

# Skutečně zdravá škola

Příloha Školního vzdělávacího programu

Základní škola ... aktivně realizuje program Skutečně zdravá škola.

## Program Skutečně zdravá škola

Skutečně zdravá škola je komplexní celoškolní program kvalitního a udržitelného školního stravování a vzdělávání o jídle. Snaží se, aby si žáci jídla vážili, dokázali si je vychutnat a věděli, odkud jídlo pochází a jak vzniká. Skutečně zdravá škola pomáhá žákům v rozvoji dovedností a návyků, které budou potřebovat ke zdravému, úspěšnému a udržitelnému životu, a díky kvalitnímu stravování zlepšuje jejich chování a vzdělávací výsledky.

Skutečně zdravé školy jsou inspirativními centry vzdělávání k trvalé udržitelnosti. Nabízejí žákům jídlo, které je chutné, zdravé a připravené z kvalitních surovin. Pomáhají žákům získat představu o tom, odkud jídlo pochází a jak se pěstuje nebo vyrábí. Umožňují jim porozumět vztahům mezi jídlem, které jí, a světem, ve kterém žijí. Žáci si ze školy odnášejí základy zdravých stravovacích návyků a znalosti, dovednosti, postoje a kompetence nutné pro udržitelný život.

Do rozvoje zdravé a udržitelné kultury stravování je zapojena široká paleta aktérů: žáci, studenti, pedagogové, vedení školky, kuchařky, rodiče, zástupci zřizovatele, místní samospráva, místní podnikatelé. Ti se společně zasazují o to, aby byla žákům poskytována chutná a zdravá jídla a byly vytvářeny základy zdravých stravovacích návyků.

Skutečně zdravé školy nabízejí žákům kvalitní pokrmy a podporují a rozvíjejí v dětech zdravé stravovací návyky a základy zdravého životního stylu. Umožňují žákům pěstovat bylinky, ovoce a zeleninu na školní zahradě a učit se základům přípravy pokrmů.

Program Skutečně zdravá škola iniciuje v zapojených školách spolupráci s místní komunitou, například s rodiči a prarodiči. Ti jsou pravidelně zváni do škol v rámci aktivit plnění programu, například při vzdělávacích aktivitách na školních zahradách nebo školních farmářských trzích. Rodičům škola pomáhá vzdělávat se v oblasti zdravé výživy dětí.

Program Skutečně zdravá škola podporuje uplatňování participativního přístupu ve školách. Školy se aktivně zapojují do dění v obci či městě, například organizací školních farmářských trhů, spoluprací s místními podnikateli a zemědělci nebo pořádáním oslav na školních zahradách.

## Kritéria programu Skutečně zdravá škola

Podmínky pro udělení certifikátu Skutečně zdravá škola mají tři úrovně: bronzovou, stříbrnou a zlatou. Každá úroveň obsahuje specifický soubor kritérií, která musí škola splnit. Kritéria jsou soustředěna okolo těchto čtyř pilířů či tematických okruhů:

- Angažovanost a kultura stravování
- Kvalita jídla a místo jeho původu
- Vzdělávání o jídle a stravování
- Místní společenství a spolupráce

## Bronzová kritéria

### • Angažovanost a kultura stravování

- B1** Na naší škole funguje akční skupina (AS) pro zdravé stravování, která přezkoumala kulturu stravování ve škole a dohodla se na svých dalších aktivitách.
- B2** S rodiči a žáky konzultujeme možnosti zlepšení školního stravování.
- B3** Rodiče jsou informováni o složení pokrmů ve školní jídelně a o aktivitách programu Skutečně zdravá škola. Rodiče jsou rovněž vyzýváni, aby přišli osobně některá jídla ochutnat.
- B4** Podporujeme žáky, aby sami přicházeli s nápady na vylepšení školního stravování, a ty nejlepší nápady realizujeme v praxi.
- B5** Škola zahájila první kroky systémového řešení, které povede ke klidnému a pozitivnímu průběhu oběda.
- B6** Při úklidu v prostorách školy a mytí nádobí ve školní jídelně/kuchyni jsme zahájili přechod na ekologicky šetrné čisticí a mycí prostředky.

### • Kvalita jídla a místo jeho původu

- B7** Jídla v naší nabídce neobsahují žádné nežádoucí přísady a minimalizujeme používání polotovarů.
- B8** Alespoň 75 % všech pokrmů je vyrobeno z čerstvých, nezpracovaných surovin či potravin.
- B9** Čerstvé, předem nezpracované suroviny a potraviny nakupuje jídelna od pěstitelů, chovatelů a výrobců s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji, pokud jsou dostupné.
- B10** Pokrmy v jídelním lístku odrážejí sezónnost a všechny sezónní suroviny jsou v jídelníčku jasně označeny.
- B11** Ve školní jídelně jsou k dispozici informace o původu použitých potravin.
- B12** Pracovníci školní jídelny se zapojují do vzdělávacích a osvětových akcí a jsou alespoň jednou ročně vzděláváni v oblasti zdravé výživy a vaření.
- B13** Děti, žáci, studenti a pracovníci školy mají přístup k pitné vodě dle jejich potřeby po celý den pobytu ve škole.
- B14** Doslazované nápoje jsou bez výjimky nahrazeny nápoji neslazenými.
- B15** Školní jídelna školy absolvovala vzdělávací a informační seminář Analýza školní jídelny a přijala z ní vyplývající doporučení.

### • Vzdělávání o jídle a stravování

- B16** Výuka o jídle, zásadách udržitelnosti v oblasti zemědělství a zásadách zdravé výživy je součástí školního vzdělávacího programu a zapojení školy do programu Skutečně zdravá škola je výslovně uvedeno jako součást ŠVP, například v kapitole „školní projekty“.
- B17** Všichni žáci (chlapci i děvčata) mají v rámci školní docházky možnost účastnit se hodin vaření.
- B18** Zahájili jsme kroky vedoucí k vytvoření školní zelinářské zahrady a pracujeme na začlenění aktivit na zahradě do školního vzdělávacího programu.
- B19** V rámci výuky pořádáme každoroční návštěvy farem.
- B20** Provedli jsme audit plýtvání potravinami ve školní jídelně a přijali opatření k předcházení vzniku odpadů ve školní jídelně.

### • Místní společenství a spolupráce

- B21** Aktivně se snažíme zapojit rodiče žáků a veřejnost do našich pěstitelských a kulinářských aktivit, a pořádáme akce na téma udržitelné stravování.
- B22** Naše zkušenosti z programu Skutečně zdravá škola sdílíme s ostatními školami, rodiči a veřejností.

## Stříbrná kritéria

### • Angažovanost a kultura stravování

- S1** Školská rada či vedení školy odsouhlasilo plán podpory zdravého stravování a stanovilo kroky a harmonogram k jeho naplnění.

- S2 Přestávka na oběd má při sestavování rozvrhu jasnou prioritu.
  - S3 Zajistili jsme, že příslušní učitelé mají dostatečně znalosti a dovednosti k tomu, aby vedli hodiny pěstování a vaření.
  - S4 Vzděláváme rodiče k tomu, aby svým dětem ke svačině dávali zdravé potraviny a nápoje.
  - S5 Pravidelně zveme rodiče, aby přišli poobědvat se svými dětmi do školní jídelny.
  - S6 Při úklidu v prostorách školy a mytí nádobí ve školní jídelně/kuchyni jsou používány jen ekologicky šetrné čisticí a mycí prostředky.
- **Kvalita jídla a místo jeho původu**
    - S7 Minimálně 50 % (v účetní hodnotě) nakoupených čerstvých, nezpracovaných surovin a potravin pochází od pěstitelů a chovatelů s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji.
    - S8 Minimálně 5 % surovin (v účetní hodnotě) pochází z kontrolovaného ekologického zemědělství – bioprodukt nebo biopotravina.
    - S9 Školní jídelna nabízí možnost výběru minimálně ze dvou jídel, přičemž jedno jídlo splňuje podmínky pro stravu bezmasou a/nebo bezmléčnou.
    - S10 Kuřecí maso pochází z vysoce šetrných chovů a/nebo alespoň 10 % pochází z ekologických chovů.
    - S11 Pro přípravu pokrmů jsou přednostně používána vejce z volných výběhů (značeno „1“).
    - S12 Jídelna používá přednostně sladkovodní ryby z chovů v ČR a mořské ryby a plody z udržitelných zdrojů, pokud jsou dostupné.
  - **Vzdělávání o jídle a stravování**
    - S13 Zajistili jsme, že žáci v rámci hodin pěstování na školním pozemku pěstují plodiny ekologicky šetrným způsobem.
    - S14 Založili jsme kroužek vaření a naši žáci v něm vaří ze sezónních a místních potravin a biopotravin, a surovin, které sami vypěstovali na školní zahradě.
    - S15 Naši žáci přemýšlí a diskutují o etických a ekologických aspektech stravování. Spolu s žáky se snažíme zmenšovat ekologickou stopu školního stravování.
    - S16 Jeden nebo více ročníků udržuje během školního roku kontakt s místním zemědělským podnikem nebo farmářem. Alespoň jednou ročně organizujeme školní výlet do některého z místních menších zemědělských podniků.
    - S17 Množství vyhazovaného jídla ve školní jídelně se za poslední dva roky snížilo a nadále usilujeme o minimalizaci množství vyhazovaného jídla.
  - **Místní společenství a spolupráce**
    - S18 Pořádáme akce s cílem zapojit rodiče žáků a veřejnost do našich pěstitelských a kulinářských aktivit.

## Zlatá kritéria

- **Angažovanost a kultura stravování**
  - Z1 Naši žáci se podílí na navrhování úprav školní jídelny, aby byl vytvořen příjemný a klidný prostor pro stolování.
  - Z2 Ve spolupráci s dodavatelem surovin pro školní jídelnu se snažíme minimalizovat objem biologického odpadu a obalových materiálů.
- **Kvalita jídla a místo jeho původu**
  - Z3 Minimálně 80 % (v účetní hodnotě) nakoupených čerstvých, nezpracovaných surovin a potravin pochází od pěstitelů a chovatelů s provozovnou ve vlastním nebo sousedním kraji.
  - Z4 Minimálně 10 % surovin (v účetní hodnotě) pochází z kontrolovaného ekologického zemědělství.
  - Z5 Pro přípravu pokrmů jsou používána pouze vejce z volných výběhů (značeno „1“) nebo z ekologických chovů („0“).
  - Z6 Při přípravě jídelniček podporujeme zdravou, vyváženou a udržitelnou výživu mj. tím, že do jídelničky pravidelně zařazujeme minimálně dva bezmasé pokrmy týdně.
  - Z7 Školní jídelna při přípravě pokrmů podporuje regionální kulinářské tradice.

- **Vzdělávání o jídle a stravování**

**Z8** Každý z žáků naší školy absolvuje v průběhu školní docházky výuku vaření v rozsahu minimálně 15 hodin výuky (to je přibližně 1 hodina týdně po dobu jednoho pololetí).

**Z9** Žáci se aktivně zapojují do pěstování bylin, zeleniny a ovoce na školní zahradě pro potřeby školní jídelny a cvičné kuchyňky.

**Z10** Žáci se aktivně zapojují do mapování regionálního gastronomického dědictví a vyhledávají tradiční regionální receptury a gastronomické tradice.

**Z11** Žáci se účastní praktických aktivit pořádaných na místních farmách.

- **Místní společenství a spolupráce**

**Z12** Rodiče našich žáků a veřejnost se aktivně podílejí na školních aktivitách v oblasti vaření, zahradničení a spolupráci s místními zemědělci a potravináři.

## **Stravování, zdraví a udržitelnost**

Považujeme za velmi důležité se tématu stravování, udržitelnosti a zdraví během výuky více věnovat. Téma stravy a ekologie je však průřezové a prolíná se několika předměty. Tato témata lze použít jako dobrý základ pro vysvětlení výuky v několika předmětech.

Téma stravy chápeme jako širší koncept, který zahrnuje odpovědnost za své zdraví, tělo a životní prostředí. Oblasti, které přímo ovlivňují kvalitu života v současnosti i v budoucnosti.

Neustále se také potýkáme s problémem kvality stravy ve škole a následným vyhazováním velkého množství odpadu, protože i přes snahu o neustálé zlepšování kvality stravy děti mnoho jídel nesní. Ze zkušenosti však víme, že čím více toho děti o jídle a potravinách vědí, tím lepší je jejich vztah k jídlu. Proto je také velmi důležité vzdělávat děti v oblasti potravin a umožnit jim interaktivní a praktickou formou se dozvědět více o potravinách, produktech a procesech v zemědělství, potravinářském průmyslu apod.

V našich osnovách a metodikách slouží téma potravin jako prostředek k upevnění znalostí z jiných předmětů. Snažíme se o kreativní přístup, který vychází z tématu jídla - každodenní přítomnosti v našem životě. Naším cílem je rozvíjet dovednosti, které děti, žáci a studenti využijí v péči o sebe a v odpovědnosti za sebe, a otevřít tak cestu ke zdravému životnímu stylu.

Učitelé však mohou také vytvářet nové nápady a hry. Naše hry a výzvy nemají jediné správné řešení. Děti mohou mít různé zkušenosti a stravovací návyky. Slouží spíše k ujasnění myšlenek a zopakování látky probírané v praxi, přičemž se využívá každodenní téma jídla a stravování.

Kromě toho již na prvním i druhém stupni základní školy existují předměty (pracovní výchova, technika), v nichž se žáci zcela bezprostředně seznamují s tématem potravin, přípravou jednoduchých pokrmů a pěstováním rostlin, ovoce a zeleniny. Učitelé mohou děti během těchto lekcí a různých workshopů vést také k dokončování, zdobení a servírování pokrmů. Je dobré, aby si děti tuto část práce s potravinami užily i samy. Je to také způsob, jak umožnit dětem zlepšit jejich vztah k jídlu. Mnozí rádi pracují, stříhají, vaří a zdobí, ale nejsou dobrými jedlíky. Nebo jsou dokonce „nejedlíci“. To je v pořádku. Chuť k jídlu si nikdy nemůžeme vynutit. Už jen to, že se podílíte na přípravě společného jídla, je může povzbudit k větší odvaze při jídle. V těchto dílnách mají děti prostor doslova ochutnat různé suroviny a produkty, dotknout se jich, seznámit se s jejich konzistencí a strukturou. To, co budou mít možnost poznat jednou, možná ochutnají i příště.

Z psychologického hlediska souvisí kontakt s jídlem a jeho příprava s vývojem několika struktur psychiky v příslušném věku. Kromě získání nových znalostí (suroviny, nástroje, recepty atd.) vede k bezprostřednímu osvojení řady praktických dovedností s důrazem na trpělivost, pozornost a kreativitu (krájení, míchání, stolování atd.). Pocit uspokojení, hrdosti a potěšení, když se příprava jídla podaří, naplňuje emocionální oblast. Konečný výsledek vede k posílení sebedůvěry, samostatnosti a nezávislosti a motivuje k další činnosti.

## Naplňování Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání

Aktiviny programu Skutečně zdravá škola přispívají k naplňování vzdělávacích výstupů Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání a rozvíjejí klíčové kompetence žáků.

Pro různé vzdělávací oblasti v RVP čerpá učitel z metodické nabídky programu, konkrétně:

- Člověk a jeho svět
  - Tematický okruh Místo, kde žijeme
    - Odkud pochází jídlo
    - Na farmu!
    - Exkurze do provozovny potravinářského podniku
    - Školní zelinářské zahrady
    - Školní farmářský trh
  - Tematický okruh Lidé kolem nás
    - Na farmu!
    - Odkud pochází jídlo
    - S (pra)rodiči na zahradě
    - Sejdeme se u stolu
    - Karetní hra „Oslava dobrého jídla“
    - Školní farmářský trh
    - Exkurze do provozovny potravinářského podniku
  - Tematický okruh Lidé a čas
    - Sejdeme se u stolu
    - Karetní hra „Oslava dobrého jídla“
    - Jak si vybíráme jídlo
  - Tematický okruh Rozmanitost přírody
    - Jak si vybíráme jídlo
    - Odkud pochází jídlo
    - Na farmu!
    - Miluji jídlo, neplýtvám
    - Zdravé vaření s dětmi
    - Zemědělství a změna klimatu
    - Karetní hra „Voda a sucho“
    - Vliv zemědělství na přírodu, krajinu a životní prostředí
    - Ekologické zemědělství
  - Tematický okruh Člověk a jeho zdraví
    - Zdravá výživa
    - Duha na talíři
    - Svačinky
    - Karetní hra „Složení potravin“
    - Pijeme kohoutkovou
    - Na obranu jídla
- Člověk a společnost - výchova k občanství
  - Mezinárodní vztahy, globální svět
    - Zemědělství a změna klimatu
    - Vliv zemědělství na přírodu, krajinu a životní prostředí
    - Karetní hra „Voda a sucho“
- Člověk a příroda
  - Jak si vybíráme jídlo
  - Odkud pochází jídlo
  - Zdravá výživa

- Na farmu!
  - Miluji jídlo, neplýtvám
  - Zdravé vaření s dětmi
  - Zemědělství a změna klimatu
  - Karetní hra „Voda a sucho“
  - Vliv zemědělství na přírodu, krajinu a životní prostředí
  - Ekologické zemědělství
  - Příprava pokrmů – vaření s dětmi
- Člověk a zdraví – výchova ke zdraví
    - Jak si vybíráme jídlo
    - Odkud pochází jídlo
    - Zdravá výživa
    - Jídlo a já
    - Na obranu jídla
- Člověk a svět práce - pěstitelské práce, příprava pokrmů
    - Exkurze do provozovny potravinářského podniku
    - Na farmu!
    - Školní farmářský trh
    - Odkud pochází jídlo
    - Příprava pokrmů – vaření s dětmi
    - Ekologické zemědělství
    - Zdravé vaření s dětmi
    - Vaření s žáky

#### Průřezová témata:

Environmentální výchova - Program Skutečně zdravá škola je pro školy jednou z cest, jak naplňovat průřezové téma Environmentální výchova, a to hned několika způsoby:

Vede žáky k nabytí základních vědomostí, dovedností a schopností v těchto oblastech:

- Zásady udržitelného zemědělství a základní znalosti související s pochopením chodu a fungování farem
- Ekologické pěstování plodin na školní zahradě
- Příprava pokrmů z plodin vypěstovaných na školní zahradě
- Sezónní využívání plodin při výuce vaření
- Vede žáky k přemýšlení o hodnotách a utváření vlastních postojů
- Vede žáky k odpovědnosti za stav půdy a učí žáky vnímat půdu nejen jako ekosystém, ale též jako hodnotu
- Vede žáky ke vnímání jídla jako hodnoty
- Vede žáky k přemýšlení o etických aspektech pěstování plodin, chovu hospodářských zvířat a výroby masa

V tematických okruzích průřezového tématu environmentální výchova naplňuje program Skutečně zdravá škola následující tematické okruhy:

- Ekosystémy: pole
- Základní podmínky pro život:
  - voda – význam vody pro lidské aktivity
  - půda – zdroj výživy, ohrožení půdy, vyčerpatelnost půdy
- Přírodní zdroje
  - principy hospodaření s přírodními zdroji
- Lidské aktivity a problémy životního prostředí
  - zemědělství a životní prostředí
  - ekologické zemědělství
- Vztah člověka k prostředí
  - prostředí a zdraví - rozmanitost vlivu prostředí na zdraví, jejich komplexní a synergické působení, možnosti a způsoby ochrany zdraví

Program Skutečně zdravá škola vede ke zvyšování environmentální gramotnosti, odpovědnosti ve vztahu k biosféře, k ochraně přírody a přírodních zdrojů:

- vede k pochopení významu a nezbytnosti udržitelného rozvoje jako pozitivní perspektivy dalšího vývoje lidské společnosti
- podněcuje aktivitu, tvořivost, toleranci, vstřícnost a ohleduplnost ve vztahu k prostředí
- přispívá k utváření zdravého životního stylu a k vnímání estetických hodnot prostředí
- vede k angažovanosti v řešení problémů spojených s ochranou životního prostředí
- vede k vnímavému a citlivému přístupu k přírodě a přírodnímu a kulturnímu dědictví

Vzdělávání k udržitelnému rozvoji: Žáci během realizace aktivit programu posilují svoji motivaci k tomu, aby se stali občany aktivního udržitelného rozvoje. Prostřednictvím projektového, místně ukotveného a prožitkového vzdělávání žáci získávají pozitivní vztah a postoj k důležitým tématům, jako je původ a produkce potravin a spojení mezi jídlem a zdravím a životním prostředím - žáci si uvědomí, že už není důležité hledat řešení pro lepší život pouze pro ně samotné, ale především žít tak, aby naplňování jejich potřeb nenarušovalo potřeby budoucích generací.

Pro průřezové téma Environmentální výchova čerpá učitel z metodické nabídky programu, konkrétně:

- Na farmu!
- Odkud pochází jídlo
- S (pra)rodiči na zahradě
- Karetní hra „Oslava dobrého jídla“
- Školní farmářský trh
- Exkurze do provozovny potravinářského podniku
- Jak si vybíráme jídlo
- Odkud pochází jídlo
- Miluji jídlo, neplýtvám
- Zemědělství a změna klimatu
- Karetní hra „Voda a sucho“
- Vliv zemědělství na přírodu, krajinu a životní prostředí
- Ekologické zemědělství

Nedílnou součástí aktivit programu je zapojení venkovního vzdělávání na školních zahradách a návštěvy (ekologických) zemědělských podniků.

Rozvoj klíčových kompetencí

V rámci realizace aktivit programu žáci rozvíjí klíčové kompetence, jako například:

- Zapojení žáků do Akčního týmu pro zdravé stravování - žák rozvíjí své dovednosti v psaném a mluveném mateřském jazyce tím, že jako rovnocenný člen akční skupiny formuluje své názory, poskytuje zpětnou vazbu svému okolí, zapojuje se do diskuse, předkládá a obhajuje návrhy na změny, přináší návrhy řešení, účastní se průzkumů mezi spolužáky a podílí se na zápisech ze setkání akční skupiny. Při provádění zápisu se žák učí filtrovat a rozlišovat podstatné a nepodstatné informace. Akční tým připravuje Plán zdravého a udržitelného stravování školy. Žák se může zapojit do tvorby plánu a následně komunikovat chystané opatření a změny svým spolužákům prostřednictvím diskusí, prezentací, letáků, plakátů nebo článků pro školní časopis. Tyto aktivity vyžadují správnou formulaci vět a znalost gramatiky. Zapojením žáků v rámci akční skupiny je motivujete k práci, iniciativě a podnikavosti, aby se aktivně ať už samostatně nebo ve skupinách podíleli na změnách k zdravému a udržitelnému stravování na škole. Žáci se učí přemýšlet o jídle ve společenských, ekonomických, ekologických, zdravotních a kulturních souvislostech.

- **Příprava pokrmů** - při aktivitách přípravy pokrmů mají žáci možnost simulovat praktické dovednosti ze života. Rozvíjejí svou schopnost pracovat s nástroji a motorické dovednosti. Žáci přípravou pokrmů rozvíjejí interakci s ostatními, jsou nuceni vést dialogy, kriticky myslet, formulovat a vyjádřit svůj názor, učí se spolupracovat. Žáci se seznamují s přínosem různých typů metod přípravy pokrmů na lidské zdraví. Žáci se učí, jak správně a bezpečně zacházet s kuchyňskými nástroji, a také využívají znalosti procesu výroby potravin jako spotřebitelé. Žáci v hodinách předmětu Příprava pokrmů využívají znalosti z českého jazyka, matematiky a chemie. Žáci při výrobě různých pokrmů rozvíjejí svou čtenářskou gramotnost v českém jazyce tím, že si musí nastudovat jejich složení, recepty, postupy, význam ingrediencí v daném jídle a souvislosti mezi nimi. Z chemického hlediska se žáci snaží objasnit pojmy jako různé typy cukrů, tuků, jejich složení a vliv na lidský organismus, jakož i vlastnosti kvašení (fermentace), pasterizace, druhy konzervace, pečení. Žáci se seznamují s přínosem těchto typů metod přípravy jídel na lidské zdraví. Z matematického hlediska dokáží žáci při výrobě jídel vypočítat poměr jednotlivých surovin.
- **Exkurze na farmy** – návštěva funkční zemědělské farmy pomáhá žákům stát se rozumnými a zodpovědnými spotřebiteli potravin. Informace z první ruky přímo od zemědělce o tom, jaké úsilí musí vynaložit, aby byla zemědělská výroba produktivní, může hrát pozitivní roli při utváření názoru a pozitivního přístupu ke zdravému stravování a ochraně přírody. Návštěva farmy může žákům pomoci pochopit vztah, který existuje mezi zdravou půdou, zdravými rostlinami, zdravými zvířaty a zdravými lidmi. Farmy představují podnětné prostředí a poutavé prostory, v nichž lze s žáky prozkoumat celý příběh jídla od vidlí až na vidličku. Nejlepší způsob, jak se naučit něco nového, je vyzkoušet si to v praxi. Žáci rozvíjí také digitální kompetence - před návštěvou farmy žáci vyhledávají informace o farmě na internetu, což jim pomáhá orientovat se a filtrovat informace na internetu. Na počítači mohou také zpracovat itinerář návštěvy, naplánovat cestu různými dopravními prostředky nebo vytvořit plakát akce na počítači. Foto- nebo videodokumentaci mohou žáci použít pro prezentace, školní web nebo na výrobu plakátů, letáků či školních nástěnek.
- **Pěstitelství na školní zelinářské zahradě** – školní zahrady nabízejí prostor pro chybějící kontakt s přírodou, volnou hru a pohyb, kreativní výuku, zkušenostní učení, interakci s vrstevníky, možnost spolurozhodování, trénink diskuse a odpovědnosti, utváření vztahu k místu a současně vytvářejí příležitost pro komunitní život a setkávání.
- **Školní farmářské trhy** - ideálním nástrojem rozvoje iniciativy a podnikavosti je plánování, příprava a realizace školního farmářského trhu. Zavedení farmářských trhů ve školách je poutavým způsobem, jak žákům v rámci vzdělávacího plánu zprostředkovat situace ze skutečného života, ve kterých se musejí ujmout vedení a mají možnost převzít zodpovědnost za své vlastní podnikání. Návod žákům zprostředkovává šanci ponořit se do osmítýdenního vzrušujícího podnikatelského projektu, ve kterém se budou učit o jídle a farmaření. Žáci si mohou zlepšovat své početní dovednosti přemýšlením nad náklady, váhami, množstvím atd. Navrhování plakátů a letáčků k propagaci události zase rozvíjí jejich jazykovou gramotnost a výtvarné vlohy.