



Erasmus+

ERASMUS+ CSEPP, családdal együtt példával program

PLÁN ČINNOSTI

Téma: SVETOVÝ DEŇ VÝŽIVY

Aktivity: NA ZDRAVIE

OCHUTNÁVKA JEDÁL

Miesto realizácie:

Materská škola s vyučovacím jazykom maďarským v Košiciach

Dátum: 17.09.2017

Zodpovední za organizáciu ochutnávky jedál:

Katarína Harangozóová

Zuzana Fajferová

Katarína Ujváriová

Ilona Szegedyová



Erasmus+

ERASMUS+ CSEPP, családdal együtt példával program

SPRÁVA

Ciel' činnosti:

- Uvedomiť si význam uplatňovania zdravého životného štýlu a utvárať základné poznatky o ňom.
- V spolupráci s rodičmi viesť deti k tomu, aby boli schopné konzumácie aj menej známych potravín, ktoré sú pre ne výživné a zabezpečujú pre ich organizmus množstvo vitamínov.
- Ponúknuť deťom zážitkové aktivity.
- Prehlbovať partnerskú spoluprácu rodiny a materskej školy.

Plnenie úloh:

- Ochutnávať
- Prehlbovať spoluprácu medzi rodinou a materskou školou formou výchovy k zdravému životnému štýlu a vytváraním správnych stravovacích návykov.
- Poznať zdravé a nezdravé potraviny, ich pozitívne alebo negatívne účinky pre človeka.
- Rozvíjať chuťové zmysly, schopnosť vnímať chuť potravín.
- Celkovo vnímať chuť jedla, rozlíšiť z akých surovín sú vyrobené.
- Rozvíjať vyjadrovacie schopnosti detí, ich verbálne zručnosti pri tvorbe viet.

Metódy: Rozhovor

Organizácia: Zabezpečenie vhodných podmienok, príprava potrebného material pre plynulý priebeh aktivít: spájanie stolov, stolovanie...

Pomôcky: Obrázky, podnosy, tanieri, príbor.

Doplňkové activity: Hra na obchod, tržnicu – rolové hry.

Hádanky, riekanky o ovocí a zelenine.



Erasmus+

ERASMUS+ CSEPP, családdal együtt példával program

REALIZÁCIA

NA ZDRAVIE

Predchádzajúce aktivity:

Spoločne sme krájali a konzumovali ovocie.

Deti si rozšírili svoje poznatky o zdravých potravinách.

Rozprávali sme sa o zdravých stravovacích návykoch, o význame pohybu pre zdravie a dodržiavania správnych hygienických návykov.

OCHUTNÁVKA

Pani kuchárky pripravili ochutnávku zdravých jedál formou rôznych pomazánok (zo zeleniny, z mäsa, z rýb a vajíčok) a zdravých koláčov (orechové, tvarohové).

Reflexia:

Prípravou ochutnávky zdravých jedál pani kuchárky predstavili rodičom repertoár niekoľkých jedál, ktoré každodenne pripravujú pre ich deti.

Projekt OCHUTNÁVKA mal v kruhu rodičov aj ich detí veľký úspech, všetky dobroty sa zjedli.

V príjemnej atmosfére sme sa dohodli, že recepty týchto chutných jedál zverejníme na nástenke pre rodičov.

Správu napísala: Erika Szegedyová

V Košiciach 07.11.2017