jednu kartičku nebo více - pokud více, šetří to čas, ale je větší riziko chyby. Papír a tužka zůstávají celou dobu na stanovišti. Zde může zůstat zapisovatel, kterému běžající děti hlásí své nalezené a zapamatované informace. Zapisovatel dává z přinesených informací dohromady zprávu a může ostatním doporučovat strategii (např. "Prvních deset už mám, ty už nehlašte." "Hledejte písmeno s číslem 20, to hodně napoví.") Zapisovatelé se během hry mohou střídat. Zpráva může být, domyšlením si, vyluštna dříve, než budou nalezena všechna písmenka.

Klíčové kompetence:

kompetence k učení - čtení a využití paměti k přenosu informace; řešení problémů - volba strategie (kolik informací si zvládnou zapamatovat najednou, jak dlouho je udrží v hlavě...); komunikace - domlouvání strategie, rozdělení rolí, skládání zprávy; týmová spolupráce

Pomůcky:

papír, tužka, kartičky s písmeny a čísly, kolíčky na prádlo

varianta puzzle:

Příprava:

Napišeme na papír zprávu a tu rozstříháme na dílky (počet dílků podle počtu i věku dětí; dílky mohou mít různé tvary, aby při skládání napověděl i tvar, ne jen návaznost zprávy). Dílky rozmístíme po okolí tak, aby byly částečně viditelné z dětské perspektivy (je vhodné je na místě zajistit kolíčky.) Dětem řekneme, na kolik dílků byla zpráva rozdělena..

Činnost:

Děti si určí místo, kam budou nalezené dílky přinášet a rozeběhnou se po terénu. Hra končí složením a přečtením zprávy.

Klíčové kompetence:

kompetence k učení - pochopení pravidel, prostorová orientace, skládání zprávy podle tvarů i vzhledu; řešení problémů - skládání dílků; komunikace - společné skládání zprávy, týmová spolupráce při hledání dílků

Pomůcky:

papír se vzkazem rozstříhaný na části, kolíčky,

Závěr:

podle vylustěné zprávy děti naleznou poklad - suroviny potřebné na další aktivitu (suroviny balíme do košíků, tašek aj.; počet balení určí počet skupin při další aktivitě.)

Suroviny a mapa

Záměr:

Vést děti k uvědomění, že každá surovina, i naprosto běžná a denně konzumovaná, má svůj původ a svůj příběh. Znáznornit na mapě, odkud suroviny cestují a ukázat složitost celého dodavatelského systému.

Vhodný prostor:

rovná pevná plocha (stůl, chodník,...) s přístupem ze všech stran

Časová náročnost:

15 minut

Činnost:

Děti rozdělíme do skupinek (cca 3-7 dětí). Každá skupinka dostane balíček trvanlivých potravin (cca 5-10 kousků, podle počtu a šikovnosti dětí) a vytištěnou mapu. Skupiny mají za úkol najít na obalech informaci, odkud surovina pochází. Upozorníme, že někdy je na obalu i např. výrobce, což může být ČR nebo jiná země a je potřeba informace odlišit. Děti poté místa původu surovin vyznačí na mapu a přepíšou názvy potravin.

Když děti splní úkol ve skupinkách, pověsíme na viditelné místo mapu světa. Pokládáme otázky pro všechny: "Jaká surovina z vašeho balíčku k nám urazila nejdelší cestu? Odkud je? Jaká vás nejvíce překvapila? Jaká je zdaleka, i když by bylo možné ji vyprodukovat u nás?" Na mapu přitom lepíme papírky, aby bylo vidět, odkud suroviny jsou, jakou vzdálenost k nám urazily a z jak různých koutů světa se k nám sjíždí.

Na závěr děti vyzveme, ať se na mapu podívají a uvědomí si, jak náročné putování surovin v této době je. Můžeme položit otázku: "Jak by tato mapa vypadala v době lovce a sběrače? Myslíte, že bychom se najedli, kdybychom se omezili na původ z Evropy? Proč k nám vlastně jezdí suroviny takovou dálku?"

Cíle:

kognitivní - žáci se naučí vyhledávat a číst informace o původu na obalech surovin a lokalizovat dané země na mapě; afektivní - žáci si uvědomí globální provázanost, zamyslí se nad vzdálenostmi, které suroviny musí urazit a nad potřebností a důsledky takového transportu; sociální - žáci si procvičí spolupráci a rozdělení práce ve skupině při vyhledávání a zakreslování dat

Klíčové kompetence:

kompetence k učení - žáci se učí pracovat s praktickými informacemi a rozšiřují si znalosti o původu potravin i o možnostech, jak o potravinách získat informace (etikety), aplikují informace na geografický model - mapu; kompetence k řešení problémů: vyhledávání informací na etiketách - často ne snadná záležitost, lokalizace na mapě, někdy neznámých zemí; kompetence sociální - spolupráce ve skupině; kompetence komunikativní - prezentace svých výsledků

Pomůcky:

Trvanlivé potraviny s různým místem původu, nástěnná mapa světa/globus, fixy, barevné "lepíky", pro každou skupinu dětí mapu světa vytištěnou na A3, seznam států

Přílohy:

[miniatury postav z historie](#)

[mapa světa](#)

[seznam států](#)

zápis (okénko č.4)

Záměr:

Vést děti k zamyšlení odkud suroviny pocházejí. Propojit si oblíbené jídlo s původem surovin a uvědomit si širší souvislosti stravování.

Vhodný prostor:

rovná pevná plocha (stůl, chodník,...), dostatečně velká pro práci v klidu pro všechny účastníky

Časová náročnost:

5 minuty

Činnost:

Děti na připravené řádky zapíší několik surovin potřebných na jejich oblíbené jídlo a vyznačí jejich místo původu

Cíle:

kognitivní - žák dokáže své oblíbené jídlo analyzovat a propojit si ho s původem surovin

Klíčové kompetence:

kompetence k učení (analýza jídla na jednotlivé suroviny, jejich přiřazení k místu původu), kompetence k řešení problémů - dedukce na základě aktuálních znalostí jídla a práce s mapou, pracovní kompetence - samostatná práce na listu, jemná motorika

Pomůcky:

pracovní listy, psací potřeby, podložky na psaní

Doprava

Záměr:

Pomocí simulace, ve které se děti stávají dopravním prostředkem i dopravovaným zbožím, vést děti k uvědomění, jak náročná může být doprava běžných a denně konzumovaných potravin.

Vhodný prostor:

Jakýkoli terén, který umožňuje volný pohyb mezi stanovišti asi 10 metrů vzdálenými

Časová náročnost:

15 minut

Činnost:

Děti ve skupinách (4-7 dětí) simulují různými způsoby dopravní prostředky, kterými putují potraviny po světě.

Vlak: děti utvoří vlakovou soupravu – stoupnou si do řady a položí spoluhráči před sebou ruce na ramena. První v řadě - lokomotiva - vidí, ostatní – vagony - mají zavázané oči nebo přes oči čepice. Lokomotiva provede vlak po trase od stanoviště k dalšímu stanovišti.

Potrubí/pásový dopravník: děti stojí rozkročené v řadě za sebou. Poslední v řadě - mění se na zboží - podleze pod rozkročenými spoluhráči vpřed. Zde se postaví rozkročený před řadu – stane se zpět součástí potrubí. Postup opakují další, až skupina postupně zdolá trasu od stanoviště k dalšímu stanovišti.

Automobil: „řidič“ odveze „zboží“ v zahradnickém kolečku od stanoviště k dalšímu. Řidiči by se měl také svést, tzn. alespoň jednou se děti ve vedení prostřídají.

Loď: děti mají k dispozici dvě desky ([viz poznámka](#)), které představují loď. Na jedné desce stojí, s druhou manipulují, aniž by „spadly do vody“ – šláply na zem mimo první desku. Kladením jedné desky před druhou a postupným přecházením z jedné desky na druhou se posouvají vpřed, od stanoviště k dalšímu stanovišti.

V prostoru zřetelně vyznačíme stanoviště (sousední jsou 7-10 metrů od sebe) a připravíme k nim pomůcky pro simulaci daného dopravního prostředku.

Stanoviště dohromady tvoří uzavřenou dráhu (značky stanovišť stojí na vrcholech čtyřúhelníka). Od každého startuje jedna skupina a na každém dalším „vymění“ dopravní prostředek. Skupiny tak „projedou“ všemi stanovišti, vystřídají všechny dopravní prostředky a skončí svou cestu na místě, kde začínaly.

- 1) Dětem vysvětlíme jak budou simulovat jednotlivé dopravní prostředky.
 - 2) Rozdělíme děti do skupin. Upozorníme, že hra není soutěž, je bez měření, bez porovnávání výkonu.
 - 3) Skupiny se postaví každá k jinému stanovišti.
 - 4) Odstartujeme hru
 - 5) Skupiny, každá svým tempem a se svou strategií, postupují od stanoviště ke stanovišti. Ne každém dalším vymění dopravní prostředek, tzn. dráhu mezi stanovišti překonají jiným, novým způsobem než tu minulou.
- Při vysvětlování simulací dopravních prostředků se nám osvědčilo před dětmi dokreslovat připravené návody.
 - Lektori a lektorky musí průběžně přenášet pomůcky mezi stanovišti -vždy po dokončení úkolu jednou skupinou donést pomůcky zpět k začátečnímu stanovišti.
 - Je-li třeba rozdělit děti do více než čtyř skupin, můžeme:
 - vřadit do hry další stanoviště s novým dopravním prostředkem
 - připravit ke stanovištím dvě sady pomůcek – pak mohou sousledně jeden dopravní prostředek simulovat dvě skupiny.
 - Automobil: při hře je možné použít i jiná „vozidla“ než zahradnické kolečko, případně pozměnit celé zadání (např. děti se nosí vzájemně na zádech).
 - Vzdálenosti mezi stanovišti je možné operativně měnit, zjistíme-li že jsme trasu udělali moc dlouhou či krátkou.

Cíle:

afektivní - žáci si uvědomí náročnost transportu potravin; sociální - žáci si procvičí spolupráci a rozdělení práce ve skupině

Klíčové kompetence:

kompetence k učení – pochopení pravidel, sledu činností, kompetence k řešení problémů - volba strategie, plánování provedení jednotlivých úkolů; komunikace - domlouvání strategie, rozdělení rolí; týmová spolupráce

Pomůcky:

značky stanovišť, deska (2x), šátky/čepice, zahradnické kolečko, (papír, fixy)

zápis (okénko č.5)

Záměr:

Vést děti k zamyšlení a vědomí o náročnosti putování surovin. Propojit si oblíbené jídlo s představou cestování.

Vhodný prostor:

rovná pevná plocha (stůl, chodník,...), dostatečně velká pro práci v klidu pro všechny účastníky

Časová náročnost:

3 minuty

Činnost:

Děti si přiřadí obrázek dopravního prostředku k názvu suroviny ze svého oblíbeného jídla.

Cíle:

kognitivní - žák dokáže své oblíbené jídlo analyzovat a propojit si ho s konkrétním způsobem dopravy

Klíčové kompetence:

kompetence k učení (analýza jídla na jednotlivé suroviny, jejich propojení s dopravou), kompetence k řešení problémů - dedukce na základě aktuálních znalostí jídla, pracovní kompetence - samostatná práce na listu, jemná motorika

Pomůcky:

pracovní listy, psací potřeby, podložky na psaní

Česká republika versus svět

Záměr:

Pohybová hra, která učí děti rychlému rozhodování a rozlišování, zda potraviny pocházejí z naší země nebo se dovážejí ze zahraničí.

Vhodný prostor:

rovná pevná plocha na běhání (4 x 10 m)

Časová náročnost:

15 minut

Činnost:

Vyznačíme hřiště (pomocí lan, křídly...podle místa hry) o velikosti cca 10x5m a rozdělíme ho středovou čarou na dvě poloviny. Velikost hřiště je možné přizpůsobit podle možností terénu a podle počtu či věku dětí.

Jedna půlka hřiště je označena cedulkou Svět, druhá půlka Česká republika.

Děti se rozdělí na dvě skupiny, každá skupina se postaví do jedné půlky hřiště. Dětem vysvětlíme pravidla: cílem není vítězství, ale hra samotná! Průvodce vezme kartičku, přečte název potraviny a podle toho, zda pochází z ČR nebo světa, vybíhá příslušný tým a snaží se chytit co nejvíc členů toho druhého. Za zadní čarou hřiště je "domeček" - tj. tam už pronásledující nesmí. K chycení stačí dotyk a po chycení se hráč přesouvá k druhému týmu.

Odstartujeme hru. Každé kolo začíná přečtením potraviny. Po honičce, až se děti zase shromáždí ve svých aktuálních hracích polích, řekneme správnou odpověď a případně dovysvětlíme (např. čaj u nás můžeme udělat z bylinek, ale pravý čaj z rostliny čajovník máme jen z dovozu, popcorn se vyrábí z kukuřice a ano, ta se pěstuje i u nás). Položíme kartičku na hromádku k cedulce buď Česká republika nebo svět.

Ideální délka hry je cca 8 - 12 potravin, je ale možné ji zkrátit nebo natáhnout podle věku a schopností dětí nebo podle časových možností. Na závěr se s dětmi podíváme na hromádky, které vznikly u cedulek ČR a Svět. Můžeme se zeptat třeba "U čeho jste nejvíc váhali? Co vás překvapilo nebo zmátlo?"

Cíle:

kognitivní- žák dokáže správně zařadit potravinu podle původu a případně své rozhodnutí zdůvodnit; psychomotorické - žák si propojí informaci se způsobem odpovědi - pohybem a rozvíjí rychlost a pohotovost svých reakcí; sociální - žák se učí přijmout změnu týmu jako součást zábavy a respektovat nesoutěžní charakter aktivity

Klíčové kompetence:

kompetence k řešení problémů - rychlé a správné rozhodnutí o původu potraviny pod tlakem; kompetence k učení - rozšíření znalostí o původu potravin a o světovém i českém zemědělství nebo živočišné výrobě; kompetence psychomotorické - rychlá reakce na signál a fyzická aktivita; kompetence sociální - přizpůsobení se pravidlům, přechody z týmu do týmu, akceptování nesoutěžního charakteru hry

Pomůcky:

kartičky "Česká republika," "Svět" a karty s názvy potravin, lana/křída/tyče (cokoliv, čím se dá vyznačit hřiště)

Četba:

Záměr:

Připravit děti na závěrečnou úvahu;

Vhodný prostor:

klidné místo, kde je průvodkyně dobře slyšet, kde si každý najde místo k sednutí

Časová náročnost:

5 minut

Činnost:

Čteme ukázkou. Ukázkou lze zkrátit podle časových možností a pozornosti dětí. Po četbě navážeme zamyslením, viz další činnost.

Cíle:

nasměrovat pozornost k soustředěné, klidné činnosti;

Pomůcky:

text ukázky

Přílohy:

[ukázka z knihy 2 k tisku](#)

ukázka z knihy Hunger Games/ Suzanne Collins

(upraveno)

Cinna mě vyzývá, abych se posadila na jednu pohovku, a sám usedá proti mně. Tiskne tlačítko po straně stolku. Vrchní deska se rozestupuje a zespodu vyjíždí druhá, s naším obědem. Máme kuře s kousky pomeranče uvařené ve smetanové omáčce, položené na vrstvě perlově bílé obiloviny, drobků zelených hrášků a cibulek, housky ve tvaru květů a jako moučník pudink medové barvy.

Pokouším si představit si, jak bych asi sestavovala podobné jídlo u nás doma. Kuřata jsou příliš drahá, ale mohla bych je nahradit divokým krocánem. druhého krocana bych musela zastřelit, abych ho vyměnila za pomeranč. Kozí mléko by posloužilo místo smetany. Hrášek můžeme vypěstovat na zahrádce. Musela bych donést divoké cibule z lesa.

Nepoznávám druh obiloviny: naše přídělky za moje oblázky se vždycky rozvaří na nevábnou hnědou kaši. Luxusní housičky by znamenaly nutnost další směny s pekařem, patrně za dvě či tři veverka. pokud jde o pudink, mohu se pouze dohadovat, co v něm je. Celkem by šlo o několik dnů lovu a sběru kvůli jedinému obědu, a i pak by byl jen chabou náhražkou téhle kapitolské verze.

Uvažuji, jaké to asi je, žít ve světě, kde se jídlo objeví po stisknutí tlačítka. Jak bych trávila hodiny, které nyní věnuji pročesávání lesa při hledání obživy, kdybych ji dokázala sehnat tak snadno? Co pořád dělají obyvatelé Kapitoly, kromě toho, že si zdobí těla a čekají na novou zábavu?

Zamyšlení a zápis (okénka č.6)

Záměr:

Vést děti k zamyšlení nad vlastním jídlem, jak je surovinově napojené na ČR.

Vhodný prostor:

plocha na psaní a kreslení

Časová náročnost:

10 minut

Činnost:

Žáci aplikují zkušenosti z předchozích aktivit na své oblíbené jídlo. Zamýšlí se nad možností nahradit "cizokrajné" suroviny lokálními. Někteří musí vymyslet úplně nový recept, jiní nahradí jen některou surovinu, další musí přijít na to, že úkol řešit nemusí (a vyjádřit to srozumitelně do pracovního listu). "Jak by vypadalo vaše jídlo, kdyby suroviny byly jen místní (z ČR)? Bylo by stejné? Daly by se suroviny něčím nahradit? Nebo by úplně změnilo podobu?"

Role lektora či lektorky - pomoc dětem, které neví nebo si nejsou jisté. Například otázkami: "Je možné pěstovat rajčata u nás? Viděli jste je na záhonech u babičky?" "Viděli jste rýžové pole? Kde?" atd.. Ujistěte děti, že nejde o přesný výsledek, hlavní je se nad jídlem zamyslet.

Cíle:

kognitivní - žák dokáže analyzovat jednotlivé složky svého oblíbeného jídla a provést úvahu nad jejich napojením na ČR, afektivní - vztah k jídlu, psychomotorické - zápis nebo náskres do prac. listu

Klíčové kompetence:

kompetence k učení (identifikace surovin, vhodná substituce), kompetence k řešení problémů, pracovní kompetence - samostatná práce na listu, jemná motorika, myšlení v souvislostech

Pomůcky:

pracovní listy, psací potřeby, podložky na psaní

Reflexe programu

Záměr:

dokončit procesy mezi dětmi započaté během programu; získat zpětnou vazbu na program

Vhodný prostor:

klidné místo, kde se všichni usadí a vidí na lektora či lektorku

Časová náročnost:

10-15 minut

Činnost:

ptáme se dětí:

- Která část vašeho těla dnes nejvíc pracovala? Proč?
- Jakou máte nyní náladu? Jaký zvuk by ji vyjadřoval?
- Jaké činnosti se vám líbily? Proč?
- Kdo se dnes něčeho bál nebo lekl? Co by se už nemělo opakovat?

Cíl:

Kognitivní - formulují své názory nahlas, každý nápad se počítá a je vyslechnut. Propojí své znalosti, uvědomí si vzájemné vztahy; komunikační dovednosti - vyjadřování a naslouchání ostatním; práce s informacemi - zpracování informací, prezentace informací - formulace svých myšlenek, doplňování se navzájem v myšlenkách

poznámky, postřehy, praktické rady

cokoliv, čím se dá vyznačit hřiště

záleží na povrchu plochy: lano či provaz (v nouzi i klacky) jsou vhodné na travnaté povrchy, křídou kreslené čáry na beton či asfalt; je třeba dbát, aby značení bylo bezpečné, aby o něj nešlo zakopnout

deska (velká tak, aby si na ni mohlo stoupnout až 5 dětí)

překližka/prkno/papír - používáme velké kusy lepenkových krabic (od elektroniky a jiných balíčků),

osvědčil se formát cca 60x120cm

ledolamka

hra „na rozehrání“, používáme ji, nejsme-li s kolektivem sžití; [příklady od Meta o.p.s.](#)

mapa světa

vhodné jsou politické mapy světa.

My používáme netradiční [Fullerovu projekci](#) – je dětem neznámá, tzn. je další příležitostí k rozvoji, a přes to jsou s ní schopné pracovat. Její podoba umožňuje všem ve skupině kolem mapy být „na správné“ straně. Zobrazení kontinentů obsahuje minimální deformace (oproti jiným mapovým zobrazením), tzn. nekřiví dětem představu o velikostech kontinentů.

V příloze jsou tři varianty: [s textem a odkazovými čarami](#), [pouze s textem](#), [slepá mapa](#) (k té je příloha seznam států)

pracovní listy:

tiskneme je jednostranně na kancelářský papír, sponkujeme sešíváčkou; jako psací podložky používáme kusy překližky s [kancelářskými klipy](#) na papír

pracovní listy nejsou potřeba při každé činnosti, děti si je odkládají. Je dobré si poznamenat v přípravě, u kterých činnostech je zápis a děti včas vyzvat k nalezení či přenesení listů k dalšímu stanovišti.

psací potřeby

fixy, tužky, pastelky, ...; mezi zápisy si je vybíráme, zabraňujeme tak ztrátám, dohadům, hledání ap.

role papíru

na rozvinutém papíru pracují všechny děti společně, je třeba uzpůsobit velikost podle skupiny, pro častější opakované použití je vhodná role „whiteboard“ folie a stíratelné fixy na tabuly

seznam států (tříděný podle kontinentů)

je vhodný, pokud použijeme slepou mapu světa, děti kombinují mapu a psaný text, orientují se ve dvou různých podobách jednoho fenoménu

šátky/čepice na zakrytí očí

cílem není děti absolutně oslepit, proto stačí čepice–kulich přetažená přes tvář

trvanlivé potraviny s různým místem původu

je třeba použít takové potraviny, které mají někde na obalu viditelně napsané místo původu (odlišit od místa zpracování!), např. luštěniny, konzervy - rybí, zeleninové nebo ovocné - káva, čaj, třtinový cukr, čínské nudle atd.

Je vhodné se zamyslet, co s potravinami bude po programu, kdo je zpracuje.

značky stanovišť

místa, kde se střídají druhy dopravy výrazně označujeme - fáborek, praporek, výrazný předmět (např. prázdnými sudy na vodu)

zvon

používáme na svolávání dětí k činnostem po svačině, po pauze nebo při změně stanoviště

CESTA JÍDLA NA NAŠ STŮL

1. Každý má své oblíbené jídlo.
Které je to Tvoje?

.....

.....

.....

.....

.....

2. Každé jídlo je vytvořeno ze surovin.
Jaké suroviny tvoří Tvé oblíbené jídlo?

.....

.....

.....

.....

.....

3. Dostupnost surovin
se během času mění.
Kdo by mohl nejdříve,
tady u nás v Čechách,
jíst tvé oblíbené jídlo?

.....

.....

.....

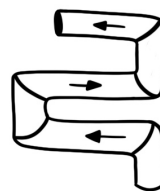
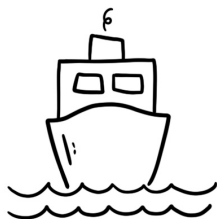
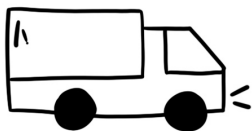
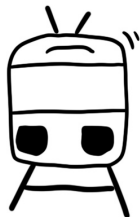
.....

.....

4. Všechny suroviny se někde pěstují.
Kde se pěstují čtyři suroviny použité v
Tvém oblíbeném jídle?



5. Suroviny cestují.
Jakými dopravními prostředky putovala Tvá čtveřice surovin?



.....

.....

.....

.....

6. Kdyby Tvoje oblíbené jídlo mělo být z místních surovin, co by se na něm muselo změnit?

.....

.....

.....

Jaké by bylo?

.....

.....

.....

.....

Právě jsem se odvrátila od pohmožděné tváře Peety Mellarka, když jsem si všimla první jarní pampelišky a věděla jsem, že nejsme v beznadějně situaci. Opatrně jsem ji utrhla a spěchala jsem domů. Popadla jsem ho jedné ruky kbelík, do druhé Priminu ruku a vyrazily jsme na Louku, kde jsme opravdu našly plno žlutých květů. Postupovaly jsme podél vnitřní strany plotu snad kilometr a půl, dokud jsme neměly plný kbelík pampeliškových listů, stonků a květů. Toho večera jsme se najedly pampeliškového salátu a zbytku chleba z pekařství.

“Co ještě?” zeptala se mě Prim. “Jaké další jídlo můžeme najít?”

“Všechno možné,” slíbila jsem jí. “Jenom si na ně musím vzpomenout.”

Matka měla knihu, kterou si přinesla z lékárny. Stránky byly vyrobeny ze starého pergamenu a na nich se skvěly obrázky rostlin, doplněné o jejich krasopisně napsaná jména, místa, kde se nacházejí, a informace o tom, kdy kvetou a v čem spočívají jejich léčivé účinky. Můj otec ale do knihy dopsal další údaje. Rostliny, které se mohou jíst. Pampelišky, divoké cibule, pinie. Prim i já jsme strávily zbytek večera listováním v knize.

Následující den jsem nešla do školy. Nějakou dobu jsem se zdržovala při okrajích Louky, ale nakonec jsem sebrala odvalu a prolezla pod plotem. To bylo poprvé, co jsem zde byla sama, bez ochrany otcových zbraní. Vytáhla jsem si ale z dutiny stromu malý luk a šípy, které pro mě udělal. toho dne jsem patrně nezašla do lesa hlouběji než na dvacet metrů. Většinou jsem seděla ve větvích starého dubu a doufala jsem, že půjde kolem nějaká zvěř. Po několika hodinách se na mě usmálo štěstí a podařilo se mi ulovit králíka. Několik králíků už jsem zastřelila dřív, pod otcovým dohledem. Tenhle byl ale první, kterého jsem zabila sama.

Neměly jsme maso už několik měsíců. Pohled na králíka podle všeho také pohnul něčím v mé matce. Probrala se k životu, stáhla z něj kožešinu a uvařila ho s bylinkami, které nasbírala Prim. Pak se začala znovu chovat zmateně a vrátila se do postele, ale když se jídlo dovařilo, přiměly jsme ji s Prim, aby se taky najedla.

Les se stal naší spásou a já se každým dnem odvažovala hlouběji do do jeho náruče. Zprvu to šlo pomalu, ale byla jsem pevně rozhodnuta, že nás uživím. Kadla jsem ptačí vejce z hnízd, chytala jsem ryby do sítí a občas se mi podařilo zastřelit králíka nebo veverku. Taky jsem sbírala různé rostliny, které mi vyrážely pod nohama. Rostliny jsou ošidné. Mnohé z nich jsou jedlé, ale stačí se jednou splést a jste mrtví. Pečlivě jsem srovnávala natrhané bylinky s otcovými obrázky a udržovala jsem nás při životě.

Cinna mě vyzývá, abych se posadila na jednu pohovku, a sám usedá proti mně. Tiskne tlačítko po straně stolku. Vrchní deska se rozestupuje a zesponu vyjíždí druhá, s naším obědem. Máme kuře s kousky pomeranče uvařené ve smetanové omáčce, položené na vrstvě perlově bílé obiloviny, drobounkých zelených hrášků a cibulek, housky ve tvaru květů a jako moučník pudink medové barvy.

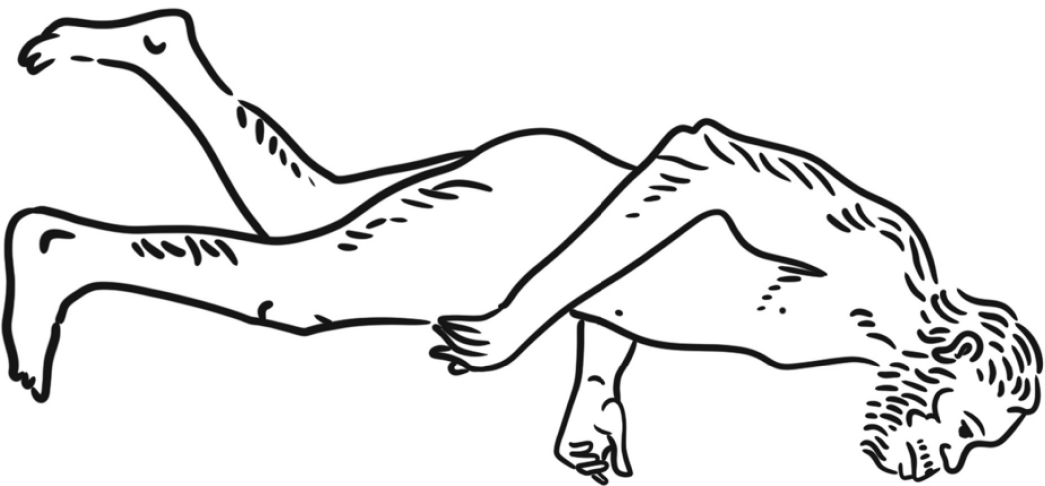
Pokouším si představit si, jak bych asi sestavovala podobné jídlo u nás doma. Kuřata jsou příliš drahá, ale mohla bych je nahradit divokým krocánem. druhého krocana bych musela zastřelit, abych ho vyměnila za pomeranč. Kozí mléko by posloužilo místo smetany. Hrášek můžeme vypěstovat na zahrádce. Musela bych donést divoké cibule z lesa. Nepoznávám druh obiloviny: naše příděly za moje oblázky se vždycky rozvaří na nevábnou hnědou kaši. Luxusní housičky by znamenaly nutnost další směny s pekařem, patrně za dvě či tři veverky. pokud jde o pudink, mohu se pouze dohadovat, co v něm je. Celkem by šlo o několik dnů lovu a sběru kvůli jedinému obědu, a i pak by byl jen chabou náhražkou téhle kapitolské verze.

Uvažuji, jaké to asi je, žít ve světě, kde se jídlo objeví po stisknutí tlačítka. Jak bych trávila hodiny, které nyní věnuji pročesávání lesa při hledání obživy, kdybych ji dokázala sehnat tak snadno? Co pořád dělají obyvatelé Kapitoly, kromě toho, že si zdobí těla a čekají na novou zábavu?

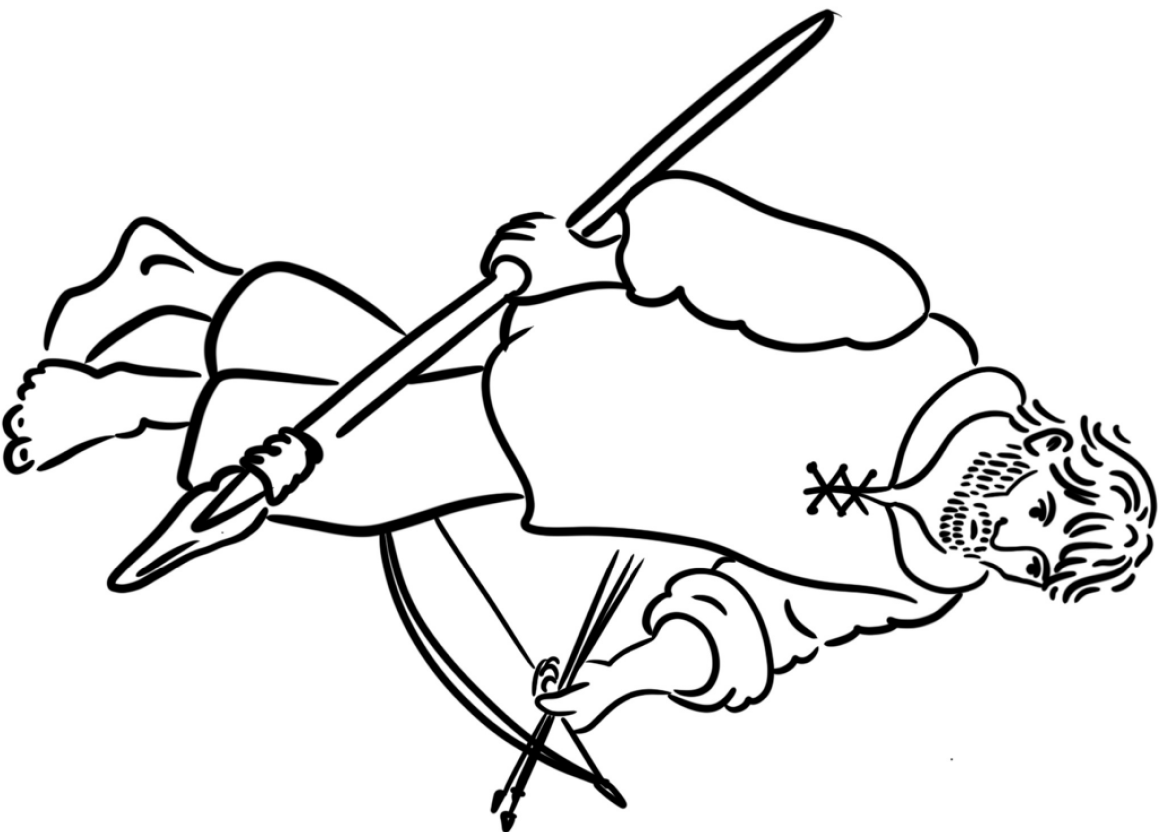
Vynálezy, objevy, postavy - pořadí, význam:

- předchůdce člověka (možná až 2 miliony let dávno)
- pazourek - na výrobu pravěkých nástrojů a zbraní. Pravěcí lidé ho sekali na tenké ostré štěpiny, které jim sloužily jako hroty šípů, nebo byl tvarován do pěstních klínů. Pěstní klín jako všestranný nástroj do ruky se používal ke zpracování masa ulovených zvířat a oddělení kůže od masa. Mohl se však používat i k obraně či k boji.
- oheň - poskytl zdroj tepla, ochranu před dravci, způsob, jak vytvořit pokročilejší lovecké nástroje a nový způsob úpravy jídla ([wikipedia.org](https://www.wikipedia.org))
- kamenné nástroje
- pravěký lovec (asi 200 tisíc let zpět)
- keramika - přeprava a uchovávání potravin, možný vznik velkých organizovaných skladů (chrámy), obchod se surovinami
- mletí obilí - vznik těsta
- první zemědělec (asi 10.000 let př.n.l.)
- zemědělství - změna dostupnosti potravin
- zpracování soli - nové způsoby konzervace potravin, změna chuti, změna vstřebatelnosti živin (některé živiny v potravinách bez osolení jen projdou trávicím traktem ven a tělo je nevstřebá nebo jen v malé míře)
- domestikace hospodářských zvířat - dostupnost masa a mléka
- orání - vyšší produktivita zemědělství
- lis - snazší dostupnost olejů a štáv
- praotec Čech (kolem r.500 n.l.)
- Přemysl Oráč (kolem r.600 n.l.)
- gotický rytíř (1300 n.l.)
- renesanční šlechtična (1500 n.l.)
- zámožské objevy - nové suroviny, nové pěstební plochy, nové způsoby zpracování a skladování potravin, nové recepty
- barokní selka (1650 n.l.)
- domácí lednice - vyšší dostupnost potravin, změny kuchařských návyků
- konzerva - prodloužení trvanlivosti a změna skladování hotových jídel, proměna dopravy a logistiky,
- Jára Cimrman (1880?-1915?)
- velkochov - zvýšená dostupnost masa a mléka
- dáma z první republiky (1925)
- moderní doprava - urychlení transportu všeho
- traktor/intenzivní zemědělství - vyšší produktivita zemědělství
- moderní člověk (2012)

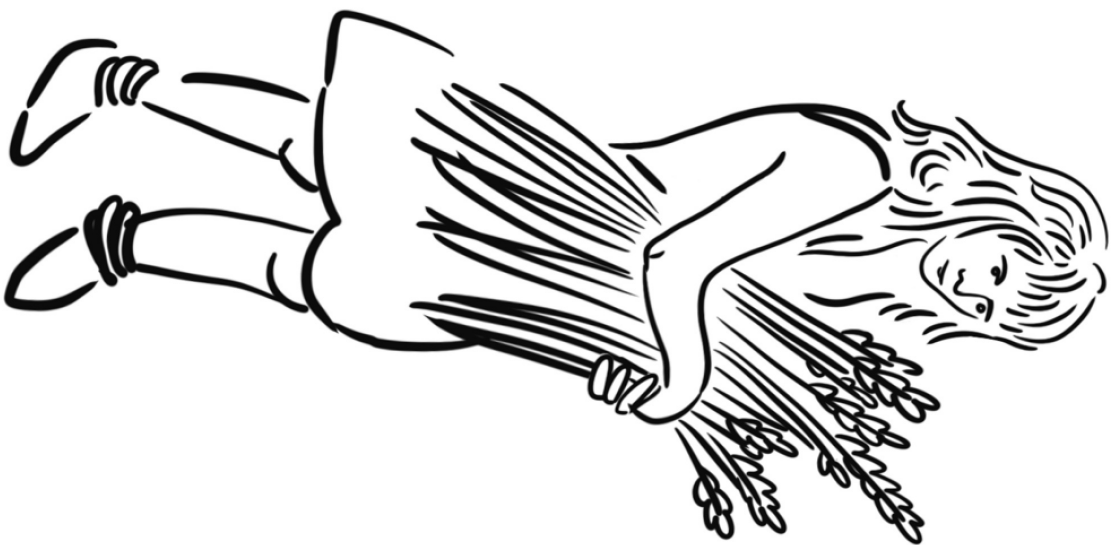
PŘEDCHŮDCE ČLOVĚKA



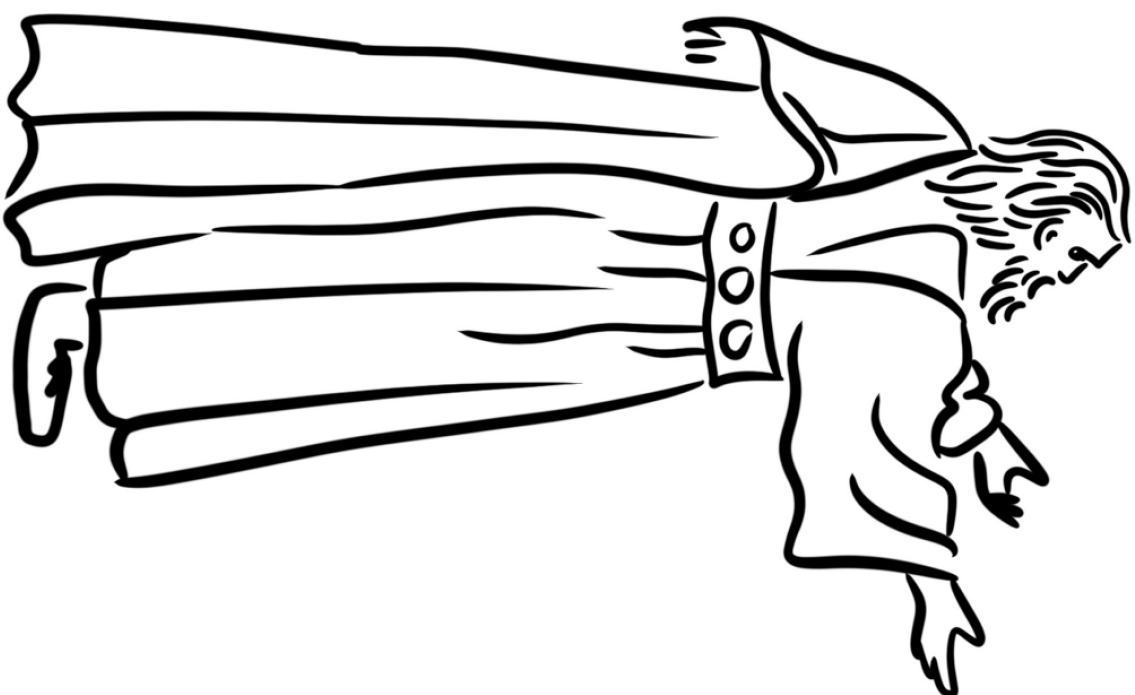
PRAVĚKÝ LOVEC



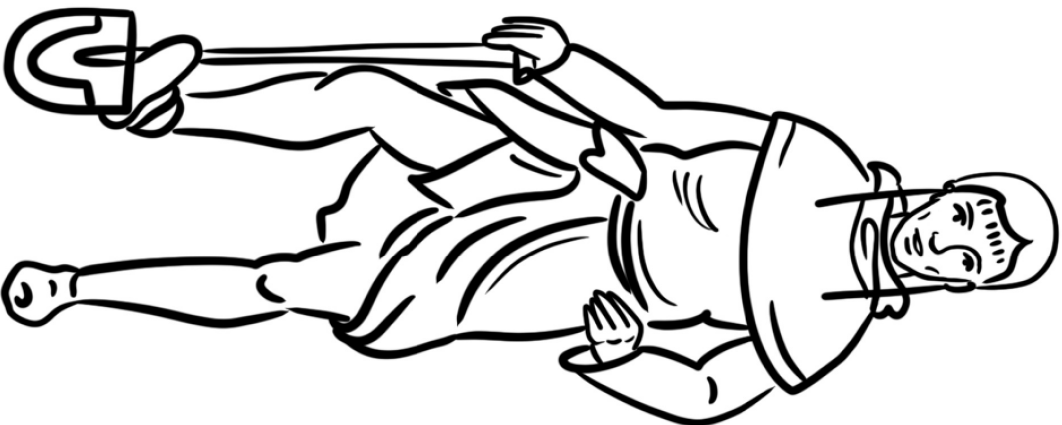
PRVNÍ ZEMĚDĚLEC



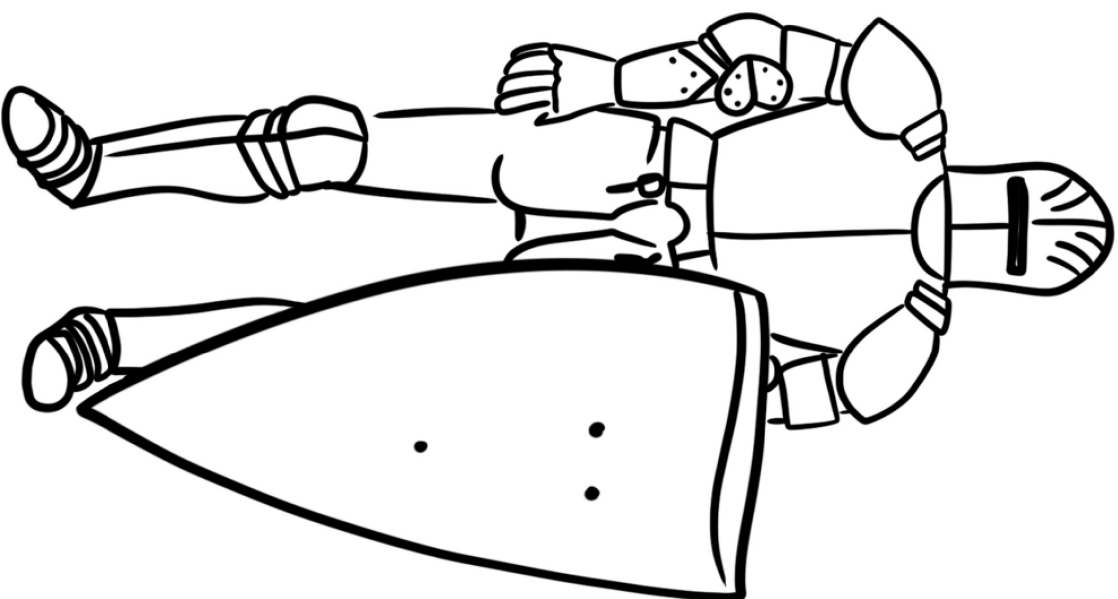
PRAOTEC ČECHŮ



PŘEMYSLOVÝ ORAČ



GOŤICKÝ RYTÍŘ



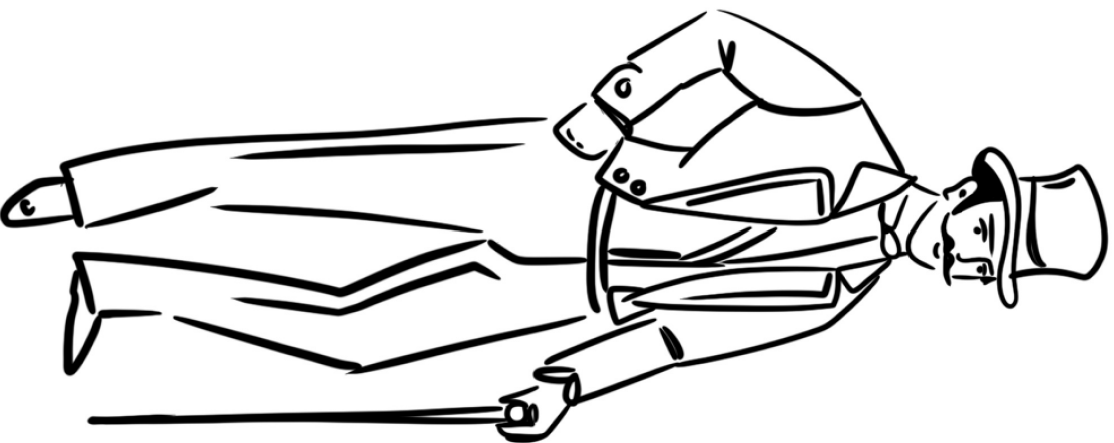
RENEŠANČNÍ ŠLECHTIČNA



BAROKNÍ SELKA



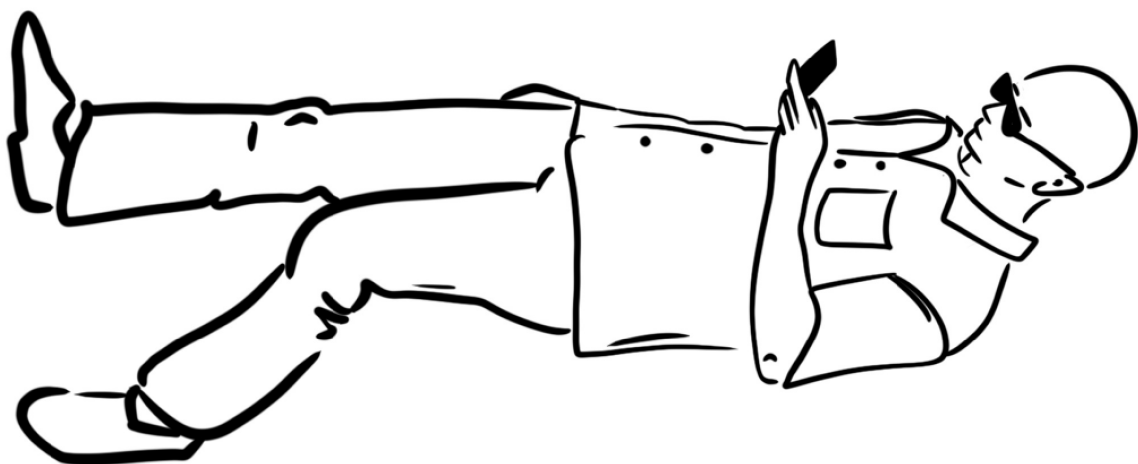
JARÁ CIMRMAN

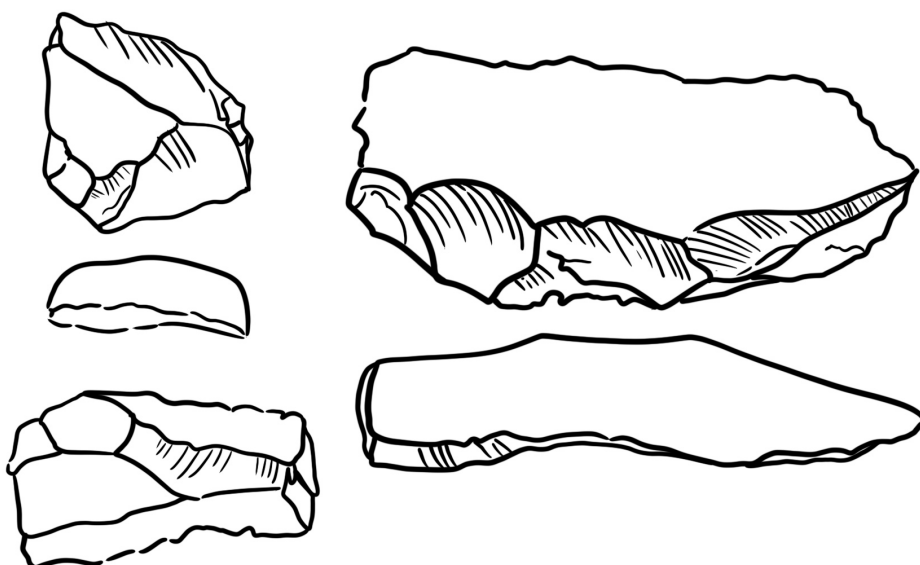
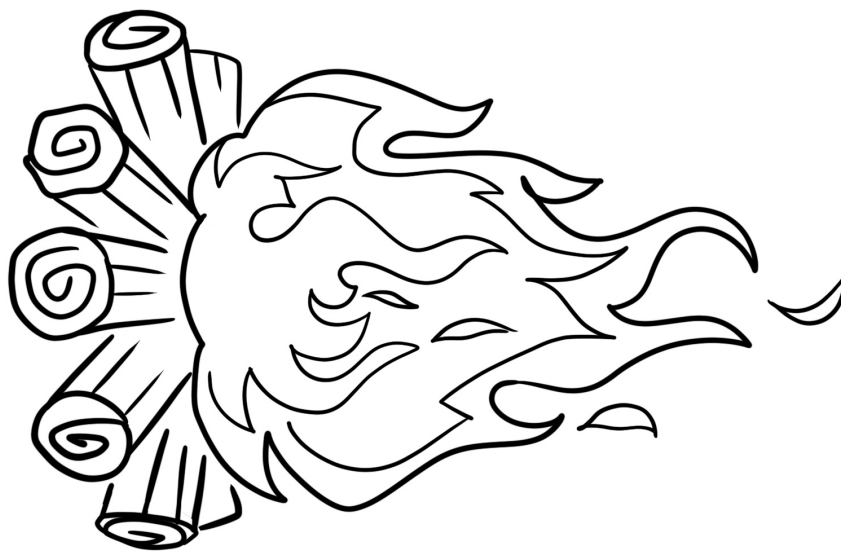


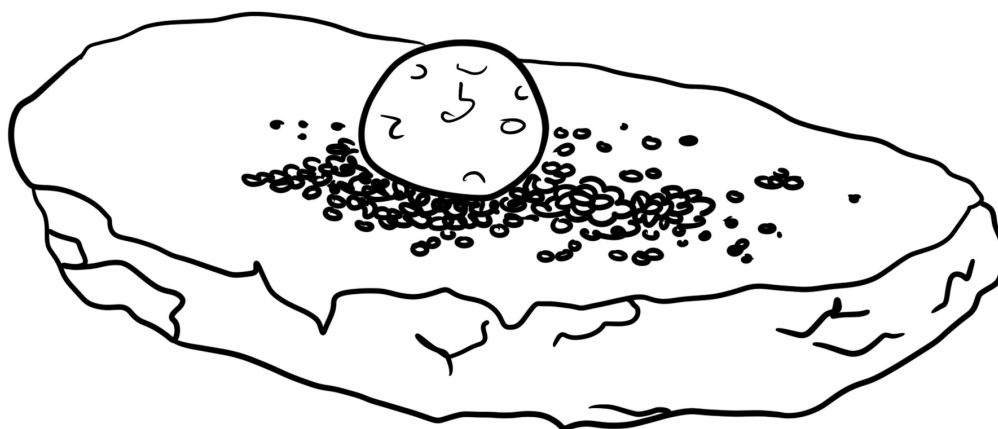
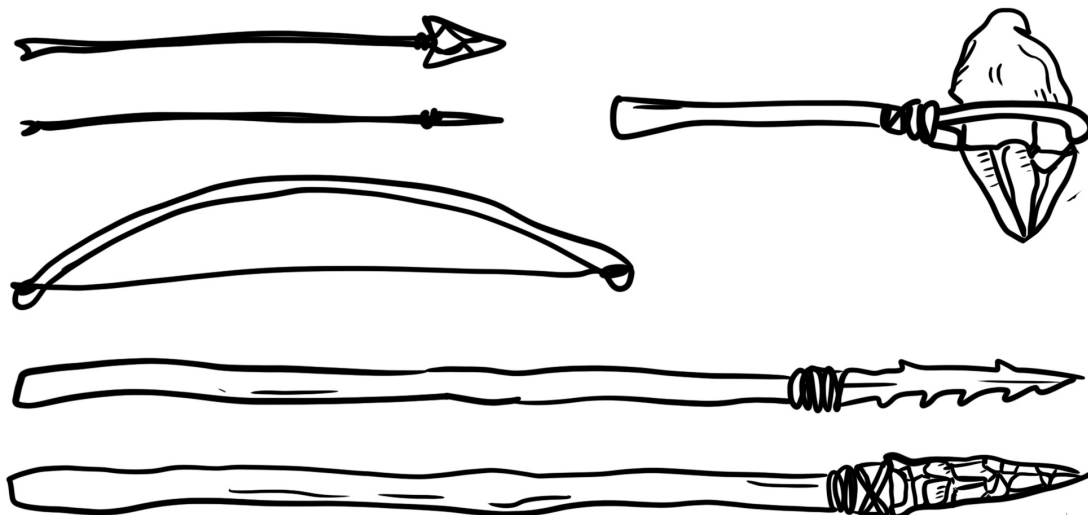
DĀMA Z PRVNÍ REPUBLIKY

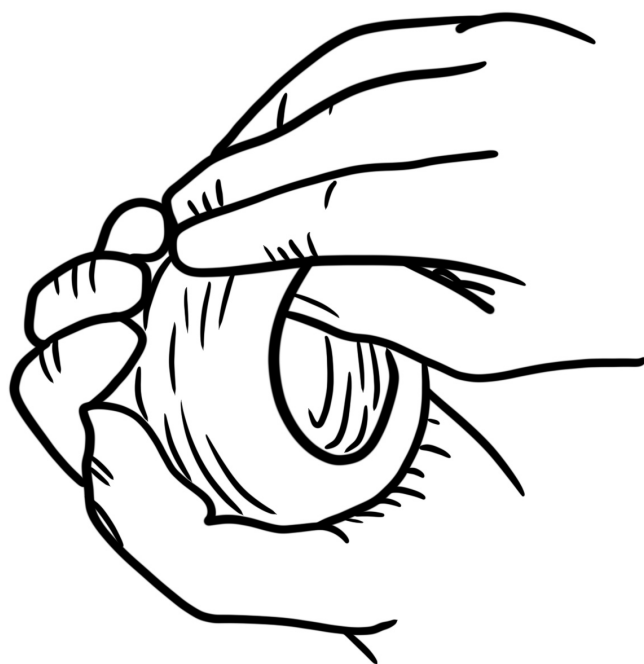
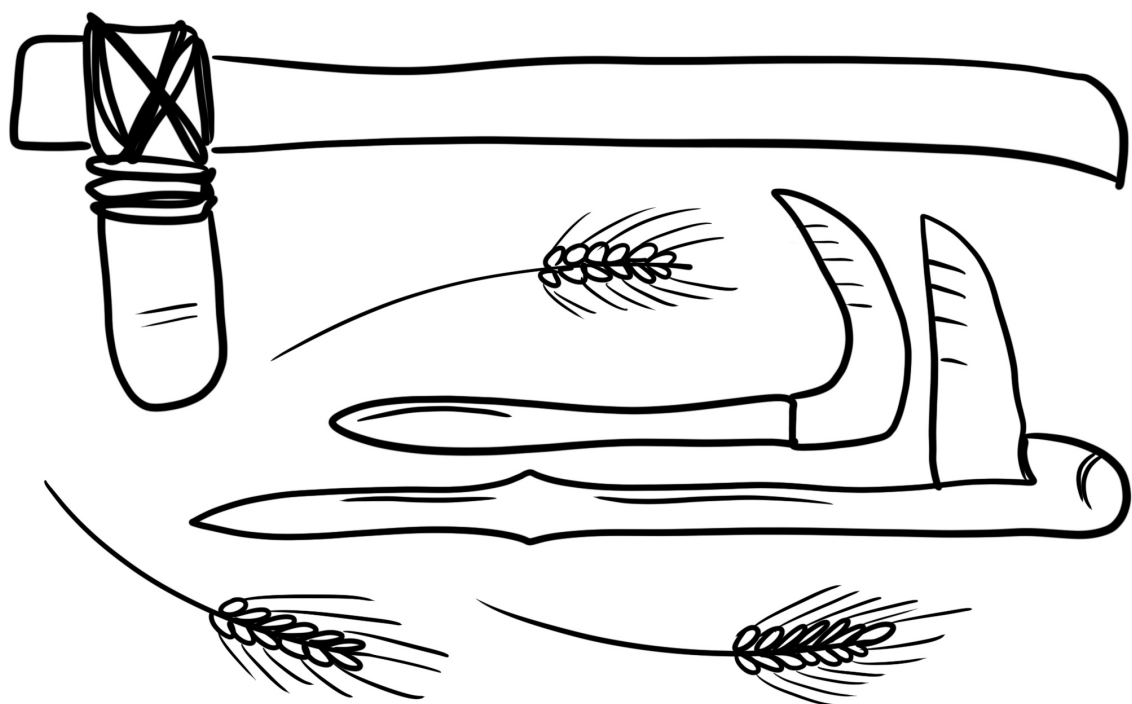


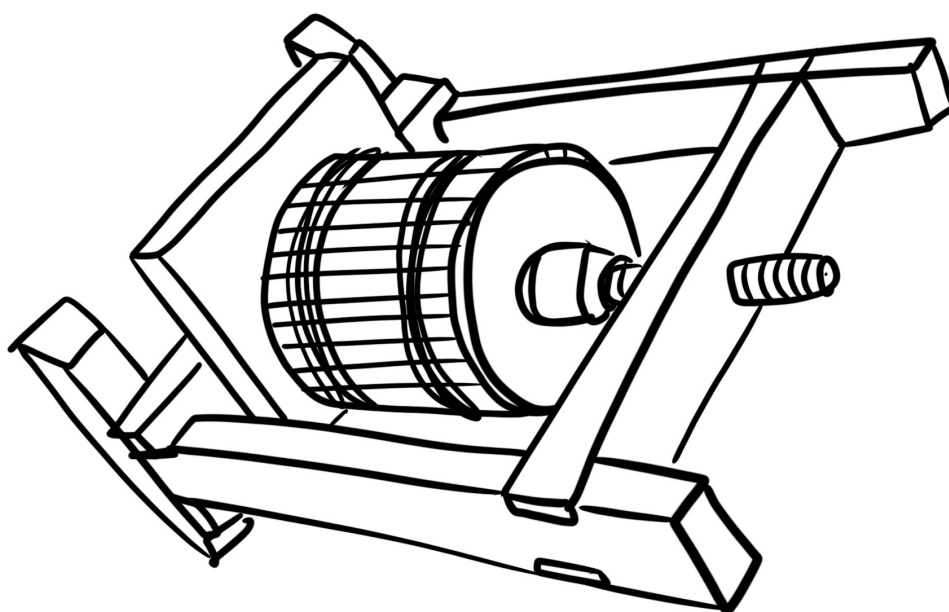
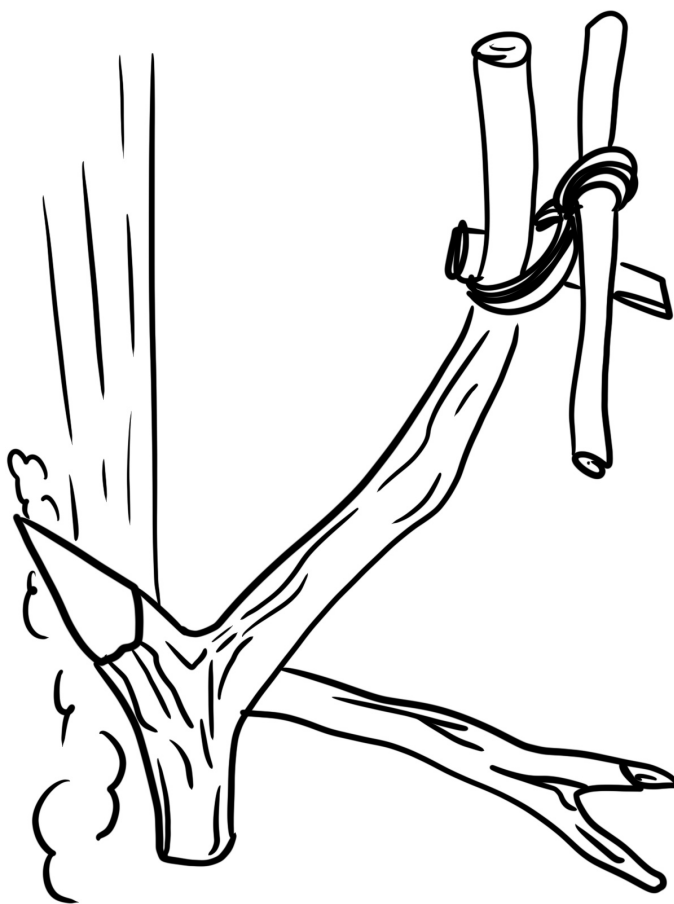
MODERNÍ ČLOVĚK

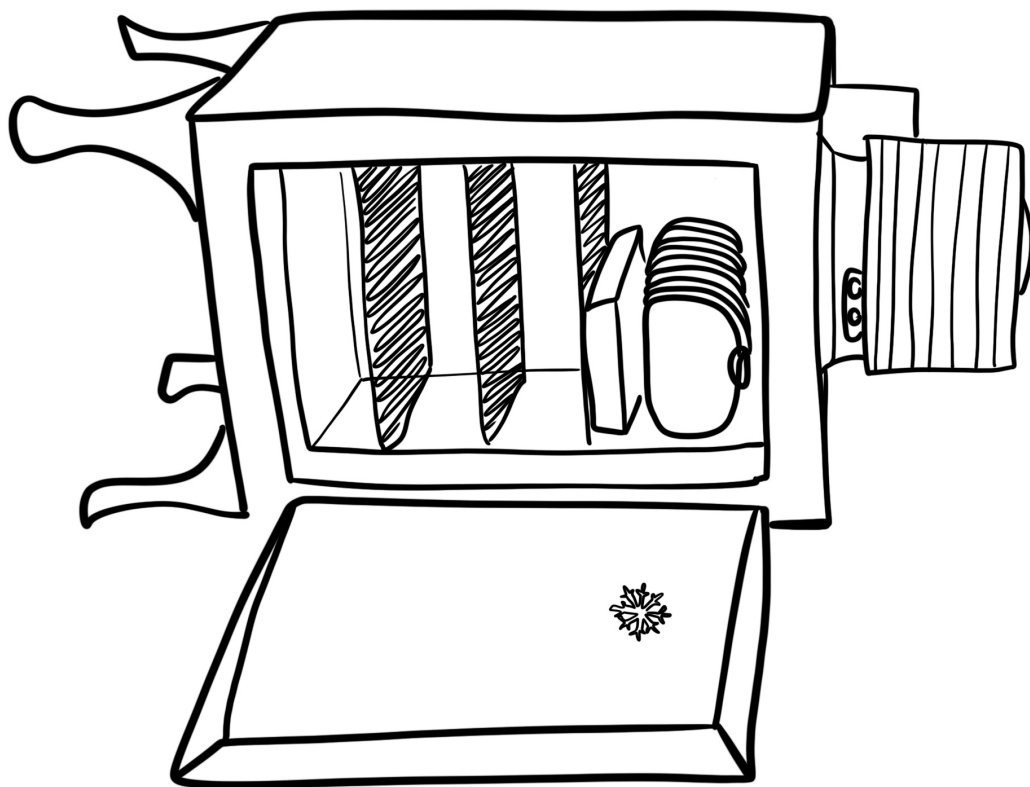
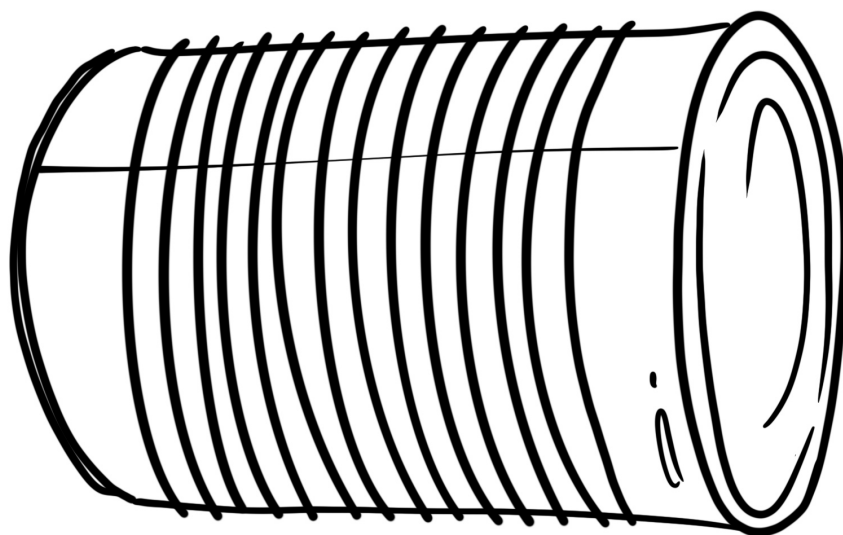


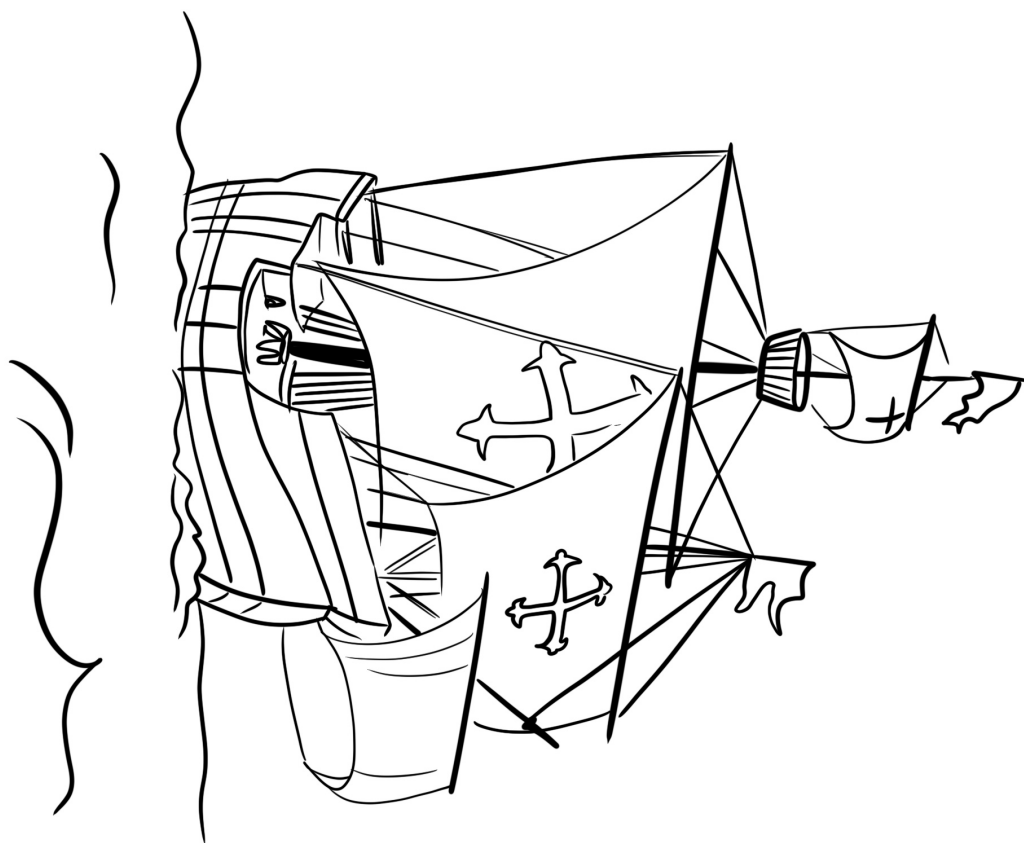


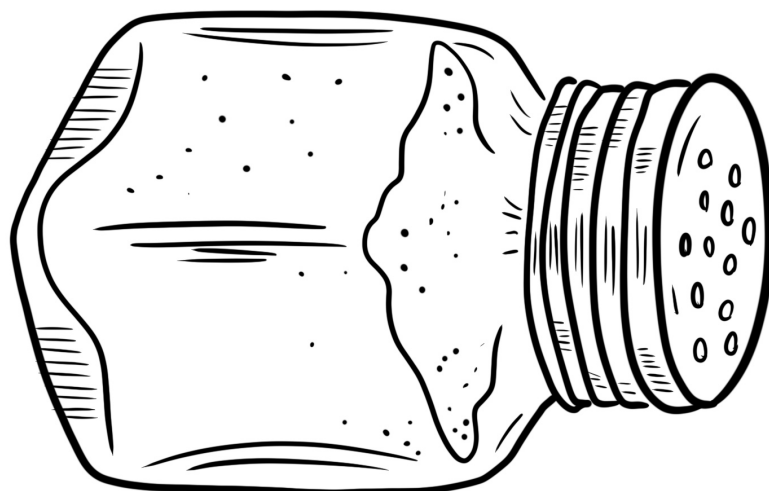
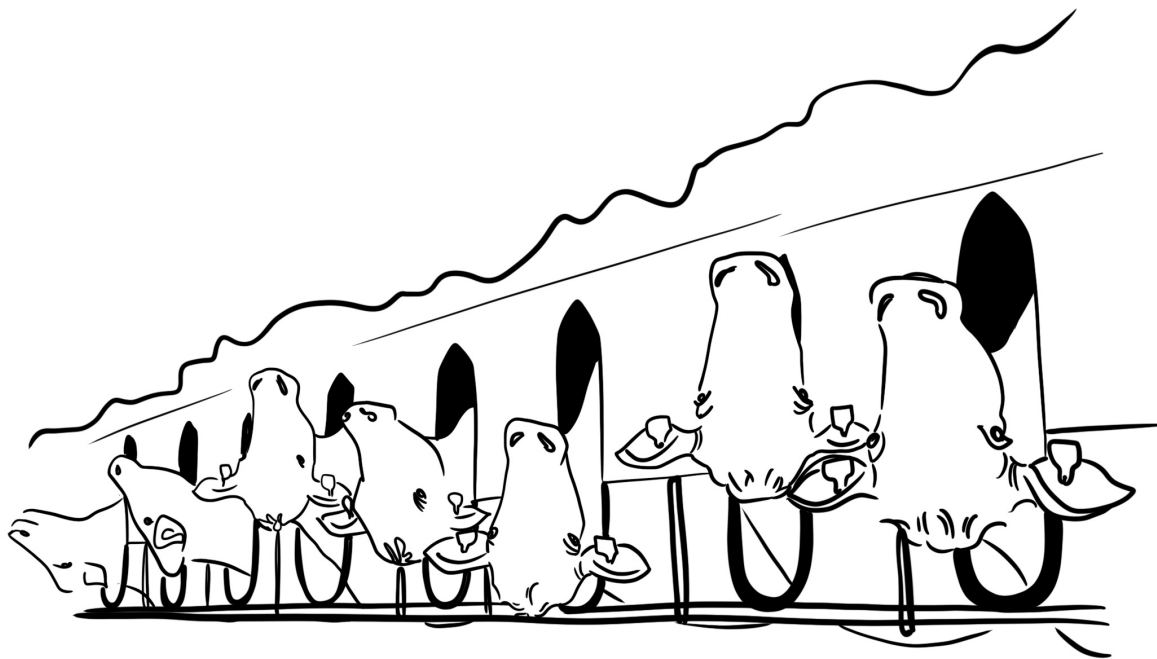


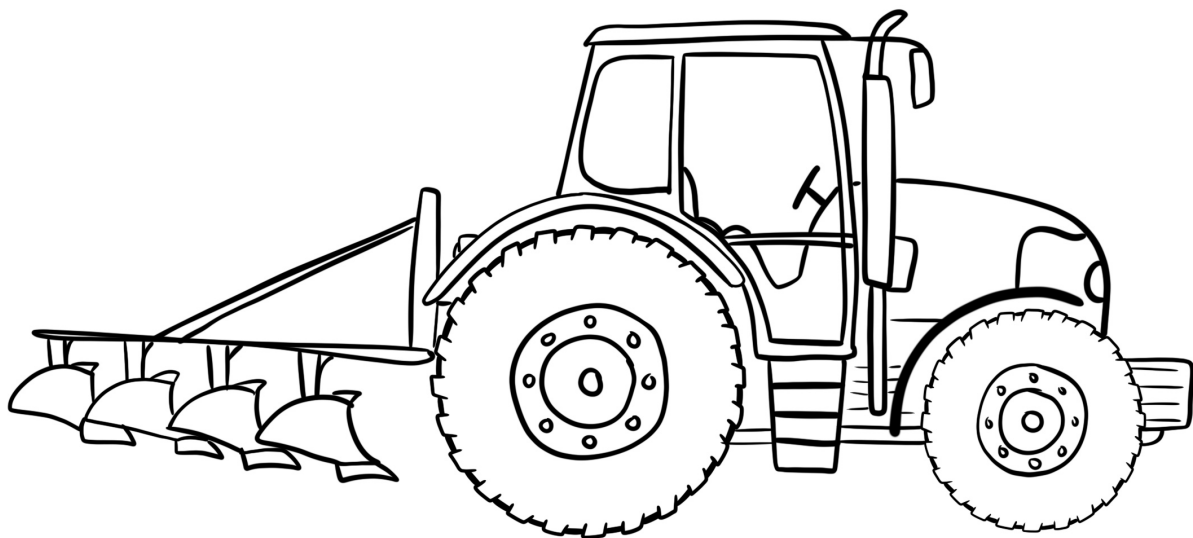
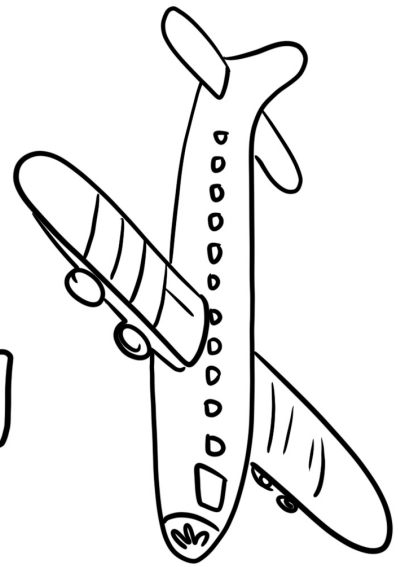
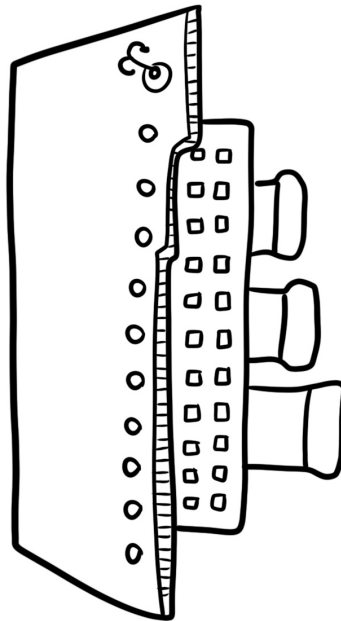
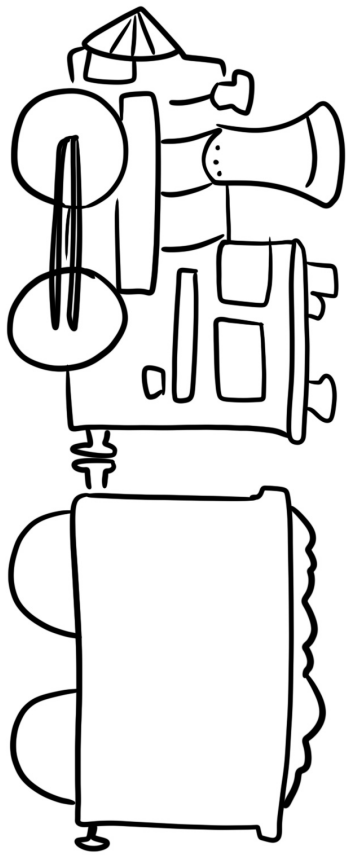
















K tisku: seznam států

AFRIKA

Alžírsko
Angola
Benin
Botswana
Burkina
Burundi
Čad
Demokratická
republika Kongo
Džibutsko
Egypt
Eritrea
Etiopie
Gabon
Gambie
Ghana
Guinea
Guinea-Bissau
Jižní Afrika
Jižní Súdán
Kamerun
Kapverdy
Keňa
Komory
Kongo
Lesotho
Libérie
Libye
Madagaskar
Malawi
Mali
Maroko
Mauricius
Mauritánie
Mosambik
Namibie
Niger
Nigérie
Pobřeží slonoviny
Rovníková Guinea
Rwanda
Senegal
Seychely
Sierra Leone
Somálsko
Středoafriická
republika
Súdán
Svatý Tomáš
Svazijsko
Tanzanie
Togo
Tunisko
Uganda
Zambie
Západní Sahara
Zimbabwe

ASIE

Afghánistán
Arménie
Ázerbájdžán
Bahrajn
Bangladěš
Barma (Myanmar)
Bhútán
Brunej
Čína
Egypt
Filipíny
Gruzie
Indie
Indonésie
Irák
Írán
Izrael
Japonsko
Jemen
Jižní Korea
Jordánsko
Kambodža
Katar
Kazachstán
Kuvajt
Kypr
Kyrgyzstán
Laos
Libanon
Malajsie
Maledivy
Mongolsko
Nepál
Omán
Pákistán
Rusko
Saúdská Arábie
Severní Korea
Singapur
Spojené arabské
emiráty
Srí Lanka
Sýrie
Tádžikistán
Thajsko
Tchaj-wan
Turecko
Turkmenistán
Uzbekistán
Vietnam
Východní Timor

EVROPA

Albánie

Andorra
Belgie
Bělorusko
Bosna a
Hercegovina
Bulharsko
Černá Hora
Česko
Dánsko
Estonsko
Finsko
Francie
Chorvatsko
Irsko
Island
Itálie
Kosovo
Lichtenštejnsko
Litva
Lotyšsko
Lucembursko
Maďarsko
Makedonie
Malta
Moldavsko
Monako
Německo
Nizozemsko
Norsko
Polsko
Portugalsko
Rakousko
Rumunsko
Rusko
Řecko
San Marino
Slovensko
Slovinsko
Srbsko
Španělsko
Švédsko
Švýcarsko
Turecko
Ukrajina
Vatikán
Velká Británie

SEVERNÍ AMERIKA

Antigua a Barbuda
Bahamy
Barbados
Belize
Dominica
Dominikánská
republika
Grenada

Guatemala
Haiti
Honduras
Jamajka
Kanada
Kostarika
Kuba
Mexiko
Nikaragua
Panama
Salvador
Svatá Lucie
Svatý Kryštof
Svatý Vincenc a
Grenadiny
Trinidad a Tobago
USA

JIŽNÍ AMERIKA

Argentina
Bolívie
Brazílie
Ekvádor
Guyana
Chile
Kolumbie
Paraguay
Peru
Surinam
Uruguay
Venezuela

OCEANIE

Austrálie
Cookovy ostrovy
Fidži
Indonésie
Kiribati
Marshallovy
ostrovy
Mikronésie
Nauru
Niue
Nový Zéland
Palau
Papua-Nová
Guinea
Samoa
Šalamounovy
ostrovy
Tonga
Tuvalu
Vanuatu
Východní Timor