



akademia
zdrowego
przedszkolaka

**Uczymy się o jedzeniu w
ekologicznym znaczeniu**

SPRAWOZDANIE



Kolejna akcja...

- W akcji wzięło udział 6 oddziałów:
 - dzieci 3 letnie
 - dzieci 4 letnie
 - dzieci 5 letnie
 - dzieci 6 letnie
- Poniższe slajdy prezentują realizację założeń Akademii przyjętych w scenariuszach nadesłanych przez organizatorów.
- Nauczycielki ze wszystkich oddziałów przedstawiły dzieciom treści zawarte w scenariuszach realizując tym samym cele ustanowione przez organizatora.
- W większości oddziałów nauczycielki wzbogaciły treść proponowanych zajęć o własne pomysły i metody wynikające, także z realizacji założeń podstawy programowej oraz planów pracy.

Przystępując do dziesiątej już akcji Akademii Zdrowego Przedszkolaka w kwestii zdrowego żywienia stajemy się powoli małymi ekspertami.

Na podstawie wiedzy zdobytej w poprzednich akcjach wiemy już bardzo dużo o warunkach jakie należy spełniać, aby cieszyć się pełnią zdrowia.

Tak jak we wcześniejszych akcjach nadal:

- Dużo ćwiczymy dbając o kondycję fizyczną;
- Dbamy o higienę;
- Zdrowo się odżywiamy;

Realizując treści zawarte w nadesłanych przez organizatora scenariuszach przyswajaliśmy nowe wiadomości tradycyjnie korzystając z różnorodnych metod, przeplatając między sobą zajęcia plastyczne, muzyczne, językowe i ruchowe.

Kolejne spotkania ze Zwierzątkami ze Zdrowego Zakątka uświadomiły dzieciom z naszego przedszkola wiele istotnych kwestii na temat zdrowia.

Tym razem przygody Wieprzusia, Raptusia, Ociupinki i Cioci Róży w ciekawy i interesujący sposób poszerzyły dziecięcą wiedzę na temat znaczenia zdrowej i ekologicznej żywności.

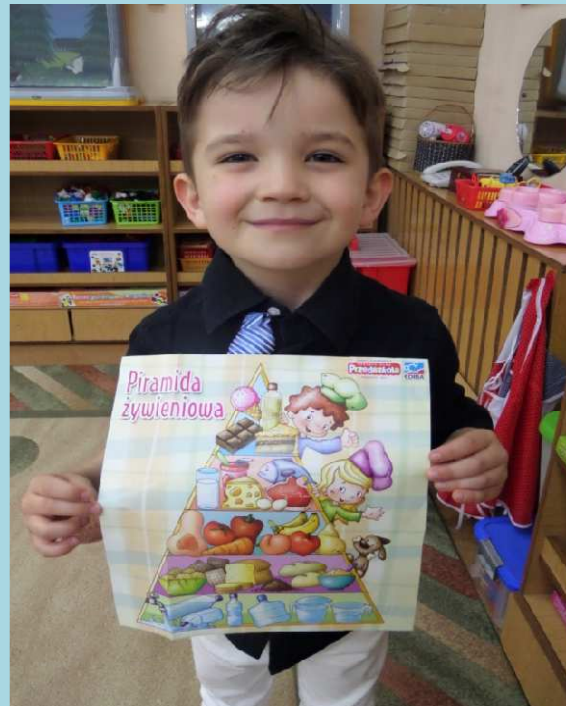




POCZĄTEK AKCJI...

KROK I.

**CO JUŻ WIEMY O
PIRAMIDZIE ZDROWEGO
ŻYWIENIA?**



Przystępując już do kolejnej akcji Akademii Zdrowego Przedszkolaka hasło „**Piramida Zdrowego Żywienia**” mocno zapuściło swoje korzenie w przedszkolnych główkach owocując postępowaniem zgodnym z zasadami zdrowego żywienia.

Dzieci pamiętają, że słodczyce choć kuszą swoją słodkością nie są naszym przyjacielem, a w Piramidzie Zdrowego Żywienia znajdują się na ostatniej pozycji.



Zabawa ruchowa

PODSKAKIWANIE PIĘTER

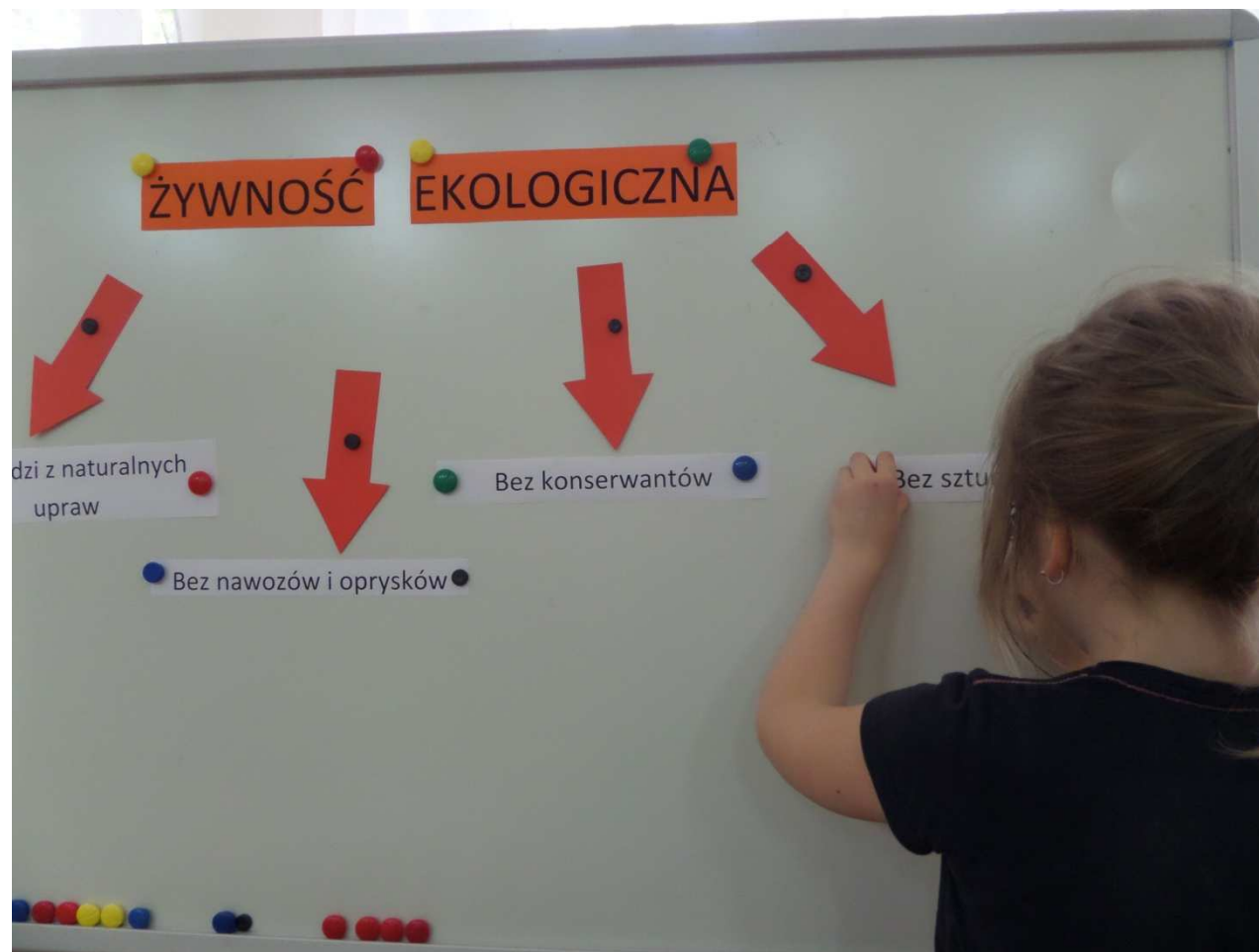


KROK 2.

ŻYWNOSĆ EKOLOGICZNA- CO TO TAKIEGO?



Kolejnym krokiem jaki wykonały nauczycielki na poszczególnych oddziałach było wytłumaczenie dzieciom czym jest żywność ekologiczna i gdzie można ją kupić. Przedstawiły również różnice między żywnością zdrową a żywnością ekologiczną.



Po takim merytorycznym przygotowaniu zadaniem dla dzieci było podzielenie produktów spożywczych na zdrowe i niezdrowe- oczywiście przedszkolaki poradziły sobie z tym zadaniem bez problemu.



KROK 3.

**JAJKA- GOTOWANE, CZY
SADZONE DLA
KAŻDEGO BARDZO
ZDROWE!**



Kolejnym tematem realizowanym przez nauczycielki było przekazanie dzieciom jak największej ilości informacji na temat jajek.

W oparciu o wysłuchaną bajkę dzieci dowiedziały się skąd się biorą jajka, jakie są ich rodzaje, a także wielu ciekawostek, którymi chętnie podzieliły się z rodzicami w domu.

Podjęliśmy również próby odnalezienia odpowiedzi na pytanie co było pierwsze jajko czy kura?



Jakie znamy rodzaje jajek?



DO CZEGO UŻYWAMY JAJEK?

Poruszając kwestie kulinarne przeprowadziliśmy burzę mózgów na temat zastosowania jajek w kuchni. Okazało się, że są one składnikiem większości dań.



HISTORYJKA OBRAZKOWA

Skąd się biorą jajka...



CO W JAJKU?

W grupie starszych przedszkolaków przeprowadzono doświadczenia z jajkami. Dzieci miały okazję rozbić jajko, oddzielić żółtko od białka, ubić białko na sztywną pianę, a także sprawdzić, czy jajko tonie.

Wszystkie te doświadczenia nie tylko poszerzyły wiedzę na temat budowy i właściwości jajek, ale przede wszystkim sprawiły wiele zabawy.

Zabawy badawcze

Dzieci po wysłuchaniu bajki sprawdzili, czy sposób na rozpoznanie jajka ugotowanego od surowego naprawdę działa. 😊

Surowe



Ugotowane



Zabawy badawcze c.d.





A JAK SMAKUJE BIAŁKO???

Po samodzielnym ubiciu białka na sztywną pianę, chętne dzieci próbowały jak smakuje taka „biała pianka”.

PRACA PLASTYCZNA

Podsumowaniem rozważań na temat budowy i właściwości jajek nauczycielki rozdała dzieciom kontury jajka do ozdobienia według własnego uznania.



Wizyta w przedszkolnej kuchni

Najstarsza grupa przedszkolaków udała się do przedszkolnej kuchni, gdzie Panie kucharki pokazały dzieciom miejsce przechowywania jajek oraz procedury dotyczące przygotowywania dań z jajek. Dodatkową atrakcją była obserwacja przygotowania jajecznicy, którą ze smakiem zjedliśmy na podwieczorek.



Jajecznicca 😊

**Przygotowanie jajecznicy.
Rozbijanie jajek...**



**Oddzielanie żółtka od białka-
okazało się nieco trudniejszym
zadaniem. 😊**



Jajecznicca c.d.

Przygotowanie jajeczniccy ze 120 jajek nie było takie proste. Wymagało długiego mieszania i oczekiwania, aż jajko się zetnie.



Ostatni etap- dodanie szczypiorku i jajecznicca gotowa. 😊



KROK 4.

OWOCE I WARZYWA KRÓLUJĄ!



Podsumowaniem rozważań na temat ekologicznego żywienia było poświęcenie uwagi królestwu witamin, które tworzą owoce i warzywa.

Nauczycielki po raz kolejny zwróciły dzieciom uwagę na istotę spożywania tych produktów zwłaszcza w sezonie letnim kiedy wszystko możemy znaleźć w naszym własnym ogródku bez obaw o szkodliwe dla zdrowia opryski.

Przygotowanie pysznej owocowej sałatki 😊



Samodzielne przygotowanie zdrowych kanapek na śniadanie 😊



WIZYTA KUCHARZA 😊

W celu poszerzenia swoich zdolności kulinarnych zaprosiliśmy do naszego przedszkola prawdziwego kucharza. Opowiedział nam na czym dokładnie polega jego praca, jakie dania lubi najbardziej gotować, a także jak ważna w prawdziwej i zdrowej kuchni jest żywność ekologiczna.



Wizyta kucharza w Przedszkolu



Podsumowanie...



Podsumowując cały przebieg stwierdza się, iż założone przez Akademię cele zostały w pełni zrealizowane.

- Wiedza zdobyta podczas realizacji powyższych treści ponownie obfitowała w mnóstwo ciekawych zabaw i zajęć sprawiając dzieciom wiele przyjemności.
- Przygotowany konspekt po raz kolejny w jasny sposób precyzował określone działania, także realizacja programu była bardzo przyjemna.



PRZEDSZKOLE NR 7
Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI
W KROTOSZYNIE

Barbara Zimmermann
Katarzyna Krysmalska