

Smaczne witaminki - czyli robimy sałatkę owocową

Wpisany przez Administrator

środa, 31 października 2012 09:42 - Poprawiony środa, 31 października 2012 09:45



W ramach zajęć propagujących właściwe nawyki żywieniowe, przedszkolaki poprzez przygotowanie sałatki owocowej miały okazję sprawdzić swoje umiejętności kulinarne. Rozpoczęliśmy od wymienienia produktów, których spożywanie sprzyja zdrowiu. Powtórzyliśmy nazwy owoców i rozpoznawaliśmy je po wyglądzie, kształcie i zapachu. Następnie przystąpiliśmy do najciekawszej części zajęć, czyli krojenia sałatki.

□

Oczywiście nie zapomnieliśmy o wcześniejszym umyciu rąk i założeniu ochronnych fartuszków. Wszystkie maluszki bardzo dobrze poradziły sobie z tym kulinarnym zadaniem. Sprawnie posługiwały się nożem i kroili owoce w kosteczkę. Większość miseczek szybko napelniła się smaczными, pachnącymi owocami, które zachęcały do degustacji. Niestety nie wszyscy cierpliwie zaczękali do końca pracy. Niektórym nie udało się oprzeć tym zapachom i owoce zamiast do miseczek trafiły do brzuszków. Przygotowana własnoręcznie sałatka wszystkim dzieciom bardzo smakowała. Maluszki z apetytem zjadały kolejne porcje tak pysznego deseru. To już kolejne tego typu zajęcia kulinarne w naszym przedszkolu. Taka forma prowadzenia zajęć to znakomity sposób zachęcenia dzieci do zdrowego odżywiania.