

Název předmětu	Ročníky	Garant předmětu
Domácnost	7. - 9. třída	Pincová

Charakteristika předmětu

Předmět Domácnost je volitelný předmět určený žákům 7.–9. ročníku základní školy. Navazuje na základní praktické dovednosti získané v nižších ročnících a dále je rozvíjí směrem k větší samostatnosti, odpovědnosti a praktickému využití v každodenním životě. Výuka reaguje na potřeby dospívajících žáků a připravuje je na běžné situace spojené s chodem domácnosti.

Výuka je realizována formou pololetních projektů, které propojují přípravu pokrmů s dalšími činnostmi souvisejícími s domácností. Žáci se učí pracovat s potravinami, plánovat pracovní postup, organizovat práci v týmu a vyhodnocovat výsledek své práce. Vedle vaření se věnují také plánování nákupu, hospodaření s potravinami, organizaci domácích činností, péči o pracovní prostředí a základnímu přehledu o fungování domácnosti.

Důraz je kladen na samostatnou práci, spolupráci ve skupině a odpovědné zacházení s potravinami a domácími prostředky. Součástí výuky je také vedení žáků k udržitelnému přístupu k domácnosti, k omezení plýtvání a k uvědomění si souvislostí mezi stravováním, životním prostředím a každodenním životem.

Cílem předmětu není kulinářská dokonalost, ale rozvoj praktických dovedností, samostatnosti a schopnosti organizovat běžné činnosti v domácnosti. Žáci se učí plánovat, spolupracovat, řešit vzniklé situace a reflektovat průběh i výsledek své práce.

Cíle předmětu:

Žák:

- dodržuje zásady hygieny a bezpečnosti při práci s potravinami a domácími pomůckami
- bezpečně používá kuchyňské náčiní a základní spotřebiče
- pracuje podle receptu i bez pevného návodu
- plánuje pracovní postup a organizuje svou práci
- podílí se na plánování nákupu a hospodaření s potravinami
- spolupracuje ve skupině a přijímá různé role
- podílí se na organizaci pracovního prostoru a jeho úklidu
- hospodaří s potravinami a předchází plýtvání
- reflektuje svou práci i práci skupiny
- uvědomuje si souvislosti mezi stravováním, ročním obdobím, ekonomikou domácnosti a životním prostředím

Název předmětu	Ročníky	Garant předmětu
Domácnost	7. - 9. třída	Pincová

Přehled projektů:

Rok / pololetí	Název projektu
2026/2027 (1. pololetí)	Plánujeme domácnost
2026/2027 (2. pololetí)	Vaření bez receptu
2027/2028 (1. pololetí)	Jedeme bez masa
2027/2028 (2. pololetí)	Zbytky nejsou odpad
2028/2029 (1. pololetí)	Jídlo a roční období
2028/2029 (2. pololetí)	Společné menu a organizace práce

Popis jednotlivých projektů

Popis jednotlivých projektů

Projekt 1: Plánujeme domácnost

Projekt je zaměřen na plánování běžných činností v domácnosti. Žáci se seznamují s tím, jak lze organizovat každodenní domácí práce, plánovat nákup potravin a rozdělovat úkoly mezi členy domácnosti. Učí se přemýšlet o tom, kolik času jednotlivé činnosti zaberou a jak lze práci v domácnosti efektivně organizovat.

Součástí projektu je sestavení jednoduchého plánu domácích činností nebo jídelníčku na několik dní, vytvoření nákupního seznamu a plánování využití potravin. Žáci se věnují také organizaci domácího prostředí, například plánování úklidu, třídění odpadu nebo správnému ukládání potravin. Praktická část projektu může zahrnovat přípravu jednoduchého pokrmu. Žáci reflektují, jak plánování ovlivňuje průběh práce a jak může přispět k hospodárnému využívání potravin i času.

Projekt 2: Vaření bez receptu

Název předmětu	Ročníky	Garant předmětu
Domácnost	7. - 9. třída	Pincová

Projekt rozvíjí schopnost samostatného rozhodování a improvizace při přípravě jídla. Žáci pracují s omezeným množstvím dostupných surovin a nejsou vázáni přesným receptem. Učí se odhadovat množství surovin, plánovat pracovní postup a reagovat na vzniklé situace během práce.

Součástí projektu je také organizace pracovního prostoru, správné používání kuchyňských pomůcek a následná péče o pracovní prostředí. Žáci se učí udržovat pořádek během práce, efektivně využívat suroviny a minimalizovat odpad. Projekt podporuje kreativitu, spolupráci a schopnost řešit praktické problémy.

Projekt 3: Jedeme bez masa

Projekt je zaměřen na přípravu bezmasých pokrmů a hledání vhodných alternativ v běžném jídelníčku. Žáci se seznamují s různými druhy potravin, které mohou maso nahradit, a učí se připravovat jednoduchá vyvážená jídla.

Součástí projektu je také diskuse o výživě, různých stravovacích návycích a vlivu stravování na životní prostředí. Žáci se věnují plánování nákupu surovin, jejich skladování a efektivnímu využití v domácnosti. Praktická část projektu zahrnuje přípravu pokrmu a reflexi jeho chuti, výživové hodnoty i organizace práce.

Projekt 4: Zbytky nejsou odpad

Projekt se zaměřuje na prevenci plýtvání potravinami a na smysluplné využívání zbylých surovin. Žáci přemýšlejí nad tím, jak lze zbytky potravin využít při přípravě dalších jídel.

Součástí projektu je také diskuse o hospodaření s potravinami v domácnosti, třídění odpadu a možnostech omezení plýtvání. Žáci plánují postup přípravy jídla ze zbylých surovin a realizují vlastní návrh pokrmu. Zároveň se seznamují s principy udržitelného chování v domácnosti a s možnostmi, jak omezit množství odpadu.

Projekt 5: Jídlo a roční období

Projekt propojuje přípravu pokrmů se sezónností potravin a s proměnami během roku. Žáci se seznamují s tím, jak se mění dostupnost potravin, jejich cena i kvalita.

Součástí projektu je práce s informacemi o sezónních surovinách, plánování nákupu a diskuse o tom, jak roční období ovlivňuje jídelníček domácnosti. Žáci se věnují také

Název předmětu	Ročníky	Garant předmětu
Domácnost	7. - 9. třída	Pincová

skladování potravin a jejich správnému uchovávání. V praktické části připravují sezónní pokrm a reflektují souvislosti mezi stravováním, přírodou a životním prostředím.

Projekt 6: Společné menu a organizace práce

Závěrečný projekt propojuje dovednosti získané během výuky. Žáci společně plánují jednoduché menu pro modelovou situaci (například rodinný oběd nebo menší setkání). Součástí projektu je plánování nákupu surovin, organizace pracovního postupu, rozdělení rolí ve skupině a příprava pracovního prostoru.

V praktické části žáci připravují jednotlivé části menu, podílejí se na prostření stolu a organizaci společného stolování. Součástí projektu je také organizace pracovního prostředí a závěrečný úklid. Projekt je zakončen společnou reflexí, při které žáci hodnotí průběh spolupráce, organizaci práce i výslednou podobu připraveného jídla.