**Obsah obrázku rambutan, ovoce, zelenina

Popis byl vytvořen automatickyProjekt**

**„Pěstování microgreens v naší škole“**

Skutečně zdravá škola vyhlásila výzvu pro mateřské školy v celé ČR:

Obsah obrázku interiér, rostlina, přepážka, zelenina

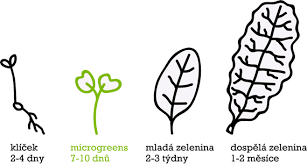
Popis byl vytvořen automaticky**„Vypěstujte a ochutnejte s dětmi ve školce vlastní malou zeleninku“**

Naše mateřská škola je aktivně zapojena do programu Skutečně zdravé školy a zbývá již jen krůček k tomu, abychom získali bronzový stupeň.

Do projektu se zapojí celá mateřská škola.

**Věková kategorie: 3-7 let**

**Časová dotace: 3-30 minut denně v rámci 15 dní (únor-březen)**

**Vybrané druhy microgreens, které budeme pěstovat-hrách setý, ředkev čínská růžová, slunečnice roční a řepa červená.**

**Co je to microgreens?**

Microgreens či mikrozelenina jsou mladé výhonky zeleniny či bylin, obvykle sklizené po 7–14 dnech po vyklíčení, po objevení prvního páru pravých listů. Microgreens jsou vysoké jen několik centimetrů a podávají se se stonkem a děložním listem, někdy i se semeny. Mají vysokou výživovou hodnotu a mohou se stát pravidelným doplňkem školkových svačinek.

Jedná se o potravinu, kterou si děti mohou samostatně vypěstovat za krátkou dobu, a získat tak vztah k přírodě, ke zdravému životnímu stylu a také k prác



**Součástí projektu budou i tyto aktivity:**

Obsah obrázku salát, rostlina, zelenina

Popis byl vytvořen automaticky

* Seznámení s druhy semen
* Mandaly ze semínek
* Setí, vážení semínek (microgreens)
* Práce s lupou-pozorování
* Zalévání
* Pozorování růstu
* Sklízení a ochutnávání microgreens (výroba ochuceného másla..)
* Výroba herbáře
* Výroba zvukového pexesa
* Dokumentace-fotografie a obrázky dětí

Obsah obrázku osoba, exteriér, talíř, zelenina

Popis byl vytvořen automaticky

Veškeré činnosti jednotlivých tříd můžete sledovat na webových stránkách školy a v šatnách tříd 😊😊😊.