

**„OWOCE I WARZYWA SĄ SMACZNE I ZDROWE”
PROJEKT EDUKACYJNY PRZEPROWADZONY
W GRUPIE 4-LATKÓW „Żółwki”**

Prowadząca Bożena Żukowska



Owoce i warzywa są bogatym źródłem witamin oraz minerałów, które mają ważne znaczenie dla naszego zdrowia. Wykorzystując naturalne okazy, którymi obdarowała nas pora roku – jesień, wspólnie z dziećmi postanowiliśmy, że wzbogacimy naszą wiedzę na ich temat poprzez realizację projektu badawczego „Owoce i warzywa są smaczne i zdrowe”. Projekt realizowany był w dniach 7-18.10.2019r.



Z dziećmi opracowaliśmy siatkę pytań, na które będziemy się starali poszukać odpowiedzi.

OWOCE I WARZYWA

• Dlaczego owoce i warzywa są zdrowe?
(Wiktoria)

• Dlaczego warzywa mają różny kolor?
(Kuba N.)

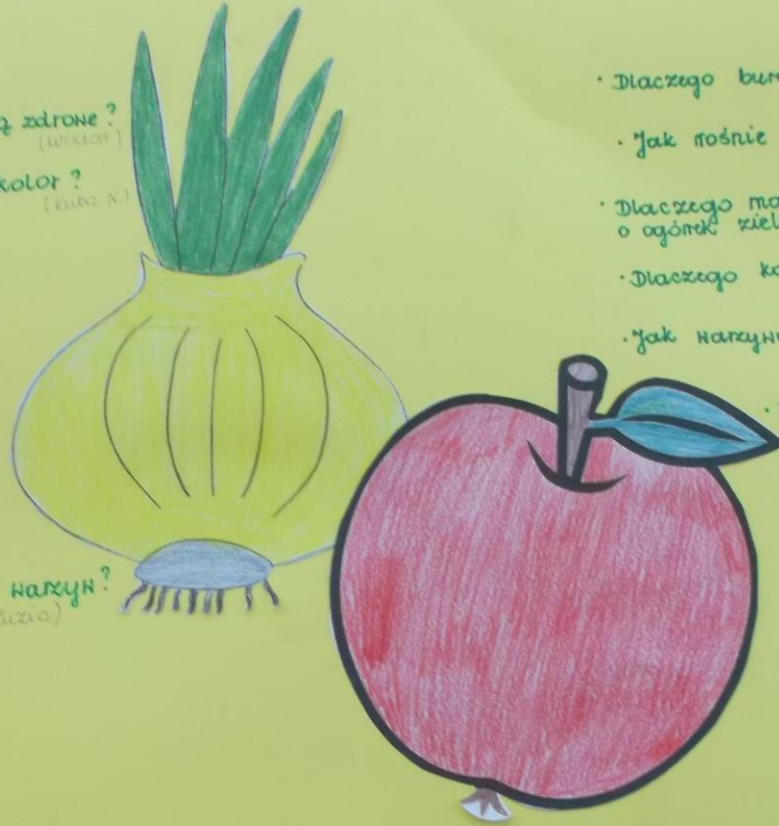
• Jak rośnie jabłko?
(Emilia)

• Jak rośnie pomidor?
(Marian)

• Jak rośnie buraki?
(Nela)

• Jakie witaminy mają owoce i warzywa?
(Frank)

• Co możemy zrobić z owocami i warzywami?
(Zuzia)



• Dlaczego buraki są czerwone?
(Nikolaj)

• Jak rośnie eukinia?
(Helena)

• Dlaczego marchewka jest pomarańczowa a ogórek zielony?

• Dlaczego kapusta jest zielona?
(Emilia)

• Jak warzywa się gotuje?
(Julia)

• Dlaczego owoce różnią się?
(Filip)

Podczas wycieczki na stragan mieliśmy okazję obejrzenia różnorodnych owoców i warzyw, zarówno krajowych jak i egzotycznych.









Po powrocie z wycieczki wyklejaliśmy kontury owoców skrawkami kolorowego papieru.











Segregowaliśmy owoce i warzywa, które przynieśliśmy z domu

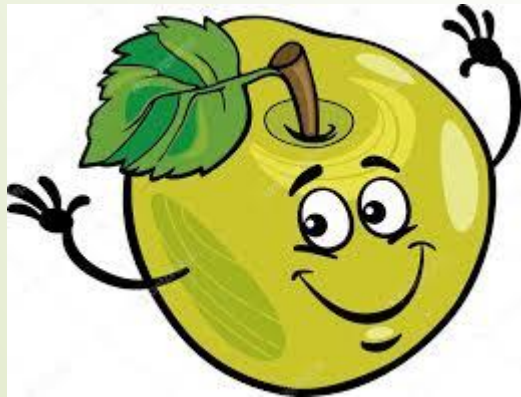




Z masy solnej lepiliśmy owoce, które jesienią spożywamy najczęściej









Zorganizowaliśmy wystawkę kukiełek, które wykonaliśmy razem z rodzicami. Kukiełki były bardzo pomysłowe i cieszyły się dużym zainteresowaniem dzieci i rodziców.

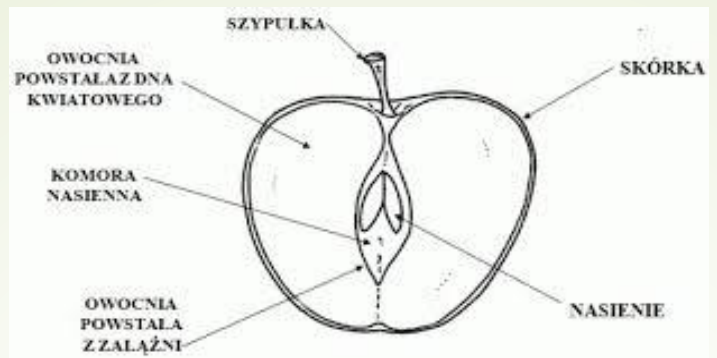






Dowiedzieliśmy się jak zbudowany jest owoc i jak wygląda w środku





Poznaliśmy również owoce egzotyczne, ich wygląd i nazwę oraz budowę. Szczególnym zainteresowaniem cieszył się ananas, granat oraz kaki. One też są źródłem wielu witamin i minerałów.





Przynieśliśmy do przedszkola pluszowe owoce i warzywa będące, bohaterami popularnej książki dla dzieci „Gang świeżaków, dzielnych mieszkańców Świeżogrodu”. Były one doskonałym źródłem codziennych zabaw podczas których dzieci wzbogacały swoją wiedzę oraz rozwijały wyobraźnię i kreatywność.



Jakich witamin i minerałów dostarczają nam owoce i warzywa oraz jakie mają znaczenie dla naszych młodych organizmów dowiedzieliśmy się z bajki „O królewnie Zuzance i rycerzu Witaminku”



Mama Emilki przeczytała nam bajkę, dzięki której wzbogaciliśmy swoją wiedzę na temat warzyw i owoców.





Zdając sobie sprawę z tego, ile korzyści dla naszego zdrowia dają nam owoce i warzywa, chętnie spożywamy je podczas codziennego posiłku na drugie śniadanie.



Próbowaliśmy również, jak smakuje jabłko utarte na tarce a jak gotowane. Pycha... Smakowało, jak widać na załączonych zdjęciach.







Chcąc więcej dowiedzieć się o owocach i warzywach oraz w jakiej postaci możemy je spożywać zaprosiliśmy Panią Mirkę – ekspertkę od zdrowego żywienia. Pani Mirka opowiedziała nam wiele ciekawostek o owocach i warzywach a także pokazała, w jaki sposób możemy zrobić soki z różnych owoców.







Sami również wykonaliśmy sok z cytryny wykorzystując wyciskarkę do soku. Był trochę kwaśny ale za to bogaty w witaminę C.





Podczas spotkania z rodzicami, które było podsumowaniem naszego projektu mieliśmy możliwość wykazania się zdobytą wiedzą i umiejętnościami:
Rozpoznawaliśmy owoce i warzywa za pomocą dotyku.





Rozpoznawaliśmy owoce za pomocą smaku. Określaliśmy, które są słodkie a które kwaśne.





Bawiliśmy się przy piosence „Urodziny marchewki”



Nazywaliśmy owoce, z których można wykonać sałatkę oraz warzywa, z których można ugotować zupę jarzynową.



Wspólnie z rodzicami wykonaliśmy owocowe szaszłyki. Każde z nas nakławało swoje ulubione owoce na patyczki do szaszłyków.





Następnie degustowaliśmy wykonane przez nas szaszłyki, które wszystkim bardzo smakowały i miały korzystny wpływ na rozwój naszych organizmów będąc bogatym źródłem witamin i minerałów.





Po zrealizowaniu projektu edukacyjnego „Owoce i warzywa są smaczne i zdrowe” dzieci wzbogaciły swoją wiedzę i nabyły umiejętności:

- * znają i nazywają warzywa i owoce krajowe i egzotyczne
- * rozpoznają i nazywają owoce i warzywa za pomocą różnych zmysłów: smaku, dotyku
- * wiedzą, jak zbudowany jest owoc i jak wygląda w środku
- * wiedzą, że owoce i warzywa są bogatym źródłem witamin, minerałów oraz błonnika
- * aktywnie uczestniczą w spotkaniu z ekspertem
- * wypowiadają się na temat poznanych utworów literatury dziecięcej: „Na straganie”, „Rzepka”, „O królewnie Zuzance i rycerzu Witaminku”
- * wykonują sok z cytryny z wykorzystaniem wyciskarki
- * wykonują inscenizację do piosenki „Urodziny marchewki”
- * klasyfikują warzywa i owoce wg kilku cech: kształtu, koloru, wielkości
- * przeliczają owoce i warzywa w dostępnym zakresie, stosują pojęcia: mniej, więcej, tyle samo
- * lepią z masy solnej ulubiony owoc
- * wypełniają kontury owoców skrawkami kolorowego papieru
- * wykonują z rodzicami kukietki z warzyw
- * układają z nasion fasoli, grochu dowolne kompozycje plastyczne
- * wykonują „owocowe szaszłyki” stosując się do określonych zasad bezpieczeństwa

- * aktywnie uczestniczą w organizacji kącika przyrody oraz kącika z literaturą dotyczącą realizowanego projektu
- * biorą udział we wspólnych zabawach

