

OD KORUZE DO KRUHA



Kruh ima od vseh živil najmočnejši simbolni pomen. V človekovi prehrani sta imela žito in kruh skozi zgodovino veliko vlogo. Kruh je določal razmerje med vsakdanjikom in praznikom, med izobiljem in lakoto, zato mu pripisujemo večji pomen kot drugim živilom.

***Mamica bi kruhek pekla,
toda moke ni.***

***Teci, teci, mlinu reci,
koruze naj zdrobi!***



Meseca novembra je v naši igralnici veljalo načelo **ZDRAV DUH V ZDRAVEM TELESU**. Vsakodnevno smo med dejavnostmi izvajali minute za zdravje (razgibavanje celega telesa). Iz različnih virov smo pridobivali informacije o koruzi, moki in kruhu, prelistali smo veliko slikanic na temo zdravja in prehrane. Za lažje ozaveščanje in dojetje zdravega načina življenja smo izdelali novo prehrabno piramido. Med pogovorom o zdravi prehrani, smo večkrat naleteli na vprašanja, kakšna je le ta, ter kako jo pripravimo.

V skupini smo prav tako imeli dneve spoznavanja zdrave prehrane: priprava sadno/zelenjavnih napitkov, čajanko, luščenje in kuhanje fižola... Kaj kmalu smo med zajtrkom naleteli na vprašanja o kruhu (kakšen kruh nam pripravijo kuharice, katerega jem doma, koliko različnih vrst vidim v trgovini?...).



*Globalni cilj, kateremu smo sledili je bil, da otroke seznanimo s postopkom priprave kruha ter jim predstavimo odgovoren in spoštljiv odnos do hrane. Ob vsem tem smo spoznavali različne vrste žitaric in kruha. Primerjali in spoznavali postopek rasti semen, mletja moke in peke kruha. Odkrivali kako se snovi med seboj mešajo in spreminjajo lastnost. **OB TEM PA NISMO POZABILI NA SEZNAVANJE S TRADICIJO PRI PEKI KRUHA TER VLOGO KRUHA NEKOČ IN DANES.***



In tako se je začelo pri sami koruzi. Naše spretno roke so jo najprej luščile. Ob tem smo lahko tipali koruzne storže in koruzo, ter si razvijali finomotorične spretnosti. Ob koruzi se nam je porajalo vprašanje... kako narediti moko.... to je bilo veliko vprašanj, misli in razmišljanja za naše glave... in smo preizkušali... .. prišla je ideja... kar z kladivom bomo koruzo tolkli na male koščke... nato pa še zmleli...



Kako prijetnega otipa je bila sedaj moka (primerjali smo vse faze koruze do mletja – samo koruzo, stolčeno in zmleto... ta je bila zelo nežna in gladka)...



Juhu... sedaj smo pridobili iz koruze moko... kako jo sedaj poimenujemo –*koruzna moka*.



Iz kuhinje nas je obiskala kuharica. Z njeno pomočjo smo zamesil kruh (zelo zanimivo, nam je bilo opazovati kvas kako vzhaja), oblikovali hlebčke (naše roke so uživale) in ga spekli ... mmm... kako je dišalo v naši igralnici.



Izkušnja je obogatila naše prste, glave in telo za novo prijetno izkušnjo. Veseli smo, da se lahko na takšen način dotaknemo naše tradicije ter otroke ozaveščamo o vlogi kruha nekoč in danes. Otroci so spoznali, da je potrebno hrano spoštovati in z njo ravnati odgovorno ("Vzamem toliko kolikor bom pojedel."). Prav tako smo lahko sami preizkusili koliko časa in truda je potrebno vložiti v pripravo sestavin ter peko kruha.

Dediščina naše kulture je izredno bogata in vpeta v sestavine gmotnega, družbenega in duhovnega življenja na Slovenskem. Vprašanje, ki se ob tem poraja je, koliko jo poznamo in koliko smo jo prenesli v sodobni čas. Ali nam pestrost naše dediščine bogati naš vsakdan?

Čas v katerem živimo, je čas, ko si težko predstavljamo, kako je če v trgovini ni kruha. Pogosto pozabimo, da vsem otrokom in ljudem ni tako, in da živijo v pomanjkanju. Mi pa ne znamo dovolj ceniti naših živil in z njim ne ravnamo več tako spoštljivo kot so to počeli naši predniki. Naj se nikoli ne ponovijo manj dobri časi, da bi mogli razumeti. Kakšna vrednota je kruh.

Zapisala: Larisa Oblak Vrešak dipl. vzg. pred. otr.