

Regulamin

Międzynarodowego Projektu Edukacyjnego

“Pyszny sposób na nudę, czyli... przedszkolna książka kucharska”

Współczesny świat przynosi wiele zagrożeń dla zdrowia i życia człowieka ze względu na zanieczyszczone środowisko. Proponowana dzieciom i dorosłym żywność często jest niezdrowa i zmodyfikowana. Rolą nauczyciela jest nauczyć dzieci zdrowego stylu życia, zasad zdrowego odżywiania oraz kultury i nawyków higienicznych podczas spożywania posiłków. Zdrowe odżywianie jest istotne w prawidłowym rozwoju małego człowieka.

Proponowany państwu projekt edukacyjny daje możliwość pokazania dzieciom zalet świadomego odżywiania, uczy dokonywania wyborów pomiędzy tym co zdrowe, a szkodliwym choć smacznym.

Adresatami projektu są placówki przedszkolne, szkolno-przedszkolne, oddziały przedszkolne w kraju i za granicą.

Zadania projektu są zgodne z zadaniami określonymi w Podstawie Programowej wychowania przedszkolnego, a także wpisuje się w Podstawowe kierunki realizacji polityki oświatowej państwa w roku szkolnym 2020/2021.

1. Cele projektu:

- poznanie i utrwalenie zasad zdrowego stylu życia, a w szczególności zdrowego odżywiania;
- poznanie i propagowanie wiedzy dotyczącej zdrowego odżywiania;
- zachęcanie do wdrażania prawidłowych nawyków żywieniowych;
- zachęcanie do pomocy rodzicom w pracach kulinarnych;
- poznanie zawodu kucharza;
- utrwalenie nawyków spożywania owoców, warzyw i nabiału;
- ograniczenie spożywania słodczy;
- dostrzeganie potrzeby estetyki spożywania pokarmów;
- popularyzacja nietypowych świąt gastronomicznych.

2. Organizatorzy:

Przedszkole Publiczne Nr 34
przy Zespole Szkół Ogólnokształcących Nr 4
w Rzeszowie

Al. T. Rejtana 30
35-310 Rzeszów

3. Pomysłodawcy i koordynatorzy projektu:

Dominika Kielboń, Ewa Kuźniar, Anna Pucia - nauczyciele wychowania przedszkolnego w Przedszkolu Publicznym Nr 34 w Rzeszowie.

4. Adresaci projektu:

- projekt skierowany jest do placówek przedszkolnych i oddziałów przedszkolnych w Polsce oraz za granicą;
- w projekcie mogą wziąć udział całe placówki, a także poszczególne grupy.

5. Czas trwania projektu:

- projekt realizowany jest w roku szkolnym 2020/2021, od września do maja. Czerwiec jest miesiącem przygotowania i przesłania sprawozdań, weryfikacji sprawozdań i odesłania certyfikatów.

5. Zgłoszenie udziału w projekcie:

- zgłoszenia udziału należy dokonać na formularzu (załącznik nr 1) za pośrednictwem e-mail na adres kulinarny.pp34@gmail.com do dnia 15 września 2020 r.

6. Realizacja projektu:

- projekt podzielony jest na 9 etapów miesięcznych, w każdym etapie do wyboru są zadania do realizacji - podane w harmonogramie (min. jeden w danym miesiącu);
- w harmonogramie (załącznik nr 2) zawarte są dwa zadania obowiązkowe:
 - w miesiącu wrześniu - zapoznanie dzieci z zawodem kucharza, wyjaśnienie pojęcia książka kucharska, przepis, oglądanie książek kucharskich, rozmowa na temat ulubionych potraw dzieci;
 - w dowolnym momencie realizacji projektu: przeprowadzenie wewnątrzprzedszkolnego konkursu kulinarno-fotograficznego "Przedszkolna książka kucharska" (przykładowy regulamin konkursu - załącznik nr 4);
- interpretacja i realizacja zadań z harmonogramu jest całkowicie dowolna - organizatorzy nie narzucają scenariuszy zajęć;

- harmonogram podany w załączniku (załącznik nr 2) może ulec rozszerzeniu o kolejne zadania do wyboru nie później niż do dnia 30 sierpnia 2020 r;
- aktualny harmonogram dostępny będzie na grupie facebookowej projektu pod adresem
https://www.facebook.com/groups/1039404993128265/?ref=group_header

7. Zgoda rodziców:

- przed rozpoczęciem realizacji projektu, nauczyciel zobowiązany jest uzyskać zgodę rodziców na udział dziecka w projekcie (załącznik nr 3);
- zgody przechowywane są przez nauczyciela w dokumentacji grupy - nie odsyłamy zgód do organizatorów!

9. Sprawozdanie:

- każdy uczestnik projektu zobowiązany jest do przesłania sprawozdania z realizacji projektu;
- jeśli do udziału zostały zgłoszone całe placówki bądź kilka grup na jednym formularzu z realizacji mogą rozliczyć się w jednym sprawozdaniu;
- sprawozdanie powinno zawierać zdjęcie/zdjęcia i krótki opis (2-3 zdania) z każdego wybranego zadania;
- forma sprawozdanie jest dobrowolna;
- sprawozdanie należy odesłać do organizatorów do dnia 15 czerwca na adres kulinarny.pp34@gmail.com

8. Certyfikaty:

- certyfikat udziału w projekcie otrzyma każda zgłoszona placówka (w wersji elektronicznej);
- certyfikat udziału w projekcie otrzyma każdy nauczyciel biorący w nim udział i zgłoszony w formularzu rejestracyjnym (w wersji elektronicznej);
- dyplom udziału w projekcie dla dzieci będzie dostępny na grupie facebookowej
https://www.facebook.com/groups/1039404993128265/?ref=group_header
do samodzielnego wydruku;
- certyfikaty zostaną przesłane uczestnikom pod warunkiem wykonania co najmniej 9 wybranych zadań podanych w harmonogramie (po jednym z każdego miesiąca) i dwóch zadań obowiązkowych;
- certyfikaty zostaną przesłane na adres podany w formularzu zgłoszeniowym do dnia 30 czerwca.

9. Pytania:

- wszelkie pytania należy kierować do organizatorów za pomocą poczty elektronicznej na adres kulinarny.pp34@gmail.com bądź za pośrednictwem grupy facebookowej https://www.facebook.com/groups/1039404993128265/?ref=group_header

10. Ewaluacja projektu:

- po zakończeniu projektu każdy z uczestników zostanie poproszony o wypełnienie krótkiego formularza ewaluacyjnego.

11. Postanowienia końcowe:

- udział w projekcie jest dobrowolny, bezpłatny i równoznaczny z akceptacją regulaminu.

Załącznik nr 1.

Zgłoszenie uczestnictwa
w Międzynarodowym Projekcie Edukacyjnym
“Pyszny sposób na nudę, czyli... przedszkolna książka kucharska”

Adres placówki.....

.....

Imię i nazwisko nauczyciela/nauczycieli.....

.....

Nazwa/numer grupy.....

Ilość dzieci w grupie.....

Adres e-mail na który zostaną przesłane certyfikaty i dyplomy

.....

Zgłoszenie należy odesłać na adres projektu kulinarny.pp34@gmail.com

do 15 września 2020 r.

Załącznik nr 2.

Harmonogram
Międzynarodowego Projektu Edukacyjnego
“Pyszny sposób na nudę, czyli... przedszkolna książka kucharska”

Międzynarodowy Projekt Edukacyjny “Pyszny sposób na nudę, czyli... przedszkolna książka kucharska” realizowany będzie w roku szkolnym 2020/2021 w miesiącach od września do maja.

Warunkiem uczestnictwa w projekcie jest potwierdzenie swojego udziału do 15 września 2020 r. i realizacja zadań wyszczególnionych w harmonogramie. **W każdym miesiącu nauczyciel/e wybiera/ją min. jedno zadanie do wykonania.**

Zwieńczeniem projektu jest ogłoszenie konkursu fotograficzno-kulinarne i stworzenie własnej “Przedszkolnej książki kucharskiej” (wzór regulaminu konkursu zostanie dołączony w dokumentacji projektu).

Warunkiem uzyskania certyfikatu jest realizacja min. 9 zadań (po jednym z każdego miesiąca) i przeprowadzenie wewnątrzprzedszkolnego konkursu “Przedszkolna książka kucharska”. Sprawozdanie z realizacji projektu należy przesłać do dnia 15 czerwca 2021 r. na adres kulinarny.pp34@gmail.com

Wrzesień:

- Zapoznanie dzieci z zawodem kucharza, wyjaśnienie pojęcia książka kucharska, przepis, oglądanie książek kucharskich, rozmowa na temat ulubionych potraw dzieci (**zadanie obowiązkowe**).
- Wycieczka do przedszkolnej kuchni, rozmowa z pracownikami na temat przygotowania posiłków.
- Zajęcia o zdrowej i niezdrowej żywności i ich wpływie na zdrowie człowieka.

Październik:

- “Przetwory na zimowe wieczory” - wspólne przygotowanie przetworów np.: kiszenie ogórków.
- “Światowy Dzień Makaronu” (25.10) - **zadanie do wyboru**, zachęcamy by w tym dniu w menu przedszkolnym pojawiły się dania z makaronem:
 - makaronowa praca plastyczna;
 - wspólne przygotowanie makaronu;
 - zajęcia na temat zdrowych właściwości produktów zbożowych w diecie dzieci.
- Wykonanie ludzików z warzyw i owoców, wystawa prac.

Listopad:

- “Dzień buraka” (24.11) - **zadanie do wyboru**, w tym dniu dzieci i pracownicy ubierają się na bordowo/czerwono. Zachęcamy by w tym dniu w menu przedszkolnym pojawiły się buraki:
 - zapoznanie z wyglądem buraka czerwonego i białego, jak powstaje cukier i wyroby cukiernicze, wpływ cukru na zdrowie człowieka;
 - praca plastyczna sokiem buraka malowana.
- “Europejski Dzień Zdrowego Jedzenia i Gotowania” (8.11) - przygotowanie śniadania w formie szwedzkiego stołu ze zdrowymi produktami, stworzenie piramidy zdrowego żywienia (metoda dowolna).

Grudzień:

- “Ozdoby kolorowe, czyli... pierniczkowe” - przygotowanie bądź ozdabianie bożonarodzeniowych pierniczków.
- “Nakrywamy świąteczny stół” - poznanie zasad panujących przy stole w trakcie posiłku, zwrócenie uwagi na prawidłową postawę podczas spożywania posiłku, nauka prawidłowego rozmieszczenia sztućców (podstawowych).

Styczeń:

- Wykonanie zdrowych, kolorowych kanapek.

- Inscenizacja wiersza "Na straganie" (np. jako urozmaicenie zajęć otwartych, spotkania z rodzicami, dla starszych/młodszych grup przedszkolnych).

Luty:

- "Międzynarodowy Dzień Pizzy" (9.02) - wspólne przygotowanie zdrowej pizzy.
- "Tłusty czwartek" - wykonanie "pączkowej" pracy plastycznej.

Marzec:

- "Międzynarodowy Dzień Szpinaku" (26.03) - w tym dniu dzieci i pracownicy ubierają się na zielono. Zachęcamy by w tym dniu w menu przedszkolnym pojawił się szpinak. Przygotowanie zielonego smoothie (np. szpinak, natka pietruszki, jabłko, kiwi, sok z limonki, woda).
- "Dzień piekarzy i cukierników" (15.03) **zadanie do wyboru:**
 - zajęcia "Od ziarenka do bochenka";
 - pieczenie chleba/bułek;
 - pieczenie bądź ozdabianie babeczek (np. zdrowych marchewkowych).

Kwiecień:

- "Dzień marchewki" (4.04) - w tym dniu dzieci i pracownicy ubierają się na pomarańczowo. Zachęcamy by w tym dniu w menu przedszkolnym pojawia się marchewka. Przygotowanie (**do wyboru**) soku z marchewki, surówki z marchewki, ciasta marchewkowego.
- Zrobienie sałatki wiosennej z nowalijek.

Maj:

- "Dzień mleka" (25.05) - w tym dniu dzieci i pracownicy ubierają się na biało. Zachęcamy by w tym dniu w menu przedszkolnym pojawiło się mleko i jego przetwory. Zapoznanie z mlekiem i jego przetworami. **Zadania do wyboru:**

- wizyta w gospodarstwie rolnym (ukierunkowanym na produkcję mleka);
 - wizyta w sklepie - oglądanie półek z nabiałem;
 - degustacja mleka i jego przetworów (maślanka, kefir, ser biały, ser żółty, jogurt, serek topiony);
 - rysowanie na mleku (talerz z mlekiem, patyczki kosmetyczne, barwniki/rozcieńczone farby).
- "Szaszłyki zdrowe bo owocowe" - zrobienie i degustacja szaszłyków z owoców sezonowych np.: truskawki, maliny, borówki i innych.

Cały okres trwania projektu:

- ogłoszenie konkursu fotograficzno-kulinarneho i stworzenie własnej "Przedszkolnej książki kucharskiej"

Załącznik nr 3.

Zgoda rodziców na udział dziecka
w Międzynarodowym Projekcie Edukacyjnym
“Pyszny sposób na nudę, czyli... przedszkolna książka kucharska”

Nazwa przedszkola:.....

Grupa:.....

Wyrażam zgody na udział mojego dziecka

w Międzynarodowym Projekcie Edukacyjnym „Pyszny sposób na nudę, czyli... przedszkolna książka kucharska” realizowanym w roku szkolnym 2020/ 2021, od września do maja.

Wyrażam zgody na przetwarzanie danych osobowych mojego dziecka

imię i nazwisko, wiek, nazwa placówki w celu realizacji zadań i działań prowadzonych w ramach projektu „Pyszny sposób na nudę, czyli... przedszkolna książka kucharska”.

Wyrażam zgody na rejestrowanie wizerunku mojego dziecka

podczas realizacji działań i zadań w ramach projektu „Pyszny sposób na nudę, czyli... przedszkolna książka kucharska”.

Wyrażam zgody na wykorzystanie wizerunku mojego dziecka

poprzez umieszczanie zdjęć, filmów na profilu projektu na portalu społecznościowym Facebook

https://www.facebook.com/groups/1039404993128265/?ref=group_header, a także na stronach bezpośrednio związanych z realizacją projektu w celu informacji i promocji projektu.

