



**ALYTAUS LIKIŠKĖLIŲ
PROGIMNAZIJA**

5-6 klasės mokinių

Pijaus Mizero, 5b, Emilijos Kucevičiūtės, 5b, Urtės Bernatavičiūtės, 6a, Paulinos Vorobjovaitės, 6a, Karolinos Kuzmickaitės, 6a, Justinos Būtėnaitės, 6a, Julitos Selezniovaitės 6c, Gabija Adžgauskaitė, 6c

PROJEKTINIS DARBAS

„Maistas, spalva, sveikata ir gera nuotaika“

2021-2022 m. m.

Projekto vadovas:

Jūratė Puidokienė

I. Įvadinė dalis

Kas dažniau atsiduria jūsų lėkštėje – raudonas pomidoras, žalias agurkas ar oranžinė morka? Maisto spalva ne mažiau svarbi savybė nei jo skonis ar kvapas. Pasaulyje atlikti tyrimai rodo, kad spalvos lėkštėje daro įtaką ir mūsų emocijoms, ir dvasinei būklei. Taip pat tam tikros spalvos produktai pasižymi konkrečiais vitaminais ir mineralais ir turi įtakos mūsų sveikatai.

TIKSLAS:

Išnagrinėti, kaip maisto, kurį valgome spalva gali lemti mūsų savijautą.

UŽDAVINIAI:

1. Surinkti informaciją apie skirtingų spalvų produktų įtaką mūsų sveikatai ir nuotaikai.
2. Pagaminti vienos spalvos produktų patiekalus.

II. Projekto pristatymas

I etapas. Informacijos rinkimas.

Mokiniai, pasiskirstę spalvas, rinko informaciją apie skirtingų spalvų maisto poveikį žmogaus organizmui ir savijautai.



II. Projekto pristatymas

II etapas. Mokiniai gamino patiekalus iš vienos spalvos maisto produktų.

Justina

MORKŲ PYRAGAS



Gabija

AVOKADŲ UŽTEPĖLĖ



II. Projekto pristatymas

Julita

AGURKŲ SALOTOS



Pijus

CHARČIO SRIUBA



II. Projekto pristatymas

Paulina KALAFIJORŲ SALOTOS



Urtė MOLIŪGŲ SRIUBA



II. Projekto pristatymas

Karolina ŠILAUOGIŲ KOKTEILIS



III. Apibendrinimas

Mokiniam pavyko surinkti įdomią informaciją apie maisto spalvos įtaką žmogaus sveikatai ir nuotaikai, bei ją išnagrinėti.

Mokinių pagaminti patiekalai buvo skanūs, patiekti estetiškai bei atitiko projekto uždavinių reikalavimus.

Projektas pavyko be jokių trikdžių ir sunkumų.

MOKINIAI PADARĖ IŠVADĄ: VALGYKITE ĮVAIRIŲ SPALVŲ MAISTĄ IR BŪSITE SVEIKI BEI PUIKIOS NUOTAIKOS.