

Ζω καλύτερα- Ευ ζην - Διατροφή -  
Τροφομαχίες

1ο Δημ. Σχ. Κόνιτσας

Α' Τάξη



Βασικός σκοπός του προγράμματος είναι η εκπαίδευση των παιδιών Α΄ Δημοτικού σχετικά με την υγιεινή και ισορροπημένη διατροφή μέσα από μια σειρά εργαστηρίων βιωματικής και ανακαλυπτικής μάθησης. Συγκεκριμένα, το παρόν πρόγραμμα αποσκοπεί στη διερεύνηση των διατροφικών προϊόντων που καταναλώνουμε (εποχιακά φρούτα και λαχανικά, τυποποιημένα και οικολογικά προϊόντα κλπ.), της διατροφικής τους αξίας, τον αντίκτυπο που έχει η κατανάλωση συγκεκριμένων προϊόντων στο περιβάλλον, καθώς και συμβουλές για να βελτιώσουν οι μαθητές/τριες τις καθημερινές διατροφικές τους συνήθειες.



# Το αγαπημένο μας φαγητό

## Πιάτα στον τοίχο



# Διατροφική πυραμίδα και συζήτηση σε κύκλο



Ποσιμιά μας, κινητικό παιχνίδι

Τροφές που δίνουν ενέργεια



# Αρκούδες και ξυλοκόποι

## Θεατρικό παιχνίδι

Ανθρώπινες δραστηριότητες και περιβάλλον



# Σκυταλοδρομία

- Ανακύκλωση και κομποστοποίηση



# Ο Ιστοτός της ζωής

Παιχνίδι για τις  
αποθήκες αλυσίδας διατροφής





# Κυνηγώντας τις βιταμίνες

## Κινητικό παιχνίδι

