

ΣΤ. Τάξη
Εργαστήρια Δεξιοτήτων
Θεματική ενότητα: Εσ Ζιν

Υποθεματική: Μαθαίνω να αγαπώ
το σώμα μου.

Δασκ.: Μπαρμπαχρωχοπούλου Δάφνη

Οι μαθητές του 1ο Δημ. Σχ Συκεών τάξη ΣΤ.
στα πλαίσια του προγράμματος Καλλιέργειας Δεξιοτήτων
ασχολήθηκαν με το παραπάνω θέμα.

Εισαγωγή

Εργαστήριο 1ο Γνωρίζω το σώμα μου -
Όργανα του σώματος.

Εργαστήριο 2ο Φροντίζω το σώμα μου
Υγιεινές και ανθυγιεινές
ευνήθειες.

Εργαστήριο 3ο Άσκηση και γυμναστική
για καλύτερη ζωή

Εργαστήριο 4ο Τρέφομαι σωστά
Μεσογειακή διατροφή

Εργαστήριο 5ο Σωστή εσωτερική
υγιεινή.

Σκοπός του εργαστηρίου ήταν η ενημέρωση των παιδιών σχετικά με το σώμα τους καθώς και η σημασία της πρόληψης και της προστασίας του από ανθυγιεινές συνήθειες.

Γενικός στόχος: Βίωση της μοναδικότητας του εαυτού, των λειτουργιών του, αξία της πρόληψης, βελτίωση και ενίσχυση της εκτίμησης, υιοθέτηση θετικών συνήθειών.

Ειδικοί στόχοι:

- Γνωριμία με τα εξωτερικά χαρακτηριστικά του σώματος και τα όργανα του ανθρώπινου σώματος.
- Εμπλουτισμός των βασικών κανόνων υγιεινής, η συνήθεια της υγιεινής διατροφής και της άσκησης.
- Αρνητικές συνήθειες - βλαβερές επιπτώσεις.

Μεθοδολογία υλοποίησης

- Βιωματική και διαδραστική προσέγγιση
- Συναρπαστική μέθοδος
- Παιχνίδι - δραστηριότητες εικαστικής έκφρασης και δημιουργίας
- Δραστηριότητες γνωστικού περιεχομένου
- Χρήση νέων τεχνολογιών
- Αξιολόγηση - Ανατροφοδότηση

ΒΑΣΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ

Ανάπτυξη προφορικού λόγου

Αυτοεικόνα

Ικανότητα ανάλυσης κτ επιχειρηματολογίας

Δεξιότητες σε ανάγνωση και γραπτό λόγο

Μαθηματικοί υπολογισμοί

Σύνδεση με το μάθημα Ερευνώ & Ανακαλύπτω

Στ. Τάξη
Εργαστήρια Δ.

Δάφνη

Συμπεράσματα:

Τα παιδιά μέσω του εργαστηρίου έμαθαν ν' αγαπούν το σώμα τους & υιοθέτησαν καλές πρακτικές για την διατροφή τους και την άσκηση τους.

Το εργαστήριο γενικά πρόσφερε αρκετές νέες γνώσεις κι έλυσε αρκετές απορίες των μαθητών για την διατροφή, την σωστή καθαριότητα, την υγιεινή και τα οφέλη της άσκησης.

Μέσα από ενδιαφέροντα άρθρα, βίντεο, δραστηριότητες και συζητήσεις κατάφεραν να εκφραστούν και να επιλέξουν την αποδοχή του διαφορετικού σώματος για κάθε άνθρωπο ως συνάρτηση πολλών παραγόντων όπως οι γενετικές προδιαγραφές, η κληρονομικότητα, ο τρόπος ζωής, η πρόσβαση στην άδληση κλπ.

Δυστυχώς λόγω χρόνου δεν μπορέσαμε να επεκταθούμε στο θέμα όσο θα θέλαμε κι όσο η δυναμική της τάξης το επέτρεπε!

Γενικά όμως οι μαθητές εμπλούτισαν τις γνώσεις τους πάνω στα θετικά της υγιεινής διατροφής, της σωστής υγιεινής του σώματος στην καθημερινή ρουτίνα και της άδλησης για ένα γερό σώμα!!!