

FOOD PREPARATION IN THE EDUCATIONAL FIELD OF MAN AND THE WORLD OF WORK AT THE FIRST  
LEVEL OF PRIMARY SCHOOL

PŘÍPRAVA POKRMŮ VE VZDĚLÁVACÍ OBLASTI ČLOVĚK A SVĚT PRÁCE NA 1. STUPNI ZŠ

Kateřina Peksová

**Abstract**

The diploma thesis deals with a healthy vital factor of child development, where the importance of healthy eating for the development of the child is analyzed, and the issues associated with it. In addition to the definitions and breakdown of healthy food, the theoretical part also contains practical information, e.g. on health parameters, information on threatening civilization diseases in children, a cross-section of healthy eating. The work does not neglect the latest marketing trends in the field of healthy lifestyle, such as so-called superfoods. In the practical integration of the educational area of food preparation into teaching, it shows the relationship to a healthy lifestyle.

**Keywords:** healthy lifestyle, civilization diseases, health, diet, food preparation

**Abstrakt**

Diplomová práce pojednává o zdravém životním důležitém faktoru vývoje dítěte, u níž je rozebrán význam zdravého stravování pro vývoj dítěte, a problematice s tím spjaté. Kromě definic a členění zdravé stravy, dále pak teoretická část obsahuje i praktické informace např. o parametrech zdraví, informace o ohrožujících civilizačních chorobách u dítěte, průřez zdravým stravováním. Práce neopomíná ani nejnovější marketingové trendy v oblasti zdravého životního stylu jako jsou např. tzv. superpotravin. V praktickém začlenění vzdělávacího okruhu přípravy pokrmů do výuky, ukazuje vztah ke zdravému životnímu stylu.

**Klíčová slova:** zdravý životní styl, civilizační nemoci, zdraví, strava, příprava pokrmů

**Kontakt**

Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta pedagogická, Katedra matematiky, fyziky a technické výchovy, Klatovská 51, Plzeň, 306 14