**MALUSZKI 09.12.21 – 10.12.21**

**KUCHENNE CIEKAWOSTKI**

****

**Czwartek 09.12.2021**

**COŚ PYSZNEGO, KOLEŻANKO I KOLEGO**



**CELE:**

**- Zapoznanie z piramidą żywienia i rozbudzanie świadomości żywieniowej dzieci, poznanie właściwych nawyków żywieniowych**

**- Zapoznanie z różnymi rodzajami produktów spożywczych oraz ich właściwościami**

ROZGRZEWKA - "Gimnastyka dla dziecka i rodzica"

<https://www.youtube.com/watch?v=Do1wfYB48PI>

1. Zabawa manualna „Moje ulubione produkty”

Z gazetek promocyjnych i czasopism dziecko wybiera te produkty, które lubi i jada najczęściej. Wycina fotografie z pomocą osoby dorosłej.

2. Słuchanie opowiadania A. Sójki „Czarodziejska kasza”

A . Sójka **„Czarodziejska kasza”**

Była sobie mała czarodziejka. Mieszkała w chatce z lukru nad czekoladowym strumykiem w lesie , w którym rosły cukrowe drzewa. Ogródek wokół lukrowej chatki pełen był lizakowych krzaków i grządek, na których zamiast groszku lub marchewki rosły gumy do żucia i marcepanowe batoniki.

* Ja nie chcę czekolady ! -marudziła mała czarodziejka przy jedzeniu- Nie chcę ciastek . Nie będę jadła cukierków!

Mama i tata martwili się , że ich córeczka jest takim niejadkiem. Wszystkie dzieci uwielbiają słodycze-powtarzali-widocznie te są za mało słodkie. Wymyślali więc coraz pyszniejsze torty i desery. Na nic. Mała czarodziejka odwracała się od talerzy z wykrzywioną buzią.

W końcu dziewczynka była już na tyle duża, że nadszedł czas , by poszła do przedszkola. Bardzo jej się tam podobało. Do samego obiadu bawiła się wesoło w ciuciubabkę i w ciepło-zimno. Na obiad była kasza z sosem i marchewką. Na widok pełnych talerzy wszystkie dzieci wykrzywiały buzie -Uuu-powiedziały.-My nie chcemy kaszy . Nie chcemy marchewek. Nie będziemy jadły sosu!

Tylko mała czarodziejka chwyciła widelec i z zapałem zaczęła zajadać obiad .

-Jakie to pyszne! -zawołała.

Inne dzieci spojrzały na nią zdziwione, ale zaraz , jedno po drugim, zaczęły próbować kaszy. Pani kucharka ani się spostrzegła, kiedy ze wszystkich przedszkolnych talerzy zniknął cały obiad.

Mama czarodziejka i tata czarodziej odetchnęli z ulgą, kiedy się o wszystkim dowiedzieli. Zaraz zaczarowali lukrowaną chatę tak , że wyglądała teraz jak zwykły domek nad zwykłym strumykiem , w zupełnie zwyczajnym lesie. W ogródku na grządkach rosły groszek i marchewka. A torty i desery podawano odtąd w tym domku tylko od czasu do czasu na podwieczorek .

I dobrze.

Wyjaśnienie, dlaczego kasza była taka czarodziejska.

3. Zabawa o charakterze dydaktycznym „Coś zdrowego”

- Prezentacja piramidy zdrowego żywienia

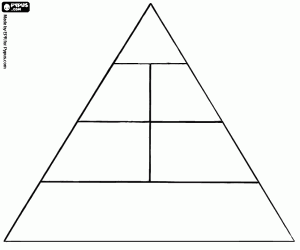
- Omówienie jej wyglądu



4. Zabawa z piłką „Co znamy zdrowego?”

Rzucanie piłki w stronę dziecka i wymienianie nazw różnych potraw i produktów spożywczych. Jeśli dany produkt jest zdrowy, dziecko łapie piłkę, a jeżeli nie, pozwala piłce upaść. W razie pomyłki dziecko wykonuje trzy przysiady.

5. Przyklejanie wyciętych produktów żywnościowych w odpowiednich piętrach piramidy zdrowego odżywiania



**Piątek 10.12.2021**

**KUCHENNE CZARY-MARY**



**CELE:**

- Zapoznanie z zawodem kucharza

- Stwarzanie warunków do doświadczania świata

Poranna rozgrzewka wg animacji i piosenki :

<https://youtu.be/OZTYeTEZ2wA>

1. „Czy kucharz to czarodziej?”- rozmowa na podstawie ilustracji





- opisywanie wyglądu kucharza

- wymienianie atrybutów charakterystycznych dla tego zawodu

- udzielanie odpowiedzi na pytanie czy kucharz może wyczarować coś wspaniałego i czy faktycznie wykorzystuje czary do przygotowywania potraw

2. Wizyta w kuchni – oglądanie i nazywanie urządzeń i przyborów kuchennych

3. Wspólne wykonanie ciasta z mąki i wody. Zagniatanie, wałkowanie. Lepienie z ciasta na temat dowolny

4. Zabawa ruchowa „Urządzenia kuchenne”

Wspólnie z dziećmi ustalamy, jak można ruchem naśladować pracę różnych urządzeń, np. mikser – obroty wokół własnej osi, blender- kręcenie biodrami, czajnik-jedna ręka leży na biodrze, a druga jest uniesiona niczym dzióbek.

5. Kolorowanie obrazka konturowego „Kucharz” (na stronie poniżej)

