

Práce ve třídě – téma JÍDLO

Oblastí, které se v druhém pololetí letošního roku věnujeme, je jídlo. S dětmi, jsme v komunitním kruhu prodiskutovali možnosti ovlivnit jídelníček, co jim chutná a co nechutná. V denních aktivitách se staráme o zahrádku.

Silné stránky naší MŠ:

- 1) děti mají možnost jednou týdně namazat si pečivo podle své chuti
- 2) kohoutek s pitnou vodou je přímo ve třídě a děti mají možnost (kdykoli) napít se čisté vody; čaje a jiné slazené nápoje dostávají děti pouze při svačinách a bdě dle platného jídelníčku
- 3) v letních měsících, kdy nám v ekozahradce rostou bylinky, zelenina a ovoce děti mají možnost ochutnávat nejen přímo na zahradě, ale také paní kuchařka dětem připravuje (nakrájí) např. pažitku; v podzimních měsících vaříme zeleninovou polévku z vlastních surovin (libeček, petržel, celer, mrkev)
- 4) v pravidelných 3 letých cyklech se zapojujeme do programu Cepík (odborná analýza jídelníčku, přednáška pro rodiče o správné výživě, 3 tematická divadla pro děti)

S dětmi jsme si také zopakovali trávicí systém, kterému jsme se věnovali v rámci TVP Lidské tělo. Zopakovali jsme si potravinovou pyramidu a jednotlivé složky potravy. Z obilí jsme se naučili rozlišovat pšenici od ječmene. Vykopaly jsme si svoje zasazené brambory, ochutnali mrkvičku, ředkvičky i rajčata. Bylinky z naší spirály jsme pak ochutnávali ve třídě. Ve třídě jsme také povídali o významu vlákniny pro naše tělo a ochutnávali různé druhy müsli tyčinek. Zeleninové i ovocné. Hádejte, které chutnali víc? 😊. Vařili jsme vlastní jablkový kompot, zeleninovou polévku i pampeliškový med.

Usilujeme o změnu kuchyně, která nám vaří. V Hradci Králové je kuchyň, která získala titul „Zdravá školní jídelna“ a je od naší MŠ ve velmi blízkou. Kuchyň žádá o dotace na rekonstrukci vybavení, což povede ke zvýšení kapacity. V případě uvolnění či navýšení kapacity kuchyně, máme příslibenou změnu.



