

# Aktualności

14.10.2024 17:06

Projekt promujący zdrowe nawyki żywieniowe WITAMINKI to innowacja o charakterze prozdrowotnym. Jej zadaniem jest poznawanie, odkrywanie, badanie, smakowanie. Dzieci poprzez udział w różnych aktywnościach oswoją się z wyglądem, zapachem i smakiem warzyw, poznają bliżej walory smakowe zdrowych produktów żywnościowych, uczą się zasad racjonalnego odżywiania.

Innowacja WITAMINKI przeznaczona jest dla dzieci w wieku przedszkolnym. Realizacja zadań rozpoczęła się we wrześniu 2024 r. i potrwa do czerwca 2025 r. W realizację poszczególnych zadań zamierzamy włączyć dzieci, rodziców i pracowników przedszkola. Na czym polega nowatorstwo innowacji? Realizacja innowacji pozwoli dzieciom uczestniczyć w zajęciach opartych o nieszablonowe metody zdobywania wiedzy na temat zdrowego odżywiania z wykorzystaniem pedagogiki zabawy.

## Cel główny innowacji

- kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych

## Cele szczegółowe

- zachęcanie do spożywania zróżnicowanych potraw, bogatych w warzywa;
- stwarzanie okazji do poznawania nowych smaków;
- oswojanie z wyglądem warzyw i zapoznanie z ich wartościami odżywczymi;

- wdrażanie do samodzielnego komponowania posiłków i robienia prostych potraw;
- poszerzanie wiedzy na temat zdrowego odżywiania;
- rozwijanie umiejętności poznawania i obserwowania otaczającego środowiska;
- rozbudzanie zainteresowań przyrodniczych;
- wykorzystanie naturalnej ciekawości świata dzieci dla rozwijania zainteresowań;
- stwarzanie okazji do kreatywnego myślenia;
- rozbudzanie potrzeby aktywnego wypoczynku;
- zachęcanie do aktywności ruchowej.

W ramach innowacji pedagogicznej we wrześniu w naszym oddziale przedszkolnym poznawaliśmy ogórka Olka. Dzieci smakowały ogórka świeżego, kiszzonego, konserwowego a także miały okazję spróbować sałatki obiadowej w której królował ogórek. Śpiewały piosenkę „Ogórek zielony ma garniturek” i tańczyły do słów piosenki. Malowały ogórki za pomocą farb

Najciekawszym punktem zajęć było wspólne kiszenie ogórków. Dzieci pomogły w przygotowaniu ogórków, czosnku, korzeni chrzanu, kopru i przypraw. Każde dziecko samodzielnie wkładało ogórki i dodatki do słoika i obserwowało jak zalewać je solanką. Po zakończeniu pani omówiła z przedszkolakami proces fermentacji i co się dzieje z ogórkami podczas kiszenia. Następnie dzieci obserwowały zmiany przez kilka dni. Po kilku dniach kiszenia dzieci próbowały ogórków które ukisiły.

Takie zajęcia nie tylko rozweseliły dzieci ale miały ogromny walor edukacyjny związany z poznawaniem nowych smaków i procesów.

**GALERIA**

