

Α τάξη:

Ευ Ζην: Διατροφή

Στον πρώτο κύκλο των Εργαστηρίων Δεξιοτήτων ασχοληθήκαμε με τη διατροφή και συγκεκριμένα μελετήσαμε τις ομάδες των τροφών, φτιάξαμε τη πυραμίδα και συζητήσαμε για το αγαπημένο μας φαγητό, τις υγιεινές και τις ανθυγιεινές τροφές.

Συγκεκριμένα υλοποιήθηκαν τα συγκεκριμένα εργαστήρια:

Πρωινό στην τάξη:

Μια φορά το μήνα διοργανώνουμε υγιεινό πρωινό στην τάξη και τρώμε όλοι μαζί γνωρίζοντας νέες γεύσεις και εμπειρίες.



Επίσκεψη σε φούρνο και παρασκευή της δικής μας πίτσας

Στο «Καρβέλι», κ. Δημήτρης, μας περιήγησε στους χώρους του εργαστηρίου, έδειξε στους μαθητές/τριες τη διαδικασία του ζυμώματος του ψωμιού και στο τέλος τα ίδια τα παιδιά ζύμωσαν και έψησαν τη δική τους πίτσα.



Επίσκεψη διατροφολόγου κ. Κικής Βαγιάνου

Μέσα από μία εξαιρετική διαδραστική παρουσίαση, έμαθαν τις κατηγορίες τροφίμων, γνώρισαν υγιεινές επιλογές για σνακ, πήραν ιδέες για το εβδομαδιαίο μενού τους και φυσικά η επίσκεψη της κ. Κικής έληξε με λίγο παιχνίδι!



Παρακολούθηση διαδικτυακού προγράμματος «Διατροφολογικές» από το Ινστιτούτο Prolepsis.



Διαδραστικά παιχνίδια:

<https://wordwall.net/el/resource/8331102/%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%86%CE%B7>

<https://wordwall.net/el/resource/8281799/%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%86%CE%B7>

<https://wordwall.net/el/resource/38295037/%CF%85%CE%B3%CE%B9%CE%B5%CE%B9%CE%BD%CE%B7-%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%86%CE%B7>

<https://wordwall.net/el/resource/6129475/%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CF%84%CF%81%CE%BF%CF%86%CE%B7>