

Niepubliczne Przedszkole SGGW w Warszawie

Kółko kulinarne

„Kuchcikowo”



Opiekun Kółka Kulinarnego „Kuchcikowo”:
Aneta Niemyjska

WARSZAWA, rok szkolny 2015/2016

I. WSTEP

Dzieci w wieku przedszkolnym są ciekawe świata, zadają wiele pytań i oczekują na odpowiedzi, które zaspokoją ich ciekawość. Uważnie obserwują otaczającą rzeczywistość, podpatrują co dzieje się w domu, przedszkolu, na ulicy, w sklepie, samochodzie... W domu chętnie pomagają bliskim, a w kuchni pod okiem mamy lub babci poznają tajniki gotowania.

Celem głównym kółka kulinarnego jest zorganizowanie czasu wolnego przedszkolaków z Niepublicznego Przedszkola SGGW oraz zainteresowanie ich kulinariami jako umiejętnościami pożytecznymi i wykorzystywanymi w życiu codziennym. Zajęcia te będą traktowane jako forma spędzania czasu wolnego, mogąca rozwinąć się w interesujące hobby.

Kółko kulinarne to typ zajęć bardzo lubianych przez dzieci zarówno starsze, jak i młodsze. Mają one na celu nauczyć przedszkolaki czerpania radości ze wspólnego przygotowywania potraw oraz zachęcić do zdrowego odżywiania. Podczas takich działań dzieci mogą samodzielnie wykonywać różne czynności kuchenne: kroić, smarować, rozdrabniać, ubijać, mieszać, itp. Daje im to wiele radości i satysfakcji z posiadanych umiejętności.

„Kuchcikowo” to cykl zajęć, w czasie których dzieci mają możliwość przygotowania różnych smakowitości. Realizując te zajęcia, przedszkolaki usprawniają się manualnie poprzez: krojenie, obieranie, ugniatanie, mieszanie, smarowanie. Nabywają nowe doświadczenia i doskonalą czynności związane z samoobsługą. Dzięki zajęciom kulinarnym dziecko uczy się rozpoznawania smaków, właściwego zachowania przy stole, posługiwania sztucami, dbałości o porządek.

„Kuchcikowo” jest miejscem, gdzie mali kucharze i kuchareczki odkrywają swoje kulinarne pasje przygotowując smaczne i zdrowe potrawy: sałatki owocowe, desery, przekąski. Na podstawie prostych i bezpiecznych w przygotowaniu przepisów kulinarnych najmłodszy uczą się, jak zdrowo i smacznie przygotować posiłek, dobrze się przy tym bawiąc. Zajęcia dają dzieciom wiele satysfakcji. Przedszkolaki poznają nowe smaki, uczą się podstawowych technik kulinarnych i stosowania w praktyce zasad bezpieczeństwa w kuchni.

Przyrządzanie posiłków uczy dziecko kreatywnego myślenia, staje się ono bardziej śmiałe, samodzielne oraz lepiej zorganizowane. Nabywa prawidłowych nawyków żywieniowych i higienicznych. A wszystko to poprzez świetną zabawę. Podsumowaniem wysiłków kulinarnych jest wspólna degustacja pyszności stworzonych przez dzieci oraz zachwyty nad smakami i aromatami.

Zajęcia kulinarne stwarzają okazję do dzielenia się wrażeniami z domowych obserwacji dotyczących różnych działań, potraw i przepisów. Podczas działań uczestnicy dbają o estetykę i higienę całego otoczenia. Poprzez kulinarną zabawę zdobywają nowe doświadczenia, odkrywają nowe, ciekawe smaki i mają możliwość samodzielnie i w sposób twórczy przygotować dla siebie posiłek. Takie działania wpływają też na przezwyciężenie niechęci do niektórych potraw.

Kulinarne zabawy wspomagają rozwój intelektualny dziecka, rozwijają mowę oraz sprawność manualną i precyzję ruchów. Jest to doskonałe miejsce, gdzie „Tadek Niejadek” uczy się przez zabawę i praktyczne działanie, przekonuje się, że warto zarówno zrobić, jak i zjeść !!!

II. CHARAKTERYSTYKA KÓŁKA KULINARNEGO „KUCHCIKOWO”

Możliwość sprawdzenia swoich umiejętności i zdolności oraz przygotowanie potraw dotychczas oglądanych w czasie przyrządzania przez dorosłych to dla dzieci wspaniała zabawa i wielka przygoda. Działając w myśl zasady: słyszę, widzę i robię to, dzieci mają możliwość przekonania się na własnej skórze jak skomplikowana jest praca przy przygotowaniu posiłków. Samodzielne przygotowanie potraw jest dla dzieci bardzo atrakcyjne i sprawia wiele radości. Niestety prawie nigdy nie przygotowują ich samodzielnie w domu. Dzieci przygotowując potrawy w przedszkolu wkładają w prace swoje serduszka i dziecięce umiejętności.

W trakcie zajęć przedszkolaki będą kształcić swoje praktyczne umiejętności kulinarne oraz poznawać zasady prawidłowego odżywiania się, które są niezbędne w dorosłym życiu. Będą doskonalić umiejętności bezpiecznego posługiwania się sprzętem AGD, który ułatwia pracę w kuchni. Ponadto w czasie zajęć uczestnicy będą kształcić umiejętności współpracy w grupie, czerpać radość ze wspólnego przygotowywania posiłków oraz doskonalić umiejętność samodzielnego przygotowywania prostych potraw.

W trakcie zajęć dzieci będą miały możliwość nauki pieczenia prostych ciast, ciasteczek, przyrządzania deserów, przygotowywania kanapek, sałatek i surówek oraz doskonalenia umiejętności nakrywania do stołu, ozdabiania go, a także kulturalnego zachowywania się przy nim.

„Kuchcikowo” jest to czas na brudzenie rącek, wąchanie przypraw, testowanie nowych smaków oraz opowiadanie o jedzeniu. Zajęcia kończą się konsumowaniem wspólnie przygotowanych potraw i smakołyków. Zabawy i zajęcia kulinarne w przedszkolu należą do jednych z najbardziej ulubionych zajęć dzieci. Taka forma zajęć stanowi doskonałe urozmaicenie i uzupełnienie wiadomości, które dzieci zdobywają w przedszkolu. Samodzielne przygotowanie potraw jest dla dzieci bardzo atrakcyjne, sprawia im wiele radości i zachęca do konsumpcji.

Zajęcia składać się będą z trzech części:

1. Wstępna-przedstawienie tematu zajęć, poznanie produktów, objaśnienie sposobu wykonania zadania.
2. Działania dzieci pod nadzorem nauczyciela i przy jego pomocy.
3. Degustacja przygotowanego dania i porządkowanie sali.

III. CELE GŁÓWNE

- rozwijanie samodzielności i aktywności własnej dzieci,
- stymulacja wielozmysłowa,
- rozwijanie funkcji poznawczych.

IV. CELE SZCZEGÓŁOWE

- utrwalanie podstawowych nawyków higienicznych i żywieniowych
- zapoznanie z podstawowymi sprzętami kuchennymi
- zapoznanie z zasadami bezpiecznego korzystania ze sprzętu AGD
- usprawnienie techniki samodzielnego jedzenia
- zapoznanie z zasadami zachowania się przy stole
- nauka nakrywania do stołu
- doskonalenie sprawności manualnej, podczas wykonywania niektórych etapów w przygotowywaniu posiłków
- planowanie i organizacja sposobu przyrządzania posiłków.
- urozmaicenie technik przyrządzania potraw
- dobór odpowiednich narzędzi i przyborów kuchennych potrzebnych do wykonania zadania.
- rozwijanie mowy i bogacenie słownictwa
- wypracowanie umiejętności koncentracji uwagi na zadaniu
- rozwijanie myślenia przyczynowo - skutkowego
- wzmacnianie poczucia własnej wartości oraz kształtowanie poczucia sprawstwa
- rozwijanie koordynacji wzrokowo ruchowej
- rozwijanie spostrzegawczości, percepcji słuchowej, wzrokowej, dotykowej

- rozwijanie i doskonalenie zmysłu smaku i zapachu podczas przygotowywania i smakowania przyrządzonych potraw
- kształtowanie umiejętności współdziałania w zespole
- dbanie o ład i porządek w miejscu pracy.

V. METODY I FORMY PRACY

Zajęcia realizowane będą przede wszystkim za pomocą metod aktywizujących i praktycznego działania. Zajęcia programowe będą opierały się na aktywności dzieci. Podczas realizacji programu będą wykorzystywane różne metody i formy pracy.

Metody pracy:

- *podające*: rozmowa, objaśnienia, opis;
- *eksponujące*: pokaz, obserwacja;
- *problemowe*: zadań stawianych do wykonania;
- *praktyczne*: samodzielnych doświadczeń;

Formy pracy:

- z całą grupą, zespołowa i indywidualna

VI. ADRESACI

Uczestnikami Kółka Kulinarnego „KUCHCIKOWO” mogą być dzieci z grupy „Krasnale” z Niepublicznego Przedszkola SGGW w Warszawie.

Wiek uczestników: 3-5 lat

VII. CZAS REALIZACJI

Spotkania Kółka Kulinarnego „KUCHCIKOWO” będą odbywać się co trzy tygodnie.

Rozpoczęcie zajęć: Listopad 2015

Zakończenie zajęć: Czerwiec 2016

VIII. TEMATYKA

1. Jeż z koreczków
2. Surówka z marchewki i jabłka
3. Pierniczki
4. Wesołe kanapki
5. Gofry
6. Smakołyki z ciasta francuskiego
7. Mini Pizza
8. Muffinki
9. Sałatka owocowa
10. Ciasteczka z ziarenkami
11. Jajkowe zwierzątka
12. Uśmiechnięte przekładane ciasteczka
13. Deser z galaretką
14. Koktajl owocowy

IX. POMOCE DYDAKTYCZNE

Ważnym elementem programu Kółka Kulinarnego „KUCHCIKOWO” jest dążenie do minimalizacji kosztów działań. Proponowane przepisy zakładają wykorzystanie prostych, tanich i ogólnodostępnych składników oraz przyrządów kuchennych.