

SPRAWOZDANIE

ZE SZKOLNEGO PROGRAMU ZAJĘĆ KULINARNYCH

„AKADEMIA MŁODEGO SMAKOSZA”

**SZKOŁA PODSTAWOWA NR 312
W WARSZAWIE**

**Rok szkolny 2017/2018
I semestr**



**OPRACOWAŁA
AGATA CHMIELEWSKA**

**SPRAWOZDANIE Z REALIZACJI
SZKOLNEGO PROGRAMU ZAJĘĆ KULINARNYCH
„AKADEMIA MŁODEGO SMAKOSZA”
Rok szkolny 2017/2018 (I semestr)**

W okresie I semestru w ramach programu udało się zrealizować:

Zadania	Formy realizacji	Osoby odpowiedzialne
<p>Zapoznanie z zasadami obowiązującymi podczas zajęć koła kulinarnych „Akademia Młodego Smakosza”</p>	<p>Zapoznanie z celami programu, zgłoszenie klasy do akcji „Szkola na widelcu”</p> <p>Zapoznanie dzieci z zasadami zajęć koła kulinarnego.</p> <p>Rozmowa kierowana na temat zagadnień poruszanych podczas zajęć oraz zasad bezpiecznego zachowania w czasie wykonywanych czynności praktycznych</p> <p>Omówienie zasad higieny podczas przygotowywania posiłków.</p>	<p>Ewelina Szubierajska</p> <p>Agata Chmielewska</p> <p>Mariola Jędrasik</p> <p>Marta Paszkowska</p>
<p>Zaburzenia wynikające z niewłaściwego odżywiania (niedożywienie, otyłość)</p>	<p>Choroby wynikające z niewłaściwego odżywiania.</p> <p>Rola i znaczenie I i II śniadania w funkcjonowaniu ucznia w szkole.</p> <p>Prezentacja multimedialna na temat niewłaściwego odżywiania, prowadzącego do zaburzeń rozwojowych i chorób.</p>	<p>Ewelina Szubierajska</p> <p>Krystyna Otrębiak</p> <p>Mariola Jędrasik</p>
<p>Korzyści wynikające z właściwego odżywiania</p>	<p>Konsekwencje niewłaściwego odżywiania.</p> <p>Rozmowa z dziećmi na temat konieczności spożywania śniadania, obiadu.</p> <p>Zdrowe jedzenie – temat realizowany na lekcjach j.angielskiego.</p> <p>Rozmowy na temat istoty zdrowej diety</p>	<p>Ewelina Szubierajska</p> <p>Agata Chmielewska</p> <p>Monika Wójcik</p>

	<p>oraz ruchu w życiu człowieka.</p> <p>Rozmowy na temat korzyści właściwego odżywiania się.</p> <p>Prezentacja multimedialna „Zasady właściwego odżywiania”</p> <p>Wystawa prac plastycznych z hasłami promującymi ruch oraz częste przebywanie na świeżym powietrzu.</p>	<p>Monika Bosek</p> <p>Iwona Sosnowska-Gos</p> <p>Agata Chmielewska</p> <p>Agata Chmielewska</p>
<p>Propagowanie nawyków zdrowego odżywiania.</p>	<p>Korzyści racjonalnego odżywiania, zasady prawidłowego odżywiania .</p> <p>Wspólne celebrowanie II śniadania w świetlicy.</p> <p>Przygotowanie kanapek w klasie.</p> <p>Przepis w języku angielskim na posiłek złożony ze zdrowych składników - praca domowa w ramach nauczania języka angielskiego</p> <p>Wspólne Zdrowe Śniadania Klasowe! - środy 15 minut z drugiej lekcji oraz przerwa śniadaniowa (cały semestr). Pomoc mamy ucznia p. Elwiry Jęczmińskiej.</p> <p>Przeprowadzenie cyklu zajęć programowych na temat właściwego odżywiania się.</p> <p>Zachęcanie do spożywania większej ilości warzyw i owoców na drugie śniadania.</p> <p>Rozmowy na temat konieczności spożywania zdrowych produktów.</p> <p>Zdrowe odżywianie-zajęcia tematyczne. Rozmowa kierowana pytaniami na temat szkodliwych substancji zawartych w wybranych słodczych(co kryją symbole np.,,E123”</p> <p>Apel o zdrowym odżywianiu pt. "Zdrowo jem - więcej wiem". Dzieci z grup przedszkolnych 0 e i 0 f opowiedziały nowoczesną wersję bajki o Jasiu i Małgosi zachęcając do zdrowego odżywiania. Przedstawienie obejrzały też dzieci z sąsiadującego przedszkola.</p> <p>Było radośnie, zdrowo i kolorowo.</p>	<p>Ewelina Szubierajska</p> <p>Agata Chmielewska</p> <p>Krystyna Wrzosek - Raźniak</p> <p>Monika Wójcik</p> <p>Małgorzata Sasimowska</p> <p>Monika Bosek</p> <p>Teresa Artecka</p> <p>Małgorzata Czerwińska</p> <p>Dorota Czarnecka</p> <p>Anna Tylus</p>

	Zajęcia plastyczne poświęcone zdrowemu odżywianiu się.	Krystyna Wrzosek - Raźniak
Piramida żywieniowa	Omówienie piramidy, tworzenie piramidy żywieniowej (plakaty – praca grupowa). Karta pracy z piramidą żywieniową w j. angielskim Analiza piramidy żywieniowej. Wykonanie piramidy żywieniowej przez uczniów. Prezentacja multimedialna - „Zdrowo jem”	Ewelina Szubierajska Monika Wójcik Monika Bosek Agata Chmielewska Małgorzata Czerwińska Krystyna Otrębiak
Dobre maniery	Zapoznanie z zasadami kulturalnego spożywania posiłków, nakrywanie do stołu – zajęcia praktyczne, czytanie książki G. Kasdepke „Bon czy Ton” Dbałość o estetyczne spożywanie drugiego śniadania w szkole- serwetki, naczynia jednorazowe. Wdrażanie do kulturalnego zachowania się w czasie spożywania posiłków w klasie (drugie śniadanie) i w stołówce szkolnej. Przez cały semestr zwracanie uwagi na higieniczne, kulturalne spożywanie II śniadania, obiadu, podwieczorku. Zasady zachowania w stołówce-rozmowa. Głośne czytanie zasad właściwego zachowania przy stole, omówienie treści. Wdrażanie zasad właściwego zachowania się w stołówce szkolnej.	Ewelina Szubierajska Małgorzata Sasimowska Monika Bosek Teresa Artecka Mariola Jędrasik Agata Chmielewska
Potrawy bożonarodzeniowe	Wspólne przygotowanie wigilii klasowej.	

	<p>Pierniki- zdobienie ciastek upieczonych przez p. Wandę Kurek (mama uczennicy).</p> <p>„Świąteczne potrawy”- zajęcia tematyczne. Zajęcia czytelnicze połączone z prezentacją przepisów i wymianą informacji o zwyczajach w naszych rodzinach.</p> <p>Na korytarzu przy wejściu głównym do szkoły, dla uczniów SP 312 odbył się „ŚWIĄTECZNY TARG ŚNIADANIOWY”. Podczas „TARGU ŚNIADANIOWEGO” już za niewielką kwotę nasi uczniowie mogli zakupić zdrowe i kolorowe śniadaniowe smakołyki przygotowane przez uczniów z klasy;4A, 4C, 4E, 4G. Na targu można było zakupić pyszne kanapki, naleśniki, tosty, pożywne sałatki, kolorowe galaretki, smaczne racuchy, również bezglutenowe.</p> <p>Mikołajkowe pierniczki Rodzice z klasy 1C przygotowali dla całej klasy pierniczki do ozdobienia. Dzieci przyniosły ze sobą lukrowe pisaki i ozdabiały świąteczne wyroby.</p> <p>Warsztaty adwentowo - wigilijne , na które wybrali się uczniowie klas 3H i 3L. Gawęda o polskich tradycjach adwentowych, pieczenie świątecznych pierniczków.</p> <p>Rozmowa kierowana na temat potraw świątecznych w rodzinnych domach.</p> <p>Wspólne dekorowanie świątecznych pierniczków, nauka samodzielnego wykonania lukru.</p>	<p>Ewelina Szubierajska Małgorzata Sasimowska Teresa Artecka Małgorzata Czerwińska</p> <p>Monika Durjasz Katarzyna Piotrowska Katarzyna Kaczor Joanna Skoczek</p> <p>Sylwia Dymek</p> <p>Joanna Kosieradzka Anna Czerepak</p> <p>Agata Chmielewska Mariola Jędrasik</p>
Książki kucharskie	Temat omawiany na lekcji kulturowej o zwyczajach żywieniowych	Monik Wójcik
Kuchnia całego świata	Guacamole – czytanka w kl.6.	Monika Wójcik

	<p>Zajęcia czytelnicze: „Zapytaj Misia o święta” - potrawy świąteczne z różnych stron świata.</p> <p>Z okazji światowego dnia makaronu zapoznanie dzieci z różnymi gatunkami makaronu oraz naturalnymi sposobami ich barwienia na podstawie prezentacji multimedialnej.</p> <p>Makaron w różnych kuchniach świata, sposoby gotowania i wykonania.</p> <p>Degustacja wybranych gatunków makaronu, porównanie smaku, kształtu i koloru.</p>	<p>Marta Paszkowska</p> <p>Mariola Jędrasik</p> <p>Mariola Jędrasik</p> <p>Mariola Jędrasik</p>
<p>Warzywa i owoce</p>	<p>Udział w akcji „warzywa i owoce w szkole”.</p> <p>Przygotowanie szaszłyków oraz sałatki z owoców.</p> <p>Słownictwo w języku angielskim ze zwróceniem na zdrowotne korzyści jedzenia owoców i warzyw.</p> <p>Soki owocowe i warzywne przygotowywane z mamą ucznia p. Elwirą Jęczyńską.</p> <p>Co można zrobić z dyni? Przygotujemy zdrowe menu: zupa, placuszki, słodkie kostki, dżemy, ciasto.</p> <p>„Idzie Jesień z pełnym koszem”-jesienne warzywa i owoce –pogadanka.</p> <p>„Sałatka owocowa”- zajęcia praktyczne.</p> <p>Zajęcia plastyczne – przetwory z warzyw i owoców.</p> <p>Uczniowie klasy 3L i 3N wybrali się na wystawę "Poznaj grzyby- unikniesz zatrucia" przygotowaną przez Wojewódzką Stację Sanitarno - Epidemiologiczną. Na wystawie uczniowie obejrżeli atrapy grzybów jadalnych, niejadalnych i trujących, pogrupowane pod kątem ich</p>	<p>Cała szkoła</p> <p>Krystyna Raźnia- Wrzosek</p> <p>Monika Wójcik</p> <p>Małgorzata Sasimowska</p> <p>Teresa Artecka</p> <p>Teresa Artecka</p> <p>Marta Paszkowska</p> <p>Agata Chmielewska</p> <p>Anna Czerepak, Arleta Hałas</p>

	<p>podobieństwa zewnętrznego.</p> <p>Jesienne zapasy - omówienie różnych możliwości tworzenia zapasów zimowych z owoców i warzyw jesiennych na podstawie rodzinnych doświadczeń dzieci.</p> <p>Jesienne grzybobranie - prezentacja multimedialna na temat grzybów jadalnych i niejadalnych, cech charakterystycznych umożliwiających rozpoznawanie właściwych grzybów.</p>	<p>Mariola Jędrasik</p> <p>Mariola Jędrasik</p>
<p>Fantazja z truskawkami. Truskawka w roli głównej.</p>	<p>Poznanie wartości odżywczych oraz potraw z truskawek.</p>	<p>Agata Chmielewska</p>

Podsumowując warto zaznaczyć, że dzieci chętnie uczestniczyły w zajęciach, sprawiały im one radość, szczególnie gdy mogli pochwalić się efektem swej pracy przed innymi, co przyczyniło się do tworzenia domowej atmosfery, a dzieciom przyniosło radość i satysfakcję. Podczas zajęć dzieci wykonywały różnorodne dania pod nadzorem i z pomocą nauczyciela nabywając umiejętności kulinarnych niezbędnych w dorosłym życiu. W trakcie realizacji innowacji omawiane były treści programowe dotyczące następujących zagadnień: rozwijania samodzielności i umiejętności samoobsługowych, wdrażania zasad kulturalnego zachowania się przy stole, stwarzania dzieciom możliwości do działania kulinarnego, czerpania radości ze wspólnego przygotowywania posiłków, zdobywania nowych doświadczeń za pomocą zmysłu smaku, zapachu i dotyku, kształcenia wyobraźni twórczej, pomysłowości, płynności ruchów, rozwijania poczucia kompozycji kolorystycznej, wrażliwości i piękna, zapoznania z różnymi naczyniami i przyborami kuchennymi, wdrażania podstaw racjonalnego odżywiania i higieny przyrządzania posiłków i rozwijania umiejętności korzystania z książek kucharskich. Podczas zajęć zostały wykorzystane różne metody i formy pracy z dziećmi: rozmowa, pokaz, prezentacja, praktyczne działania. Innowacja rozszerzyła i uatrakcyjniła ofertę szkoły. Zakładane cele programu zostały w pełni osiągnięte.

Opracowała

Agata Chmielewska