



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Projektu līdzfinansē Eiropas Savienība

Let's EAT together, Everybody Around the Table (“Sāksim ĒST kopā, visi ap vienu galdu”)

Projekta Nr.: 2015-1-FR01-KA219-014966_3

Projekta īstenošanas laiks: 01.09.2015.- 31.08.2017.

Projektam piešķirtais finansējums: 20 570,00 EUR

Projekta mērķi:

Projekta pamatideja bija saistīta ar veselīgas ēšanas kultūras paradumu apgūšanu bērniem, kas ir veselīga dzīvesveida neatņemama daļa jau no pirmajiem dzīves gadiem visa mūža garumā.

Mēs visi kopā ticam, ka maltītes, kas tiek ēstas ap vienu galdu kopā ar ģimeni un draugiem, ir, bija un būs lielisks veids, kā satikties ar citiem, lai uzturētu veselīgu dzīvesveidu, dalītos sarunās un tradīcijās. Tāpēc visas partnervalstis nāca kopā strādāt ap vienu galdu un:

- 1) Paplašināja izglītojamo redzesloku par pārtikas produktiem, kas ilgtermiņā ir nozīmīgi veselībai un labklājībai, kā arī iepazīs ar veselīgas ēšanas paradumiem, piedaloties dažādās eksperimentālās aktivitātēs;
- 2) Iedrošināja izglītojamos būt motivētiem, pašpārliecinātiem un pārliecinātiem par savām spējām, attīstīja kompetences viņu personības attīstībai un apguva zināšanas, kas kā daļa no mūžizglītības procesa noderēs nākotnē viņu nodarbinātībai un attīstībai;
- 3) Palielināja izglītojamajiem izpratni par savas un partnervalstu kultūru;
- 4) Ieguva zināšanas par dažādām kultūrām, to līdzību un atšķirību Eiropā. Attīstīja bērnos toleranci un sapratni, deva zināšanas, pilnveidoja prasmes un attieksmi, motivēja viņus kļūt par laimīgiem, veselīgiem un produktīviem vecākiem integrācijai “rītdienas” pasaulē, ar spēju sadarboties ar citām paaudzēm un sabiedrības grupām nākotnes Eiropas kontekstā.

Mēs joprojām ticam, ka agrais bērnības periods ir nozīmīgs laiks, lai attīstītu veselīgus paradumus visai dzīvei. Šajā laikā bērns aug un attīstās, vērojot un mācoties no pieaugušajiem un vienaudžiem, kas ietekmē viņa uzvedību un attieksmi visās jomās, tai skaitā arī ēdiena izvēlē. Ar savu darbību mēs iedrošinājām mūsu bērnus iepazīt un atklāt veselīgu ēdienu un produktu daudzveidību.

Mūsu moto bija “Jo veselāki bērni, jo priecīgāki vecāki”, kas mierīgi dzīvo kopā vienotā Eiropā.

Rezultāti:

Katra partnerskola:

- Piedalījās projekta kopējās mājas lapas <http://togetheraroundthetable.weebly.com/> un e-Twinning lapas <https://twinspace.etwinning.net/13998/pages/page/70914> izveidē, izmantojot Web2.0 rīkus, publicēja un dalījās ar tādiem radītajiem produktiem kā recepšu grāmata, kalendārs, stāstu grāmata, brošūras u.c., individuāli un kopīgi veidotajiem darbiem, projekta sanāksmju un izvērtēšanas materiāliem;
- Veica kvantitatīvo un kvalitatīvo izvērtēšanu ar anketēšanu par ēšanas paradumiem tipiskās brokastīs, pusdienās un vakariņās;

- Organizēja dažādus seminārus, kā tikšanās ar uztura speciālistu, zobārstu, un Veselības dienas pasākumus, izstādes, kuros tika iesaistīta arī vietējā sabiedrība.
- Radīja foto albumus apkopojot kultūras materiālu un aktivitātes dažādās valstīs, lai caur talismanu piedzīvojumiem parādītu Eiropu bērniem, kas mūsu gadījumā bija pārāk mazi, lai paši ceļotu.

Galvenie ieguvumi audzēkņiem:

- Viņi mācījās darot un pievērsa lielāku uzmanību ēdienam, ko viņi ēda.
- Viņi uzzināja, ko viņi patērē, iemācījās pretoties reklāmas ietekmei un izvēlēties to, ko iegādāties tirgū.
- Viņi uzzināja vairāk par savu ķermeni un iemācījās vairāk rūpēties par to, ievērojot labākus ēšanas paradumus, izguļoties, nodarbojoties ar sportu un fiziskajām aktivitātēm.
- Viņi apguva veselīgus ēšanas paradumus, un mēģināja cik vien var ierobežot sliktos ēšanas paradumus.
- Viņi atklāja, ko bērni citās valstīs ēd un kā mācās.
- Viņi guva pozitīvu ieskatu kultūru dažādībā skolotāju, audzēkņu un vecāku vidū.
- Viņi uzlaboja savas prasmes tādos obligātajos priekšmetos kā māksla, mūzika, fiziskā kultūra, Valsts valoda, datori, zinātne.
- Viņi īpaši attīstīja komunikāciju prasmes un informāciju tehnoloģiju prasmes.

Galvenie ieguvumi skolotājiem:

- Viņi atklāja citas Eiropas valstis un kultūras.
- Viņi guva pārliecību un zināšanas, kā dzīvot veselīgi.
- Viņiem tika dota iespēja attīstīties profesionāli, dažādojot mācību programmu.
- Viņi pilnveidoja savas pirmsskolas skolotāju kompetences darbā ar pirmsskolas vecuma bērniem.
- Viņi pilnveidoja svešvalodu zināšanas.
- Viņi pilnveidoja iemaņas dalīties ar zināšanām un izplatīt labās prakses piemērus.
- Viņi palielināja Informāciju tehnoloģiju un dažādu multivides programmu izmantošanu mācību procesā.
- Viņi apguva zināšanas un atklāja dažādas mācību metodes pedagoģiskās pieejas maiņai un skolvadībai.

Ieguvums mūsu saistītajiem partneriem un sabiedrībai vietējā kontekstā:

- skolas tēla un darbības kvalitātes uzlabošana, piešķirot Eiropas dimensiju;
- atvērtāks skats Eiropas virzienā.

Projekta partneri: Ecole maternelle Carle Vernet (Francija),
Sincan Lale Anaokulu (Turcija),
Gradinita CU Program Prelungit NR. 2 Husi (Rumānija),
Gradina "Vesela" (Bulgārija),
60o Nipiagogio Irakliou (Grieķija),
Apes pirmsskolas izglītības iestāde "Vāverīte" (Latvija)

Projekta kontaktpersona: Iluta Apine, iluta.apine@ape.lv
Daiga Bojāre, daiga.bojare@ape.lv