**INNOWACJA PEDAGOGICZNA**

******

***Program edukacji kulinarnej dla przedszkolaków***

Prawidłowe żywienie ma ogromny wpływ na zdrowie i rozwój dziecka w wieku przedszkolnym, którego organizm intensywnie się rozwija. Jakość jedzenia i jego rodzaj oraz prawidłowe nawyki żywieniowe są podstawą w zapobieganiu chorobom cywilizacyjnym m.in. otyłości u dzieci. Przyzwyczajenia żywieniowe ulegają obecnie szybkim zmianom i są to, niestety zmiany w złym kierunku. Dlatego konieczne jest podejmowanie działań na rzecz korygowania przyzwyczajeń i kształtowania właściwych nawyków żywieniowych przedszkolaków. Nie jest to zadanie łatwe, ale możliwe poprzez realizację programu edukacji kulinarnej „Mały kucharz”. Program ten wzbogaca ofertę edukacyjną przedszkola. Łączy treści edukacyjne z różnych obszarów podstawy programowej i uwzględnia treści wykraczające poza podstawę programową. Program promuje aktywne metody nauczania i wychowania. Wprowadza korzystne zmiany w procesie budowania jakości pracy przedszkola, a także angażuje i integruje społeczność przedszkola. „Mały kucharz” to dla przedszkolaków zabawa i wielka przygoda, których efektem będą właściwe nawyki żywieniowe.

**Cele programu:**

1. Stwarzanie dziecku możliwości do działania kulinarnego

2. Wdrażanie podstaw racjonalnego odżywiania i higieny przyrządzania posiłków

3. Czerpanie radości ze wspólnego przygotowywania posiłków

4. Zdobywanie nowych doświadczeń za pomocą zmysłu smaku, zapachu i dotyku

5. Kształcenie wyobraźni twórczej, pomysłowości, płynności ruchów

6. Rozwijanie poczucia kompozycji kolorystycznej, wrażliwości i piękna

7. Rozwijanie umiejętności korzystania z książek kucharskich

8. Zapoznanie z różnymi naczyniami i przyborami kuchennymi

9. Rozwijanie samodzielności i umiejętności samoobsługowych

10. Wdrażanie zasad kulturalnego zachowania się przy stole

Program będzie realizowany od października 2013 roku do czerwca 2014 roku w grupach 4,5 i 6 latków. Zajęcia odbywać się będą w każdej grupie raz w miesiącu po godzinie 1400.

W zajęciach kulinarnych uczestniczyć będą dzieci chętne (na zasadzie dobrowolności) pod kierunkiem nauczyciela swojej grupy. Podczas spotkań przedszkolaki wykonywać będą różnorodne dania pod nadzorem i z pomocą nauczyciela.

**Działania  kulinarne:**

1. Sałatki

2. Surówki

3. Soki i kompoty

4. Kolorowe kanapki

5. Pasty

6. Desery

7. Przystawki

7. Słodkie wypieki – ciasta, ciasteczka, pierniki, mazurki, drożdżowe bułeczki

9. Zapiekanki

10.Kulinarne fantazje

Zajęcia składać się będą z trzech części:

1.Wstepna-przedstawienie tematu zajęć, poznanie produktów, objaśnienie sposobu wykonania zadania.

2.Działania dzieci pod nadzorem nauczyciela i przy jego pomocy.

3.Degustacja przygotowanego dania i porządkowanie sali.

Udział w zajęciach  pozwoli dzieciom rozwinąć zainteresowania kulinarne, nauczy organizacji pracy w kuchni, zdrowego odżywiania oraz  zachowania higieny  podczas przyrządzania posiłków, Zdobyte umiejętności będą mogły wykorzystać w życiu codziennym.

                                                                                                                                                Joanna Onichimiuk

**HARMONOGRAM  DZIAŁAŃ W RAMACH REALIZACJI PROGRAMU EDUKACJI KULINARNEJ DLA PRZEDSZKOLAKÓW „MAŁY KUCHARZ”**

**W ROKU SZKOLNYM 2013/2014**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  **Lp** | **Termin realizacji** | **Grupa** | **Temat zajęć** | **Osoba odpowiedzialna** |
| 1. | **Październik** | 14.10.2013 | II | „Sałatka warzywna” | Bożena Dąbrowska |
| 2. | 15.10.2013 | VI | „Owocowe koreczki” | Anna Brejnak |
|    3. | 16.10.2013 | VIII | „Zdrowa, kolorowa sałatka warzywna” | Elżbieta Gregorczuk |
| 4. | 16.10.2013 | VII | „Owocowy deser” | Katarzyna Piszczatowska |
| 5. | 17.10.2013 | IV | „Owocowe szaszłyki” | Urszula Płońska |
| 6. | 18.10.2013 | III | „Sałatka owocowa z naszych sadów” | Urszula Witkowska |
| 7. | **Listopad** | 18.11.2013 | II | „Sok z marchwi i jabłek” | Urszula Orłowska |
| 8. | 19.11.2013 | VI | „Owocowe szaszłyki” | Beata Perkowska |
| 9. | 20.11.2013 | VII | „Surówka z warzyw” | Hanna Dąbrowska |
| 10. | 21.11.2013 | IV | „Pyszna sałatka” | Wiesława Kubajewska |
| 11. | 21.11.2013 | III | „Sałatka jarzynowa” – przygotowanie sałatki z warzyw gotowanych | Urszula Witkowska |
| 12. | 22.11.2013 | VIII | „Napój bananowy z cynamonową nutką” – zabawy kulinarne | Bożena Domanowska |
| 13. | **Grudzień** | 09.12.2013 | II | „Choinkowe ciasteczka” | Bożena Dąbrowska |
| 14. | 10.12.2013 | VI | „Kutia” | Anna Brejnak |
| 15. | 11.12.2013 | VIII | Świąteczne pierniczki” – zabawy kulinarne | Elżbieta Gregorczuk |
| 16. | 11.12.2013 | VII | „Owsiane ciasteczka z wisienką” | Katarzyna Piszczatowska |
| 17. | 12.12.2013 | IV | Choinkowe pierniczki i   ciasteczka”  | Urszula Płońska |
| 18. | 13.12.2013 | III | „Świąteczne pierniczki” – pieczenie ciasteczek | Urszula Witkowska |
| 19. | **Styczeń** | 13.01.2014 | II | „Wafelki na Dzień Babci i dziadka” | Urszula Orłowska |
| 20. | 14.01.2014 | VI | „Naleśniki z bananami” | Beata Perkowska |
| 21. | 15.01.2014 | VII | „Sałatka  jarzynowa” | Hanna Dąbrowska |
| 22. | 16.01.2014 | IV | „Gofry z bitą śmietaną i owocami” | Wiesława Kubajewska |
| 23. | 16.01.2014 | III | „Słodkie i zdrowe przysmaki” **–**wykonywanie deseru z galaretek i owoców | Urszula Witkowska |
| 24. | 17.01.2014 | VIII | „Kolorowe kanapki” – wykonanie pasty z kiełkami  | Bożena Domanowska |
| 25. | **Luty** | 10.02.2013 | II | „Sałatka owocowa” | Bożena Dąbrowska |
| 26. | 11.02.2013 | VI | „Sok jabłkowo - marchewkowy” | Anna Brejnak |
| 27. | 12.02.2014 | VIII | „Kolorowa mini pizza” – samodzielne przygotowanie pizzy | Elżbieta Gregorczuk |
| 28. | 12.02.2014 | VII | „Kolorowe koreczki” | Katarzyna Piszczatowska |
| 29. | 13.02.2014 | IV | Zimowa sałatka jarzynowa”  | Urszula Płońska |
| 30. | 14.02.2014 | III | „Owocowy zwierz” **–**tworzenie i spożywanie kompozycji z owoców egzotycznych | Urszula Witkowska |
| 31. | **Marzec** | 10.03.2014 | II | „Wesołe kanapki” | Urszula Orłowska |
| 32. | 11.03.2014 | VI | „Mysia sałatka” | Beata Perkowska |
| 33. | 12.03.2014 | VII | „Parówkowe potworki” | Hanna Dąbrowska |
| 34. | 13.03.2014 | IV | “Parówki pod kołderką” | Wiesława Kubajewska |
| 35. | 13.03.2014 | III | „Kanapkowe buźki” – przygotowanie kanapek z nowalijkami | Urszula Witkowska |
| 36. | 14.03.2014 | VIII | **„**Pasty nie do butów” – przygotowanie kanapek z nowalijek i białego sera | Bożena Domanowska |
| 37. | **Kwiecień** | 07.04.2014 | II | „Figurki z jajek” | Bożena Dąbrowska |
| 38. | 08.04.2014 | VI | „Wiosenna sałatka” | Anna Brejnak |
| 39. | 09.04.2014 | VIII | „Zwierzaki – cudaki z jajek” – zabawy kulinarne | Elżbieta Gregorczuk |
| 40. | 09.04.2014 | VII | „Kanapkowe buźki” | Katarzyna Piszczatowska |
| 41. | 10.04.2014 | IV | Wiosenne kanapki” | Urszula Płońska |
| 42. | 11.04.2014 | III | „Mazurek wielkanocny” | Urszula Witkowska |
| 43. | **Maj** | 12.05.2014 | II | „Sałatka wiosenna” | Urszula Orłowska |
| 44. | 13.05.2014 | VI | „Wesołe kanapki” | Beata Perkowska |
| 45. | 14.05.2014 | VII | „Domki z herbatników” | Hanna Dąbrowska |
| 46. | 15.05.2014 | IV | „Sałatka z pieczarkami” | Wiesława Kubajewska |
| 47. | 15.05.2014 | III | „Owocowe szaszłyki” – zdrowy deser | Urszula Witkowska |
| 48. | 16.05.2014 | VIII | „Siłotwórcze muesli” – wykonanie sałatki owocowej | Bożena Domanowska |
| 49. | **Czerwiec** | 09.06.2014 | II | „Owsiane cukierki” | Bożena Dąbrowska |
| 50. | 10.06.2014 | VI | „Truskawkowy mus” | Anna Brejnak |
| 51. | 11.06.2014 | VIII | „Ordery dla zasłużonych” – wykonanie deseruz herbatników i nu- telli | Elżbieta Gregorczuk |
| 52. | 11.06.2014 | VII | „Owocowe szaszłyki” | Katarzyna Piszczatowska |
| 53. | 12.06.2014 | IV | Owocowy koktajl” | Urszula Płońska |
| 54. | 13.06.2014 | III | „Kolorowe kanapki” – przygotowanie kanapek z dodatkiem kolorowych warzyw | Urszula Witkowska |