

2° Νηπιαγωγείο Αλιάρτου

Healthy mind into a healthy body



Ο παγκόσμιος οργανισμός υγείας ορίζει την Υγεία ως <<μια κατάσταση πλήρους σωματικής ,ψυχικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι μόνο την απουσία ασθένειας ή αναπηρίας>>

Η διατήρηση και προαγωγή της υγείας δεν εξασφαλίζονται μόνο με θεωρητικές γνώσεις αλλά με τη μετατροπή των γνώσεων σε καθημερινές υγιεινές δραστηριότητες.

Αυτός είναι και ο στόχος του συγκεκριμένου προγράμματος.

Το θέμα της διατροφής είναι εξαιρετικά σημαντικό στην εποχή μας ,την εποχή της υπερκατανάλωσης και των αμέτρητων διατροφικών κινδύνων που απειλούν εμάς και το περιβάλλον καθώς αυτό αποτελεί τη βασική πηγή της τροφής μας.

Είμαστε ό ,τι τρώμε και αυτό που τρώμε καθορίζει τις σκέψεις , τη ζωή μας ,το παρόν, το μέλλον και το πεπρωμένο μας.

Οι στόχοι του προγράμματος

Να γνωρίσουν τα παιδιά τη λειτουργία του οργανισμού και το ρόλο της τροφής

Να γνωρίσουν τις κατηγορίες των τροφών



Να ευαισθητοποιηθούν γονείς και παιδιά για τη σημασία της υγιεινής διατροφής

Να γνωρίσουν τους κινδύνους από την κακή διατροφή και την υπερκατανάλωσης



Να καταλάβουν τα παιδιά τη σπουδαιότητα της διατροφής και της άσκησης για την αρμονική τους διάπλαση και υγεία



Να λειτουργήσουν ως καταναλωτές αξιοποιώντας τη δυνατότητα αξιολόγησης της συσκευασίας των προϊόντων

Να συνδέσουν την προστασία του περιβάλλοντος με την καλλιέργεια και κατανάλωση υγιεινών τροφών (βιοκαλλιέργειες)



Να προωθηθεί η πρωτοβουλία ,η συνεργασία, η ομαδική δουλειά



Το έργο υλοποιήθηκε στα πλαίσια του προγράμματος e Twinning με τη συμμετοχή 12 Νηπιαγωγείων από χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης και

χωρίστηκε στις ενότητες

Ας γνωριστούμε..

Παγκόσμια ημέρα διατροφής

Το σύνθημά μας

Τα φαγητά του τόπου μου (παραδοσιακά φαγητά)

Κατηγορίες τροφών, διατροφική πυραμίδα

Φαγητά για ιδιαίτερες περιστάσεις (φαγητά για γιορτές)

Ημέρα σαλάτας (τα φρούτα και τα λαχανικά στη διατροφή)

Τα ονόματα φαγητών σε άλλες γλώσσες

Μαθαίνω παίζοντας !

Ένας πρεσβευτής της διατροφής στη χώρα μας(μέλι)

Ας ασκηθούμε...

Καλλιτεχνικές εκφράσεις στην άσκηση

Πρώτες βοήθειες!

Επισκέψεις

Αξιολόγηση του έργου από μαθητές ,γονείς και εκπαιδευτικούς

Το πρόγραμμα ξεκίνησε τον Οκτώβριο και ολοκληρώθηκε στο τέλος του

Μάη.

Ένα χαρούμενο ταξίδι που κράτησε μια σχολική χρονιά!

ΑΠΣ-ΔΕΠΣ

Με οδηγό τις ενότητες του έργου e-twinning
<<healthy mind into a healthy body>>
υλοποιήθηκαν οι στόχοι του αναλυτικού
προγράμματος σπουδών του Νηπιαγωγείου
στη Γλώσσα, στα Μαθηματικά, στη Μελέτη
Φυσικού και Κοινωνικού Περιβάλλοντος ,στα
Εικαστικά και στη Μουσική.

Παρουσιάστηκε στους γονείς ,στους συναδέλφους που υλοποίησαν το ίδιο έργο και αναρτήθηκε στην ιστοσελίδα του σχολείου.