

III. mednarodna strokovna konferenca zaposlenih v vzgoji in izobraževanju
„Z lokalno pridelano hrano in gibanjem do zdravega življenjskega sloga“

8. – 10. junij 2020

ZA ZDRAVO ŽIVLJENJE HITRI POLŽKI JEDO TUDI SADJE IN ZELENJAVO

VVZ KEKEC GROSUPLJE

Skupina: Hitri polžki

Starost: 3-4 let

Vzgojiteljica: Simona Rus



Namen projekta: je seznanjanje otrok z raznoliko prehrano in pridobivanje zdravega in raznolikega načina prehranjevanja. Preko leta so otroci vseskozi spoznavali, da jim uživanje različne zdrave hrane, telesne vaje in počitek pomagajo ohranjati zdravje.



Pridobivanje informacij...Anketa za starše, opazovanje otrok po kateri hrani manj posegajo..

ANKETA ZA STARŠE OTROK SKUPINE HITRI POLŽKI NA TEMO : SADJE IN ZELENJAVA

1.a) Ali vaš otrok (po vašem mnenju) je dovolj sadja?

b) Ali vaš otrok poje dovolj
zelenjave?_____

2. S katero zelenjavo sploh nimate težav, da jo vaš otrok
poje?_____

3. S katero zelenjavo imate težave, a si želite, da bi jo vaš otrok
jedel?_____

REZULTATI Najbolj pogosti odgovori:

- 1.a)+ b) Poje dovolj sadja, a premalo zelenjave.
2. Korenje, paradižnik, paprika.
3. Zelena solata.



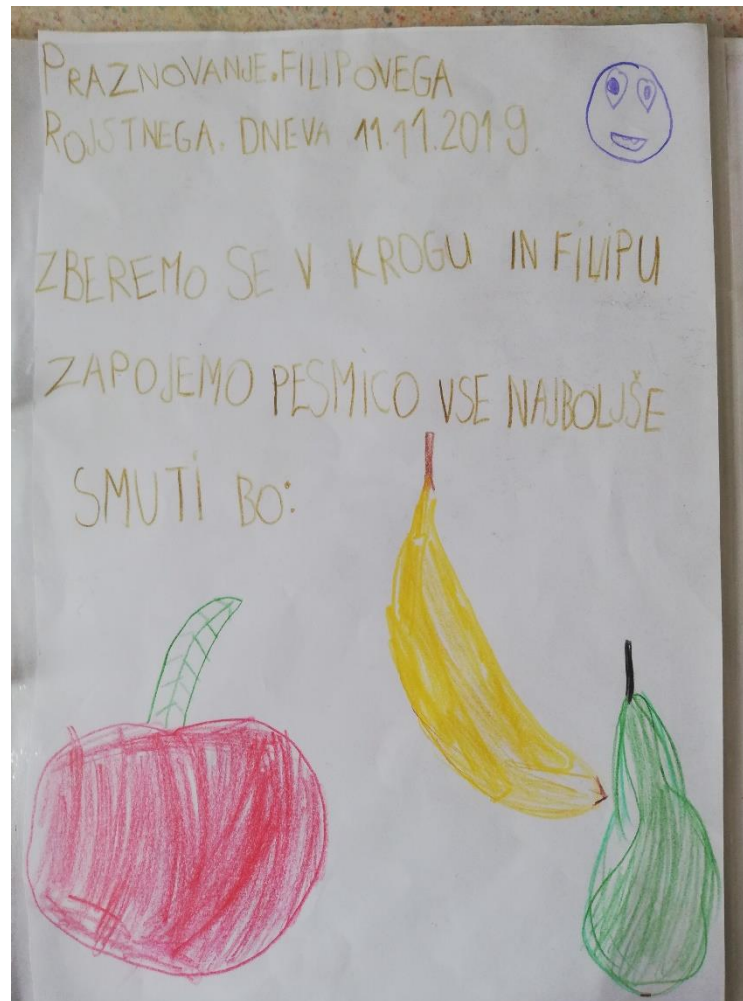
SKRB ZA HIGIENO, UPORABA PREDPASNIKOV IN KAP



DELAVNICA S STARŠI: izdelava predpasnikov



SADNI ROJSTNI DNEVI: izdelava načrta, predstavitev in izvedba po želji otrok





Deklamacija, označevanje okušanja zelenjave



						
	POŠKODOVAN	POŠKODOVAN	POŠKODOVAN	POŠKODOVAN	POŠKODOVAN	POŠKODOVAN
	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.
	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.
	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.
	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.
	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.
	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.
	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.
	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.
	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.
	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.	13.11.



ZDRAVA PREHRANA V POVEZAVI Z LITERATURO

- ▶ - Pehar suhih hrušk (Ivan Cankar); rezanje sadja in zelenjave, sušenje...
- ▶ - Hvaležni medved (koroška pripovedka); rezanje sadja, risanje hrušk, priprava sadne malice...



- Pozor! Cvetača prihaja! (Mojiceja Podgoršek); uživanje surove zelenjave, spoznavanje različne zelenjave z listi, koreninami; kuhanje juhe...







UGOTOVITVE:

- ▶ Večja samostojnost pri jedi, oblikovanje spoštljivega odnosa do hrane;
- ▶ Pridobivanje rutin pri pripravi prostora, pogrinjkov...
- ▶ Okušanje nove hrane, nov okus...
- ▶ Otroci so pridobili nove izkušnje pri pripravi malic;
- ▶ Spoznavanje načinov priprave malic (rezanje, ožemanje, sušenje...);
- ▶ Prepoznavanje sadja in zelenjave, poznavanje okusov;
- ▶ Dober odziv staršev na vse dejavnosti, povratne informacije.