

Toitumisteema käsitlemise võimalustest lasteaiarühmas



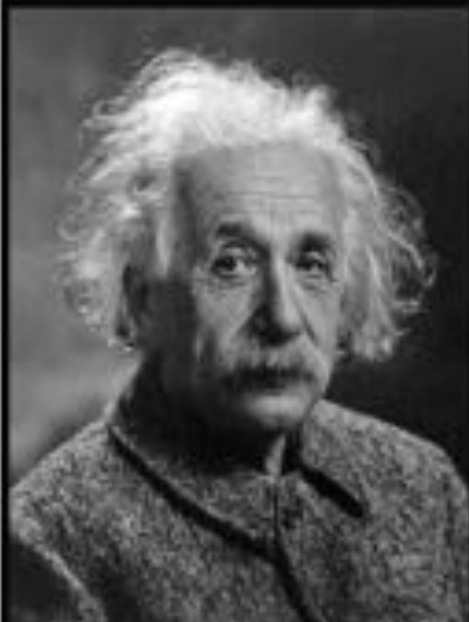
Foto: http://movies.ee/pildid/t2_leiutajatekyla_lotte.jpg

Koostaja: Maili Magerramov

Tartu Lasteaed Sipsik

Lotte rühm

Tartu 2016



Education is what remains after one has
forgotten what one has learned in school.

(Albert Einstein)

izquotes.com

Rühmas kehtivad põhimõtted:

- lapsed abistavad õpetaja abi laua katmisel ja toidu jagamisel
- lastel on välja kujunenud harjumus käte pesemiseks enne söögikorda ning suu loputamiseks pärast söömist
- kasutusel on nn söömakutsumissalmid
- järgime rühma reeglit „Söögilauas käitun viisakalt“
- julgustame lapsi maitsta neile harjumatuid toite
- söögikorra lõpetuseks puu- ja köögiviljaampsud
- söögikordadevahelisel ajal janukustutuseks puhas vesi





Lastega koos toiduvalmistamine rühmas

- Kokandusega tegelemine on rühma eripärana rühma tegevuskavasse sisse kirjutatud, tegevused on ette planeeritud
- Iga kuu viimasel reedel toimub kokanduspäev, millest on osalema oodatud ka vanemad
- Tähtpäevade tähistamine omavalmistatud toitudega
- Toitumisteema lõimimine teiste valdkondadega

Miks me seda teeme?

- Laps suhtub positiivselt toiduvalmistamisse ja söömisesse
- Laps saab juhendamisel hakkama lihtsamate toiduvalmistamisega seotud tegevustega
- Laps tunneb rõõmu koos teistega tegutsemisest ja näeb oma töö tulemust
- Lapsevanem teab, et on soovi korral oodatud rühma tegevustest osa võtma

Kuidas me seda teeme?

- Kokandustegevused on kuukavasse sisse planeeritud
- Teadetetahvlile teade kokanduspäeva teema ja vanemate osalemisvõimaluse kohta
- Tegevustele eelneb retseptiga tutvumine, kätepesu, toiduainete vaatlemine/uurimine/maitsmine, mõõtmise/kaalumise
- Tegevused toimuvad 2-4 grupis, laudade ümber
- Alati osalevad õpetaja, õpetaja abi, mõnikord mõlemad õpetajad ja mõni lapsevanem
- Ahju/pliidi juures toimetab alati täiskasvanu

Mida me oleme teinud?

- toorsalati valmistamine
- võileibade valmistamine
- kamajoogi segamine
- kõrvitsasalati keetmine
- piparkookide vormimine, küpsetamine, kaunistamine
- „Küpsise kräsupea“ valmistamine
- vastlakuklite valmistamine
- smuuti tegemine
- leivaküpsetamine
- küpsisetordi tegemine jpm









Mida me sellest saame?

- Lastele meeldib kokandusega tegeleda, kokanduspäevi oodatakse ja vanematele räägitakse uhkelt, mida päeval tehti.
- Lapsed saavad juhendamisel hakkama lihtsama toiduvalmistamisega ja suudavad järgida ohutusnõudeid. Harjutamist vajab kannatlikkus, oma järjekorra ootamine.
- Omavalmistatud toite maitsti huviga ja üldjuhul söödi hea meelega.
- Vanematele meeldib, et lapsed tegelevad toiduvalmistamisega ja on iseseisvamad.
- Vanemad tunnevad ennast kaasatuna rühma tegemistesse.

PRIA projekt “Tartu linna TEL ja TEK võrgustikku kuuluvates haridusasutustes puu- ja köögiviljade tervislikum kasutamine” kevadel 2015

Eesmärgid:

- parandada laste teadmisi ja oskusi toiduvalikute tegemisel
- aidata kaasa tervislike toitumisharjumuste kujundamisele
- tutvustada taluelu kui elulaadi ning puu- ja köögiviljade kasvatamist

Projekti raames läbiviidud tegevused: lastega loovtööde tegemine ja näitus rühmas













Latika mahetalu külastus:















Lavastusmäng „Liha pole lahendus“







Smuuti valmistamine



PRIA projekt “Tartu linna lasteaedades ja koolides puu- ja köögiviljade tervislikum kasutamine” kevadel 2016

Eesmärgid:

- näidata, milline on köögivilja teekond põllult toidulauale ja mida taim vajab
- lasta lastel teha toiduvalikuid: võrrelda, maitsta, katsetada
- näidata, et biojäätmed ei ole prügi vaid looduslik ressurss

Projekti raames läbiviidud tegevused: miniaia rajamine



tomatitaimede ettekasvatamine







enne



pärast



lastega loovtööde tegemine





LOTTE RÜHMA LASTE JOONISTUSED TEEMAL „KÕÕGIVILJAAIAS“

200 IGA PÄEV

5 PORTSU

ERINEVAID

PUU- JA TÖÖGIVILJU

SIS OLED
TERVE JA RÕHMUS

LOTTE
RÜHMA
ÜHISTÖS

koostöös lasteaia toitlustajaga erinevate köögiviljade proovimine





„vihmaussikoolitus“



Tänan teid vaatamast-kuulamast!

