

Sali- buli

Az óvodások életében kiemelt helyen áll az egészséges életmód megalapozása, az egészséges táplálkozás és mozgás megszerettetése. A törvényi szabályzók túl az itt dolgozók egyfajta küldetésnek is érzik ezt, nemcsak az elmúlt évek eseményeire gondolva, hanem személyiségünkől fakadó önkéntes igény motiválja az egészség megőrzésére irányuló törekvéseket, ehhez kapcsolódó tevékenységek beépítését a mindennapjainkba.

A TOP.-5.2.1-HBI-2016-00007 Szociális városrehabilitációs programok megvalósítása Nádudvaron pályázat keretében 2023. október 25- én óvodáink mindegyik csoportjában Sali-bulira került sor.

Az egészség jegyében gyümölcssalátát készítettünk a gyerekekkel, melyben az óvodások aktívan vettek részt az előkészületektől az összeállításig. A tevékenység természetesen a higiéniai folyamatok betartásával- alapos kézmosással, majd gyümölcsmosással kezdődött. A kis vágódeszkák előkészítése után az óvodában használatos késekkel darabolták apróra a hozzávalókat a gyerekek, melynek során érzékszerveik által felfogható ismereteik gazdagodtak, hiszen megtapinthatták a gyümölcsök formáját, érezhették annak érdességét, szilárdságát, illatát. Az ízesítéshez kikészített anyagokat is megfigyelhették, megkóstolhatták, tovább fejlesztve szaglásukat, ízérzéküket, tapintásos érzékelésüket.

Az feldarabolt gyümölcsök salátás tálba való helyezése és a megfelelő ízesítés után maradéktalanul elfogyasztották az ízletes csemegét óvodásaink.

A szükséges eszközök (saláta alapanyagok) térítésmentesen álltak a gyermekek rendelkezésére, hozzájárulva ezzel céljaink eléréséhez, az egészségmegőrzés szokásainak alakításához óvodás korban és gyermekeink egészségének megőrzéséhez.

„Az egészség nem egyetlen tett, hanem szokásaink összessége.

Azzá válunk, amit rendszeresen teszünk.”

(Arisztotelész)

