

INNOWACJA PEDAGOGICZNA

„Co przygotowujemy
to ze smakiem zjemy”

Autorki innowacji:

mgr Katarzyna Majewska

mgr Emilia Witek

Na fali zainteresowania zdrowym stylem życia powstaje coraz więcej inicjatyw promujących zdrowe odżywianie dzieci i młodzieży. Liczne źródła donoszą o wzrastającym problemie nadwagi i otyłości wśród polskiej młodzieży, toteż kampanie społeczne oraz programy różnych partii politycznych starają się wprowadzać zmiany w nawykach żywieniowych tej grupy. Ważne jest, aby przygotować przyszłe pokolenia – obecne przedszkolaki – do racjonalnego odżywiania się i aktywnego stylu życia.

Innowacja „Co przygotowujemy to ze smakiem zjemy” oparta jest na programie własnym „Kuchnia pełna wrażeń” opracowanym przez autorki innowacji. Jest zgodna z Programem Wychowania Przedszkolnego „JA TY MY” Przedszkola Nr 19 w Elblągu opracowanego na podstawie Podstawy Programowej Wychowania Przedszkolnego z dnia 23.12.2008, obowiązującą od 01.09.2009 r. Zajęcia i warsztaty kierowane są do wszystkich dzieci uczęszczających w danym roku szkolnym do przedszkola. Realizowana jest w ramach zajęć edukacyjno-wychowawczych. W zajęciach organizowanych w grupie uczestniczą dzieci młodsze, starsze, a także niepełnosprawne. Cykl jest zaplanowany do realizacji w ciągu całego roku szkolnego i podzielony jest na bloki tematyczne związane z porą roku i dostępnymi produktami.

Zabawa w kuchni sprawia, że dziecko się rozwija. Być może nie zdajemy sobie sprawy z tego, że gotowanie czy mieszanie ma jakikolwiek wpływ na malca. A jednak...

W kuchni dziecko zyskuje sprawność manualną. Dzięki takim czynnościom, jak przesypywanie, wałkowanie, ugniatanie czy wykrawanie, rączki malca nabierają zręczności oraz uczą się precyzji. W realizacji zadań dziecko bardzo często pomaga sobie językiem - ta koordynacja ruchów to naturalny proces rozwoju. Pracując rękoma nasz maluszek, usprawnia język, podniebienie i wargi, co w przyszłości zaowocuje poprawną wymową! W celu ćwiczenia mowy, możemy zaproponować także powtarzanie po nas nazw warzyw, owoców, używanych produktów, urządzeń i czynności oraz trudnych zwrotów takich, jak gałka muszkatołowa czy serek homogenizowany. Podczas zajęć uczy się krojenia, obierania, nakrywania do stołu, planowania pracy, czytania i zapisywania informacji za pomocą symboli. Zajęcia w kuchni mogą przyczyniać się także do poszerzenia wiedzy dziecka .

Warto poświęcić trochę czasu na wytłumaczenie do czego służy mózdzierz oraz na opowieści o ziołach i ich zastosowaniu. Obierając warzywa, warto wspomnieć również o królowej Bonie.

Dziecko kreatywne to dziecko pełne pomysłów, a kuchnia to doskonałe miejsce, by malec stawał się twórczy! Fikuśne kanapki czy kolorowe sałatki na pewno pobudzą wyobraźnię dziecka i skłonią do pomysłowych rozwiązań. Spędzanie czasu z dzieckiem w kuchni to dobra okazja do zapoznania go z tym, co zdrowe. Właściwe nawyki żywieniowe to sukces prawidłowego rozwoju dziecka! W kuchni możemy także wyjaśnić dziecku, jak należy zachowywać się przy stole. Poznanie podstawowych zasad savoir-vivre'u będzie dla przedszkolaka przydatną lekcją, a już na pewno pozwoli mu poczuć się dorosłym!

Droga do samodzielności może wieść także przez kuchnię! Gdy dziecko będzie mogło doprawić zupę przyprawami, rozbijać jajka czy ugniatać ciasto, będzie odczuwało radość z tego, że jest potrzebny, a zarazem odpowiedzialny. Dziecko może osiągać samodzielność również poprzez wykonywanie innych czynności, z którymi mamy do czynienia w kuchni.