



Osnovna šola Vransko-Tabor
Vransko 23, 3305 Vransko



Kuharski mojstri v reciklirani kuhinji!

Nina Mak Lopan, dipl. vzg., Osnovna šola Vransko -Tabor, OE Vrtec Tabor
Kostanjevica na Krki, 31. maj 2025

Predstavitev vrtca Tabor

- vrtec na vasi med Ljubljano in Mariborom,
- vrtec spada pod OŠ Vransko-Tabor,
- EKO vrtec (spodbuja in ozavešča trajnostni razvoj),
- API vrtec (Apipedagogika povezuje otroka z naravo preko doživetij, ki temeljijo na življenju čebel - spodbuja celostni razvoj, občutek varnosti, skupnosti, hvaležnosti),
- 8 oddelkov,
 - otroška igra poteka v prostorih vrtca, na igrišču s koriščenjem travnika, gozda in potokov v neposredni okolici vrtca,
- obdani smo s hribi (Krvavica in Čemšeniška planina),
- sodelovanje z občino Tabor, različnimi društvi v kraju in s kmetijami v okolici ...



Predstavitev skupine

- 24 otrok predšolskega oddelka,
- vizija oddelka: kulinarčna doživetja v sodelovanju z okoljem,
- raziskovanje okolice,
- skrb za živali in naravo,
- izkustveno učenje za življenje skozi igro ...



Opažanja

- ▶ Na začetku šolskega leta: slabše prehranjevalne navade med otroki, slabo okušanje/preizkušanje različnih jedi in posledično izbirčnost pri hrani.
- ▶ V skrbi pri vsakodnevnem raznolikem prehranjevanju sva se v timu s sodelavko lotili projekta Kulinarika.
- ▶ Ob rokovanju s hrano in njeni pripravi, otroci jed z veseljem poskusijo in jo zaužijejo. Otroci jedo z očmi. Hrana, ki ni tako privlačna na oko, je izbrana redkeje.
- ▶ Razmislek, kako v projekt vključiti otroke, jih spodbuditi za samo pripravo hrane - predvsem reciklirano predelavo hrane, sestavine, ki pri obroku ostanejo. Nato pripraviti drugo, novo jed, privlačno tudi za oči. Otroci pa jo na koncu priprave tudi z veseljem poskusijo in pojejo.

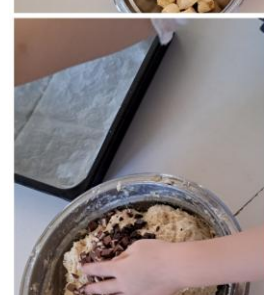


Cilji trajnostnega razvoja v reciklirani kuhinji

- ▶ Zmanjšati in preprečiti nastajanje zavržene hrane.
- ▶ Spodbuditi otroke k razmišljanju, kako porabiti ostanke hrane, ki je lahko še uporabna ter spodbujanje k ponovni uporabi.
- ▶ Otroke seznaniti z različnimi recepti reciklirane kuhinje.
- ▶ Otroke ozaveščati o zavrženi hrani.
- ▶ Sodelovanje z lokalnimi kmetijami, kjer otroci spoznajo izvor hrane.

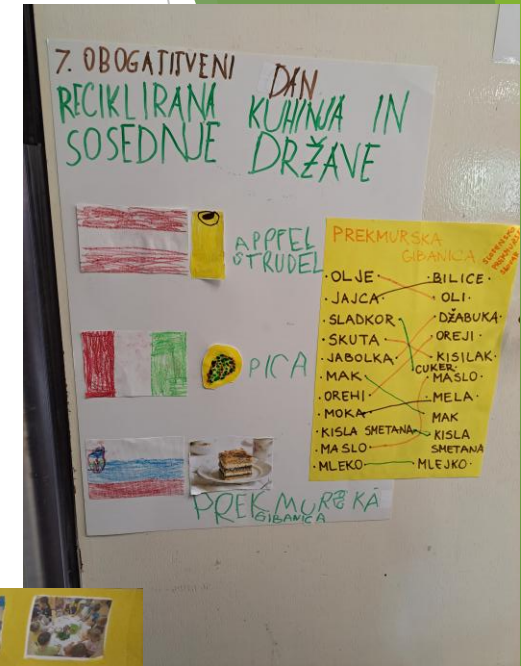
Načrt dela

- ▶ Načrtno in ustrezno shranjevanje hrane, ki je pri obrokih ostala in ki smo jo lahko porabili v naslednjih dneh.
- ▶ Načrtovani projekt oddelka - Kulinarika, se v celoti prekriva s prednostnima področjema vrtca, ki ju zasledujemo skozi leto - multikulturnost in matematika.
- ▶ Z otroki smo se lotili ustvarjanja receptov. Shranjevanje hrane v dneh, ko je le ta ostala. Primerna shramba ter ponovna uporaba. Dodali smo nekaj sestavin in nastale so okusne, preproste jedi, ki so jih otroci sami pripravili in na koncu tudi z veseljem pojedli.
- ▶ Priprava osmih različnih receptov (popečeni kruhki z zelenjavo, sadno-mlečni smuti, puding, ježeve kroglice, krhki rogljički, bananine kroglice, jabolčni štrudelj in prekmurska gibanica).
- ▶ Uspešno sodelovanje, vključevanje in razmišljanje otrok.
- ▶ Ko smo jed končali, so otroci spet komaj čakali naslednje kuharije.



Vključevanje otrok in izvedba

- ▶ Glavni namen dejavnosti je bil spodbuditi otroke, da postanejo aktivni udeleženci v prehranskem procesu - od priprave do okušanja novih jedi.
- ▶ Spodbujanje otrok k spremljanju, katera hrana ostaja in skupaj smo razmišljali, kako bi jo lahko ponovno uporabili.
- ▶ S timovko v oddelku sva otrokom predstavili preproste recepte in skupaj smo iz uporabnih ostankov hrane ter nekaj dodatkov iz obstoječe shrambe, oblikovali nove jedi. S tem smo se izognili zavržkom, otrokom pa smo približali, kako lahko ustvarijo nove obroke.
- ▶ Predpasnik, deska in različni pripomočki - obvezna oprema. Rezanje, strganje, mešanje, trenje, odpiranje, dodajanje in okušanje je na koncu vodilo k uspehu. Recikliranje hrane je postal užitek.
- ▶ Iz radovednosti se je rodila ustvarjalnost.
- ▶ Vsak nov recept je bil kulinarčno doživetje.



Sodelovanje z okoljem

- projekt povezan z obiskom lokalnih kmetij (otroci so spoznali izvor hrane in pomen lokalne pridelave. Stik s proizvajalci hrane je okrepil zavedanje o vrednosti hrane in trudu, ki je potreben za njen nastanek. Hkrati pa smo druženje preživeli na svežem zraku in bili gibalno aktivni.
- kmetija Lukman (sosed vrtca, ogled konjev, spoznavanje ljudskih običajev - ličkanje koruze);
- kmetija Ramšak - mlečna proizvodnja;
- kmetija Sirše - zimske radosti;
- kmetija Pavšar - izletniška točka z razgledom ...



Kulinarika v povezavi z vsemi področji kurikuluma



Zaključek

- ▶ Zadnja leta vedno pogosteje opažam, da ni pomembno kaj si, ampak kdo si do ljudi - do živali in okolja, ki nas obdaja.
- ▶ Želim si trajnostno naravnane družbe, ki bo razmišljala o dobrobiti za prihodnost nas samih, naših otrok in vseh živih bitij.
- ▶ Za dobro počutje in doprinos okolju, smo zadolženi sami.

