

Naša eko hrana

Tatjana Kelnerić, odgajateljica
DV Varaždin- Biškupec

Zdrav način življenja trajna je zadaća održivog razvoja i može se reći da ne postoji dobna granica za početak takvog načina života. U tom kontekstu neizbježno je da cilj svakog odgojno-obrazovnog rada, bilo da je riječ o projektu ili svakodnevici jedne odgojno-obrazovne skupine u dječjem vrtiću, mora biti usmjeren na čisto i zdravo okruženje, neposredan kontakt djeteta s prirodom, pravilnu prehranu i kretanje.



Nakon rasprave o jabukama uslijedio je niz projektnih aktivnosti



Briga o biljkama u vrtu



Djeca pune komposište organskim otpadom tijekom cijele godine



Posjet tržnici



Praćenje truljenja jabuke



Vrt je spreman za sadnju

‘Naša eko hrana’ sasvim je novi projekt u Dječjem vrtiću Varaždin – Biškupec. Posebnost našeg dječjeg vrtića je u tome što unatrag nekoliko godina intenzivno radimo na promicanju zdrave prehrane kod djece. Iza nas su projekti ‘Zdrava hrana’ i ‘Naš vrt Zdravkić’. Aktivnosti provedene kroz ove projekte pomogle su nam da se kod djece i njihovih roditelja razvije svijest o važnosti zdrave prehrane. Ove godine otišli smo korak dalje. Sa sviješću o tome da se okoliš promijenio, da je prepun kemijskih tvari i otpada, da se djeci nudi hrana koja ih privlači intenzivnim bojama i neobičnim oblicima, a da im se sve manje nudi ona uistinu zdrava, odlučila sam posebnu pozornost posvetiti problemskoj situaciji pred kojom su se našla djeca starije mješovite skupine. Djevojčica Larisa donijela je u vrtić košaru punu jabuka koje je ubrala u svom voćnjaku. Željela je počastiti svoje prijatelje. Nekolicina djece odmah je primijetila da su te jabuke izgledom drukčije od onih iz trgovine. Razvila se rasprava oko toga koje su jabuke ukusnije i zdravije – one iz Larisinog voćnjaka ili one iz trgovine. Dječji su mi komentari pomogli da

ustanovim koliko stvarno razumiju problem o kojem raspravljaju. Na temelju tih iskaza, zajednički smo planirali daljnje aktivnosti. Na taj način formulirali smo i krajnji cilj projekta – uzgojiti eko povrće u vrtićkom vrtu te kod djece, ali i njihovih roditelja, razviti svijest o utjecaju tako uzgojene hrane na zdravlje ljudi i zaštitu prirode i okoliša. Imali smo sve nužne preduvjete za ostvarivanje našeg cilja: nešto povrća koje su djeca uzgojila u vrtićkom vrtu i koje smo iskoristili u sadnji, komposište kojeg su djeca punila organskim otpadom unazad tri godine i neprestanu motivaciju djece za učenjem.

U potrazi za odgovorima djeca su često sama planirala aktivnosti i dijelila zaduženja. Tako je djevojčica Lana nacrtala plan sadnje u vrtu i predložila ga djeci i odgajateljicama. Djeca su sama napisala popise onoga što im je potrebno za uzgoj zdrave hrane i međusobno podijelila zaduženja. Prema tom popisu planirali su daljnje aktivnosti. Između ostalog, izradili su teglice za sadnju biljčica koje će se kasnije presađivati u vrt te organizirali prikupljanje oruđa koje će im biti po-

trebno za radove u vrtu. Svakodnevno u svom malom vrtićkom vrtu djeca su bila okružena i raznim fenomenima prirode koje su imali prilike proučavati. Jedan od njih bilo je i truljenje. Djeca su pratila truljenje jedne jabuke po tjednima. Dječak David je na svom crtežu prikazao sve što je primijetio da utječe na proces truljenja.

Posjetili smo i tržnicu na kojoj smo tražili organski uzgojeno voće i povrće te razgovarali s prodavačima o načinu uzgoja. Ipak, djeca su najviše uživala brinući o biljčicama u vrtu; otklanjajući korov svojim rukama, zalijevajući biljke te pratiti njihov rast i razvoj. Uživali su i u ljepoti cvijeća kojeg smo posadili kako bi ono privuklo korisne kukce koji će se boriti protiv nametnika. Na kraju je uslijedila nagrada, čašćenje zdravim povrćem uzgojenim u vrtićkom vrtu, te priprema jela. Djevojčica Jana je izjavila: *Nikad u životu nisam jela tako fini krumpir i rajčicu!*, i svi smo joj po-

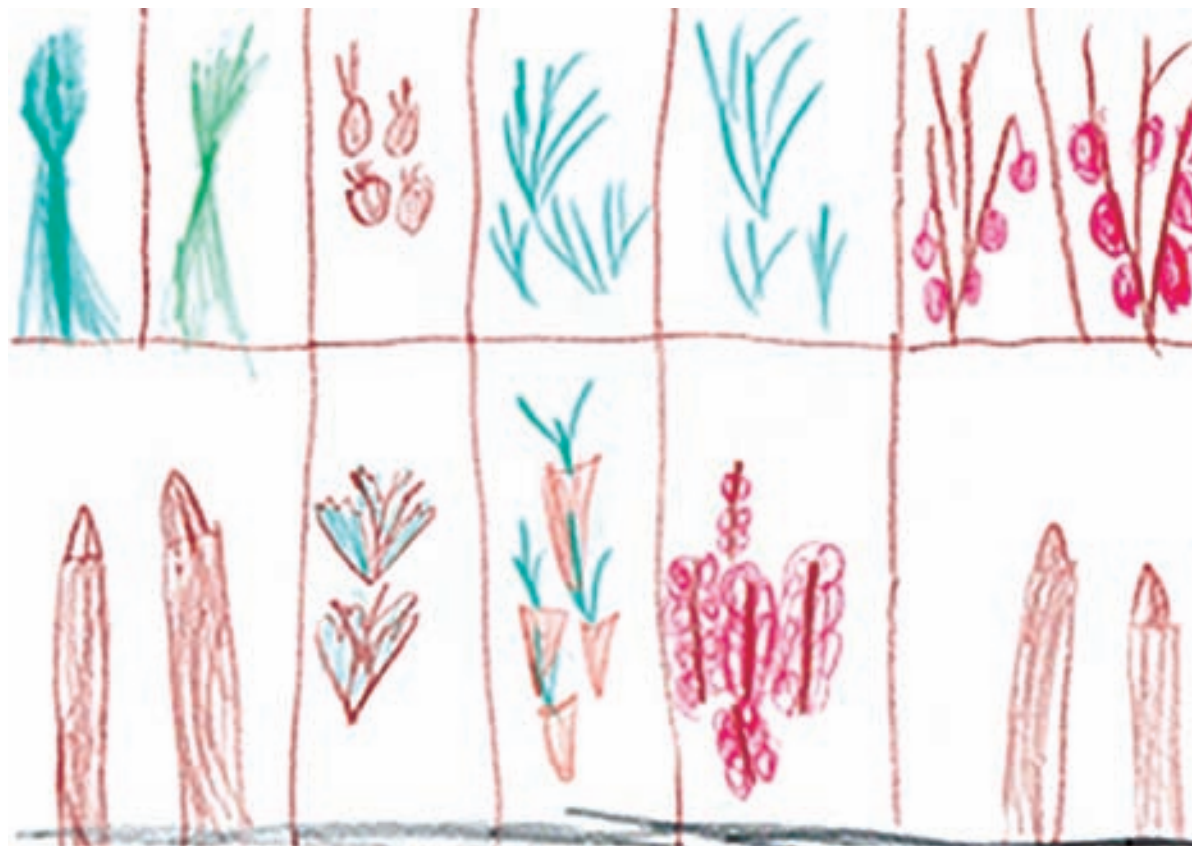
vjerovali. Vjerujemo kako su ovakve aktivnosti poticaj obiteljima na razmišljanje o važnosti proizvoda iz ekološkog uzgoja, ali i na usvajanje zdravih stilova života uopće. Odgajatelji su odgovorni za razvijanje dječje svijesti o povezanosti njih samih s prirodnim i proizvedenim okolišem. Zadaća odgajatelja je usadivati djeci ekološku održivost, osjetljivost i senzibilitet koji će uroditi zadovoljstvima poput ovih opisanih u ovom projektu, te uvidjeti značaj koristi danas za sutra – da u kasnijoj dobi izgrade jasniji pogled na fenomen života, začuđujuće mogućnosti njegova održavanja te se odužiti odgovornim odnosom prema njemu. (Rogers Forston, Reiff, 1994/5. str. 251.)

Literatura:

1. Knapić, I. (2011.): *Zdrava Prehrana*. Seminarski rad. Učiteljski fakultet u Rijeci.
2. Rogers Fortson, L., Reiff, J.C. (1994.): *Early Childhood Curriculum: Open Structures for Integrative Learning*. Allyn and Bacon, 1995.

SLEME
KODA
SEMLJ
KOMPOST
LOPATA
GRAPLJE

Dječje prehrambene navike uglavnom su rezultat roditeljskih navika i stavova o prehrani, ali isto tako, vrtić kao prva institucija u kojoj dijete često boravi i više nego kod kuće, može prenijeti snažne poruke djetetu i roditeljima o važnosti zdrave i raznolike dječje prehrane kao preduvjeta za uspješan rast i razvoj. (Knapić, 2012.)



Plan sadnje u vrtu, Lana, 5g.

istražujemo i stvaramo