

Kapusta - królowa warzyw

Na kolejnych zajęciach projektowych omówiona została kapusta, która uważana jest za królową warzyw. Warzywo to ma bardzo dużo wartości odżywczych tj. witamina E, C, K, A,B, żelazo, potas. Następnym etapem zajęć było tworzenie przez dzieci „Kapuścianego lasu” i wykonywanie różnorodnych zadań i ćwiczeń.

Uczniowie obejrżeli także materiał dokumentalny „Kiszenie kapusty”, dzięki któremu poznali etapy przygotowywania kapusty do kiszenia. Kiszona kapusta odgrywa ogromną rolę we wspieraniu odporności organizmu.

Na koniec zajęć omówiona została witamina C, która ułatwia proces gojenia się ran oraz wspiera odporność organizmu. Dzieci bardzo angażowały się w zlecenie im zadania, realizowały je szybko i sprawnie!