



## Navodila mentorjem: VRTCI IN UČENCI PRVE TRIADE (od 1. do 3. razreda)

Ustanove, ki ste projekt že izvajale, lahko nadaljujete aktivnosti prejšnjih let.

### Knjižica **Gospa Kuhla**

Otroci se bodo na pot raziskovanja problematike zavržene hrane odpravili z glavno junakinjo **Kuhlo** (lutka iz kuhalnice, ki jo otroci lahko izdelajo). Njena posebnost je velik žep, v katerem skriva recepte starih jedi, različne nasvete, namige ... Kuhla bo s pomočjo nergavega prijatelja Polentnika otroke usmerjala v različne dejavnosti in jim zastavljala različne naloge.

Knjižico si prenesete s spletne strani projekta Hrana ni za tjavendan. Za namene projekta vam bo na voljo v odprti PDF in Wordovi datoteki. To vam bo omogočilo, da knjižico preoblikujete po svoje – dodate fotografije aktivnosti, izdelkov, stripov, receptov, risb, prireditev, zapišete misli ali pesmice ... in spremenite oz. prilagodite besedilo, odvezmate in dodajate naloge ...

Vaše končno poročilo projekta bo pravzaprav knjižica, ki jo boste ustvarili skupaj z otroki in gospo Kuhlo.



Stran, na katero lahko vstavite fotografije, risbe, misli otrok ... Če potrebujete več prostora, vstavite dodatno stran. Če katere naloge ne boste izvedli, strani odstranite. V knjižico lahko zapišete tudi svoja navodila in naloge.

#### 1. NALOGA: Zajtrki, kosila in večerje naših babic in dedkov



Predlogi dejavnosti: Katere obroke poznajo otroci in kaj pri posameznem obroku jedo (kolaž, miselni vzorec, tabela z izrezanimi sličicami), najljubše jedi otrok (lahko predstavite s tehniko kaširanja na papirnate krožnike, izdelate kolaže, slike, ustvarjate z maso das ...), kaj so jedli dedki in babice (lahko priredite čajanko, na kateri vam gost – dedek/babica pove kaj o svoji zgodovini in jedeh, ki so jih jedli, o delih, ki so jih opravljali) ...

#### 2. NALOGA: Raziskovanje slovenskih tradicionalnih jedi, priprava katerega od slovenskih tradicionalnih peciv



Predlogi dejavnosti: Raziskovanje starih receptov, peka slovenskih tradicionalnih dobrot (npr. potičke z različnimi nadevi, dražgoški kruhki, ... petje ljudskih pesmi in plesanje ljudskih plesov, ljudske pravljice ...).



### 3. NALOGA: Spoznavanje dela kmetov, prodajalcev, kuhinjskega osebja



Predlogi dejavnosti: Kuhanje, npr. zelenjavne juhe, higiena - piktogrami, obisk kmetije ali šolske gredice, igra vlog: na kmetiji, prodajalna – tržnica, kuhinja, predstavitev šolskega kuhinjskega osebja ter opis njihovih nalog, slikanje ali kiparjenje – delavci na šoli ...

### 4. NALOGA: Izdelava ali poslikava predpasnikov, kuharskih kap



Predlogi dejavnosti: Izdelava, poslikava kuharskih kap, majic, predpasnikov ... Kaj vse kuharji potrebujejo za kuhanje jedi?

### 5. NALOGA: Priprava pogrinjka



Predlogi dejavnosti: Otroci lahko na list v velikosti A4 narišejo risbico in ji po želji dodajo misel. Liste pozneje lahko plastificirate ter tako pogrinjke uporabljate vse leto. S tehniko mozaika lahko izdelate podstavke za posodo, skodelice ... Ustvarite likovne izdelke na temo bontona pri mizi, ki jih pozneje obesite po učilnici. Z otroki lahko pripravljate pogrinjke za različne priložnosti. Izdelujete vaze, lončke, krožničke, pribor ...

### 6. NALOGA: Spoznajmo sezonske jedi, šolski – razredni vrt, kompostiranje, sezonski koledar jedi



Predlogi dejavnosti: Delo na šolskem vrtu, obisk kmetije, vrt v razredu, semenske bombe, semenska banka, domače sorte rastlin, izmenjevalnica sadik, semen, šolski – razredni kompostnik ...

### 7. NALOGA: Naš jedilnik



Predlogi dejavnosti: Izdelava velikega pisanega jedilnika z risbami otrok, raziskovanje jedilnikov doma in v šoli, izdelava koledarja sezonskih jedi ali živil, izdelava pisane oglasne deske, na katero boste obešali šolske jedilnike ...





## 8. NALOGA: Jed in živilo



**Predlogi dejavnosti:** Ugotavljajo, iz česa je jed, preizkuševalnica (slepi test živil ali jedi) – otrok ugotavlja, kakšnega okusa, vonja ali teksture je živilo, ter poskuša ugotoviti, kaj je. Če pokuša jed, jo lahko poimenuje in poskuša ugotoviti čim več sestavin, iz katerih je jed narejena). Iz reklam otroci izrežejo živila, ki so prisotna v posamezni jedi, ter jih nalepijo na velik lonec z imenom ali risbo jedi. Plastificirajte slike živil. Otroci te slike s ščipalkami nanizajo na obešene vrvice pri jedilniku in tako ugotavljajo, iz česa je določena jed. Kdo bo ugotovil največ skrivnih sestavin?

## 9. NALOGA: Iz katerih držav prihaja hrana, ki je na naših krožnikih?



**Predlogi dejavnosti:** Ugotovite, od kod prihajajo živila, ki jih imajo v šolski kuhinji, ali živila (ovitke), ki jih otroci prinesejo od doma. Lahko izdelate zemljevid sveta, ki prikazuje, od kod je neko živilo pripotovalo. Z otroki ugotovite, katera živila so bila pridelana/ali bi jih lahko pridelali v Sloveniji. Lahko izdelate tudi kakšno družabno igro na temo pridelave hrane, prehranskih kilometrov, pravične trgovine ...



## 10. NALOGA: Merjenje zavržene hrane



**Predlogi dejavnosti:** V oddelku/učilnici pripravite projektni kotiček z mizico, na kateri boste ves teden spremljali količino zavržene hrane. Količino zavržene hrane merite ves čas z isto posodo. Pripravite plakat, na katerega boste tedensko prikazovali vrsto in količino zavržene

hrane v oddelku ali razredu. Trajanje spremljanja prilagodite interesu otrok. Priporočamo, da plakat razdelite na dneve v tednu in obroke, ki jih boste spremljali, npr. malica in kosilo. Pod obrok narišite/prilepite sliko prazne posode, otroci pa naj pobarvajo količino zavržene hrane za posamezni obrok. Pod pobarvano posodo nalepijo/narišejo živila, ki so jih zavržli. Na koncu s pomočjo simbola (npr. smeško) ocenijo, koliko hrane so zavržli. Način merjenja lahko prilagodite starosti otrok.

### Kaj boste spremljali?

**Malica/kosilo:** Katera hrana največkrat pristane v košu za odpadke? Solata, juhe, kosmiči ...? Katero pijačo največkrat zavržete?

**Količina:** Spremljajte vso zavrženo količino

PONEDELJEK	TOREK	SREDA	ČETRTEK	PETEK



hrane. Sličice s prazno posodo pobarvajte do nivoja zavržene hrane tistega dne.

**Odkrijte vzrok:** Zakaj hrana ostaja in se meče stran? Morda otrokom ni všeč okus (slanost, sladkost ...) ali hrane ne poznajo – je še niso jedli ...

## 11. NALOGA: reciklirani recepti



**Predlogi dejavnosti:** V okviru projekta Hrana ni za tjavendan bo razpisan tudi nagradni natečaj Reciklirana kuharija. Na natečaju lahko sodelujete z največ dvema receptoma, ki ju predstavite na čim bolj kreativen način (strip, fotostrip, kolaž ...). V recikliranih receptih uporabite sestavine, ki večkrat ostajajo na krožnikih – npr. meso iz juhe, ajdova kaša, zrele banane ...

## 12. NALOGA: pesniki in plesalci



**Predlogi dejavnosti:** Pisanje pesmi, izštevank, plesanje plesa, izdelava lutk, igranje gledališke predstave na temo zavržene hrane ...

Če potrebujete pomoč ali dodatne informacije, lahko pišete gospe Tini Hribar na naslov: [useniknik.tina5@gmail.com](mailto:useniknik.tina5@gmail.com).