



**Circular: CCA Individual Activity (05.07.24): Junior Master
Chef Competition
Classes I & II**

Ref No. IPSCR/F&P/2024-2025/Cir 019

Date: 2/07/2024

प्रिय अभिभावक
जय हृदि!

हम यह सूचित करते हुए हर्ष हो रहा है कि आगामी शुक्रवार, 5 जुलाई को कक्षा I और II के विद्यार्थियों के लिए मास्टरशेफ जूनियर नामक एक रोमांचक गतिविधि आयोजित की जा रही है। इस गतिविधि का उद्देश्य हमारे नन्हे विद्यार्थियों में रचनात्मकता और आत्मविश्वास को बढ़ावा देना है। इसके द्वारा प्रत्येक छात्र को एक सरल तथा कल्पनाशील व्यंजन तैयार कर अपनी पाक कला प्रदर्शित करने का अवसर मिलेगा। इस गतिविधि के माध्यम से छात्र खाना पकाने का आनंद तो उठाएंगे ही, साथ ही एक सहायक वातावरण में स्वतंत्र रूप से काम करने की क्षमता भी विकसित करेंगे। हमें विश्वास है कि यह अनुभव न केवल उनकी रचनात्मकता को बढ़ाएगा बल्कि व्यावहारिक जीवन में उनका आत्मविश्वास में भी वृद्धि करेगा।

- कैटेगरी: कक्षा गतिविधि
- संलग्न क्षमताएं :

1. C-1.1 पौष्टिक भोजन के प्रतिकूल और समझ दिखाता है तथा भोजन को बर्बाद नहीं करता
2. C-1.2 बुनियादी स्व-देखभाल और स्वच्छता का अभ्यास करता है
3. C-1.4 सामग्री और सरल उपकरणों के सुरक्षित उपयोग का अभ्यास करता है
4. C-2.4 कई गंधों और स्वादों में अंतर करता है
5. C-3.1 विभिन्न गतिविधियों में संवेदी धारणाओं और शरीर की हरकतों के बीच समन्वय दिखाता है
6. C-3.3 अपने हाथों और उंगलियों के साथ काम करने में सटीकता और नियंत्रण दिखाता है
7. C-13.1 ध्यान और स्वैच्छिक कार्यवाही: विशिष्ट लक्ष्यों को प्राप्त करने के लिए योजना बनाने, ध्यान केंद्रित करने और गतिविधियों को निर्दिष्ट करने के कौशल प्राप्त करता है
8. C-13.2 स्मृति और मानसिक लचीलापन: पर्याप्त कार्यशील स्मृति, मानसिक लचीलापन (उचित रूप से ध्यान बनाए रखने या स्थानांतरित करने के लिए), और आत्म-नियंत्रण (आवेगपूर्ण क्रियाओं या प्रतिक्रियाओं का वरिध करने के लिए) विकसित करता है जो उन्हें संरचित वातावरण में सीखने में सहायता करेगा

गतिविधि के दिशा-निर्देश:

1. समय सीमा: प्रत्येक छात्र के पास अपना व्यंजन तैयार करने के लिए अधिकतम 45 मिनट होंगे।
2. विषय: प्रतियोगिता का विषय पौष्टिक भोजन होगा जसि आग पर नहीं पकाना होगा।
3. तैयारी: छात्रों को पहले से कटी हुई सब्जियाँ/फल (जो भी लागू हो) साथ लाना चाहिए ताकि प्रतियोगिता सुचारु रूप से पूरी हो सके।
4. सफाई: एक बार जब छात्र व्यंजन तैयार कर ले, तो उसे अपनी-अपनी टेबल साफ करनी चाहिए।
5. प्रस्तुति: प्रत्येक छात्र अपना व्यंजन न्यायक के सामने प्रस्तुत करेगा, जसिमें वह व्यंजन का नाम, सामग्री और प्रक्रिया बताएगा।
6. सुरक्षा सर्वप्रथम: छात्र आयु-उपयुक्त और सुरक्षित रसोई उपकरणों का उपयोग करेंगे।

हम माता-पिता से आग्रह करते हैं कि वे अपने बच्चों को जूनियर मास्टर शेफ की तैयारी के लिए प्रोत्साहित करें, जसिसे उनकी रचनात्मकता और पाक कौशल का विकास होगा।

Dear Guardian
Jai Hind!

We're delighted to share an exciting event coming up for our young learners! On Friday, July 5th, 2024, our students from Classes I and II will have the wonderful opportunity to participate in the Master Chef Junior competition. Designed to foster creativity and confidence, each student will showcase their culinary skills by preparing a simple and imaginative dish. Through this engaging activity, students will explore the joy of cooking and develop their ability to work independently in a supportive environment. We believe this experience will not only enhance their creativity but also build their confidence in practical life skills.

● **Category:** Class Activity

● **Competencies Covered:**

1. C-1.1 Shows a liking for and understanding of nutritious food and does not waste food
2. C-1.2 Practices basic self-care and hygiene
3. C-1.4 Practices safe use of material and simple tools
4. C-2.4 Differentiates multiple smells and tastes
5. C-3.1 Shows coordination between sensorial perceptions and body movements in various activities
6. C-3.3 Shows precision and control in working with their hands and fingers
7. C-13.1 Attention and intentional action: Acquires skills to plan, focus attention, and direct activities to achieve specific goals
8. C-13.2 Memory and mental flexibility: Develops adequate working memory, mental flexibility (to sustain or shift attention appropriately), and self-control (to resist impulsive actions or responses) that would assist them in learning in structured environments

● **Guidelines of the Activity:**

1. **Time Limit:** Each student will have a maximum of 45 minutes to prepare the dish.
2. **Theme:** The theme of the competition is Healthy Food No Fire cooking.
3. **Preparation:** Students should bring pre-cut vegetables/fruits (whichever is applicable) beforehand to ensure smooth completion.
4. **Cleanliness:** Once the student has prepared the dish, he/she should clean his/her respective table.
5. **Presentation:** Each student will present the dish to the judges, explaining the name, ingredients, and process.
6. **Safety first:** Students will use age-appropriate and safe kitchen tools.
7. **Judging Rubrics:** Taste(20), Presentation(10), Creativity(10), Cleanliness and Hygiene(10)

We encourage parents to assist their children in preparing for the junior master chef, which will nurture their creativity and culinary skills.

With Regards,

Mrs. Renu Sharma
Principal (IPS-CR)
Assistant Director - School Systems (IGS)

Ms. Malti Dagar
Head Mistress
(Foundational & Middle Stage)