

ΠΛΑΤΦΟΡΜΑ 21+: ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2021-22

Σελ. 1

Σχολείο:	11 ^ο Νηπιαγωγείο Νηπιαγωγείο Ελευθερίου - Κορδελιού
Τάξη:	Νήπια - προνήπια
Τμήμα:	1
Αριθμός μαθητών:	24
Συνολικός αριθμός εκπαιδευτικών που συνεργάζονται:	2
Στοιχεία εκπαιδευτικών (Όνομ/νυμο, Ειδικότητα):	1. Μπαχτσεβάνου Μαρία (ΠΕ60) 2. Φιλίππου Φωτεινή (ΠΕ60)
Βασικός προσανατολισμός του ετήσιου Σχεδίου Δράσης (ανάγκες μαθητών/τριών, όραμα σχολείου)	
<ul style="list-style-type: none"> - Καλλιέργεια των δεξιοτήτων του 21^{ου} αιώνα. - Δεξιότητες μάθησης, νου - Κοινωνικές δεξιότητες ζωής - Ψηφιακές δεξιότητες - Καλλιέργεια στάσεων και οικολογικής συνείδησης των νηπίων <p>Το όραμα του σχολείου είναι ένα δημοκρατικό, συμπεριληπτικό, αειφόρο σχολείο με αγάπη και σεβασμό, στον άνθρωπο και το περιβάλλον.</p>	




Β. ΥΠΟΔΕΙΓΜΑΤΑ ΣΧΕΔΙΩΝ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΑΝΑ ΘΕΜΑΤΙΚΟ ΚΥΚΛΟ

Β1. Σχέδιο Δράσης του Τμήματος - Θεματικός Κύκλος «Ζω καλύτερα-Ευ ζην»

ΣΧΕΔΙΟ ΔΡΑΣΗΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΣΧΟΛΙΚΟΥ ΕΤΟΥΣ 2021-22

Σελ. 2

	<p>Θεματικός Κύκλος: Ζω καλύτερα- Ευ ζην Επιμέρους Θεματικές Ενότητες/Υποενότητες: ΔΙΑΤΡΟΦΗ</p>
<p>Τίτλος/τίτλοι προγραμμάτων:</p>	<p>Ο δικός μας τίτλος: «Με νου και γνώση, έχω σωστή βρώση»</p>
<p>Στόχοι Σχεδίου Δράσης</p>	<p>Το πρόγραμμα καλλιέργεια δεξιοτήτων με τον παραπάνω τίτλο, εντάσσεται στο πλαίσιο υλοποίησης εργασιών δεξιοτήτων. Η στοχοθεσία έχει προσδιοριστεί βάση των λεγομένων δεξιοτήτων του 21^{ου} αιώνα και δεξιοτήτων του νου.</p> <p>Δεξιότητες που πρόκειται να καλλιεργηθούν:</p> <p style="text-align: center;">Σε γνωστικό επίπεδο</p> <ul style="list-style-type: none"> • Να κατανοήσουν τι σημαίνει υγιεινή Διατροφή και οι συνέπειες της • Να κάνουν σωστές επιλογές στην καθημερινή τους διατροφή • Να γνωρίσουν την πυραμίδα της Μεσογειακής διατροφής • Να μάθουν φρούτα και λαχανικά στις 4 εποχές του χρόνου και τη σημασία του τρώω εποχικά και τοπικά. • Να μάθουν γιατί είναι σημαντικό να προτιμούν λιγότερο επεξεργασμένες τροφές <p>Σε επίπεδο αισθήσεων, συναισθημάτων, στάσεων</p> <ul style="list-style-type: none"> • Να διασκεδάσουν μαθαίνοντας για διατροφή • Να καλλιεργήσουν αίσθηση γεύσης και όσφρησης ώστε να εκτιμάνε τρόφιμα για την διατροφική τους αξία ,τη φρεσκάδα και νοστιμιά τους και όχι για την εμφάνιση τους • Να συνηθίσουν να επιλέγουν όχι το έτοιμο φαγητό αλλά το σπιτικό. • Να τρώνε με την οικογένεια και φίλους και όχι τσιμπολογήματα μπροστά στην τηλεόραση. <p>Δεξιότητες συγκεκριμένα μάθησης</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ικανότητα να τεκμηριώνουν με απλά λόγια τις διατροφικές τους επιλογές, να αντιστέκονται στο εύκολο γρήγορο(λόγω ζάχαρης ή αλατιού φαγητό) • Συνεργασία, επικοινωνία, προετοιμάζοντας φαγητό με οικογένεια και φίλους • Να αναπτύξουν κριτική σκέψη απέναντι στις διαφημίσεις των τροφίμων • Ικανότητες ζωής, αυτομέριμνα, υπευθυνότητα, πρωτοβουλία, να συγκροτούν το μενού, ημερήσιο και εβδομαδιαίο επηρεάζοντας όλη την οικογένεια • Να προγραμματίζουν και να αξιοποιούν το περίσσευμα τροφής <p style="text-align: center;">Δεξιότητες του νου</p> <p>Να κατασκευάσουν με συσκευασίες τροφίμων έργα τέχνης ,αναπτύξουν την πλάγια σκέψη χρησιμοποιώντας την έμπνευση τους και φαντασία (τι μπορεί να γίνουν τα άσχημα λαχανικά και φρούτα)</p> <p>Ψηφιακός και τεχνολογικός γραμματισμός (βίντεο και τραγούδια από διαδίκτυο)</p> <p>Ο γενικότερος στόχος είναι να αποκτήσουν συνήθειες υγιεινής διατροφής που θα τους μείνει εφ' όρου ζωής και να ελαχιστοποιήσουν την σπατάλη φαγητών.</p> <p>Συνδέεται με το πρόγραμμα σπουδών του νηπ/γείου, των γνωστικών αντικειμένων της τάξης(Μελέτη, Γλώσσα, Μαθηματικά, εικαστικά)</p>

Γλώσσα: εκφράζουν απόψεις, ιδέες ,παραμύθια για φρούτα ,λαχανικά
 Μαθηματικά: ομαδοποιήσεις λαχανικά- φρούτα, αντιστοιχίσεις, αρίθμηση,
 διακρίσεις χρωμάτων ,διακρίσεις ως προς είδος κ. α.
 Εικαστικά: δημιουργία έργων τέχνης ,όπως η λαϊκή του Τσέτη κ. α.

Ακολουθία εργαστηρίων

Εργαστήριο 1

Μια σούπερ νόστιμη μέρα (η σύγχρονη διατροφή)

- Κινούνται στο χώρο με μουσική με απαλή μουσική-περπατάμε αργά είμαστε νηστικοί, περπατάμε γρήγορα ,έχουμε φάει πρωινό
- Εναλλάσσουμε μιμήσεις π.χ. τρώμε, σκουπίζουμε στόμα...
- Συζήτηση στην ολομέλεια, από που παίρνουμε το φαγητό μας, εμείς οι άνθρωποι ,τα ζώα ,τα φυτά.
- Φανταζόμαστε ότι μας προσκάλεσαν στο παλάτι του βασιλιά και βρέχει το αγαπημένο μας φαγητό
- Πιάτα –πρωινό ,μεσημεριανό, βραδινό που ζήτησαν στο μαγικό παλάτι
- Ετοιμαζόμαστε για ταξίδι στη χώρα διατροφής –δείχνουμε τα εισιτήρια μας

Εργαστήριο 2

Ανθρώπινες πυραμίδες(Μεσογειακή διατροφή)

- Ο χορός των μπιζελιών- ποια λαχανικά είναι καλεσμένα
- Λαχανοσυλλέκτες
- Αφήγηση παραμυθιού ο Δαρείος και η υγιεινή διατροφή
- Κατασκευή πυραμίδας –σουπλά
- Κουκλοθέατρο οι βιταμίνες, κατασκευή της βιταμίνης που επιλέγουν

Εργαστήριο 3

Πρωινό σαν βασιλιάς (στη χώρα του πρωινού) Δεκατιανό εναντίον σνακ: 1-0!

- Καταγραφή πρωινού σε πίνακα
- Πυραμίδα και διατροφική αξία –σχεδιάζουν περίγραμμα σώματος συμμαθητή τους και σημειώνουν σε ποιο μέρος κάνει καλό κάθε μία από τις τροφές
- Ποιήματα με την οικογένεια τους για το πρωινό
- Γνωριμία με θρεπτικά συστατικά τροφών
- Ο βασιλιάς της ζάχαρης(παιχνίδι με τη μουσική, Όποιος έχει τον βασιλιά σηκώνεται και διαλέγει μια εικόνα τροφής από το πάτωμα και αποφασίζει σε ποιο από τα 2 πανιά θα βάλει.
- Παρουσίαση κολατσιού που έφεραν από το σπίτι τους
- Συζήτηση τι είναι καλύτερο να φέρουμε. Μαθηματικά- κατηγοριοποίηση φαγητού, φρούτα ,συσκευασμένες τροφές κ.α.
- Σύνοψη χρυσού κανόνα: όσο λιγότερη επεξεργασμένη τροφή τόσο καλύτερα για την υγεία μας

Εργαστήριο 4

Κάθε πράγμα στον καιρό του και ο κολιός τον Αύγουστο (Μεσημεριανό- ψάρια – λαχανικά)

- Φτιάχνουμε σαλάτες με εικόνες λαχανικών σε πιάτο ,κερδίζει το καπέλο Σέφ το πιο ευφάνταστο πιάτο
- Παιχνίδι 4 εποχών
- Ψαρόσουπα(παιχνίδι ρόλων)ψαράδες, λιμενικοί, μάγειρας, πελάτες

<p>Εργαστήριο 5</p>	<p>Όλος ο πλανήτης μέσα σε ένα χάμπουργκερ (χώρα βραδινού)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Κρυφτό με κρέας-συζήτηση ποιοί έφαγαν κρέας ,ονομάζει η Νηπ/γός φαγητά με κρυμμένο κρέας όπως αυγά με μπέικον • Πως έφτασα στο πιάτο σας –κινητικό παιχνίδι, αφήγηση, γίνονται σπορείς που σπέρνουν το χωράφι ,σπόροι που κοιμούνται.. • Στο χαρτί με τον λαβύρινθο βρίσκουν τις άκρες του ,από ποιο δηλ. στοιχείο φύσης παίρνουμε το υλικό που έχει το χάμπουργκερ • Τι είναι πιο υγιεινό τελικά η φακή ή το χάμπουργκερ για βραδινό;
<p>Εργαστήριο 6</p>	<p>Λαϊκή αγορά, εδώ τα καλά πορτοκάλιααααα! (άσχημα λαχανικά και φρούτα)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Παιχνίδι ρόλων πωλητές –πελάτες • Διαγωνισμός ποιος θα φέρει το πιο παράξενο (άσχημο) φρούτο λαχανικό από λαϊκή • Κατασκευή (τι μπορεί να γίνει το άσχημο φρούτο ή λαχανικό)ψηφίζουν την πιο πρωτότυπη δημιουργία, • Εικαστικά με πινέλο του Παναγιώτη Τσέτη (βλέπουν πίνακες Τσέτη και ζωγραφίζουν την δική τους λαϊκή αγορά) • Εικόνες εποχών σε 4 γωνιές-κινητικό παιχνίδι κάθε ομάδα αντιστοιχεί όσα περισσότερα φρούτα ,λαχανικά στην σωστή εποχή
<p>Εργαστήριο 7</p>	<p>Πάρτι με υγιεινά σνακ στο νηπιαγωγείο(ΑΝΑΤΡΟΦΟΔΟΤΗΣΗ)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Γενέθλια κούκλας της τάξης και οργάνωση πάρτι • Καταθέτουν ιδέες, ζωγραφίζουν φαγητά που θα ήθελαν να γευτούν και είναι υγιεινά • Ερωτηματολόγιο στα παιδιά για το ταξίδι στη χώρα της διατροφής
<p>Προσαρμογές για τη συμμετοχή και την ένταξη όλων των μαθητών/τριών</p>	<p>Το εκπαιδευτικό υλικό που προέρχεται από το πρόγραμμα της wwf υγιής πλανήτης, υγιής παιδιά θα προσεγγίσει τις έννοιες με δραστηριότητες προσαρμοσμένες ,όπως η χρήση οπτικοαουστικού υλικού, παιχνίδι ρόλων κατασκευών επιτραπέζιων παιχνιδιών, για να γίνει κατανοητό από τους μαθητές που στο σύνολό τους είναι προνήπια αλλά και τα παιδάκια που δυσκολεύονται στην κατανόηση της γλώσσας (δίγλωσσα).</p>



Φορείς και άλλες συνεργασίες που θα εμπλουτίσουν το πρόγραμμά μας	Επίσκεψη διατροφολόγου
--	------------------------



