



ОРЦЕ НИКОЛОВ
Ј.У.О. ДЕТСКА ГРАДИНКА

Датум:	08.06.2020
Тема:	Секој има право да се храни здраво

Возрасна група: 4-6 години



Стандард:	- Детето стекнува информации за средината преку набљудување и манипулација. - Детето може да зборува и комуницира. - Детето демонстрира знаење за количина, бројки и броење. - Детето демонстрира способност за класификација и серијација. - Детето може да ја користи својата креативност во секојдневните активности - Детето може да се движи координирано, со цел. - Детето може да ги користи своите сетила - вид, слух, допир, мирис, вкус за регулирање на движењата
-----------	--

Цел на активноста:	* Да се поттикнува љубопитноста и иницијативноста кај детето за стекнување нови знаења * Да се оспособува вербално да го соопштува своето доживување за вкус и мирис * Да се развие способност за опсервација, слушање и имажинација според доживувањата низ музичките активности * Да се поддржува за јасно, течно и акцентирано изразување при јавни настапи пред врсниците и возрасните. * Да се поттикнува кон користење за стандардни мерки за мерење на килограм. * Да се оспособува за класификација, компарација и серијација според боја, форма и големина.
Активност	Подготовки на салати - овошни и зеленчукови
Опис на активноста	Драги родители овој месец нашите пазари, а кај некои и дворовите и градините се богати со најубавите, а за децата најсакани овошки јагоди и цреши. На следниот линк имате микс од песнички за „Здрава храна“ - заедно со децата да пеете, танцувате како вовед во денешната активност https://youtu.be/IVsJ32-zvWE Активноста започнете ја со две гатанки, а децата нека погодуваат: Црвена сум, блага сум крцкава и вкусна што сум јас ?..... ЈАГОДА  Топчиња сме две црвени и слатки, а децата не ставаат на ушите како обетки. Што сме ние?..... ЦРЕШИ



Преку серија слики поттикнете ги на разговор за здрава храна, прочитајте им го текстот од сликите...

Како и каде се одгледуваат, како се чуваат, хигиена - миење на плодовите пред да се конзумираат свежи или приготвени... Набројувајте што се спаѓа во здрава храна од овошје и зеленчук... За што ни помага храната... (повторување и утврдување на знаења, умеења, вештини стекнати во претходните активности).

Здравата храна набавувајте ја во пребогатиот шпајз на Македонија.

„Здрава храна, долг живот“

На сите ним природата не им дала
никаква мана, затоа важат како најздра-
ва храна!

Се разбира, важно е и тоа како и каде
се одгледуваат, како се чуваат, кога се
јадат свежи, а кога и како се приготву-
ваат.



Но има и такви што се самоникнати в
шума или на некоја ливада или падина.

Сите овошки и зеленчуци треба
навреме да се засадат или да се засеат.
Ама има и време на цутење и плодно
зреење!



Овошките се садат и растат во овошна, а зеленчуците - во зеленчукова градина.



И кај нас и во светот разни овошја и зеленчуци има.

На пазарите може да се најдат од рана пролет, па до доцна зима!



ХРАНАТА ТИ ПОМАГА ДА...

Секој знае дека треба да јадеме секојдневно. Храната што ја јадеш во текот на денот му помага на твоето тело да расте и да се развива, го штити од надворешните влијанија и му дава сила и енергија.

Тоа значи дека храната ти помага:



Текстот од следната драматизација може да им го прочитате, одглумите преку театар на маса... изборот Ви го препуштаме на Вас...

ВЉУБЕНИ ЗЕЛЕНЧУЦИ

ДЕТЕ ВОДИТЕЛ: Еве што слушнав денес на тезгата на дедо Лазар, кај што се продава зеленчук, на Зелениот пазар...

МОРКОВОТ: Ах, таа прекрасна **БРОКОЛА**. Таа нова дама на пазаров што се јави... До кога ли ќе ме „дави“? Цел ден љубовни поздрави ѝ праќам, а таа воопшто не ме сфаќа!
Зар не е време да престане таа наша борба и да се најдеме заедно во некоја здрава, зеленчукова чорба?!

ПРАЗОТ: А што да кажам јас, неодежливиот **ПРАЗ**? По цел ден ѝ се додворувам на оваа зелена „врата“. А со неа и со две-три **РОДОКВИ**, би биле суперздрава салата!

ДОМАТОТ: **ПИПЕРКЕ** драга, зошто ме обвиваш со тага? Ние, одличен пар би биле. Ти – лута, јас – благ. Зар ни малку не сум ти симпатичен, драг? За нас заедно, човек би дал и цела плата кога би нè видел споени во шопска салата!

ЛУКОТ: Штом ќе ја погледнам долгана **КРАСТАВИЦА** веднаш ме обзема некаква кивавица. Растевме заедно, во ист двор... Зошто да не завршиме во вкусен таратор? Ја прашав за тоа, а таа ми вели: „Простете, господине **ЛУК**... Ама јас сум си вљубена во друг!“





Според желбата на вашето дете, (кои овошја најмногу ги сака пр. банана, киви, јагоди, малинки) во подлабок сад подготвувате **овошна салата**, со претходно добро измиено и исецкано овошје или во соковник исцедите свеж сок.

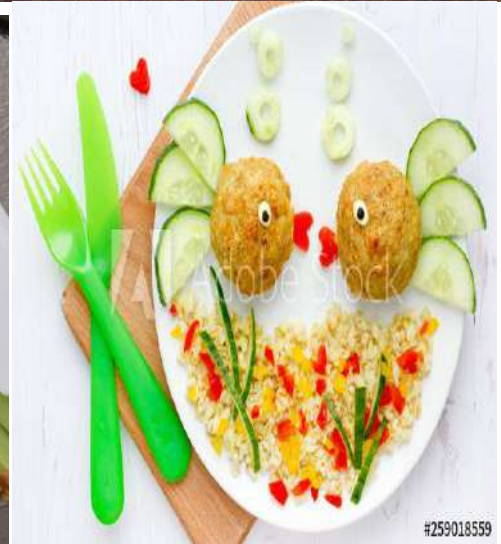
Друга варијанта е да подготвите **зеленчукова салата** од она што вашето дете најмногу сака да јаде.

На следните линкови „Петко и 5+ Фамилија“ Ви приготвуваат креативни идеи за Вашите деца од серијалот: „Здрава храна за детство без мана“

- **Цитрон коктел**
<https://youtu.be/wiSSaFGFI60>
- **Шумата на Црвенкапа**
<https://youtu.be/V23F3d0t9qE>

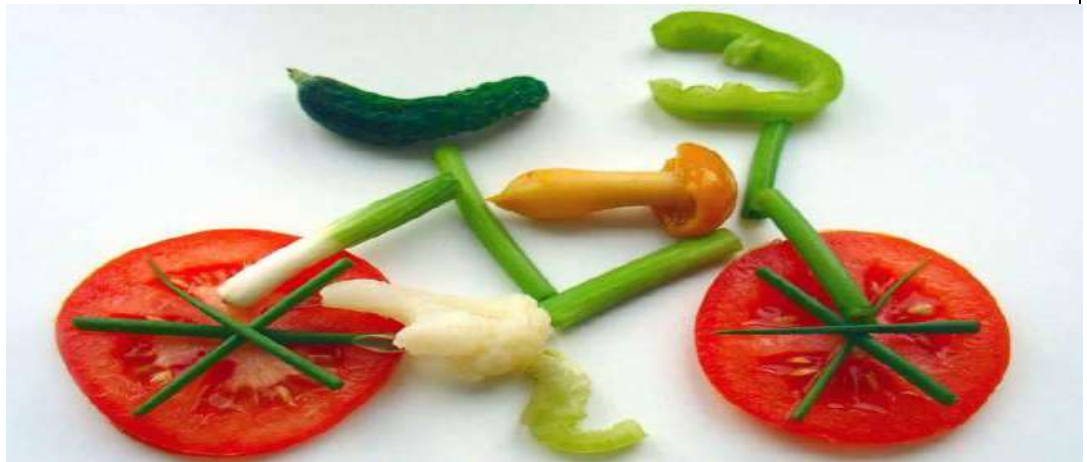
За да се зголеми и поттикне апетитот на детето, може овошната или зеленчуковата салата да се подготви и на покреативен начин (да се направат форми на животни, цвет)итн.













Додека се забавувате со декорирање слушајте ја песничката: „Час за здрава храна“ - Златно славејче 2018

<https://youtu.be/SSKYSc8CdW0>

На бели листови или книжни чинии, децата нека го нацртаат или залепат (готови апликации) своето омилено јадење, па заедно креирајте рецепти, запишете ги и направете книга „Наши омилени рецепти“, што се става и како се подготвува мени со здрава храна

„Наши омилені рецепти“



Потребні матеріали

Аудиовізуелні средства, Приказна по серија слики, кукли на стапче за драматизација, свежи сезонски зеленчукови и овошни плодови..

Прикачување на слика, линк, или видео

Корисни линкови:

<https://youtu.be/q-sOf5EP1WY>

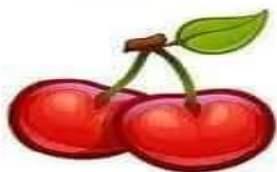
https://www.youtube.com/playlist?list=PLYA_YPyU1tf4E9mlwbZFZ5eW9RKjonCbn

<https://www.pinterest.com/tinyme/kids-food-art/>

Возрасна група: 3-4 години

Стандард:	- Детето ги набљудува и опишува карактеристиките на живиот свет. - Детето може да го збогати својот речник и да покаже напредок во правилниот говор. - Детето може да воспостави контрола на движењата на дланките и прстите
Цел на активноста:	- Да се стекнуваат знаења и способности за препознавање и класификација на зеленчукот - .овошјето - Да се усовршува способноста за јасно изговарање на различни гласови. - Да се поттикне да ги користи движењата на прстите и дланката за конкретна цел.
Активност	„Денес ќе се сладиме со овошја и зеленчуци разни“
Опис на активноста	Активноста започнува со музика и движење, препознавање бои, објаснети на следната слика.  На следните слики поттикнете ги децата да разликуваат што е овошје, а што зеленчук, целта е да ги препознаат именуваат, опишат...,обидете се заедно да ја пронајдете соодветната сенка.

Найди тень.



Мам.Кня

Поттикнете го детето да ви покаже што е цело, а што е половина од понудените плодови на сликата, можете и практично да го направите тоа со некое овошје или зеленчук.



ПОЛОВИНА ОВОШЈЕ ЗА ТЕБЕ...

ПОЛОВИНА ОВОШЈЕ ЗА МЕНЕ...

Понудете му чинија цреши или јагоди и разговарајте за нивниот вкус. Ви предлагаме да направите и вкусно смути од јагоди. Смутито може да го направите и од друго овошје по ваша желба. Додека го дегустирате и уживате, слушајте ги песничките „Јагоди“ <https://youtu.be/AKQwsAf8IOA>

„Цреши на уши“ - Фестивал Тра-ла-ла 2018

<https://youtu.be/BcQrFy-iXX8>

Потребни материјали

Сезонско овошје и зеленчук, аудиовизуелни средства, блендер

Прикачување на слика,
линк, или видео

Корисни линкови:

<https://youtu.be/q-sOf5EP1WY>

https://www.youtube.com/playlist?list=PLYA_YPyU1tf4E9mlwbZFZ5eW9RKjonCbn

<https://www.pinterest.com/tinyme/kids-food-art/>

Возрасна група: 2-3 години

Стандард:	- детето демонстрира способност за учество во музички активности. - Детето демонстрира интерес за учество во разни форми на визуелна креативност. - Детето може да ги контролира деловите на телото
Цел на активноста:	- Да се поттикнува и поддржува интересот за пеење и слушање на песни. - Да се поттикне интересот на децата кон цртањето и обликување на разни едноставни форми. - Да се развива способноста за координација на рацете и нозете при основните природни движења.
Активност	Мојот пазар
Опис на активноста	Направете импровизиран пазар во домот со овошје и зеленчук каде детето ќе се забавува играјќи ја улогата на продавач или купувач; ☐ „Игра со бои“ - помогнете му на детето да ги сортира зеленчукот и овошјето според бојата; ☐ Со помош на мама да подготвиме свежа зеленчукова или овошна салата, со помош на апликации или пак сами изработете од хартија; ☐ Нахранете го зајчето - од хартиена кеса направете форма на зајаче и потоа направете отвор во кој детето става од апликации од зеленчук и овошје. ☐ И пиеме свежо цедено сокче.





Според желбата на вашето дете, (кои овошја најмногу ги сака пр. банана, киви, јагоди, малинки) во подлабок сад подготвувате овошна салата, со претходно добро измиено и исецкано овошје или во соковник исцедите свеж сок. За да се зголеми и поттикне апетитот на детето, може овошната салата да се подготви и на покреативен начин (да се направат форми на животни, цвет)итн.





Додека го дегустирате и уживате, слушајте ги песничките „Јагоди“.

<https://youtu.be/AKQwsAf8lQA>

„Цреши на уши“ - Фестивал Тра-ла-ла 2018

<https://youtu.be/BcQrFy-iXX8>

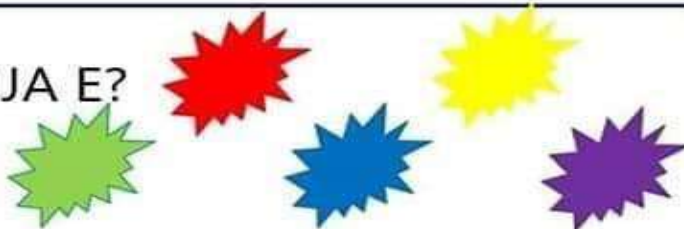
КАЖИ ШТО ЗНАЕШ....



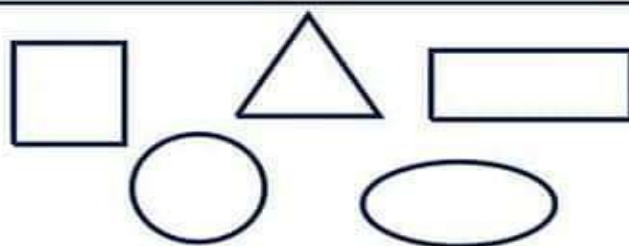
ШТО Е ОВА?



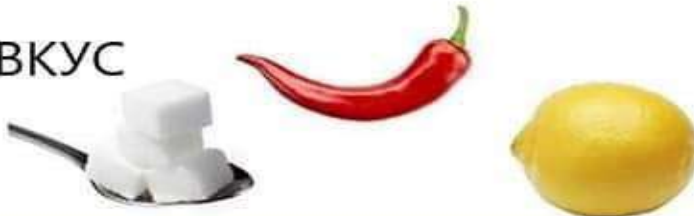
КАКВА БОЈА Е?



КАКВА
ФОРМА Е?

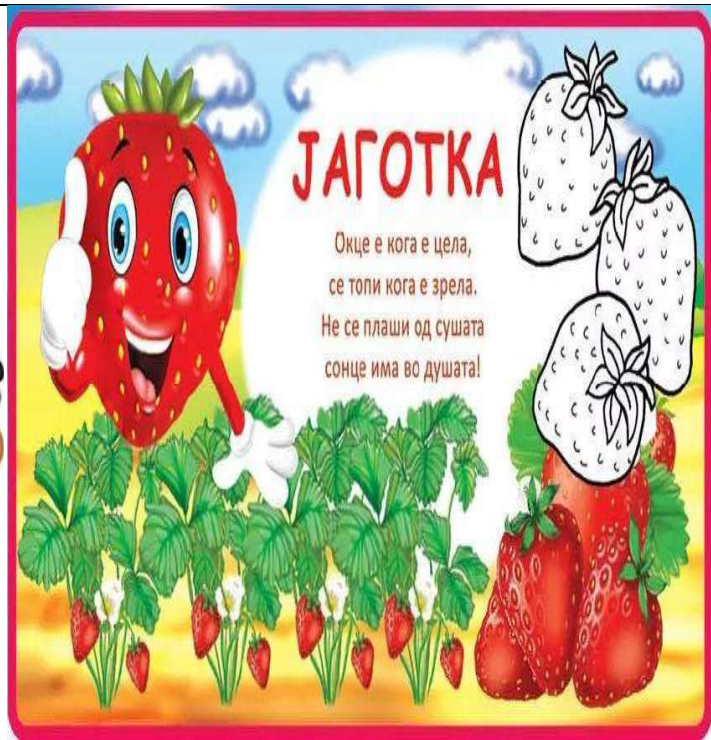


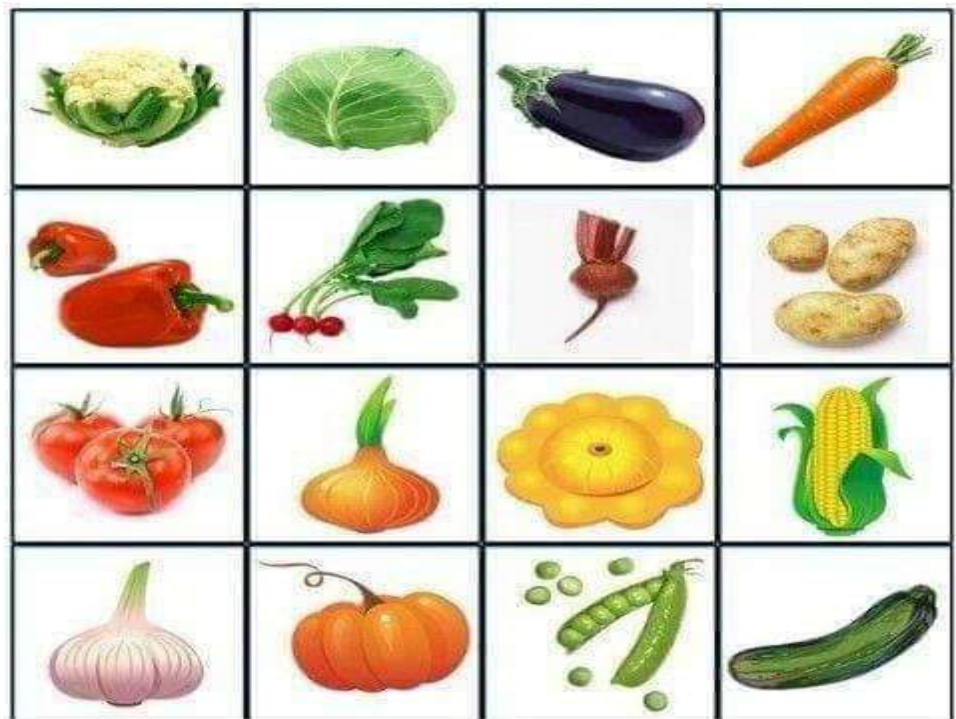
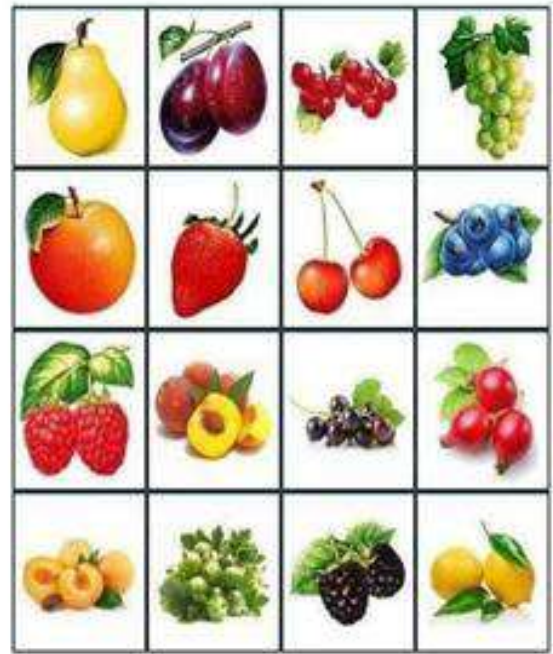
КАКОВ ВКУС
ИМА?



КАДЕ РАСТЕ?







Игра: „Меморија со овошје и зеленчук“



Потребни материјали

Аудиовизуелни средства, апликации, слики, сезонско овошје и зеленчук

Прикачување на слика,
линк, или видео

Корисни линкови:

<https://youtu.be/q-sOf5EP1WY>

https://www.youtube.com/playlist?list=PLYA_YPyU1tf4E9mlwbZfZ5eW9RKjonCbn

<https://www.pinterest.com/tinyme/kids-food-art/>