

LOKALNA PREHRANA IN SODELOVANJE Z OKOLICO

S SKUPINO OTROK 1.STAROSTNGA OBDOBJA



JENNY KNEZ CRISTINI

Vrtec LA COCCINELLA Piran



V sklopu projekta Ekošola,
smo v enoti Sečovlje,
vrtca La Coccinella,
skupina Majhne Pikapolonice (1-3 leta starosti),



PRIČELI S CELOLETNIM PROJEKTOM,

**KI TEMELJI NA SPOZNAVANJU LOKALNIH PRIDELKOV, OZAVEŠČANJU ZDRAVE
PREHRANE IN ZDRAVIH PRIGRIZKOV TER PRIPRAVI LE TEH OD SUROVINE DO
KONČNEGA PRODUKTA .**

Kako v 1.starostno obdobje vnesti pomen “zdrava in lokalna prehrana”



- S prispevkom bi rada predstavila, kako lahko otrokom 1. starostnega obdobja, približamo projekt Ekošola-lokalna, zdrava prehrana, ki se ga sicer izvaja v starejših skupinah.
- Pri načrtovanju dejavnosti sem se oprijemala kurikularnih ciljev iz vseh področij,
- pozorna sem bila na kakšen način otrokom podajam znanje, da ohranim njihovo zanimanje in pri tem izhajala iz otrokove aktivne radovednosti.
- Izhajala sem iz pobud otrok

CILJ PROJEKTA:

- razvijati v otroku samostojnost in zanimanje,
- da se seznanjajo s pomembnostjo samooskrbe,
- spoznajo delo na vrtu,
- da spoznajo iz česa kaj in kako nastane



Poleg tega sem želela povezati dejavnosti še s cilji iz ostalih področij.

Matematika: štetje pridelkov, zlaganje po velikosti, razvrščanje, postavitve v vrsto (delanje kačice, gosenice)...

Slovenščina: učenje novih besed in pojmov, pesmi, rime, uganke, pravljice na dano temo,...

Družba: skupno sodelovanje, in sodelovanje z bližnjo okolico,...

Gibanje: gibanje na prostem, med pobiranjem oljk, sprehod do torkle, fina motorika, pinceti pirejem, ročne spretnosti, ravnotežje in previdnost med gredicami, pretaanje iz enega v drug lonček ...

10 priporočil kako in na kakšen način vzbuditi interes otrok (1.3 leta) in skušati ohraniti njihovo koncentracijo?



- 1. **Preko konkretnih primerov in aktivnosti**, ki so zasnovane preko celostnega učenja
- 2. **Prilagojena hitrost govora**, bolj počasna, s pavzami, veliko obrazne mimike, izrazit in barvit ton glasu.
- 3. **Spustiti se na otrokovo višinsko raven**, ga tu pa tam gledati v oči, vsakega otroka posebej (če do „moti“ dejavnost, se ga ne opomni na glas, da se zmoti še ostale, ampak na)
- 4. **Omiliti dodaten hrup** v igralnici ali na prostem (sprehajanje ali drugo delo sodelavke, voda, preglasna glasba,)

10 priporočil kako in na kakšen način vzbuditi interes otrok (1.3 leta) in skušati ohraniti njihovo koncentracijo?



- 5. **vodene aktivnosti prelijejo v impute, ki jih otroci lahko zaznavajo tekom dneva**, saj bo tako otrokom lažje slediti in si zapomniti ker bodo imeli na vsakodnevno na očeh.
(fotografija izvedene aktivnosti, slička ki aktivnost predstavlja, pogovor pred hranjenjem)
- 6. **pripraviti bogato učno okolje**, z veliko konkretnimi pripomočki, da so se jih otroci lahko oprijemali, manipulirali in okušali.
- 7. Pomembno je da otroku **ponudimo res dovolj časa** da izvede dejavnost.

10 priporočil kako in na kakšen način vzbuditi interes otrok (1.3 leta) in skušati ohraniti njihovo koncentracijo?



- 8. Ni dovolj, da naredimo le dobro aktivnost. Večkrat je bolj učinkovito, če ga **naučimo opazovati okolico, vzpodbuditi zanimanje "kaj se pa tam dogaja"** in nato voden preprost pogovor, ki se razvije v dejavnost, ali le kot spontano učenje tekom celega dneva.
- 9. **Dovolimo otroku, da je samostojen (za njegovo starost).** Naš cilj je vedno spodbujati avtonomijo. Zato ne ponudimo velikih grabelj, lopat, ostrih nožev, saj v tem primeru bomo samo mogli uporabljati in narediti namesto otroka »zaradi varnosti«.
- 10. **Naučimo jih »lepote dela/igre«:** naj vrt, sokovnik, nožek s katerimi lupimo sadje, grabljice,.... Dobijo svoje mesto (s sličico, barvami,...) v igralnici ali zunaj, kjer otrok ve, kje jih poiskati. Saj bolj ko bo postajal "njegov" svet... bolj se bo veselil vrnitve vanj.

IZVEDBA PROJEKTA

- opravili smo **vodene pogovore**, večkrat **pogledali razne fotografije**, slikanice in **enostavne otroške dokumentarne filme**
- **Izdelali smo plakate** kjer so otroci ločili zdravo in nezdravo prehrano ter prigrizke, pri tem so bili **malčki ves čas aktivni**.
- Dejavnost sem opravila tako, da **NI BILA STATIČNA**, imeli so možnost se sprehajati po igralnici, vzeti slikico, jo pogledati in prnesti do stene, kjer smo jo skupaj zalepili.
- **-DOLOČENE SLIKE SEM NATISNILA IN ZALEPILA V IGRALNICO NA STENE, TUKAJ SO SE OTROCI SKOZI VES DAN SPONTANO USTAVIL, SI JIH OGLEDOVALI, KREPILI SPOMIN, MORDA POKLICALI PRIJATELJA IN MU POKAZALI SLIKO TER V SPONTANI IGRI PONOVLILI AKTIVNOST.**

AKTIVNOSTI - OD OLJKE DO OLIVNEGA OLJA



Na našem vrtu rastejo 3 olje, ki vsako leto obrodijo sadove

- Otroci so od septembra dalje **OPAZOVALI KAKO OLJKE RASTEJO** in bili neučakani, kdaj jih bomo lahko nabirali
- Pomagali so pri **POSTAVITVI MREŽE**



AKTIVNOSTI - OD OLJKE DO OLIVNEGA OLJA



- Najprej so jih **OBIRALI ROČNO**, da so urili prstne spretnosti in imeli možnost otipavati, vonjati, občutiti stik z rastlino, njeno temperaturo, opaziti kakšne sledove pušča na koži. Med aktivnostjo sem jih vodila in oznanjala čemu naj posvečajo pozornost.
- Nato so se poigrali s **PLASTIČNIMI GRABLJICAMI** in najbolj hrabri tudi z **ELEKTRIČNIMI**.



AKTIVNOSTI - OD OLJKE DO OLIVNEGA OLJA



- Na koncu obiranja smo oljke PRIDNO ROČNO POBRALI IZ MREŽE, LOČILI LISTKE OD SADEŽA IN JIH DALI V ZABOJE



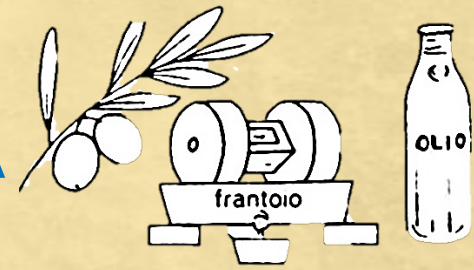
AKTIVNOSTI - OD OLJKE DO OLIVNEGA OLJA



- Nasmeljani obrazi in ponosni sami nase 😊



AKTIVNOSTI - OD OLJKE DO OLIVNEGA OLJA



- Odpravili smo se na SPREHOD do vaške TORKLE, kjer nam je oljar pokazal kako deluje torkla, otroci so lahko pogledali stroje in videli kako je dal oljke v stroj in kako je na drugi strani priteklo ven iztisnjeno olje.



AKTIVNOSTI - OD OLJKE DO OLIVNEGA OLJA

- V vrtcu smo olje **VONJALI** in **OKUŠALI**
- Ga nalili v majhne steklenice, ki so jih družine dobile za novoletne praznike



AKTIVNOSTI - SUŠENJE KAKIJEV



- **OPAZOVALI** smo rast sadeža KAKI
- **OBIRALI** sadež na kmetiji v okolici vrtca
- Nato so lahko tekali med drevjem, ležali na travi in gledali v krošnje in nebo



AKTIVNOSTI - SUŠENJE KAKIJEV



- OTROCI SO POMAGALI PRI PRIPRAVI MIZE
- PREDTAVILA SEM JIM SUŠILNIK IN NAREDILA PREZENACIJO Z ŽE SUHIM KAKIJEM
- IZBRALA SEM DOKAJ MEHKE KAKIJE IN JIH OLUPILA
- OTROCI SO IMELI MOŽNOST REZATI REZINICO PO LASTNI ŽELJI IN ZMOŽNOSTI S TOPIM NOŽKOM
- KOŠČKE SO POSTAVILI V SUŠILNIK,
- KO SO BILI SUHI, SO JIH OKUŠALI
- Dali so jih v vrečke i smo jih podarili družini kot novoletno darilo.



AKTIVNOSTI - KAKIJEV SMOOTI

Ko je kaki dozorel smo pripravili kakijev smooti



- Otroci so **POMAGALI** pri **PRIPRAVI MIZE** in **SESTAVIN**
- Vsak je dobil **SVOJ KAKI IN ŽLIČKO**
- **IZDOLBEL** je mehko sredico, jo **DAL** v skodelico in **ZMEČKAL** z žličko
- Po želji **POSIPAL** kakav v prahu



Otroci so bili navdušeni, saj so lahko sami pripravili svojo malico in kar je zame zelo pomembno, da jim je za to bilo **dano dovolj časa**.

AKTIVNOSTI - PEKA DOMAČEGA KRUHA

V tednu slovenske hrane smo z otroki SPEKLI KRUH.



- Otroci so POMAGALI PRI PRIPRAVI MIZE
- SPOZNALI in SAMI DODAJALI SESTAVINE v zmes



AKTIVNOSTI - PEKA DOMAČEGA KRUHA



- GNETILI TESTO in ga POSTAVILI NA PLADENJ sredi mize pod krpo, da vzhaja.
- Otroci so igrivo kukali pod krpo in OPAZOVAL KAKO NJIHOV HLEBČEK »RASTE«.
- POSTAVILI SO KRUH NA PEKAČ,
- odšli do kuhinje kjer so videli pečico.



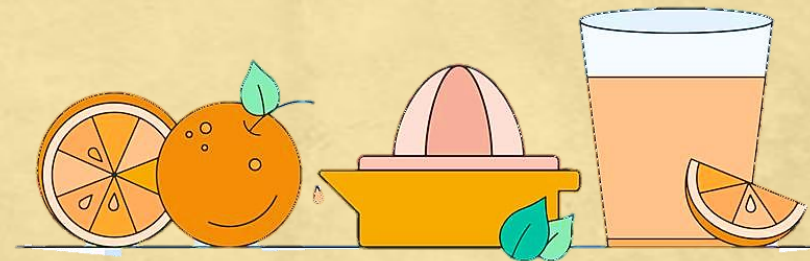
AKTIVNOSTI - PEKA DOMAČEGA KRUHA



- Naslednji dan ob tradicionalnem slovenskem zajtrku, so otroci okusili svoje hlebčke in preostalo odnesli v vrečki domov.



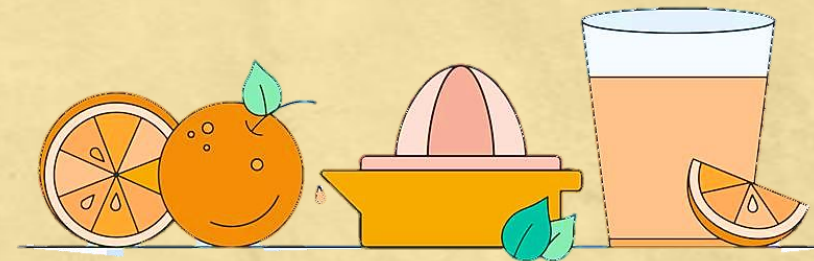
AKTIVNOSTI - DOMAČ POMARANČNI SOK



- Otroci so **POMAGALI PRIPRAVITI MIZO**.
- Vsak otrok je dobil mandarino in **URIL PRSTNE SPRETNOSTI** tako, da jo je **OLUPIL**, rezinice pa okusil in ugotovil, da iz njih pricurlja tekočina.



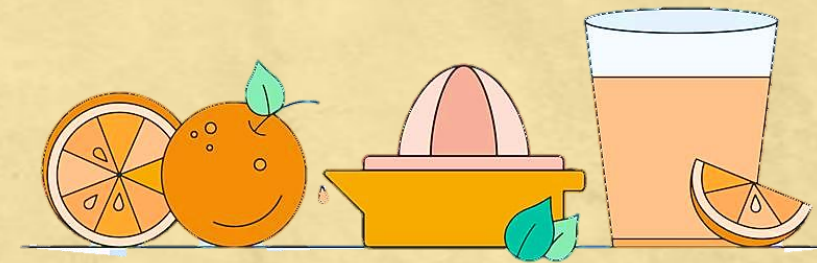
AKTIVNOSTI - DOMAČ POMARANČNI SOK



- Pomaranče sem zrezala na polovico in položila pred otroka.
- Otroci so se zvrstili in imeli možnost **PRITISNITI POLOVICO SADEŽA NA OŽEMALNIK**,
- pomagala sem jim če je bilo potrebno bolj močno pritisniti. Kdor se je bal položiti sam pomarančo, sem najprej jaz položila roko in otrok je svojo roko dal na mojo.



AKTIVNOSTI - DOMAČ POMARANČNI SOK



- Ostali so **OPAZOVALI KAKO IZ SOKOVNIKA PRICURLJA ORANŽEN POMARANČNI SOK.**
- Prelila sem ga v manjši vrč in otroci so si **SAMI NATOČILI** in z zanimanjem vse popili.



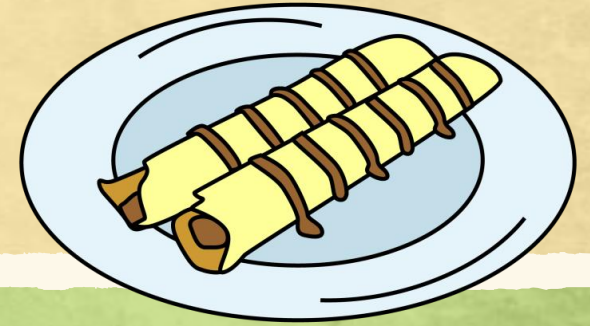
AKTIVNOSTI - PRIPRAVA SADNIH in ZELENJAVNIH SMOOTIJEV ter SADNE MALICE



- Skozi vso leto, ko se nam v igralnici nabere dovolj sadja, ga z otroki spremenimo v sadne smootije. Otroci pomagajo nasekljati koščke sadja in vse vstavijo v blender. Okusne smootije popijejo ali pojedjo z žličko.



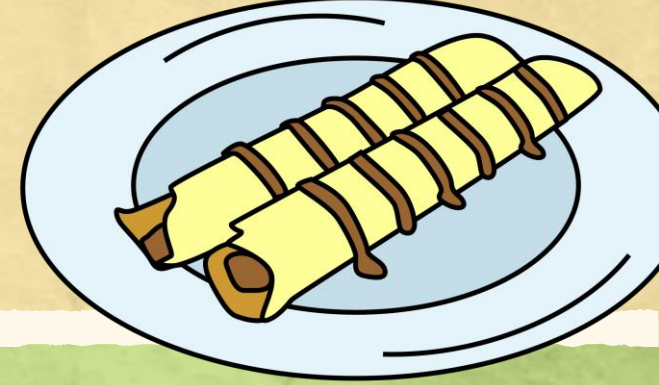
AKTIVNOSTI - PRIPRAVA DOMAČIH PALAČINK



- Otroci so **SPOZNALI**, katere sestavine in orodja potrebujemo za peko palačink
- **OPAZOVALI** in **POMAGALI** so **DODAJATI SESTAVINE**



AKTIVNOSTI - PRIPRAVA DOMAČIH PALAČINK



- **POKUKALI** v kuhinjo, kjer so se palačinke pekle
- **OKUŠALI** palačinke z različnimi nadevi



- Za vsako aktivnost **SMO IZDELALI PLAKAT S SLIKAMI**, katerega smo izobesili ali v igralnico v garderobo.

NA TAK NAČIN LAHKO OTROK PODOŽIVI IN PODKREPI SVOJE IZKUŠNJE IN SE SPOMINJA AKTIVNOSTI TER POKAŽE STARŠEM, KAJ JE POČEL



ZAKLJUČNE MISLI

- Opravljene dejavnosti so potekale sproščeno, kjer so otroci krepili svoje izkušnje. Motivacija za dejavnosti in osvajanje novih veščin je bila velika. Bili so pobudniki pri izvedbi različnih dejavnosti in iz tega je projekt pridobil na aktivnem sodelovanju,
- Vlaganje našega truda v take aktivnosti presega posameznika, saj prispeva k javnemu zdravju in ozaveščanju bodočih generacij, da se od malih nog soočajo z dejstvom, da lahko sami pridelajo in predelajo hrano na prijeten in spontan način.





HVALA ZA VAŠO POZORNOST 😊

