

Marchewkowy zawrót głowy



Jolanta JABŁOŃSKA

Od kilku lat organizujemy w naszej „Krainie Misiów” integracyjne, tematyczne, rodzinne pikniki w przedszkolnym ogrodzie. To wynik naszych rozważań i idei dotyczących włączenia rodziców w proces przedszkolnej edukacji i wychowania. Jest on pomysłem na ciekawe, kształtujące oraz motywujące do różnych działań spędzenie czasu przez całe rodziny w naszym pięknym ogrodzie. To także okazja do nawiązywania serdecznych, przyjaznych relacji międzyludzkich, integracji przedszkolaków oraz promocji zdrowego odżywiania, które jest dewizą naszej placówki.

We wrześniu organizujemy rodzinny piknik połączony z pasowaniem na przedszkolaka. Zapraszamy wówczas całe rodziny do wspólnej zabawy na powietrzu. Dbamy, aby był to czas pełen atrakcji i niespodzianek. Jest to również okazja do spożycia zdrowych, smacznych przekąsek, które przygotowujemy wspólnie z rodzicami. Dodatkową zaletą naszych

pikników jest fakt, że nie zapraszamy do ich prowadzenia osób z zewnątrz, które zawodowo zajmują się taką działalnością. Oszczędzone z tego tytułu pieniądze możemy przeznaczyć na inne cele przedszkolne. Mamy też wpływ na wybór zabaw, gier, działań plastycznych czy ruchowych proponowanych uczestnikom spotkania. Daje nam to wiele satysfakcji i pewność, że nasze pomysły spełnią oczekiwania przedszkolaków, oraz że będą dostosowane do ich możliwości. Dzieci, rodzice oraz inni członkowie rodzin chętnie uczestniczą w naszych piknikach i z radością pomagają nam w ich organizacji, za co jesteśmy im bardzo wdzięczni.

Moim pomysłem na dekorację ogrodu było przygotowanie jej w dominujących dwóch kolorach: pomarańczowym i zielonym. Nauczycielki wspólnie z dziećmi ze wszystkich grup wykonały przestrzenne marchewki, które rozmieściliśmy w różnych miejscach ogrodu. Przedszkolaki chętnie

pomagały nam w tej pracy. Marchewki stały się także ozdobą poszczególnych stoisk. Na tarasie powiewały na wietrze pomarańczowo-zielone paski krepiny. W skrzynkach „posadziliśmy” duże marchewki. Stoły zostały przykryte obrusami z krepiny i oznaczone nazwami poszczególnych stoisk, by wszyscy wiedzieli, jakie atrakcje czekają przy każdym z nich. Podczas wspólnego śpiewania piosenki zespołu Lady Pank *Marchewkowe pole* dzieci miały na głowach marchewkowe opaski i czapeczki. Istny „marchewkowy zawrót głowy”, aby zachęcić uczestników pikniku do jedzenia tego zdrowego warzywa i uczestnictwa w wesołej zabawie!

Pasowanie na przedszkolaka w ogrodzie przedszkolnym to nasz sprawdzony pomysł. Z pomocą w opianowaniu tremy nowym podopiecznym przyszły nasze misie, które z zaciekawieniem oglądały przygotowany specjalnie na tę okazję krótki program artystyczny. Składał się on z piosenek



Przedszkolaczek i *Jadą, jadą misie* oraz z wiersza *Mam trzy lata*. Po jego zakończeniu każde dziecko dostało pluszowego misia, który będzie mu towarzyszył przez cały pobyt w przedszkolu. Nie zabrakło też specjalnie przygotowanych na tę okazję uroczystych dyplomów. Nasze maluszki pięknie prezentowały się na tle marchewkowych dekoracji. Niech i one rosną zdrowo, jak te zdrowe i smaczne warzywa!

Piknikowe stoiska

Marchewkowe przysmaki, czyli „Marchewkowa minicukiernia pod chmurką” ze smaczными ciastami, ciasteczkami, babeczkami i budyniami, których podstawowym składnikiem były marchewki. Wszystkie smakołyki ozdobiliśmy motywami w pomarańczowym kolorze. Twórcami tych przysmaków były mamy, bacie, ciocie, a nawet tatusiowie naszych wychowanków. Marchewkowe słodkości pięknie komponowały się z dekoracją cukiernianych stołów. Rodzice zostali wcześniej poinformowani, że podczas pikniku zbieramy fundusze na parking rowerowy dla naszych przedszkolaków. Przymaki, w cenie dwóch złotych, kusily wszystkich swoim wyglądem i zapachem. Słoiczki szybko zapełniały się i perspektywa budowy wymarzonego parkingu stawała się coraz bardziej realna. Wszyscy byli zachwyceni smakiem i wyglądem marchewkowych wypieków, a nasze panie



wożne miały przy tym stoisku ręce pełne pracy.

Pyszny i zdrowy sok marchewkowy.

To stoisko wyposażone było w sokowirówki. O ich przyniesienie poprosiliśmy rodziców podczas zebrania. Stanowisko obsługiwały nasze panie kucharki wspólnie z rodzicami. Obrane marchewki (w dużej ilości) i umyte jabłka ułożone były w koszykach, więc przygotowanie świeżego soku nie zajmowało wiele czasu. Smakoszki zdrowego napoju nie brakowało – wypełnione kubeczki szybko znikaly z zielonych stołów. Do jego picia

nikogo nie musieliśmy namawiać, w kolejce stali i mali, i duzi.

Sok z marchewki to źródło witamin z grupy B (w tym kwasu foliowego) oraz witamin A, K, H, E, PP i K. Zawiera on również żelazo, wapń, cynk, potas, miedź, fosfor, jod, magnez, kobalt i krzem. Dzięki częstemu spożywaniu marchwi zwiększamy naszą odporność oraz obniżamy poziom złego cholesterolu!

Marchewki do chrupania. Nasze przedszkolaki bardzo lubią chrupać twarde warzywa. Na piknik przygotowałyśmy dla nich pomarańczowe paluszki



marchewkowe. Podając dzieciom tego typu przekąskę, chronimy ich zęby przed próchnicą. Przysmak spotkał się z dużym zainteresowaniem przedszkolaków. Na dworze cienkie marchewkowe paluszki smakują zupełnie inaczej!

Pastelowa kolorowanka marchewki. Na stolikach ustawionych na płycie ogrodu zgromadzone zostały pastele (pomarańczowe i zielone) oraz konturowe rysunki marchewek z podpisem „Marchewkowy zawrót głowy”. Dzieci mogły pokolorować rysunek, zabrać go do domu lub przypiąć na „wystawę pod chmurką”, aby inni mogli podziwiać dokładność i precyzję wykonanej pracy.

Marchewkowa wyklejanka. Na tym stoisku czekała na dzieci ogromna marchewka narysowana flamastrem na szarym papierze. Zadaniem naszych podobiecznych było pokolorowanie pastelami kawałków papieru, a następnie przyklejenie ich na wspólną marchewkę. W ten sposób powstała barwna (pomarańczowo-zielona) marchew o ciekawej strukturze plastycznej. Przedszkolakom w pracy pomagali rodzice i młodsze rodzeństwo. Nasze warzywo zostało przymocowane do grubego drzewa, tworząc ciekawą dekorację ogrodu.

Marchewkowe zdjęcie. Wykonana z grubego kartonu marchewka z wyciętym na górze otworem i przymocowana do stelaża była dużą atrakcją dla małych i dużych. Dzieci, wkładając głowę w wycięty otwór, zamieniały się w marchewkę i wesoło uśmiechały do osoby robiącej zdjęcie. Pomysł ten cieszył się dużą popularnością.

Malowanie marchewek na ciele. Tutaj, przy pomocy specjalnych farb i flamastrow, pani Anetka wyczarowywała na ciałach przedszkolaków śliczne marchewki. Od dziecka zależało, gdzie będzie ją miało namalowaną. Jedni chcieli na rączkach, inni na policzku czy czole. Dzieci cierpliwie i spokojnie czekały na efekt końcowy. To była dla nich prawdziwa frajda. Jak tu, z taką

marchewką na twarzy, nie pochrupać prawdziwej, słodkiej i smacznej?

W naszym przedszkolu mamy już duże doświadczenie w organizowaniu tematycznych pikników integracyjnych. Zdrowych warzyw i owoców nie brakuje. Są one tanie i łatwo dostępne. Poza marchewkowym organizowaliśmy truskawkowy, jabłkowy, kasztanowy zawrót głowy oraz wiele innych. Tak naprawdę potrzebny jest prosty, ale ciekawy pomysł i sprawna organizacja. Należy wcześniej przemyśleć przebieg spotkania, zgromadzić potrzebne materiały, poprosić rodziców o pomoc oraz przydzielić zadania poszczególnym osobom. To gwarantuje sukces i zadowolenie zarówno uczestników, jak i organizatorów.

Razem możemy stworzyć wspaniałe przedsięwzięcie i niezapomnianą atmosferę. Tematykę spotkań można powtarzać co kilka lat, udoskonalając scenografię i rodzaje zaplanowanych zabaw, pamiętając przy tym oczywiście o funkcjonalnym i łatwo dostępnym miejscu do ustawienia różnych stanowisk. My już dzisiaj planujemy, jakie atrakcje będą nam towarzyszyć w kolejnym radosnym spotkaniu na powietrzu, i w jaki sposób powitamy nowe przedszkolaki w naszej „Krainie Misiów”.

Jolanta Jabłońska

Przedszkole nr 196 „Kraina Misiów”
w Warszawie