

ŽIVJETI  
ZDRAVO

SMART FAMILY U VRTIČU

Aktivnosti  
za rad u skupini



HZJZ

SUVAG



neuvikas  
perhe



HEALTH4EUkids  
Your Kids' Health, Our Priority



NEKI VRTIĆ  
SLAVUJ

Dobro došli u još jedan Tjedan zdravlja u vrtiću. Ovoga puta slavimo "Smart Family u vrtiću". Odlične su vijesti upravo te da ovog puta naše slavlje traje puno dulje od jednoga tjedna. Možete uživati u aktivnostima koliko god to poželite. One možda postanu i sastavni dio vaše svakodnevne rutine. Budite vrijedni i isprobavajte brojne aktivnosti, a mi smo ovdje za vas i željno iščekujemo reakcije i velikih i malih na aktivnosti koje smo ovog puta pripremili.

U ovom dijelu možete pronaći brojne igre i aktivnosti za rad u skupini. To su zabavne igre koje potiču razvoj zdravih prehrambenih navika na zabavan i kreativan način. Kroz razne ponuđene igre dobro ćete se umoriti od vježbanja, najesti zdravih namirnica i upoznati se s nekim novim, zanimljivim likovima.

Ove aktivnosti koje donosimo jedan su mali dio svega što smo pripremili za vas. Ako isprobate sve ove igre, ne brinite, mi imamo spremno još puno materijala, samo nam se morate javiti i sve ćemo vam dostaviti. Posebno nas zanimaju kreativni načini na koje ćete vi ove predložene igre učiniti još zanimljivijim, potpunijim i koje ćete nove aktivnosti osmisliti potaknuti ovime što nađete u ovoj brošuri.

Pa... neka igre za zdravlje počnu!



# Igra

## vježbanja voćne salate

Upoznajmo voće i povrće uz pomoć zabavne igre tjelovježbe



### **Priprema i materijali:**

- Slike voća i povrća za pomoć u pamćenju
- Stolice složene u krug okrenute prema sredini kruga, broj stolica = broj djece

### **Opis aktivnosti:**

- Svako dijete sebi nadjene ime po voću: kruška, jabuka, banana itd.
- Djeca sjede na stolicama u krugu, a jedno dijete sjedi u sredini kruga bez stolice. Jedna stolica je prazna
- Prozivanjem, primjerice, "banana" dijete koje si je dalo ime banana mora promijeniti mjesto dok dijete koje sjedi u sredini kruga nastoji zauzeti slobodno mjesto.
- Tko ostane bez stolice sjeda u sredinu i odabire novu vrstu voća koja će mijenjati mjesto.
- Kad dijete koje sjedi u sredini prozove voćnu salatu, sve sretne voćke zamijene mjesta.

### **Savjet:**

- Igra se može mijenjati tako da se igra s hranom, kuhinjskim priborom itd.

# Mijesim, mijesim kruh

## dječja pjesmica za vježbu

Igrajmo se pečenja peciva uz zabavnu interaktivnu igru



### **Priprema i materijali:**

- Pjesmica:  
„Mijesim, mijesim, kruh,  
dodajem brašno, mlijeko, jaja.  
Gnječim, gnječim, kruh,  
da ga napravim do kraja“.

### **Opis aktivnosti:**

- Jedno dijete leži na leđima s raširenim rukama i nogama na podu kao “tijesto za kruh” koje se mijesi u ritmu pjesmice.
- Drugo dijete uz pomoć pjesmice “mijesi” kruh i imitira pokrete opjevane u pjesmici.
- Za kraj svi zajedno „pojedo” kruh.

### **Savjet:**

- Ako djetetu ne odgovara šakljanje, dopustite mu da ne sudjeluje u ovoj aktivnosti ili prilagodite rimu i pokrete djetetovim mogućnostima!

# Posadi voće i povrće

Vježbajmo riječnik povrća i voća uz pomoć interaktivne igre



## **Priprema i materijali:**

- debela deka ili lagani tepih
- plastificirane slike povrća i voća

## **Opis aktivnosti:**

- Zamolite djecu da zamisle da je tepih ili deka povrtnjak.
- "Povrtnjak" postavite u rub prostorije, malo dalje od mjesta gdje sjedite s grupom.
- Djeca neka sjednu blizu vas.
- Svako dijete izabire koje povrće ili voće želi biti i uzima svoju plastificiranu sliku.
- Voditelj aktivnosti proziva jedno voće ili povrće i govori "posadi npr. mrkvu".
- Dijete uzima svoju sliku i na kreativan način, bez ruku (na leđima, glavi i sl.) nosi sliku i "sadi" je u "povrtnjak".

## **Savjet:**

- Djeca se mogu uključiti u izradu slika povrća i voća.
- Djeca mogu saditi voće i povrće i u paru. Tad moraju smisliti način kako će zajedno, bez ruku, posaditi povrće ili voće.

# Mišić Roti vježba hrabrost da okusi

## Skupimo hrabrosti za kušanje uz mišića Rotija

### Priprema i materijali:

- Mišić Roti kao mekana igračka ili kao slika
- Ispričajte djeci priču o mišiću Rotiju, koji je trenirao kušanje paprike

### Opis aktivnosti:

Priča:

- "Bio jednom jedan mišić Roti, koji je cijeli život živio na rubu prekrasnog polja. Roti je živio dobrim životom na selu i uživao u mirnom seoskom životu u kojem se nije dogodilo ništa iznenađujuće. Mišić je volio jesti muhe i bio je dobar u hvatanju. Ali jednog dana dogodilo se da je mišić Roti slučajno uskočio u prikolicu dok je hvatao muhe. Prikolica je bila pričvršćena za auto koji je putovao po zemlji, a kada je auto krenuo, Roti je s njim otišao u grad. U gradu se imalo čemu čuditi. Mišić Roti je lutao ulicama u čudu i ubrzo pronašao novi udoban dom u podrumu male trgovine. Tamo je našao i nove prijatelje. Ali, u toj gradskoj trgovini je bilo puno manje muha koje je mišić volio jesti nego na selu. Što su jeli drugi mišići? Povrće kojega je bilo dovoljno u podrumu.
- Mišić je odlučio da će kao prvu novu namirnicu probati kušati papriku jer ih je u podrumu našao dosta:
- Najprije je proučavao papriku - kakvog je osjeta, kako miriše, izgleda ili zvuči kad se njezina površina tapka, trlja ili malo zareže malim nožićem.
- Tada je odlučio da mu paprika sljedećih nekoliko dana može obilaziti tanjur, a da je on ne mora kušati.
- Zatim je papriku stavio na usne poput ruža, a u isto vrijeme osjetio je malo okusa.
- Bio je to uzbudljiv dan: komadić paprike ušao je u usta Rotiju, ali je odlučio da se može vratiti na tanjur ako ga nije želio progutati. Ja sam hrabar mišić - hrabrio se.
- Kako je Roti to ponavljao nekoliko dana, njegova je hrabrost rasla i osjećaj sigurnosti se povećavao. Kušanje i jedenje postupno je postajalo lakše. Roti se usudio prvo pojesti mali komad paprike, zatim malo veće komade i postupno i paprike različitih boja.
- Jupi!!! Sad je mišić Roti bio zadovoljan svojim napretkom, jer se činilo da u novom domu ima dovoljno hrane za njega!



**Roti vas sada moli za pomoć,  
možete li vježbati s njim da zajedno kušamo neki novi okus?**

# Nela repa o hrabrosti za kušanje

Kod vježbanja hrabrosti za hranu i kušanje novih stvari, Nelina pjesma za hrabrost za kušanje može poslužiti kao pomoć

## **Priprema i materijali:**

- Napravite fotografije ili autoportrete za djecu na kojima dijete nosi plašt superjunaka. Slici možete dati ime i ona može poticajno djelovati na kušanje hrane u blagovaonici, prostoru za jelo itd.

## **Opis aktivnosti:**

- Razgovarajte s djecom o tome što znači hrabrost i hrabrost u prehrani? A što znači oprez u hrani?
- Upoznajte ih s djevojčicom Nelom. Nela je sama po sebi gurman (što je to gurman?), a Roti je oprezan mišić (iz prethodne igre hrabrosti da okusi). Mišić Roti vježba hrabrost za kušanje s Nelom i želi naučiti što više od nje.

Nela ima svoj vlastiti rap o hrani:

“Ja sam super kušač,  
ne bojim se okusa,  
sve ću ih probati,  
barem pomirisati  
možda čak i liznuti.  
Bravo ja bravo ja!  
Hrabra sam!!”

- Kako bi rap funkcionirao u vašoj grupi? Pokušajte ili izmislite vlastiti rap ili pjesmu.





# Snimimo zvukove svijeta hrane!

Upoznajmo pripremu hrane i bogatimo rječnik uz pomoć različitih osjetila

## **Priprema i materijali:**

- tablet računalo, pametni telefon ili drugi audio snimač
- olovka i papir
- dogovorite raspored s kuhinjskim osobljem.

## **Opis aktivnosti:**

- Snimite zvukove jela i kuhanja u malim grupama.
- Stvaraju se, na primjer, zvukovi svijeta hrane:
  - ulijevanje vode u lonac; guljenje i ribanje mrkve; žvakanje krepera ili jabuke; mućenje pjenjačem; prženje; kuhanje; otvaranje i zatvaranje poklopca; kuhalo za vodu; mikrovalna pećnica; blender; ...

## **Savjet:**

- Snimljeni zvukovi se mogu pogađati u skupini nekoliko trenutaka prije jela.
- Kako biste potaknuli djecu na pogađanje, možete koristiti slike izvora zvuka, koje se također mogu koristiti za učenje i bogaćenje rječnika o hrani.
- Aktivnost se može kombinirati s istraživačkim izletom u kuhinju dječjeg vrtića.



# Pogodite koje povrće? - istraživačka igra

Upoznajmo povrće i voće pomoću osjetila dodira

## **Priprema i materijali:**

- Povrće i voće
- Različite tkanine

## **Opis aktivnosti:**

- Ispod tkanine stavite povrće ili voće , npr. tikvicu, krastavac ili rajčicu
- Djeca mogu na temelju oblika ili s povezom preko očiju pokušati pogoditi o kojem se povrću ili voću radi.
- Tijekom ove aktivnosti možete također vježbati opisivanje kako izgleda površina povrća ili voća na temelju dodira.



# Upoznajte povrće dana!

Upoznajmo povrće ili voće na dnevnom jelovniku koristeći sva osjetila

## **Priprema i materijali:**

- lupe ili povećala, olovke, papir, cijelo povrće i/ili mali komadići za ispitivanje
- raspitajte se kod osoblja vrtićke kuhinje kad se djeci u obrocima nudi nešto malo manje poznato djeci
- uzmite male komadiće povrća iz kuhinje ili po mogućnosti jedno cijelo povrće

## **Opis aktivnosti:**

- Razgovarajte s djecom, npr. prije jela:  
Prepoznaje li netko ovo povrće? Je li ga netko već probao? Gdje raste? Koje jelo od njega možemo pripremiti?
- Upoznajte se s povrćem: Kako izgleda, miriše, okus, osjeti pod prstima, čuje kad se žvače?
- Za vrijeme ili nakon jela upitajte djecu:  
Koliko vas je hrabro uzelo povrće na tanjur? Kakav je bio osjećaj upoznati ga?

## **Savjet**

- Napravite likovnu aktivnost na temu povrća ili voća.



# Osjetilne karte

Ideja izrade osjetilnih kartica je pomoći djeci da razumiju i koriste različita osjetila

## **Priprema i materijali:**

- Olovke, papir ili časopisi
- Zajednička izrada karata

## **Opis aktivnosti:**

- S djecom izradite osjetilne kartice s prikazanim različitim osjetilima
- Kombiniranje kartica osjetila s drugim zadacima pomaže djeci zapamtiti koja osjetila koriste u bilo kojem trenutku

## **Savjet:**

- Lijepo osjetilne karte nastaju i fotografiranjem dječjih očiju, ušiju, nosova i usta
- Osjetilne karte mogu se koristiti za podršku drugim osjetilnim zadacima.





## Detektivski pas Pero istražuje

Istražimo čuda i posebnosti svijeta hrane s tajnim policijskim psom Perom

### **Priprema i materijali:**

- mekana igračka pas
- ručna lutka pas
- odjeća za uloge

### **Opis aktivnosti:**

- Započnimo s radom ispričavanjem ili glumljenjem priče o tajnom policijskom psu Peri: "Pas Pero živio je u Parizu i zanimala su ga čudesna istraživanja o hrani koja je provodio znanstvenik, gospodin Jacques. Perini štenci su bili izbirljivi u jelu i Pero je došao na ideju da s vremena na vrijeme dovede svoje psiće u vrtić da istražuju i kušaju nove okuse."
- Za svaku skupinu djece odaberite psića koji će zajedno s djecom doživjeti pustolovinu u svijetu hrane uz pomoć svojih osjetila.
- Istražujte s djecom posebnosti svijetu hrane.
- Kako priča napreduje, tajni policijski pas Pero može dati nove savjete, zadatke i pitanja. Uz dramski rad, možete razgovarati i o pitanjima koje djeca postavе.



## Dječja škola okusa

**Upoznajmo osnovne okuse kušanjem i razvrstavanjem na temelju kušanja**

### **Priprema i materijali:**

- slatki okusi: šećer, med, puding, čokolada, slatka jabuka, mrkva
- slani okusi: sol, kiseli krastavci, čips
- kiseli okusi: limun, mlaćenica/nearomatizirani jogurt, kisela jabuka
- gorko: pravi kakao prah pomiješan s vodom u pastu (1:1)
- čaše i voda

### **Opis aktivnosti:**

- S djecom isprobajte različite osnovne okuse
- Imenujte osnovne okuse i razgovarajte o njima
- Nakon svakog kušanja isperite usta vodom

# Sirova, zrela i prezrela banana

Naučimo o različitim stanjima jedne namirnice  
i upoznajmo riječi zrelo-sirovo

## **Priprema i materijali:**

- zelene, žute i smeđe banane
- daska za rezanje i nož

## **Opis aktivnosti:**

- S djecom istražite zelene, žute i smeđe banane
- Razgovarajte o tome kako izgledaju: boja, oblik, kora
- Prisjetite se dosadašnjih iskustava s bananama: Kakvog su okusa bile i gdje su ih nabavili? Kakav bi okus mogle imati ove banane različitih boja?
- Ogulite banane i pogledajte kakve su ispod kore
- Kušajte kakvog su okusa banane različitih boja. Pokušajte razmisliti zašto
- Neka svako dijete odabere koje bi boje bananu najradije pojelo

## **Savjet:**

- Raspodjela omiljenih banana u grupi može se usporediti pomoću stupčastih grafikona napravljenih od matematičkih kocki. Za svaki odabir dodajte jednu kocku u boji i uspoređujte visinu stupca.



# Voda s okusom

Napravimo s djecom vodu s okusom i ujedno vježbajmo finu motoriku sjeckanjem povrća i voća

## **Priprema i materijali:**

- 3 vrča za vodu
- kriške naranče
- kriške krastavca
- listići mente
- limeta ili limun

## **Opis aktivnosti:**

- Prvo s djecom razgovarajte i pokažite im kako se koristi nož.
- Zajedno nasjeckajte voće i povrće, stavite ih u vrč s vodom i dodajte začinsko bilje
- Napravite tri različita vrča za tri različita okusa vode
- Uživajte u vodi i razgovarajte s djecom o vlastitim preferencijama okusa

## **Savjet:**

- Razmislite o svim sezonskim plodovima koje možete dodati u vodu (npr. breskve, jagode, maline,...)
- Probajte različite kombinacije! Koji su parovi okusa bili najbolja kombinacija?







## **Degustacija jabuka**

**Razmislimo o vlastitim preferencijama okusa kušajući dvije različite jabuke**

### ***Priprema i materijali:***

- zelena jabuka (kisela)
- žuta/crvena jabuka (slatka)
- tablica za bilježenje rezultata (u prilogu)

### ***Opis aktivnosti:***

- Ponudite djecu neka kušaju dvije vrste jabuka;
  1. zelena i tvrđa jabuka (kisela)
  2. mekša kvaliteta žute/crvene jabuke (slatka)
- Nakon toga djeca mogu odabrati okus koji im se više sviđa.
  - onima koji su odabrali zelenu jabuku svidio se kiseli okus.
  - oni koji su odabrali žutu jabuku više su voljeli slatku jabuku.

# Prilog tablica.

## Osjetilna tablica za usporedbu (slatko i kiselo)

namirnica 1. slatko

(npr. žuta/crvena jabuka)

namirnica 2. kiselo

(npr. zelena jabuka)

Vid			
Sluh			
Miris			
Osjećaj u ustima			
Okus			

# Kreker za sva osjetila

## Upoznavanje različitih osjetila uz pomoć poznate hrane

### **Priprema i materijali:**

- krekeri
- pitanja podrške

### **Opis aktivnosti:**

- Osjetilo vida: Zašto imamo oči? Koje je osjetilo potrebno da bi gledali? Koje informacije iz ovog krekeru dobivate pomoću osjetila vida? Što se događa s krekerom kada ga podijelite?
- Osjetilo dodira: Koje je osjetilo potrebno da biste rukama mogli opipati različite stvari? Možemo bi opipati i u ustima? Kakav je osjećaj ovog krekeru u rukama ili u ustima?
- Osjećaj mirisa: Zašto imamo noseve? Koje je osjetilo potrebno da nešto pomirišemo? Zatvorite oči i pomirišite perez, kako miriše?
- Osjetilo sluha: Zašto imamo uši? Koje je osjetilo potrebno kada se stvarno pažljivo sluša? Poslušajmo zatvorenih očiju kako zvuči kad jedemo krekeru?
- Osjetilo okusa: Zašto imamo usta? Koje osjetilo nam omogućuje da kušamo kakav jeokus nečega? Kakav jeokus krekeru u ustima?

### **Savjet:**

- Zadatak se može napraviti i usporedbom dvije različite namirnice, npr. groždica i kiselog vrhnja.



# Moj omiljeni miris

Upoznajmo hranu uz pomoć njuha i razmislimo o vlastitim omiljenim mirisima

## **Priprema i materijali:**

- vanilija
- kakao
- kava
- origano
- cimet
- naranča

## **Opis aktivnosti:**

- Djeca biraju svoj omiljeni miris mirisanjem namirnica
- Potaknite djecu da kada mirišu, nabroje različite riječi koje opisuju različite mirise
- U slučaju starije djece, možete rangirati mirise i usporediti ih prema željama djece

## **Savjet:**

- Sa starijom djecom možete napraviti i stupčasti dijagram omiljenih mirisa pomoću samoljepljivih papirića ili pomoću raznobojnih kockica





## Pronađimo parove mirisa i slika

### Upoznajmo povrće i voće pomoću osjetila mirisa

#### **Priprema i materijali:**

- Slike koje prikazuju sastojke hrane i njihovi odgovarajući mirisi u staklenkama, npr.
  - slika jabuke i komad jabuke u staklenci
  - slika luka i komad luka u staklenci
  - slika naranče i komad naranče u staklenci
  - slika kopra i svježeg kopra u staklenci

#### **Opis aktivnosti:**

- Potičite djecu da mirišu staklenke i potraže parove mirisa i slika

#### **Savjet:**

- Pronalaženje parova može se olakšati pregledom i usitnjavanjem cijele namirnice, u kojem slučaju mirisni podražaji dolaze jače do izražaja.



## Zvučni parovi

Naučimo o različitim namirnicama i zvukovima koje one proizvode

Vježbajmo razumijevanje i pamćenje uz pomoć igre pamćenja

### **Priprema i materijali:**

- 4 – 10 posuda koje se mogu zatvoriti sličnog izgleda, npr. kutije za zamrzavanje, staklenke,...
- tjestenina, riža, žitarice, krušne mrvice, zobene pahuljice, kus-kus itd.

### **Opis aktivnosti:**

- Podijelite svaku namirnicu u dvije posude. Po želji jedan od parova može biti i npr. u prozirnoj posudi
- Potičite djecu da pronađu parove zvuka tako što će protresti posude i slušati zvuk koji proizvode
- U isto vrijeme neka pokušaju pogoditi što se nalazi u posudama
- Na kraju provjerite posude da vidimo jeste li pogodili parove

### **Savjet:**

- Uz ovo, možete zaigrati i zvučnu igru pamćenja: staklenke stavite na stol, a djeca ih traže tresući staklenke uz isti zvuk

# Kako zvuči hrana?

## Usporedimo hranu pomoću osjetila sluha

### **Priprema i materijali:**

- Nož, daska za rezanje, tanjuri ili šalice
- Različite zabavne kombinacije hrane koje zvuče drugačije kao što su:
  - hrskavi kruh i svježi kruh
  - jabuka i banana
  - sirova i kuhana mrkva
  - poħani sir i mekani sir tipa edamera
  - rižine žitarice suhe i neko vrijeme namočene u mlijeku

### **Opis aktivnosti:**

- Istražite s djecom što je na tanjuru? Prepoznajete li sve što vidite?
- Djeca neka naizmjenično kušaju i slušaju kakav zvuk proizvodi različita hrana
- Razgovarajte o tome kakve zvukove hrane čujete u svakodnevnom životu:
  - od same hrane, npr. hrskavi kruh, jabuka, mrkva, kruh sa sirom, rižine pahuljice
  - od rukovanja hranom, npr. kokice, otvaranje boce soda, kipuća voda, pucketanje vrećica čipsa,...
- Razgovarajte o svom omiljenom zvuku hrane i u kojim situacijama ga čujete



# Kako zvuči voda?

Istražujmo vodu pomoću osjetila sluha, vježbajući mjerenje i motoriku

## **Priprema i materijali:**

- Gazirana mineralna voda
- Voda iz slavine u vrču
- Po dvije čaše za piće

## **Opis aktivnosti:**

- Pomozite djeci da u čaše uliju mineralnu i običnu vodu
  - iz čega je lakše točiti? Iz potpuno pune ili skoro prazne boce?
  - kako izmjeriti jednaku količinu vode za sve?
- Naizmjenično slušajte kakav zvuk dolazi iz različitih čaša?
- Usporedite zvukove i, ako želite, okus različitih voda





# Egzotično voće

Različitim osjetilima upoznajemo egzotično voće i učimo opisivati osjete

## **Priprema i materijali:**

- Cijelo egzotično voće, npr.: kivi, ananas, mango, grožđe, banana, liči
- Izloženo rezano voće
- Noževi
- Povezi za oči
- Tanjuri, staklene posude

## **Opis aktivnosti:**

- Neka djeca istražuju voće zatvorenih očiju: Opišite oblik, veličinu, površinu, težinu, boju, itd.
- Narežite voće na manje komadiće (ostavite jedno voće netaknuto): Kušajte nasjeckano voće razgovarajući o njihovim okusima i osjećaju u ustima. Kako zvuči jesti različito egzotično voće? Kakve zvukove proizvodi sjeckanje?
- Na kraju, neka svako dijete nasjecka svoju voćnu salatu od voća koje voli

## **Savjet:**

- Egzotično voće može se naći i sušeno, a kušanjem i pregledom može se uočiti kako se voće na različite načine mijenjalo tijekom sušenja





## Pogodi što - igra prepoznavanja

Upoznajmo povrće, voće i druge namirnice pomoću osjetila dodira

### **Priprema i materijali:**

- Prazna kutija s otvorom za dječju ruku / platnena torba
- Mrkva, jabuka, banana, krumpir, zelena salata itd. ili brašno, šećer, tjestenina, orasi , riža, grašak,...

### **Opis aktivnosti:**

- U svaku kutiju ili vrećicu stavite po jednu vrstu hrane da djeca opipaju
- Prilikom pogađanja namirnice djeca mogu opisati oblik, površinu, tvrdoću, mekoću
- Neka djeca pokušaju pogoditi o kojoj vrsti hrane se radi
- Konačno, pogledajte što je u kutiji.

### **Savjet:**

- Kad je igra poznata, može se igrati i u paru

# Igra pogađanja brašna u staklenci

Osjetom dodira upoznajemo sastav i okus različitih vrsta brašna

## *Priprema i materijali:*

- krumpirovo brašno, krušne mrvice, pšenično brašno, pirovo brašno,...
- neprozirna staklenka

## *Opis aktivnosti:*

- U neprozirnim posudama ima raznih vrsta brašna: krumpirovo brašno, krušne mrvice, pšenično brašno,...
- Djeca rukama isprobavaju svako brašno i govore kako im se čini
- Na kraju gledajte što je u staklenkama i kušajte svako brašno zasebno (napomena: kušajte u različitim posudama netaknuto)





## Koje povrće ili voće? - krug pogađanja

Učimo o voću i povrću pomoću osjetila dodira  
i vježbajmo opisivanje taktilnih osjeta

### **Priprema i materijali:**

- razno povrće i voće kao što je cijela svježa mrkva, krumpir, kivi, grožđice, grožđe, paprika, krastavac, mandarina...

### **Opis aktivnosti:**

- Djeca sjede u krugu i iza leđa se dodaju različitim vrstama voća i povrća.
- Nakon što svako dijete dodikom istraži sve vrste voća i povrća, pokušavaju pogoditi o čemu se radi
- Zamolite djecu da opišu kakav je osjećaj na rukama bio opipavati povrće i voće.

### **Savjet:**

- U igri se mogu koristiti i druge namirnice, npr. kuhano jaje ili pereci.

# Uzbudljiva umjetnost s povrtnih površina

Promotrimo površinu povrća pomoću povećala

## **Pripreme i materijali**

- povećalo
- povrće i voće, različite biljke
- papir
- bojice

## **Provedba zadatka**

- Povećalom je zanimljivo promatrati npr.
  - peteljku lista salate
  - naboranu površinu agruma
  - površinu gljive
  - dlakavu površinu kivija ili breskve
  - dijelove cvjetače
- Neka svako dijete odabere jedno povrće ili voće i nacрта kako ga vidimo golim okom a kako pod povećalom.
- Ispod papira može staviti i npr. listove bilja, a površinu lista na papiru obojiti kredom.



# Naučimo riječi koje opisuju osjetilna iskustva!

## Popis pridjeva koji pomažu opisati osjetilna iskustva

### **Priprema i materijali:**

- Ispišite popis pridjeva:

### **Opis aktivnosti:**

- Popis pridjeva može se koristiti za podršku opisivanja osjetilnih iskustava u različitim situacijama, npr. u situacijama s jelom i tijekom obrazovanja o hrani.
- Pomozite djeci da opišu osjetilna i okusna iskustva:
  - Kakav je osjećaj hrane u zubima, jeziku, grlu?
  - Kakav okus ili miris ima hrana?
  - Kako izgleda hrana?
  - Kako hrana zvuči kad je jedete?
  - Je li hrana ukusna?

### **Savjet:**

- Dječji opisi obroka mogu se poslat u kuhinju ili iskoristiti za uključivanje djece u izradu jelovnika



čvrsto	kao zemlja	raženo	rastezljivo
kao oblak	kiselo	bistro	mrvljivo
glatko	oporo	kožasto	tvrd
kristalno	ljepljivo	slano	čudno
kvrgavo	tanko	topi se u ustima	debeo
vlaknasto	pljesnivo	teško	prepečeno
medeno	mekano	potrošeno	sirupasto
suho	papreno	začinjeno	voćno
ljuto	gumenasto	gnjecavo	porozno
slatko	oporo	mjhuričasto	maglovito
vruće	zagoreno	oštro	želatinozno
hladno	gorko	vatreno	puno pare
sklisko	pjenušavo	toplo	bez okusa
brašnasto	prozirno	trpk	labavo
drvenasto	zrnato	neokusno	kašasto
ledeno	šećerno	svježe	vodenasto
hrapavo	sočno	grubo	metalno
hrskavo	biljno	dlakavo	masno
nazubljeno	sjajno		







