

INNOWACJA PEDAGOGICZNA PROGRAMOWO - METODYCZNA

w Szkole Podstawowej nr 15 im. Polskich Olimpijczyków

w Koninie

**"RONDELKOLANDIA CZYLI AKADEMIA
KULINARNA"**



Opracowała mgr Katarzyna Wanke

I. WSTĘP

Zajęcia kulinarne są doskonałym źródłem wiedzy dla uczniów. Nasze jedzenie bowiem, zawiera wiele informacji o świecie w którym żyjemy, jest przecież jego częścią. Ze względu na wielorakie doznania zmysłowe zajęcia w kuchni są sposobnością do poznawania otoczenia i integracji zmysłów w naturalnych, niewymuszonych sytuacjach. Dzieci często zadają pytania o rozmaite zjawiska i ich przyczyny np. Dlaczego woda paruje? Co się stało z cukrem w herbacie? Jak się piecze chleb? Dlaczego ciasto rośnie? A najlepszym sposobem poznawania świata jest nauka poprzez własne doświadczenie, czyli odkrywanie świata. Młodsze dzieci chętnie uczestniczą w zajęciach praktycznych, uważają takie zajęcia za bardzo atrakcyjne i potrzebne, chętnie przecież podpatrują co się dzieje w kuchni. Lubią pomagać rodzicom i dziadkom podczas przygotowywania posiłków. Podpatrując zainteresowanie swoich uczniów i ich zaangażowanie na zajęciach kulinarnych, które prowadziłam okazjonalnie w klasie I i II w cyklu podręcznikowym "Rondelkolandia" opracowałam program innowacji pedagogicznej pod tytułem "Rondelkolandia czyli Akademia Kulinarna"

Przygotowywanie posiłków jest działaniem zintegrowanym, obejmującym między innymi czynności manualne, wrażenia zmysłowe, ćwiczenia w czytaniu, planowanie i wymowę. Uczniowie chętnie nazywają swoje czynności w trakcie takich zajęć. Poza tym konsumpcja przygotowanych przez dzieci potraw jest doskonałą okazją do spożywania ich w dobrej atmosferze. Dotyczy to odpowiedniego podania, nakrywania do stołu i kulturalnego spożywania przygotowanych posiłków, poznawania zasad dobrych obyczajów, utrwalanie nawyku kulturalnego zachowania się przy stole.

Najwspanialszym momentem dla uczniów, zwieńczeniem zajęć jest radość i satysfakcja ze wspólnie przyrządzonych potraw czyli poczęstunku - efektu własnej pracy. Nie ulega wątpliwości, iż zainteresowania kulinarne mają duże znaczenie dla rozwoju dziecka w wieku wczesnoszkolnym, chociażby ze względu na ich aspekt poznawczy i zabarwienie emocjonalne, mają wpływ na zachowanie. Uczą zasad zdrowego odżywiania i dokonywania właściwych wyborów w codziennej diecie, co przy obecnych problemach żywieniowych dzieci jest ważnym zagadnieniem w pracy wychowawczej.

II. OGÓLNE ZAŁOŻENIA

Głównym założeniem programu tej innowacji jest rozwijanie zainteresowań kulinarnych uczniów poprzez naukę przyrządzania prostych posiłków oraz eksperymentowanie w kuchni.

Uczestnikami programu będą uczniowie klasy trzeciej edukacji wczesnoszkolnej.

Miejsce realizacji : Szkoła Podstawowa nr 15 im. Polskich Olimpijczyków w Koninie

Termin realizacji: 15.09.2015 – 24.06.2016

Forma zajęć innowacyjnych : nieobowiązkowe zajęcia pozalekcyjne dwa razy w miesiącu w bloku dwugodzinnym w ramach zajęć z Karty Nauczyciela

III. CELE PROGRAMU

cele ogólne

- zainteresowanie uczniów przyrządzaniem prostych posiłków jako umiejętnością pożytecznie wykonywaną w życiu codziennym, która z czasem może przerodzić się w interesujące hobby.
- wdrażanie nawyku zdrowego odżywiania się jako forma przeciwdziałania otyłości
- zagospodarowanie wolnego czasu uczniów

cele szczegółowe

- czytanie ze zrozumieniem przepisów kulinarnych
- samodzielne przygotowywanie listy zakupów
- wspólne zakupy z rodzicami
- przygotowanie stanowiska pracy
- bezpieczeństwo i higiena podczas pracy- ustalenie zasad
- zaznajomienie z podstawowym sprzętem kuchennym: naczynia, garnki i sprzętem AGD oraz warunkami bezpiecznego ich używania
- opanowanie przez dziecko prostych sprawności motorycznych- manualnych jak np. własnoręczne nalewanie wody do naczynia, trzymanie sztućców, obieranie warzyw, krojenie, tarcie, szatkowanie, miksowanie produktów, smarowanie, wałkowanie, rozdrabnianie, wykrawanie, mieszanie składników
- wykonywanie prostych przepisów kulinarnych
- nauka przyrządzania zdrowych posiłków dla siebie i bliskich,
- nauka estetycznego i prawidłowego nakrywania stołu, dekorowania
- eksperymentowanie czyli tworzenie własnych przepisów
- wartości odżywcze warzyw, owoców, znaczenie mleka, przetworów i ich wartości odżywczych dla młodego organizmu
- racjonalne odżywianie
- współdziałanie, współpraca podczas zajęć
- kulturalne spożywanie posiłków-savoir-viv

IV. TREŚCI PROGRAMU

| Blok tematyczny | Treści szczegółowe | Przewidywane osiągnięcia/sposoby realizacji |
|---|---|--|
| 1. Bezpieczeństwo i higiena pracy podczas przyrządzania potraw. | Ustalenie i zapisanie zasad bhp obowiązujących na zajęciach kulinarnych. Współdziałanie, współpraca podczas zajęć | Zasady w formie plakatu lub kodeksu; fartuszki, czapki kucharskie podczas zajęć, demonstrowanie bezpiecznego używania noża i sprzętów AGD |
| 2. Przepis kulinarny | Ćwiczenia artykulacyjne- czytanie głośne; Czytanie ze zrozumieniem treści; Tworzenie własnych przepisów kulinarnych-eksperymentowanie | Ustalanie listy potrzebnych produktów i przyborów, wspólne zakupy z rodzicami, przygotowanie stanowiska pracy, |
| 3. Przyrządzanie posiłków | Nauka przyrządzania potrawy wg kolejności zawartej w przepisie, | Samodzielne lub przy pomocy n-ela nalewanie wody do naczynia, trzymanie sztućców, obieranie warzyw, krojenie, tarcie, szatkowanie, miksowanie produktów, smarowanie, wałkowanie, rozdrabnianie, wykrawanie, mieszanie składników |
| 4. Podawanie posiłków. | Nauka estetycznego i prawidłowego nakrywania stołu, dekorowanie. | Oglądanie książek, czasopism, dekorowanie stołu na wybraną okazję, konkurs na najładniejszą, świąteczną dekorację stołu. |
| 5. Wartości odżywcze warzyw, owoców, znaczenie mleka, przetworów i ich wartości odżywczych dla młodego organizmu. | Wykonanie sałatki, surówki, koktajlu lub deseru mlecznego | Reklama ulubionego owocu, warzywa, przetworu mlecznego lub eksperymentalny-własny przepis ucznia. |
| 6. Racjonalne odżywianie | Zdrowe nawyki odżywiania, zapobieganie nadwadze i otyłości. | Wykonanie piramidy żywienia lub spotkanie z lekarzem czy dietetykiem. |

| | | |
|---------------------------------------|--|---|
| 7. Savoir-vivre w kuchni i przy stole | Zasady dobrego wychowania i zachowania się . | Odczytanie wspólnie z nauczycielem fragmentów ksiązek dla dzieci. |
|---------------------------------------|--|---|

V. PRZEWIDYWANE EFEKTY UCZNIÓW

Zajęcia mają charakter praktyczno-teoretyczny, bo w wesołej, swobodnej atmosferze realizowane są zagadnienia dotyczące racjonalnego żywienia, odpowiedniej diety, planowania i przyrządzania różnych potraw.

A więc uczeń po zrealizowanej innowacji:

- Potrafi przyrządzić dla siebie i bliskich prosty posiłek jak kanapkę, sałatkę, surówkę, deser, koktajl.
- Zna zasady racjonalnego odżywiania się.
- Potrafi wybrać do jedzenia zdrową przekąskę.
- Umacnia się jego wiara we własne siły i możliwości.
- Uczeń jest samodzielny, pomysłowy.
- Potrafi współdziałać w grupie.
- Doskonali umiejętność czytania ze zrozumieniem.
- Potrafi pracować metodycznie według planu.
- Kulturalnie zachowuje się podczas spożywania posiłków, również w miejscu publicznym
- Bezpiecznie i higienicznie przygotowuje posiłek.

VI. PRZYKŁADOWA TEMATYKA ZAJĘĆ

| Miesiąc | Tematyka zajęć |
|----------------|--|
| 1. Wrzesień | <p>1. "Małe ABC kucharzenia" :regulamin, przybornik kuchenny, miary i miarki, urządzenia i przybory AGD. Bhp podczas zajęć. Zabawy integrujące, tematyczne. Ciekawostki kulinarne.</p> <p>2. "Koktajl pełen mleka"- wykonanie koktajlu owocowo-mlecznego. Znaczenie mleka w diecie ucznia.</p> |
| 2. Październik | <p>1. "Oczy też jedzą". Przystawki i przekąski- koreczki (szaszłyczki) owocowe i warzywne na przyjęcie urodzinowe .Wartości odżywcze jarzyn i owoców.</p> <p>2. "Jej wysokość sałatka". Nauka przyrządzania sałatek i surówek. Wartości odżywcze jarzyn i owoców.</p> |
| 3. Listopad | <p>1. "Różności na ciepło". Podpłomyki z pieca z twarogiem lub dżemem owocowym</p> <p>2. "Różności na ciepło". "Grzanki dla dziewczyn i dla chłopaków"</p> |
| 4 Grudzień | <p>1. " Sekrety eleganckiego stołu" Jak udekorować stół ?Dobre maniere przy stole.</p> <p>2. "Święta już...! Dekorujemy świąteczne pierniki.</p> |
| 5. Styczeń | <p>1. " Pasty nie do butów". Zdrowe smarowidła do pieczywa z jaj, twarogu, ryb-kanapki na drugie śniadanie. Znaczenie produktów białkowych.</p> |
| 6. Luty | <p>1. "Łakotki - Wędrujący batonik"- przygotowanie zdrowej słodkiej przekąski z płatków kukurydzianych i miodu.</p> <p>2. "Ordery dla zasłużonych"- przygotowanie orderów z wafli ,ciastek owsianych, pomysł na urodzinowe przyjęcie.</p> |
| 7. Marzec | <p>1. " Owocowe słodkości z pieca – pieczone jabłka z migdałami"- wykonanie owocowego deseru na ciepło.</p> <p>2. " Wielkanocne jajko w roli głównej"- konkurs na najciekawszy przepis z jajem i jego wykonanie.</p> |

| | |
|--------------|---|
| 8.Kwiecień | <ol style="list-style-type: none"> 1. "Wiosenna awanturka"- sałatka z wiosennych warzyw i sera typu feta lub mozzarella. 2. "Wesołe śniadanie lub kolacja - bagietkowy pociąg"- zasady racjonalnego odżywiania. |
| 9.Maj | <ol style="list-style-type: none"> 1. "Pizza z warzywami i żółtym serem"- wykonanie dietetycznej pizzy na posiłek obiadowy. 2." Łatwe ciasto dla mamy i taty”,- dietetyczne ciasto z owocami. |
| 10. Czerwiec | <ol style="list-style-type: none"> 1 "Deser mleczny z truskawkami a'la Maksym"- zdrowy deser z twarogu i owoców. 2."Sałatka owocowa w arbuzie" – pomysł na rodzinne przyjęcie. |

VII. EWALUACJA PROGRAMU

Podczas realizacji programu wystąpi ewaluacja ,która dostarczy informacji nauczycielowi na temat osiągnięć uczniów, na temat realizacji celów programu i do refleksji nad jego pracą. Z jednej strony pojawi się ona w formie gotowych dań kulinarnych- efektów pracy uczniów na zajęciach, a z drugiej jako monitorowanie pracy uczniów za pomocą zdjęć i filmów z pracy na zajęciach. Jej zamierzeniem jest ocena wyznaczonych w programie celów, czy stosowane metody i sposoby działania były skuteczne.

Po zakończeniu realizacji zadań nauczyciel spróbuje odpowiedzieć sobie na następujące pytania:

- 1.Czy program umożliwił realizację celów ogólnych i szczegółowych ?
- 2.Czy sposoby realizacji treści programowych były dla dzieci atrakcyjne ?
- 3.Czy po okresie realizacji programu są widoczne efekty wzbogacenia uczniów w umiejętności i wiedzę dotyczącej zajęć kulinarnych.

Proponuję, aby ewaluacja programu przebiegała za pomocą:

- rozmowy z rodzicami lub ankiety dla nich:

Czy dziecko wzbogaciło swoje umiejętności na temat racjonalnego odżywiania?

Czy potrafi samodzielnie lub przy pomocy opiekuna przygotować sobie zdrowy posiłek?

Jak oceniają państwo działalność koła zainteresowań „Rondelkolandia czyli akademii kulinarna”?

- sprawozdania z przebiegu realizacji i wyników innowacji

Analiza informacji będzie cenną wskazówką dla dalszej pracy.

BIBLIOGRAFIA

Gloton-Clero C., Twórcza aktywność dziecka, WSiP 198

Agnieszka Górka "Dzieci gotują". Demart 2007/2008

Katarzyna Ziola-Zemczak "Dzieci gotują. Kurs gotowania dla dzieci" . Damidos

Tilli Laura, Tilli Jess "Dzieciaki gotują " . Buchmann 2013

Joanna Gorzelińska "Piramida w kuchni, czyli dzieci zdrowo gotują". Buchmann

Sonja Floto-Stammen "Skąd się biorą dziury w serze...czyli wielka księga o jedzeniu".Oficyna

Wydawnicza Multico