

PROJEKT EDUKACYJNY „KUCHCIKOWO”

*„Szlachetne zdrowie
nikt się nie dowie
jako smakujesz
aż się popsujesz”*

Wstęp

W dobie rozwijającej się cywilizacji technicznej zmienia się styl życia człowieka, a tym samym nawyki dotyczące zdrowia. Nie poświęcamy zbyt dużej uwagi na racjonalne żywienie, potrzebę uprawiania form aktywności fizycznej, zaniedbujemy sygnały przesyłane nam przez nasz organizm. Dlatego też warto rozpocząć walkę o własne zdrowie już dzisiaj. Program „*Kuchcikowo*” pozwala na kształtowanie prawidłowych postaw zdrowotnych, umiejętności w zdobywaniu i pogłębianiu wiedzy z uwzględnieniem możliwości rozwojowych dzieci.

Autor projektu: Agata Krużmanowska

Zasięg projektu: miejscowy, obejmujący wszystkie grupy Niepublicznego Przedszkola „Bajeczka”, zajmujący się kształceniem dzieci w wieku przedszkolnym.

Miejsce realizacji projektu: Warszawa, Niepubliczne przedszkole „Bajeczka”

Termin realizacji: II semestr- rok szkolny 2012/2013, oraz rok szkolny 2013/2014

1. ZADANIA WYNIKAJĄCE Z PODSTAWY PROGRAMOWEJ WYCHOWANIA PRZEDSZKOLNEGO

Obszar nr.5 Wychowanie zdrowotne i kształtowanie sprawności fizycznej dzieci. Dziecko kończące przedszkole i rozpoczynające naukę w szkole podstawowej:

- dba o swoje zdrowie; zaczyna orientować się w zasadach zdrowego żywienia
- dostrzega związek pomiędzy chorobą a leczeniem, poddaje się leczeniu, np. wie, że przyjmowanie lekarstw i zastrzyki są konieczne
- jest sprawne fizycznie lub jest sprawne w miarę możliwości, jeżeli jest dzieckiem sprawnym mniej ruchowo
- uczestniczy w zajęciach ruchowych, w zabawach i grach w ogrodzie przedszkolnym, w parku, na boisku, w sali gimnastycznej.

2. CELE OGÓLNE:

- propagowanie zdrowego stylu życia
- radzenie sobie z nowymi wyzwaniem kulinarnymi
- przestrzegania zasad higieny

3. CELE SZCZEGÓŁOWE:

- zapoznanie dzieci z zasadami zdrowego odżywiania
- nauczenie dzieci podstawowych technik kulinarnych np. siekanie, smażenie
- przedstawienie jak przyrządzić podstawowe potrawy
- nabycie przez dzieci umiejętności odpowiedniego przygotowania składników potrzebnych do sporządzenia potrawy
- zapoznanie dzieci z zasadami bezpieczeństwa w kuchni
- nauczenie i zastosowanie zasad utrzymywania higieny na stanowisku kuchennym, jak i w trakcie samego gotowania
- nabycie przez dzieci nawyku współpracy i wzajemnej pomocy w trakcie realizowania wspólnego celu, jakim jest gotowanie
- estetyka podania do stołu
- wspólna degustacja.

4. TREŚCI PROGRAMOWE, CELE OPERACYJNE, OSOBY ZAANGAŻOWANE I HARMONOGRAM

Treści programowe	Cele operacyjne- dziecko	Osoby zaangażowane
1.Kolorowe kanapki	-wie, że przed przystąpieniem do pracy w kuchni należy umyć ręce	nauczyciele
2.Sałatki owocowe i warzywne	- potrafi przygotować swoje miejsce pracy w potrzebne mu akcesoria	nauczyciele,
3. Pieczenie muffinek i ciast	-samodzielnie ubiera strój kucharski	nauczyciele, kucharka
4.Koktajle owocowe	-wie, że przed spożyciem należy umyć i obrać warzywa	nauczyciele, pielęgniarka
5.Pieczenie chleba	-rozumie konieczność spożywania warzyw dla prawidłowego rozwoju organizmu człowieka	nauczyciele, rodzice
6.Pizza z pieca	-zna zasady bezpiecznego posługiwania się	nauczyciele, goście z pizzerii

7. Szaszłyki owocowe	akcesoriami kuchennymi -potrafi sprawnie posługiwać się urządzeniami kuchennymi tj. mikser, sokowirówka, wałek, nóż plastikowy itp.	nauczyciele
8.Zdrowy kisiel		nauczyciele, rodzice
9. Krówki ciągutki	-sprawnie sieka, kroi, wyrabia ciasto rękoma	wycieczka do fabryki krówek w Milanówku
10.Kolorowe galaretki	-bierze aktywny udział w pracach kuchennych	nauczyciele
11.Sok marchwiowy	-wie, że nieduże ilości cukru spożywane przez ludzi dają im energię do działania	nauczyciele
12.Ciepłe lody		nauczyciele, rodzice
13. Ciasteczka ryżowe	- chętnie spożywa przygotowane przez siebie dania	nauczyciele
14.Ciasto marchewkowe	- wie, że dania i przekąski przygotowane przez siebie samego smakują lepiej i są zdrowsze ponieważ nie zawierają konserwantów i innych sztucznych barwników	nauczyciele, kucharka
15. Wiosenne kanapeczki		nauczyciele, pielęgniarka
16. Soki owocowe i warzywne	-rozpoznaje za pomocą zmysłu smaku niektóre składniki spożywcze	nauczyciele
17. Ciasto bananowe	-pomaga innym w razie potrzeby	nauczyciele, kucharka
18.Sałatka grecka	-dba o estetykę miejsca wykonywanej pracy	nauczyciele
19. Deser owocowy	-przygotowuje stół do wspólnej degustacji przygotowanych potraw	nauczyciele

5. ŚRODKI DYDAKTYCZNE:

- akcesoria kuchenne tj. miska, deska do krojenia, nóż plastikowy, foremki do pieczenia, talerze, półmiski, folia spożywcza, pergamin, mikser, piekarnik, sokowirówka, itp.
- warzywa, owoce
- artykuły spożywcze tj. mąka, mała, jajka, olej itp.
- markery dekoracyjne i posypki spożywcze
- fartuszki i czapki kucharskie.

6. METODY PRACY:

- pogadanka
- instruktaż
- ćwiczenia praktyczne
- zabawy tematyczne
- spotkania
- inne wybrane przez nauczyciela.

7. PRZYKŁADOWE PRZEDSIĘWZIĘCIA:

- wycieczki do: pizzerii, sklepu spożywczego, warzywniaka, biblioteki
- wizyty gości w przedszkolu: pracownicy pizzerii, pielęgniarka, rodzice angażujący się w życie przedszkola i inni
- zajęcia planowane, jeden dzień w tygodniu z gotowaniem i pieczeniem, degustacja
- współpraca z panią kucharką zatrudnioną w przedszkolu
- inne przedsięwzięcia uznane za ważne dla przedszkola, nauczyciela.

8. WSPÓŁPRACA ZE ŚRODOWISKIEM

- Biblioteka Publiczna w Ursusie
- pizzerie: Telepizza, Dominium Pizza
- sklep spożywczy w pobliżu przedszkola
- warzywniak w pobliżu przedszkola.

9. EWALUACJA PROJEKTU:

- ankieta dla rodziców
- zdjęcia z prowadzonych zajęć
- badanie dokumentów przebiegu nauczania (dziennik, sprawozdanie z realizacji projektu).