

Οικολογικά σχολεία

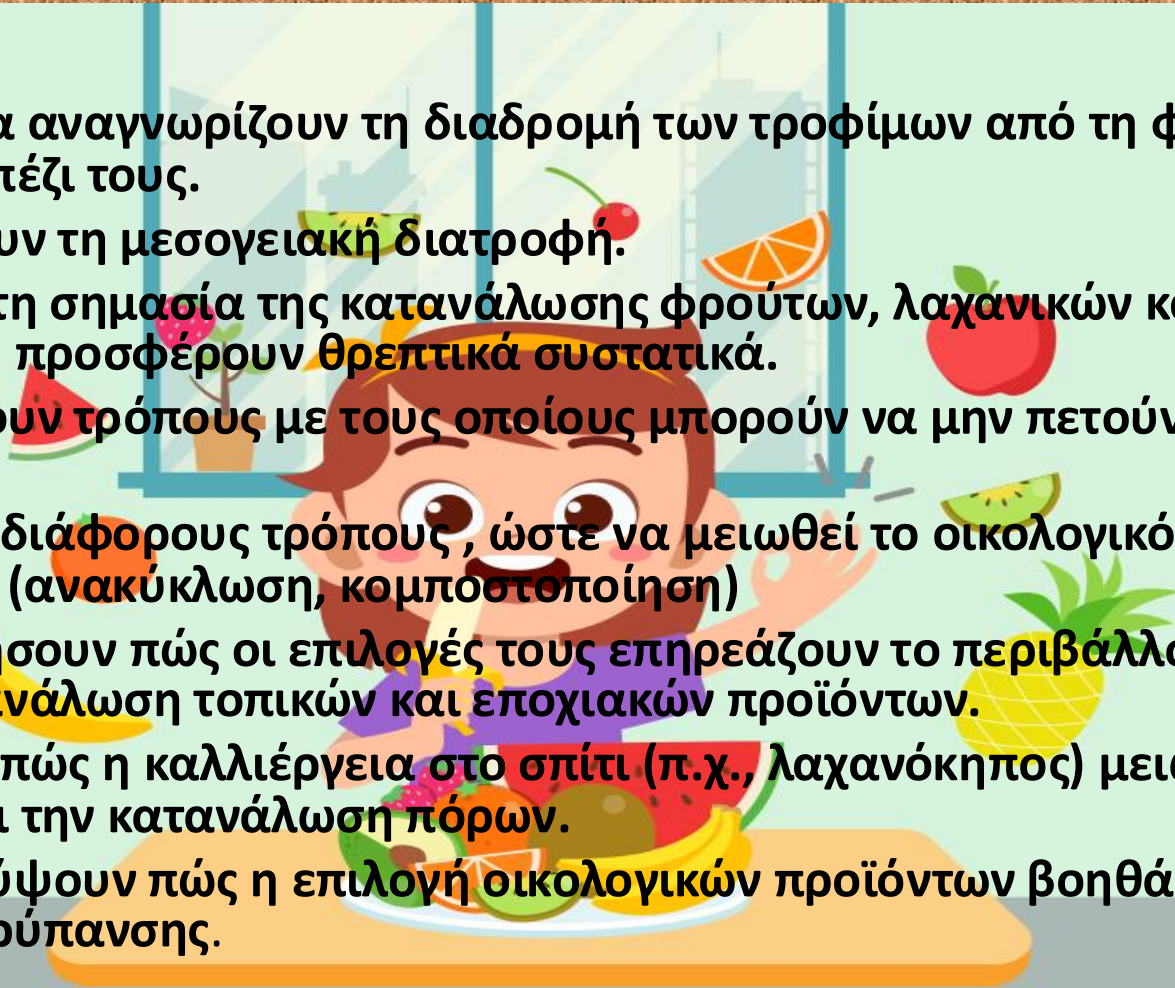
Θεματική ενότητα: Ποιότητα ζωής (υγιεινή διατροφή)

Τίτλος προγράμματος: «Οι μικροί φίλοι της υγιεινής διατροφής φροντίζουν για ένα πλανήτη υγίή»

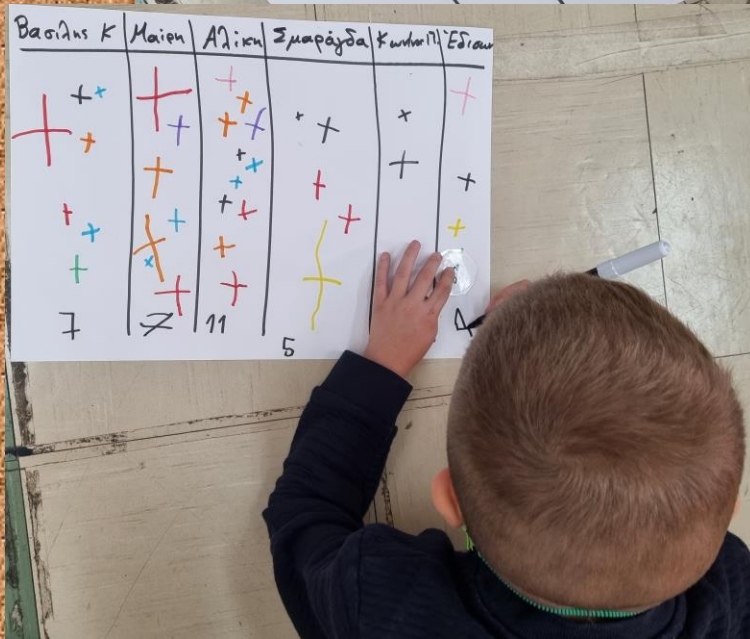
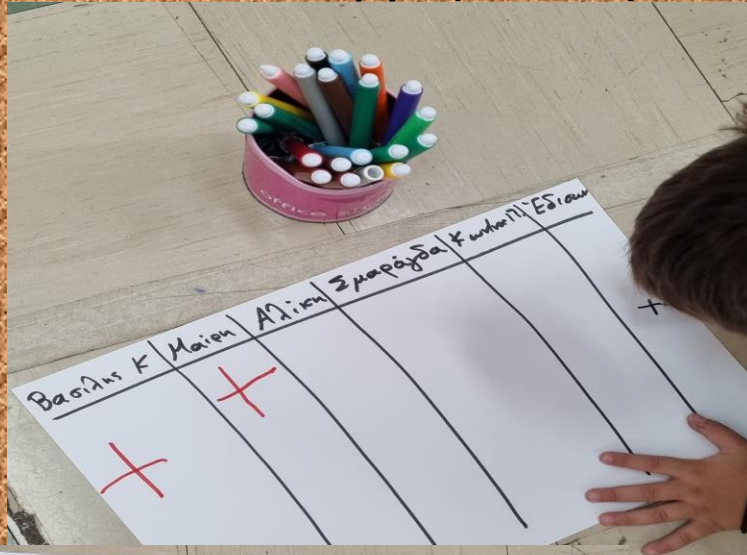


Στόχοι του προγράμματος ήταν:

- ❖ Τα παιδιά να αναγνωρίζουν τη διαδρομή των τροφίμων από τη φύση έως το τραπέζι τους.
- ❖ Να γνωρίσουν τη μεσογειακή διατροφή.
- ❖ Να μάθουν τη σημασία της κατανάλωσης φρούτων, λαχανικών και τροφών που προσφέρουν θρεπτικά συστατικά.
- ❖ Να εντοπίζουν τρόπους με τους οποίους μπορούν να μην πετούν φαγητό.
- ❖ Να μάθουν διάφορους τρόπους, ώστε να μειωθεί το οικολογικό αποτύπωμα (ανακύκλωση, κομποστοποίηση)
- ❖ Να κατανοήσουν πώς οι επιλογές τους επηρεάζουν το περιβάλλον, όπως η κατανάλωση τοπικών και εποχιακών προϊόντων.
- ❖ Να μάθουν πώς η καλλιέργεια στο σπίτι (π.χ., λαχανόκηπος) μειώνει τη ρύπανση και την κατανάλωση πόρων.
- ❖ Να ανακαλύψουν πώς η επιλογή οικολογικών προϊόντων βοηθά στη μείωση της ρύπανσης.



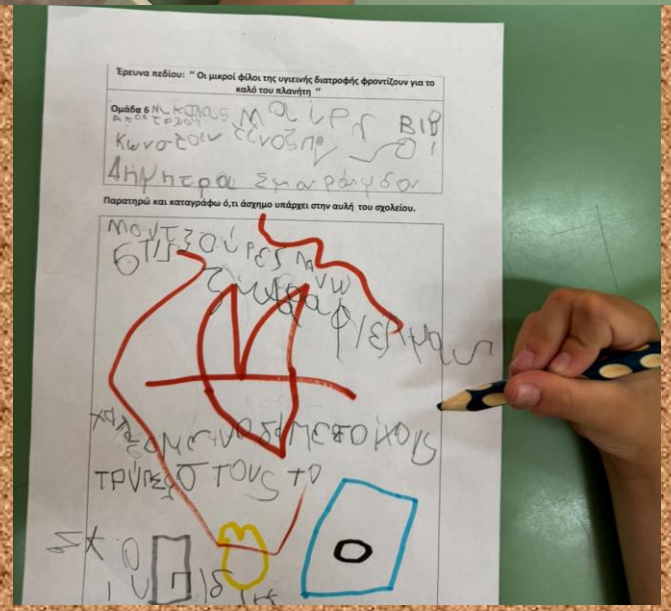
Στην αρχή συγκροτήσαμε περιβαλλοντική επιτροπή ψηφίζοντας τους αντιπροσώπους



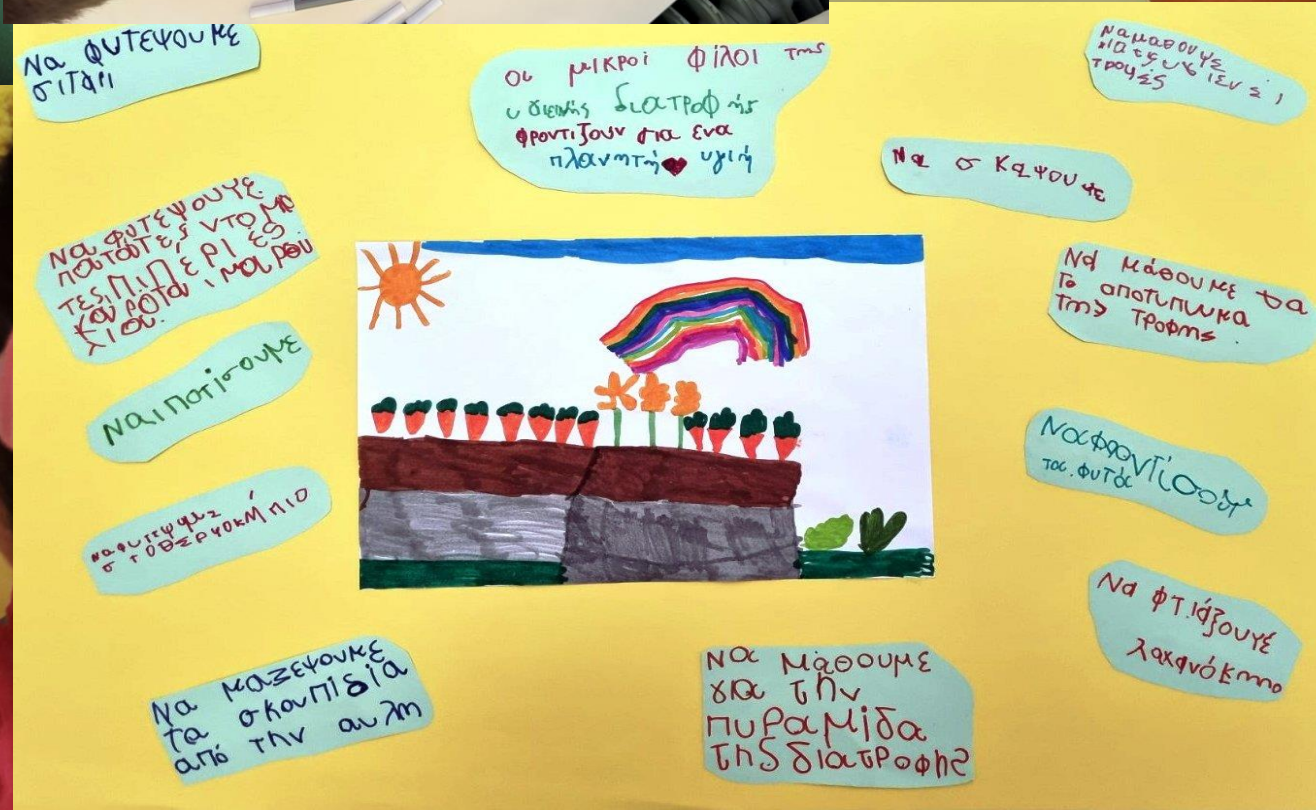
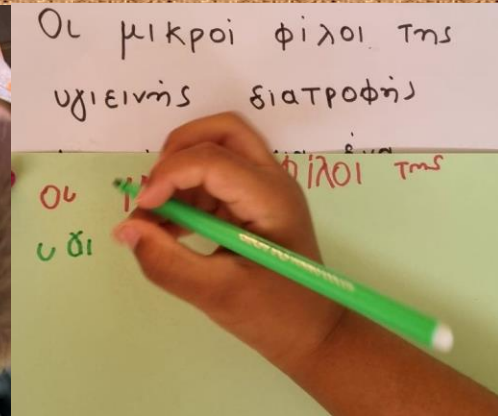
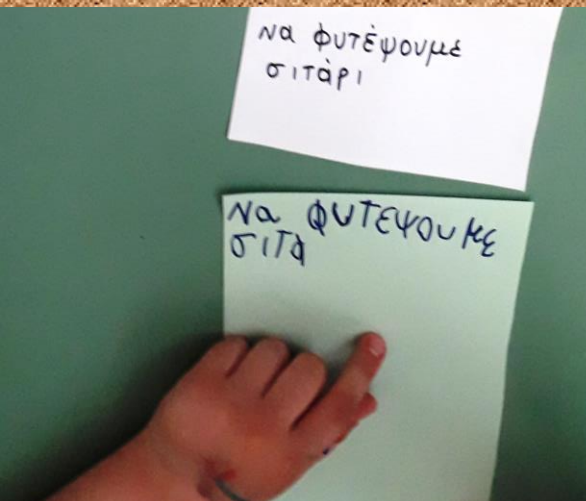
Στη συνέχεια κάναμε έρευνα στο σχολείο

- Τι τρώμε για πρωινό, δεκατιανό, μεσημεριανό.
- Τι κάνει την αυλή μας άσχημη.
- Που μπορούμε να φυτέψουμε λαχανικά στην αυλή.
- Τι λαχανικά μπορούμε να φυτέψουμε





Καταστρώσαμε σχέδιο δράσης για τη διατροφή



Στα πλαίσια του προγράμματος:

Μάθαμε για την πυραμίδα της μεσογειακής διατροφής
για τις υγιεινές και ανθυγιεινές τροφές



Ζωγραφίσαμε το αγαπημένο μας φαγητό.



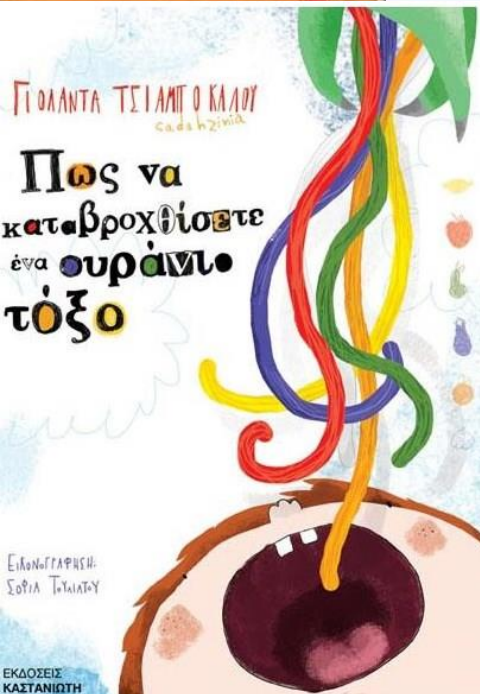
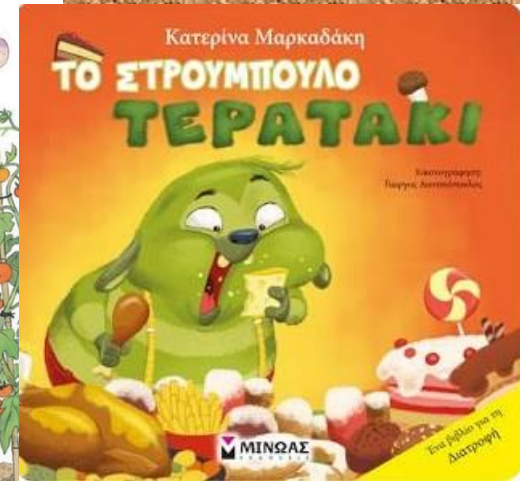
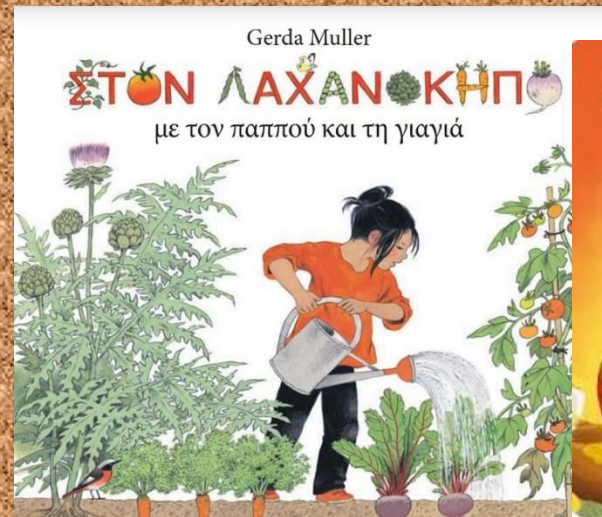
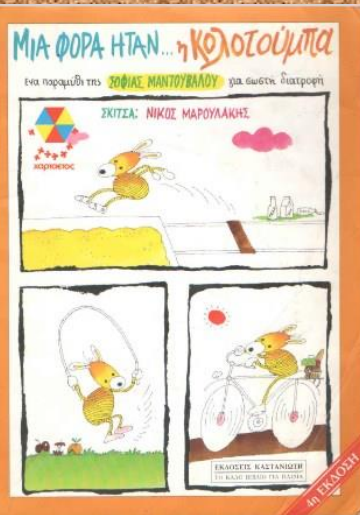
Μάθαμε για τα φρούτα και λαχανικά κάθε εποχής.



Μάθαμε για το οικολογικό αποτύπωμα των τροφών



Διαβάσαμε βιβλία



Δραματοποιήσαμε: «το σποράκι μεγαλώνει» και τη
«φωτοσύνθεση».



Φτιάξαμε το δικό μας βιβλίο με αινίγματα



Φυτέψαμε σιτάρι και βασιλικό σε γλάστρες.

Φυτέψαμε σε "θερμοκήπιο



Φτιάξαμε λαχανόκηπο στην αυλή και φυτέψαμε
πατάτες, ντομάτες και πιπεριές.



Παίξαμε παιχνίδια στον Η/Υ



Παρακολουθήσαμε το εκπαιδευτικό πρόγραμμα :«Της φύσης τα καμώματα – Μικροί κηπουροί»



Δημιουργήσαμε οικοκώδικα



Τέλος κάναμε γιορτή με τίτλο: Τα λαχανικά ερωτεύονται



