

Kucharze z klasy 4d w akcji!

Uczniowie klasy 4d udowodnili, że zdrowe odżywianie może być pyszne i kolorowe! Podczas ostatnich zajęć koła zainteresowań zgłębialiśmy zasady zdrowego odżywiania.

Inspiracją do naszych kulinarnych działań były materiały edukacyjne:

- Zeszyty "**Żyj smacznie i zdrowo**" (IV Edycja Programu edukacyjnego „Żyj smacznie i zdrowo”)
- Książka "**Jeżowa książka kucharska**"

Dzieci samodzielnie wybrały najciekawsze przepisy, a następnie z pomocą rodziców odtworzyły je w swoich domach. Kolejne spotkanie zamieniło się w prawdziwy festiwal smaków! Uczniowie przynieśli gotowe dania, dumnie je prezentowali oraz szczegółowo omawiali wykorzystane składniki.

Cele zajęć:

- **Edukacja żywieniowa** – poznanie zasad zdrowego odżywiania.
- **Praca ze źródłem** – nauka czytania przepisów i samodzielnego wyboru wartościowych dań.
- **Integracja rodziny** – zaangażowanie domowników we wspólne, zdrowe gotowanie.
- **Rozwój odwagi** – przełamywanie barier podczas publicznej prezentacji własnych dań.

Efekty zajęć:

- **Świadomość kulinarna** – czwartoklasiści wiedzą, jakie wartości odżywcze kryją się w użytych składnikach.
- **Wzrost pewności siebie** – uczniowie świetnie poradzili sobie z autoprezentacją na forum grupy.
- **Kreatywność** – pięknie podane i estetycznie przygotowane potrawy zachwyciły wszystkich uczestników!

Elżbieta Wenzel