

## Správa o činnosti pedagogického klubu

1. Prioritná os	Vzdelávanie
2. Špecifický cieľ	1.2.1 Zvýšiť kvalitu odborného vzdelávania a prípravy reflektujúc potreby trhu práce
3. Prijímateľ	Trnavský samosprávny kraj
4. Názov projektu	Prepojenie stredoškolského vzdelávania s praxou v Trnavskom samosprávnom kraji 2
5. Kód projektu ITMS2014+	312011AGY5
6. Názov pedagogického klubu	Pedagogický klub bez písomného výstupu - Klub učiteľov pre poľnohospodárske a potravinárske predmety
7. Dátum stretnutia pedagogického klubu	25. 05. 2022
8. Miesto stretnutia pedagogického klubu	Spojená škola Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01 Org. zložka : Stredná odborná škola rozvoja vidieka s VJM Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 38 č. m. 201
9. Meno koordinátora pedagogického klubu	Ing. Juliana Gáspárová
10. Odkaz na webové sídlo zverejnenej správy	<a href="http://www.dunagro.sk">www.dunagro.sk</a> <a href="http://www.trnava-vuc.sk">www.trnava-vuc.sk</a>

## 11. Manažérske zhrnutie:

Téma: Vitamíny, ich rozdelenie a charakteristika

Kľúčové slová: - vitamíny sú organické látky, ktoré potrebuje každý živý organizmus

Stručná anotácia:

Niektoré vitamíny aj v minimálnych množstvách, je veľmi dôležité, aby sme ich pravidelne do organizmu dopĺňali. V ideálnom prípade na dopĺňanie všetkých potrebných vitamínov v potrebných množstvách mala stačiť pestrá a rôznorodá strava. To však u každého realitou nie je, aby v dennej strave mal dostatok zeleniny a ovocia.

## 12. Hlavné body, témy stretnutia, zhrnutie priebehu stretnutia:

Každé telo je jedinečné a niektoré skupiny ľudí potrebujú viac niektorých vitamínov a menej iných. Zvýšené množstvo vitamínov môžu potrebovať napríklad fyzicky aktívni ľudia, tehotné ženy alebo fajčiari.

### Typy a funkcie vitamínov

Vitamíny delíme na dve skupiny:

Rozpustné vo vode:

**Vitamín B1** (Tiamín) - pomáha metabolizovať živiny a premieňať ich na energiu

**Vitamín B2** (Riboflavín) - podieľa sa na vytváraní energie a trávení tukov

**Vitamín B3** (Niacín) - pomáha metabolizovať živiny a premieňať ich na energiu

**Vitamín B5** (Kyselina pantoténová) - podieľa sa na syntéze mastných kyselín

**Vitamín B6** (Pyridoxín) - podieľa sa na tvorbe hemoglobínu

**Vitamín B7** (Biotín) - podieľa sa na trávení mastných kyselín, aminokyselín a glukózy, taktiež prináša benefity pre vlasy, pokožku a nechty

**Vitamín B9** (Kyselina listová) - zohráva dôležitú úlohu pri procese správneho delenia buniek

**Vitamín B12** (Kobalamín) - kľúčový pre tvorbu červených krviniek a správne fungovanie celej nervovej sústavy

**Vitamín C** (Kyselina L-askorbová) - jeden z najdôležitejších vitamínov pre naše telo, potrebný aj na premenu kolagénu

Rozpustné v tukoch:

**Vitamín A** - dôležitý pre zrak

**Vitamín D** (Kalciferol) - posilňuje imunitný systém, kľúčový pri vstrebávaní vápnika

**Vitamín E** (Tokoferol) - posilňuje imunitný systém, chráni organizmus pred oxidačnými procesmi

**Vitamín K** - reguluje zrážanlivosť krvi a podieľa sa na správnom vývoji kostí

### 13. Závěry a odporúčania:

V závere členovia klubu spoločne konštatovali, že v dnešnej dobe tieto vedomosti sú veľmi dôležité, nakoľko vyrovnaná výživa bohatá vo vitamínoch zabezpečí pre organizmus dostatočný predpoklad na prekonanie rôznych ochorení a vytvorí dostatočnú odolnosť na nepredvídané zdravotné problémy v dennom živote ľudí.

Vypracoval (meno, priezvisko)	Ing. Ľudovít Fodor
Dátum	25. 05. 2022
Podpis	
Schválil (meno, priezvisko)	Ing. Juliana Gáspárová
Dátum	25. 05. 2022
Podpis	

**Príloha:** Prezenčná listina zo stretnutia pedagogického klubu

## Príloha správy o činnosti pedagogického klubu



EURÓPSKA ÚNIA  
Európsky sociálny fond  
Európsky fond regionálneho rozvoja



OPERAČNÝ PROGRAM  
ĽUDSKÉ ZDROJE

Prioritná os:	Vzdelávanie
Špecifický cieľ:	1.2.1 Zvýšiť kvalitu odborného vzdelávania a prípravy reflektujúc potreby trhu práce
Prijímateľ:	Trnavský samosprávny kraj
Názov projektu:	Prepojenie stredoškolského vzdelávania s praxou v Trnavskom samosprávnom kraji 2
Kód ITMS projektu:	312011AGY5
Názov pedagogického klubu:	Pedagogický klub bez písomného výstupu - Klub učiteľov pre poľnohospodárske a potravinárske predmety

### PREZENČNÁ LISTINA

Miesto konania stretnutia: Spojená škola Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01

Org. zložka : Stredná odborná škola rozvoja vidieka s VJM Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01 č. m. 201

Dátum konania stretnutia: 25. 05. 2022

Trvanie stretnutia: 14:00 - 17:00

Zoznam účastníkov/členov pedagogického klubu:

č.	Meno a priezvisko	Podpis	Inštitúcia
1.	Ing. Juliana Gáspárová		Spojená škola Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01 Org. zložka : Stredná odborná škola rozvoja vidieka s VJM Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01

2.	Ing. Iván Ūrögi		Spojená škola Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01 Org. zložka : Stredná odborná škola rozvoja vidieka s VJM Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01
3.	Gabriela Danáčová	Absencia	Spojená škola Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01 Org. zložka : Stredná odborná škola rozvoja vidieka s VJM Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01
4.	Ing. Margita Fucseková		Spojená škola Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01 Org. zložka : Stredná odborná škola rozvoja vidieka s VJM Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01
5.	Ing. Ferdinand Fekete		Spojená škola Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01 Org. zložka : Stredná odborná škola rozvoja vidieka s VJM Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01
6.	Ing. Ľudovít Fodor		Spojená škola Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01 Org. zložka : Stredná odborná škola rozvoja vidieka s VJM Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01
7.	PaedDr. Anita Bíró	Absencia	Spojená škola Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01 Org. zložka : Stredná odborná škola rozvoja vidieka s VJM Námestie Sv. Štefana 1533/3 Dunajská Streda 929 01