

EDULOO PEALKIRI: Väikesed kokad kokkavad

KLASS/VANUSERÜHM: 2.-7. aastased lapsed

TEGEVUSE ALGUS- JA LÕPPKUUPÄEV: sept 2021- juuni 2022

TEGEVUSE LÜHIKIRJELDUS:

Lasteaed on lapsevanema kõrval lapse tervisliku arengu oluliseks toetajaks ja edendajaks. Paide sookure lasteaed väärtustab ja järgib tervisliku toitumise põhimõtteid ja tervislikke eluviise. 2021. aasta kevadel valmis Paide Sookure lasteaia õppekõök. Õppekõogi eesmärk on julgustada lapsi ise toitu valmistama, lõimida teoreetilisi teadmisi ja praktilisi kogemusi. Õppekõogi tarvikute soetamisel saime abi PRIA kaasnevate haridusmeetmete toetuse kaudu. PRIA projekt „Seemnest viljani“ sobis selleks suurepäraselt, kuna lisaks köögiviljade seemnetele ja aiatööks vajalikele vahenditele saime ka vajalikke tarvikuid köögiviljade toiduks töötlemiseks ja toidu valmistamiseks. Kuna meie lasteaed on liitunud Tervist Edendavate Lasteaedade võrgustikuga, siis on meie jaoks oluline propageerida värsket ja kohaliku ning enda kasvatatud aedviljade söömist ja toiduks valmistamist. Sügisel alustasime hoogsalt õppekõogi kasutamisega. Kaasasime lapsi ja ka lapsevanemaid köögiviljade kasvatamise ja toidu valmistamise protsessi, et tõsta laste teadlikkust köögiviljade teekonnast toidulauale ja toiduks kasutamise erinevatest tervislikest viisidest: toorelt, hakitult, aurutatult, küpsetatult, vokitult ja kuivatatult.

Õppeaasta jooksul igal kuul toimusid temaatilised kokkamisetegevused, kus rühmadel oli võimalus toiduaineid saada lasteaia köögist ning vanematega koostööd tehes. Sügisest kevadeni kestev projekt sai nimeks „Väikesed kokad kokkavad“,

Toimused mahla, salati ja smuuti päevad/nädalad, kus lapsed said ise puu- ja köögivilju töödelda ja toidukordadeks erinevaid toite/jooke valmistada. Isadepäevaks ja emadepäevaks küpsetasid lapsed köögis tervislikke köögiviljamuhvineid ja jõulude ajal maiustamiseks piparkooke. Pudrukuul valmistasid lapsed ise õppekõogi hommikusöögiks täisteraputrusid.

Paljud rühmad kasutasid õppekõiki ka igapäevastes õppetegevustes. Kaasati lapsevanemaid toiduainete soetamisel ning toimusid kooskokkamised tervisetöötaja ja kokkadega.

PARTNERITE KAASAMINE:

1. Eneli Kerro- tervisetöötaja, tervisemeeskonna toitumisvaldkonna liige, kokkamisetegevuste planeerija, vajaliku tooraine tellija
2. Merle Saar- õpetaja, tervisemeeskonna toitumisvaldkonna liige, kokkamisetegevuste planeerija
3. Lapsevanemad- köögimööbli valmistamine, pliidi ja ahju soetamine tooraine küpsetamiseks toiduvalmistamiseks, kuivatamiseks
4. Lasteaia köögi kokad – kokkamised lastega
5. Õpetajad ja õpetaja abid- lastega koos kokkajad
6. PRIA -õppevahendid

VIITED ILLUSTRERIVALE MATERJALILE:

https://youtu.be/BCWPrdY_Xuw

<https://jarvateataja.postimees.ee/7233896/ehtne-oppekook-toob-lasteaeda-elevust>