

- ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
- ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ-ΕΥ ΖΗΝ



«Η Βαλίτσα της Διατροφής»

Στόχοι εργαστηρίων με θέμα την Υγιεινή Διατροφή:

Οι μαθητές/τριες

1. να κατανοήσουν την προέλευση των τροφών, την αξία τους και τις επιδράσεις τους στην υγεία.
2. να ευαισθητοποιηθούν σε ζητήματα διατροφής, όπως η μεσογειακή.
3. να προασπίσουν τη σωματική και τη ψυχική τους υγεία, καλλιεργώντας παράλληλα διατροφική συνείδηση
4. να κατατάσσουν τα τρόφιμα στις διάφορες ομάδες τροφίμων
5. να γνωρίσουν την υγιεινή διατροφή και την πυραμίδα ισορροπημένης διατροφής
6. να αναγνωρίζουν τη θρεπτική αξία των τροφών και τη σημασία τους στη διατροφή
7. να ευαισθητοποιηθούν σχετικά με την κατανάλωση φρούτων και λαχανικών
8. να μάθουν για τη στοματική υγιεινή και την παχυσαρκία
9. να συνειδητοποιούν τους κινδύνους που απειλούν την υγεία του/της
10. να μεταβάλουν σταδιακά τις διατροφικές του/της συνήθειες.



Δεξιότητες στόχευσης των εργαστηρίων:

1. Δεξιότητες 21ου αιώνα (4cs): δημιουργικότητα, επικοινωνία, κριτική σκέψη, συνεργασία
2. Δεξιότητες Ζωής: αυτομέριμνα, αυτεπάρκεια, προσαρμοστικότητα, υπευθυνότητα
3. Δεξιότητες της τεχνολογίας, της μηχανικής και της επιστήμης: Πληροφορικός και ψηφιακός γραμματισμός, δεξιότητες ανάλυσης και παραγωγής περιεχομένου σε έντυπα και ηλεκτρονικά μέσα.
4. Δεξιότητες του νου: μελέτη περιπτώσεων και επίλυση προβλημάτων, κατασκευές, παιχνίδια, εφαρμογές, ρουτίνες σκέψης και αναστοχασμός.



Έκθεση δραστηριοτήτων στις αναρτήσεις του ιστότοπου του νηπιαγωγείου

