



PRZEDSZKOLNY MASTERCHEF

KARINA MUCHA

IWONA PIETRUCHA

ANNA STALMACH-TKACZ

SCENARIUSZ LEKCJI

Program nauczania wychowania przedszkolnego

opracowany w ramach projektu

„Tworzenie programów nauczania oraz scenariuszy lekcji i zajęć wchodzących w skład zestawów narzędzi edukacyjnych wspierających proces kształcenia ogólnego w zakresie kompetencji kluczowych uczniów niezbędnych do poruszania się na rynku pracy”

dofinansowanego ze środków Funduszy Europejskich w ramach
Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój, 2.10 Wysoka jakość systemu oświaty

WARSZAWA 2019

Redakcja merytoryczna – Agnieszka Karczewska-Gzik

Recenzja merytoryczna – dr Anna Kienig

Maria Ferenc

dr Beata Rola

Urszula Borowska

Redakcja językowa i korekta – Editio

Projekt graficzny i projekt okładki – Editio

Skład i redakcja techniczna – Editio

Warszawa 2019

Ośrodek Rozwoju Edukacji

Aleje Ujazdowskie 28

00-478 Warszawa

www.ore.edu.pl

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach wolnej licencji Creative Commons –
Użycie niekomercyjne 4.0 Polska (CC-BY-NC).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.pl>

Tytuł zajęć:

Przedszkolny MasterChef

Cel główny:

kształtowanie postaw prozdrowotnych.

Cele szczegółowe:

dziecko nakrywa do stołu i sprząta po posiłku, panuje nad nieprzyjemnymi emocjami w sytuacjach trudnych, np. podczas czekania na swoją kolej, współdziała z dziećmi podczas wykonywania zadań, podejmuje samodzielną aktywność poznawczą (korzystanie z nowoczesnych technologii).

Metoda projektu:

Techniki: mapa pojęciowa, zabawa ruchowa, zabawa badawcza z wykorzystaniem zmysłu smaku, prace praktyczne.

Formy pracy: praca z całą grupą, praca indywidualna.

Środki dydaktyczne: arkusz papieru, flamaster, książki kucharskie, laptop, plansza z Piramidą Zdrowego Żywienia, produkty żywnościowe, przybory kuchenne do stworzenia potraw (deski do krojenia, plastikowe noże, talerzyki, miski, szklanki, sokowirówka itp.), papierowe serwetki, czapka i fartuszek kucharza dla każdego dziecka, papierowe emblematy w czterech kolorach, aparat fotograficzny.

Opis przebiegu zajęć: „zdrowy przedszkolak” – mapa pojęciowa, przypomnienie wiadomości z poprzednich zajęć. Przeglądanie książek kucharskich, starych i nowych, również przepisów w wersji elektronicznej. Wskazywanie przepisów na zdrowe potrawy. Zagadki obrazkowe „Zgadnij, co to za przedmiot?” – nazywanie przyborów kuchennych, odgadywanie, do czego służą. Sokowirówka – zapoznanie z urządzeniem. Zabawa ruchowa „Sałatka owocowa”. Zabawa językowa „Owoce i warzywa” – chętne dziecko wybiera obrazek owocu lub warzywa, który następnie opisuje, pozostałe dzieci odgadują, jaki to produkt. Spotkanie z dietetykiem – zwrócenie uwagi na produkty, które powinny spożywać małe dzieci. „Co tak smakuje?” – rozpoznawanie po smaku różnego rodzaju pestek i bakalii (dyni, słonecznika, migdałów, orzechów, żurawiny itp.). Dzieci w czterech grupach przygotowują się do wykonania zadania: zakładają czapki i fartuszki, rozkładają przybory kuchenne. Ustalenie przepisów i rozplanowanie zadań. Przygotowywanie w małych zespołach zdrowych posiłków: 1) kanapki – wykorzystanie różnych gatunków chleba, warzyw, wędliny i serów, smarowanie i ozdabianie kanapek. 2) Twarożku – rozdrabnianie sera, wzbogacanie zdrowymi dodatkami: szczypiorkiem, kielkami nasion, pestkami dyni, słonecznika itp. 3) Sałatki owocowej – mycie owoców, obieranie, krojenie w kosteczkę, mieszanie. 4) Soków warzywno-owocowych – mycie warzyw i owoców, wspólne przyrządzenie soku z warzyw, np. z marchewki, jabłek i selera. Sprzątanie po zajęciu. Przygotowanie stołów do posiłku. Fotografowanie

przygotowanych potraw. Zaproszenie na poczęstunek innych przedszkolaków, degustacja zdrowych przekąsek i smakołyków.

Samooocena: dzieci dzielą się wrażeniami z zajęć. Określają, co było dla nich proste, co trudne. Jak się czuły podczas wykonywania prac kuchennych?

Komentarz metodyczny

Przygotowujemy produkty żywnościowe do stworzenia zdrowych potraw: warzywa, owoce, wyhodowane samodzielnie kiełki, ciemne pieczywo. Zagadki obrazkowe – najlepiej wykorzystać przedmioty codziennego użytku niezbędne w kuchni: wałek do ciasta, chochle, łyżki cedzakowe, drewniane szpatułki, przeciskacz do czosnku, małe młynki itp. Zabawa ruchowa „Sałatka owocowa” – dzieci mają przyklepione do rękawa papierowe emblematy w formie kół w kolorach owoców: czerwone – jabłko, żółte – cytryna, pomarańczowe – pomarańcza, zielone – kiwi itd. Dzieci siedzą w kole, na hasło nauczyciela wymienającego jakiś owoc wszystkie dzieci z danym kolorem zamieniają się miejscami. Na hasło „sałatka owocowa” zamieniają się wszystkie. Ważne, by dzieci większość zadań kulinarnych wykonywały same i według własnej wyobraźni, bez ingerencji osoby dorosłej, nauczyciel jest tylko obserwatorem i ewentualnym pomocnikiem w sprawach trudniejszych. Nauczyciel spisuje przepisy na potrawy przygotowywane przez dzieci.