

WINIARY

**Gotuj się
na
Zmiany**

RAZEM Z

WINIARY



WSTĘP DO KUCHARZENIA

SCENARIUSZ ZAJĘĆ DLA DZIECI W KLASACH 1–3



CELE MINISTERYJNE:

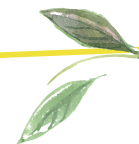


- Kierunek II: wspomaganie wychowawczej roli rodziny poprzez pomoc w kształtowaniu u wychowanków i uczniów stałych sprawności w czynieniu dobra, rzetelną diagnozę potrzeb rozwojowych dzieci i młodzieży, realizację adekwatnego programu wychowawczo-profilaktycznego oraz zajęć wychowania do życia w rodzinie.
- Kierunek VIII: wspieranie rozwoju umiejętności cyfrowych uczniów i nauczycieli, ze szczególnym uwzględnieniem bezpiecznego poruszania się w sieci oraz krytycznej analizy informacji dostępnych w Internecie. Poprawne metodycznie wykorzystywanie przez nauczycieli narzędzi i materiałów dostępnych w sieci, w szczególności opartych na sztucznej inteligencji.



CELE OGÓLNE:

- Zapoznanie z zasadami przechowywania żywności w lodówce w celu zachowania jej świeżości i zapobiegania zepsuciu.
- Wyjaśnienie roli optymalnych temperatur i stref do przechowywania różnych rodzajów żywności w lodówce.
- Zachęcenie uczniów do minimalizowania marnotrawstwa żywności przez odpowiednie jej przechowywanie i organizację lodówki.
- Wykształcenie nawyku regularnego czyszczenia lodówki i utrzymywania jej w czystości.



TEMAT: KATALOGOWANIE ŻYWNOSCI

Pomoce:

- karta A.



Czas: 15 min

PRZEBIEG ZABAWY

1. Nauczyciel zapoznaje uczniów z informacjami z „Karty wiedzy” na temat odpowiedniego katalogowania żywności w lodówce (nauczyciel może wydrukować kilka egzemplarzy i rozdać dzieciom).
2. Nauczyciel rozdaje uczniom kartę pracy (karta w formie otwartej lodówki, w której znajdują się sekcje: górna półka, środkowa półka, dolna półka, półki na drzwiczkach, szuflady na warzywa i owoce, szuflada na mięso, pojemniki na jajka), którą uczniowie wypełniają w trakcie wyświetlania prezentacji.
3. Na koniec dyskusja na temat przechowywania żywności, uczniowie dzielą się swoimi doświadczeniami i spostrzeżeniami.

TEMAT: LODÓWKOWE BINGO

Pomoce:

- karta B,
- kolorowa kredka dla każdego ucznia.



Czas: 10 min

PRZEBIEG ZABAWY

1. Nauczyciel rozdaje uczniom karty do gry w bingo.
2. Uczniowie pojedynczo lub w grupach zakreślają poprawne odpowiedzi dotyczące przechowywania żywności w lodówce.
3. Na koniec uczniowie wspólnie z nauczycielem sprawdzają odpowiedzi.

TEMAT: ORGANIZACJA LODÓWKI

Pomoce:

- karta C,
- arkusze papieru,
- gazetki ze sklepów spożywczych,
- klej,
- nożyczki.



Czas: 15 min

PRZYGOTOWANIE PRZED LEKCJĄ

Nauczyciel dzień przed przeprowadzeniem lekcji prosi uczniów o przyniesienie gazetek reklamowych z różnych sklepów spożywczych.

PRZEBIEG ZABAWY

1. Nauczyciel proponuje uczniom, aby na jednym stoliku położyli wszystkie gazetki reklamowe, które udało im się przynieść do szkoły.
2. Następnie prezentuje kartę pracy, objaśniając, że zadaniem uczniów jest wycięcie 20 produktów spożywczych z gazetek.
3. Spośród nich należy wybrać 12, które powinny być przechowywane w lodówce, po czym umieścić je i przykleić na odpowiednich półkach lodówki, jej drzwiach lub w zamrażalniku.
4. Pozostałe produkty uczniowie przyklejają na dole strony.
5. Po zakończeniu nauczyciel sprawdza poprawność wykonanego zadania i zachęca uczniów do dyskusji na temat ich prac.



1. WSTĘP

Dziś dowiemy się, dlaczego katalogowanie żywności w lodówce jest ważne i gdzie najlepiej przechowywać różne produkty, aby jak najdłużej zachowały świeżość.

2. DLACZEGO ODPowiednie PRzechowywanie Jest Ważne?

Krótką rozmowa na temat tego, jak właściwe przechowywanie pomaga utrzymać świeżość i smak jedzenia.



3. IDEALNE Miejsce w Lodówce

Krótką informacją o tym, że różne części lodówki utrzymują różne temperatury. Im bliżej zamrażarki, tym zimniej – najczęściej zamrażarka jest na dole lodówki, więc:

- górna półka: około 4-5°C
- środkowa półka: około 2-3°C
- dolna półka: około 0-1°C.

Ponadto:

- półki na drzwiczkach: około 4-7°C
- szuflady na warzywa i owoce: około 0-5°C
- szuflada na mięso: około 0-1°C
- pojemniki na jajka: około 4-5°C.



4. WARZYWA I OWOCE

Gdzie przechowywać?

- Na górnej półce (najdalej od zamrażalnika) lub w szufladzie przeznaczonej na warzywa.

5. MLEKO I PRODUKTY MLECZNE

Gdzie przechowywać?

- Mleko, jogurt, ser: w środkowej części lodówki.
Temperatura: 2-3°C.



6. MIĘSO I RYBY

Gdzie przechowywać?

- Surowe mięso, gotowe dania mięsne, ryby: w najzimniejszej części lodówki, czyli na dolnej półce. Temperatura: 0-4°C.





7. JAJKA

Gdzie przechowywać?

- Najlepiej na środkowej półce lub w szufladzie na jajka.
Temperatura: 4-6°C.

8. NAPoje

Gdzie przechowywać?

- Można przechowywać w drzwiach lodówki.



9. PRODUKTY, KTÓRE PRZECHOWUJEMY POZA LODÓWKĄ:

- Warzywa cebulowe (cebula, czosnek, por): w miejscu ciemnym, suchym i chłodnym, poza lodówką, na przykład w koszu w spiżarni
- pomidory: w temperaturze pokojowej
- ziemniaki: w miejscu ciemnym, suchym i chłodnym, nie w lodówce
- banany: w temperaturze pokojowej.



- | | | |
|---------|---------|----------|
| 1. | 5. | 9. |
| 2. | 6. | 10. |
| 3. | 7. | 11. |
| 4. | 8. | 12. |

Produkty, które nie wymagają przechowywania w lodówce:

BİNGO

SUROWE MIĘSO I RYBY
SĄ BARDZIEJ PODATNE
NA ROZWÓJ BAKTERII,
DLATEGO NALEŻY
PRZECHOWYWAĆ JE
W LODÓWCE

MIÓD POWINNO SIĘ
TRZYMAĆ LODÓWCE

ŚWIEŻO WYCIŚNIĘTE
SOKI OWOCOWE NALEŻY
PRZECHOWYWAĆ
W LODÓWCE
BY ZACHOWAĆ ICH SMAK
I WARTOŚCI ODŻYWCZE

SOSY, MAJONEZ,
MUSZTARDY ITP. POWINNO
SIĘ PRZECHOWYWAĆ NA
DRZWIACH LODÓWKI, GDZIE
TEMPERATURA JEST NIECO
WYŻSZA NIŻ NA PÓŁKACH

KAWĘ NALEŻY
PRZECHOWYWAĆ
W LODÓWCE

NA ŚRODKOWEJ PÓŁCE
LODÓWKI NALEŻY
PRZECHOWYWAĆ
WĘDLINY I PRODUKTY,
KTÓRE SZYBKO TRACĄ
ŚWIEŻOŚĆ

MLEKA NIE MOŻNA
PRZECHOWYWAĆ
NA DRZWIACH LODÓWKI

NIE NALEŻY WKŁADAĆ
GORĄCYCH POTRAW DO
LODÓWKI, PONIEWAŻ
SKUTKUJE TO WZROSTEM
TEMPERATURY WEWNĄTRZ

GÓRNA PÓŁKA
TO NAJZIMNIEJSZE MIEJSCE
W LODÓWCE

CEBULĘ I CZOSNEK
NALEŻY PRZECHOWYWAĆ
W LODÓWCE

PÓŁKI
NA DRZWIACH LODÓWKI
TO NAJCIEPLEJSZE
MIEJSCE

GÓRNE PÓŁKI LODÓWKI
SŁUŻĄ DO PRZECHOWYWANIA
MIĘS, RYB I OWOCÓW MORZA

NIEKTÓRE WARZYWA
MOŻNA PRZECHOWYWAĆ
W LODÓWCE W SPECJALNYCH
POJEMNIKACH Z WODĄ

GOTOWANE ZIEMNIAKI
MOŻNA PRZECHOWYWAĆ
KILKA DNI POZA LODÓWKĄ

SUCHE POWIETRZE
KRAŻĄCE W LODÓWCE
MOŻE POWODOWAĆ
WYSUSZANIE ŻYWNOSCI,
DLATEGO WARTO JĄ
TRZYMAĆ W SZCZELNYCH
POJEMNIKACH

JAJKA NALEŻY
PRZECHOWYWAĆ
W LODÓWCE, NAJLEPIEJ
W ICH ORYGINALNYM
OPAKOWANIU



KARTA KONTROLNA DLA NAUCZYCIELA

ODPOWIEDZI POPRAWNE:	ODPOWIEDZI BŁĘDNE:
Surowe mięso i ryby są bardziej podatne na rozwój bakterii, dlatego należy przechowywać je w lodówce.	Miód powinno się trzymać w lodówce.
Świeżo wyciśnięte soki owocowe należy przechowywać w lodówce, by zachować ich smak i wartości odżywcze.	Kawę należy przechowywać w lodówce.
Sosy, majonez, musztardy itp. powinno się przechowywać na drzwiach lodówki, gdzie temperatura jest nieco wyższa niż na półkach.	Mleka nie można przechowywać na drzwiach lodówki.
Na środkowej półce lodówki należy przechowywać wędliny i produkty, które szybko tracą świeżość.	Górna półka to najzimniejsze miejsce w lodówce.
Nie należy wkładać gorących potraw do lodówki, ponieważ skutkuje to wzrostem temperatury wewnątrz.	Cebulę i czosnek należy przechowywać w lodówce.
Półki na drzwiach lodówki to najcieplejsze miejsce.	Górne półki lodówki służą do przechowywania mięs, ryb i owoców morza.
Niektóre warzywa można przechowywać w lodówce w specjalnych pojemnikach z wodą.	Gotowane ziemniaki można przechowywać kilka dni poza lodówką.
Suche powietrze krążące w lodówce może powodować wysuszenie żywności, dlatego warto ją trzymać w szczelnych pojemnikach.	
Jajka należy przechowywać w lodówce, najlepiej w ich oryginalnym opakowaniu.	



Produkty, które nie wymagają przechowywania w lodówce:



WINIARY®



Gotuj się
na
Zmiany
RAZEM Z
WINIARY



KONKURS PLASTYCZNY DLA KLAS 1–3 SZKÓŁ PODSTAWOWYCH

1. Wykonaj wraz z uczniami pracę plastyczną pt.:

„Przyrząd kuchenny, który wspiera niemarnowanie żywności” techniką kolażu.
Zaprojektujcie go od początku i opiszcie jego działanie.

2. Zarejestruj swoją placówkę na gotuj sienazmiany.pl

i prześlij poprzez formularz zdjęcie w formacie PDF.

3. NAGRODY:

Autorom 5 najciekawszych prac wręczymy vouchery
o wartości 500 zł*.

* W zależności od potrzeb Waszej placówki do wyboru będą vouchery do sklepów:

SMYK | RTV EURO AGD | ALLEGRO

Konkurs trwa od 15.04.2024 r. do 15.05.2024 r. Regulamin konkursu znajduje się na stronie gotuj sienazmiany.pl/regulaminy.