

Εργαστήρια Δεξιοτήτων

Α' τάξη 2024 - 2025

Ο πρώτος κύκλος των εργαστηρίων δεξιοτήτων αφορούσε τη ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ – ΕΥ ΖΗΝ 1. ΥΓΕΙΑ: Διατροφή και συγκεκριμένα το πρόγραμμα «Ο Ρούλης ο Τροφούλης και η περιπέτειά του στον κόσμο της υγιεινής διατροφής». Οι στόχοι του παρόντος προγράμματος ήταν μεταξύ άλλων:

- να κατανοήσει την προέλευση των τροφών, την αξία τους και τις επιδράσεις τους στην υγεία.
- να ευαισθητοποιηθεί σε ζητήματα διατροφής, όπως η μεσογειακή.
- να κατατάσσει τα τρόφιμα στις διάφορες ομάδες τροφίμων
- γνωριμία με την υγιεινή διατροφή και την πυραμίδα ισορροπημένης διατροφής.
- να κατατάσσει τις τροφές σε ανθυγιεινές και μη
- να αναγνωρίζει τη θρεπτική αξία των τροφών και τη σημασία τους στη διατροφή

Η προσέγγιση των στόχων έγινε μέσα από δραστηριότητες χειροτεχνίας, παραμύθια, βιωματικές παιγνιώδεις δραστηριότητες και βίντεο, όπως φαίνεται παρακάτω.



