

Problematika výživy v učebnicích pro základní školy

Bc. Filip Martiník¹⁾, PhDr. Mgr. Leona Mužíková, Ph.D.²⁾

Lékařská fakulta MU Brno¹⁾, Pedagogická fakulta MU Brno²⁾

Od raného dětství jsme vedeni k tomu, že máme jíst „zdravě“. Mnohým z nás je to připomínáno jak v kruhu rodinném, tak ve škole. Často se zdůrazňuje pojem zdravá strava nebo zdravá výživa. Každé dítě jistě slyšelo nějakou radu o tom, co má jíst, anebo naopak, co nejíst. Ačkoliv se o zdravé výživě neustále mluví a od mateřské školy jsou děti vedeny k rozlišování potravin a nápojů na „zdravé“ a „nezdravé“, tak jejich skutečné výživové chování není obvykle ideální. Proto je nutné se zabývat i tím, jak účelně zvyšovat výživovou gramotnost, jak zlepšovat výživové chování a jak v důsledku toho ovlivňovat naše zdraví.

V roce 2014 vydalo Ministerstvo zdravotnictví ČR dokument Zpráva o zdraví obyvatel České republiky. V části, která se týká výživy, zpráva konstatuje, že v různých populačních skupinách je zvýšený příjem tuku, jednoduchých sacharidů a soli. Obyvatelstvo konzumuje málo ovoce a zeleniny, častá je také nepravidelnost ve stravování a nedostatečná je i pohybová aktivita. Všechny tyto aspekty negativně ovlivňují naše zdraví a měly by se odrážet ve vzdělávání dětí na základní škole.

Tyto důvody nás vedly k průzkumu, jak jsou děti na základních školách vzdělávány v oblasti výživy, jaké učivo učebnice a pracovní sešity obsahují a jak je toto učivo dětem prostřednictvím učebnic a pracovních sešitů předáváno. Vybrali jsme celkem 53 učebnic a pracovních sešitů pro 1. stupeň základní školy a 11 učebnic pro 2. stupeň základní školy (ZŠ). V těchto učebnicích a pracovních sešitech jsme hodnotili učivo o výživě i jeho odbornou správnost a kvalitu. Zajímalo nás také to, jak je učivo v rámci učebnicových řad rozvíjeno a rozšiřováno. Všechny učební materiály byly vybírány na základě avizovaného souladu s aktuálními vzdělávacími dokumenty. Všechny učebnice měly platnou doložku MŠMT pro výuku na ZŠ.

Průzkum probíhal formou obsahové analýzy učebnic a pracovních sešitů. Analýza ukázala, že v učebnicích pro 1. stupeň ZŠ chybí ucelené informace o základních živinách, tedy o bílkovinách, sacharidech a tucích. Mnohdy jsou zmíněny jen v jednom odstavci, ale vzhledem k jejich důležitosti pro odpovídající zdravotní, respektive výživovou gramotnost, by si jistě zasloužily větší pozornost. Také informacím o vitamínech a minerálních látkách je v učebnicích věnováno jen velmi málo prostoru. Učivo o ovoci a zelenině je pojímáno často pouze z botanického hlediska. Všechny učebnicové řady se zabývají především tím, jak třídít ovoce a zeleninu dle zemědělských kritérií, ale význam ovoce a zeleniny ve výživě člověka je zmíněn často jen okrajově. S jasně formulovaným doporučením ke konzumaci ovoce a zele-

niny se děti v učebnicích nesetkají vůbec. Také většina dalších výživových doporučení není vhodně pojata. Orientují se zejména na rozdělování potravin na „zdravé“ a „nezdravé“, případně „vhodné“ a „nevhodné“, a minimálně se zabývají dělením dle potravinových skupin nebo podle zdrojů důležitých živin.

Učivo o výživě na 2. stupni ZŠ najdeme v učebnici výchovy ke zdraví, v učebnicích pro občanskou a rodinnou výchovu a v učebnicích přírodopisu. I když v některých učebnicích jsou rozebírána témata výživy poměrně podrobně a bez závažných nedostatků, chybí zde koncepční a didaktické zpracování výživových doporučení založených na poznatcích z biologie člověka, chemie, ekologie, zeměpisu atd.

Z analýzy vyplývá, že učivo o výživě je v učebnicích pro ZŠ zpracováno velmi různorodě. Díky velké škále učebnic, které vycházejí v různých vydavatelstvích, je výživové vzdělávání dětí v rámci školní výuky ovlivněno tím, jaké učebnice škola používá. Témata výživy jsou v učebnicích zastoupena různě, vždy v závislosti na autorech. V učebnicích najdeme mnohdy i nepřesnosti, zastaralé poznatky či pojmy. Učebnicové řady pro 1. stupeň ZŠ v mnoha případech na sebe nenavazují a učivo nerozvíjejí. Přestože školské dokumenty učivo o výživě rámcově vymezují, je toto učivo v učebnicích zpracováno nedostatečně. Vzhledem k důležitosti při utváření výživové gramotnosti a výživového chování dětí je potřebné, aby učivo bylo v didaktickém aparátu věnováno více pozornosti, aby bylo jasně vymezené a vhodně didakticky zpracované. Je nezbytné, aby byly v učebnicích používány správné pojmy, aby bylo učivo o výživě vysvětlováno srozumitelně a vždy s ohledem na uplatnění ve vlastním životě, při vlastním stravování.

Učebnice je často určujícím zdrojem učiva, se kterým je v rámci školní výuky pracováno a který může, když pomíne jiné faktory, ovlivňovat výživovou gramotnost dětí. To, co je psáno v učebnicích, je pokládáno za směrodatné, pravdivé, vědecky ověřené a odborně uznávané. Je proto nutné věnovat vymezení učiva velkou pozornost, a to při koncipování školských dokumentů, při schvalování učebnic a učebnicových řad a zejména při samotné tvorbě učebnic. Učivo o výživě je natolik důležité, že je potřebné, aby se na jeho koncepci podíleli společně s pedagogy také odborníci na výživu.

Obsahová analýza učebnic pro základní školy vzhledem k výživě se stala podkladem pro publikace v rámci projektu Pohyb a výživa. Tyto publikace (pro učitele i žáky) jsou volně dostupné na webových stránkách projektu www.pav.rvp.cz.