

Πρόγραμμα Καλλιέργειας Δεξιοτήτων



ΘΕΜΑΤΙΚΗ	2 ^{ΟΣ} ΘΕΜΑΤΙΚΟΣ ΚΥΚΛΟΣ ΤΩΝ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΩΝ: ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ- ΕΥ ΖΗΝ	ΥΠΟΘΕΜΑΤΙΚΗ	ΔΙΑΤΡΟΦΗ
ΒΑΘΜΙΔΑ/ΤΑΞΕΙΣ (που προτείνονται)		ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟ	
Τίτλος		“ΤΡΕΦΟΜΑΙ ΣΩΣΤΑ”	
ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΟΧΕΥΣΗΣ ΤΟΥ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ		ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ 21 ^{ΟΥ} ΑΙΩΝΑ	
		-Κριτική σκέψη	
		-Επικοινωνία	
		- Δημιουργικότητα	
		-Συνεργασία	
		ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ	
		-Ψηφιακός εγγραμματισμός	
		-Δεξιότητες δημιουργίας και διαμοιρασμού ψηφιακών δημιουργημάτων	
		-Ρουτίνες σκέψης και αναστοχασμός	
		ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ ΝΟΥ	
		-Κατασκευές	
		-Παιχνίδια	
		-Επίλυση Προβλημάτων	
		ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ ΖΩΗΣ	
		-Ενσυναίσθηση	



- Ευαισθησία
- Κοινωνικές δεξιότητες

ΣΥΝΔΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ ΤΟΥ ΝΗΠΙΑΓΩΓΕΙΟΥ. Η καλλιέργεια θετικών στάσεων και ενσυναίσθησης, η κατάκτηση της γνώσης με βιωματικό τρόπο και συνεργασία με την οικογένεια και την τοπική κοινότητα. Σύνδεση με γνωστικά αντικείμενα (Μελέτη περιβάλλοντος, Γλώσσα, Τ.Π.Ε., Μαθηματικά, Εικαστικά).

Προσδοκώμενα μαθησιακά αποτελέσματα	Εργαστήριο	Δραστηριότητες – (ενδεικτικές)
-Να εκφράσουν τις προϋπάρχουσες γνώσεις τους -Να καλλιεργήσουν την κριτική τους σκέψη -Να αναστοχάζονται ως προς αυτά που έχουν πει -Να συνθέτουν τις ιδέες τους	ΤΙΤΛΟΣ: Το ταξίδι της τροφής 	<u>ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 1:</u>Επιλέγεται ένας ήρωας-κούκλα που θα εισάγει τα παιδιά στο πρόγραμμα και θα τα βοηθήσει να κατανοήσουν τη σημασία της τροφής. <u>ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 2:</u>Τα παιδιά παρακολουθούν βίντεο για τη διαδικασία της πέψης https://www.youtube.com/watch?v=R6Bfqyubxm8 και συζητούν για τη σημασία της τροφής. <u>ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ 3:</u> Ζωγραφίζουν το ταξίδι της τροφής και στη συνέχεια παρουσιάζουν τη ζωγραφιά τους στην ολομέλεια της τάξης.
-Να κατανοήσουν την προέλευση των τροφών, την αξία τους -Μέσα από το ψηφιακό υλικό να εκφράσουν	Τίτλος: Καλή και κακή διατροφή 	<u>Δραστηριότητα 1:</u>Η ήρωας- κούκλα ζητά από τα παιδιά να ζωγραφίσουν το αγαπημένο τους φαγητό και να το παρουσιάσουν στην τάξη. <u>Δραστηριότητα 2:</u> Παρουσίαση του βιβλίου « Ο Ωραίος Δαρείος» Με αυτό το βιβλίο τα παιδιά εμπλέκονται στο περιεχόμενο του



τα δικά τους μηνύματα -Να ευαισθητοποιηθούν σε ζητήματα διατροφής		προγράμματος. Ζωγραφίζουν ότι τα εντυπώσιασε από την ιστορία του Δαρείου. Θεατρικό παιχνίδι βασισμένο στην ιστορία. <u>Δραστηριότητα 3:</u> Ακούνε το τραγούδι: «Τόσο λάθος διατροφή» https://www.youtube.com/watch?v=rdtLlcSehKc&t=115s Τα παιδιά δημιουργούν ένα εννοιολογικό χάρτη με τις υγιεινές και μη τροφές που καταναλώνει ο Δαρείος.
-Να κατατάσσουν τα τρόφιμα σε διάφορες ομάδες -Να αναγνωρίζουν τη θρεπτική αξία των τροφών και τη σημασία τους στη διατροφή -Να εμπλουτίζουν το λεξιλόγιο τους	Τίτλος: Μεσογειακή Πυραμίδα-Ομάδες τροφών 	<u>Δραστηριότητα 1:</u> Ακρόαση του παραμυθιού: «Η Κυρά διατροφή- Η πρώτη στη μαγειρική» <u>Δραστηριότητα 2:</u> Ζωγραφίζουν με πινέλα τα αγαπημένα τους φρούτα. <u>Δραστηριότητα 3:</u> Παρουσίαση της πυραμίδας της Μεσογειακής Διατροφής, αναλύοντας τις οικογένειες των τροφών. Παιχνίδια για τις τροφές. <u>Δραστηριότητα 4:</u> Ζωγραφίζουν τις ομάδες των τροφών και δημιουργούν βιβλίο. <u>Δραστηριότητα 5:</u> Κατασκευάζουν τη δική τους Μεσογειακή Πυραμίδα, χρησιμοποιώντας εικόνες περιοδικών ή διαφημιστικών φυλλαδίων) <u>Δραστηριότητα 6:</u> Άσκηση εμπέδωσης στο φωτόδεντρο http://photodentro.edu.gr/lor/handle/8521/3685 <u>Δραστηριότητα 7:</u> Παιχνίδι: «Ο κύκλος της διατροφής» τα παιδιά κάνουν έναν κύκλο. Η νηπιαγωγός στέκεται στη μέση κρατώντας μια μπάλα. Λέει ένα τρόφιμο και μετά πετά την μπάλα σε κάποιο παιδί. Αν το τρόφιμο είναι υγιεινό, το παιδί μπορεί να πιάσει τη



		μπάλα. Αν δεν είναι τόσο υγιεινό, δεν πρέπει να την πιάσει. Όποιος χάνει βγαίνει από τον κύκλο.
-Να αξιολογούν τα στοιχεία μιας συζήτησης -Να συνεργάζονται με τα μέλη της ομάδας για την εκτέλεση ενός σκοπού -Να σκέφτονται κριτικά ως προς την ποσότητα και την ποιότητα των τροφών.	ΤΙΤΛΟΣ: ΤΡΕΦΟΜΑΙ ΣΩΣΤΑ? 	<u>Δραστηριότητα 1:</u> Συνέντευξη από διατροφολόγο είτε δια ζώσης είτε διαδικτυακά <u>Δραστηριότητα 2:</u> Κολλούν σε πιάτο τις τροφές που καταναλώνουν στο πρωινό τους <u>Δραστηριότητα 3:</u> Δημιουργία Πίνακα διπλής εισόδου με τα ονόματά τους και τις τροφές που έφαγαν για πρωινό, μεσημεριανό και βραδινό. <u>Δραστηριότητα 4:</u> Παρακολουθούν το βίντεο με το πιάτο της υγιεινής διατροφής. https://www.youtube.com/watch?v=cGR-chVKiV8 Δημιουργούν ομαδικά το πιάτο της υγιεινής διατροφής .
-Να περιγράφουν και να εξηγούν τις ιδέες τους -Να εξοικειωθούν με τις ρουτίνες σκέψης. - Να συνεργάζονται με την ομάδα για την εκτέλεση ενός κοινού σκοπού.	ΤΙΤΛΟΣ: ΦΡΟΥΤΑ ΚΑΙ ΛΑΧΑΝΙΚΑ 	<u>Δραστηριότητα 1:</u> Παρατηρούν τους πίνακες του Arcimboldo για τις εποχές προκειμένου να ανακαλύψουν τα φρούτα και τα λαχανικά της κάθε εποχής <u>Δραστηριότητα 2:</u> Ζωγραφίζουν το δικό τους πορτρέτο με φρούτα. Χωρίζονται σε 4 ομάδες και συνθέτουν πίνακα με τα φρούτα της κάθε εποχής <u>Δραστηριότητα 3:</u> Φτιάχνουν φρουτοσαλάτα και γράφουν τη συνταγή.



-Να επιλέγουν τρόφιμα με υψηλή διατροφική αξία -Να συνειδητοποιήσουν την αναγκαιότητα του νερού -Να εκφράζουν στοιχεία του ρυθμού μέσω της κίνησης	ΤΙΤΛΟΣ: ΥΓΙΕΙΝΕΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ 	<u>Δραστηριότητα 1:</u>Ενημέρωση για την παιδική παχυσαρκία με βίντεο https://www.youtube.com/watch?v=vca4IEE3lec ακολουθεί συζήτηση για τους τρόπους αντιμετώπισης της. Τραγούδι και χορός: «Το χοντρομπιζέλι» https://www.youtube.com/watch?v=W8QegBVmWEo <u>Δραστηριότητα 2:</u>Η αξία του νερού στη διατροφή μας https://www.youtube.com/watch?v=vHApTRvbJCw (ο κύκλος του νερού) <u>Δραστηριότητα 3:</u>Ενημέρωση για τις βιταμίνες των φρούτων και των λαχανικών. Κατηγοριοποίηση των τροφών με βάση τα θρεπτικά συστατικά τους
-Να ενεργοποιούνται για ανάληψη δράσεων -Να εκφράζονται δημιουργώντας κείμενα - Να θέτουν συμβουλές για καλή υγεία	ΤΙΤΛΟΣ: ΓΙΝΟΜΑΙ ΔΙΑΙΤΟΛΟΓ ΟΣ ΓΙΑ ΜΙΑ ΜΕΡΑ! 	<u>Δραστηριότητα 1:</u>Συντάσσουν ένα ημερήσιο πρόγραμμα διατροφής και το κοινοποιούν στους γονείς. <u>Δραστηριότητα 2:</u> Κατασκευάζουν μια μεγάλη αφίσα με την κ. Υγιεινούλα και την Κ. Ανθυγιεινούλα, με εικόνες από περιοδικά. Γράφουν ή ζωγραφίζουν μηνύματα-συνθήματα για την υγιεινή διατροφή. <u>Δραστηριότητα 3:</u> Τα παιδιά χωρίζονται σε ομάδες κ αξιοποιώντας τις νέες γνώσεις δημιουργούν αινίγματα τα οποία απαντούν, ζωγραφίζουν και συνθέτουν σε βιβλίο. Κατασκευάζουν επιτραπέζιο παιχνίδι: «Φιδάκι» σχετικό με την υγιεινή διατροφή.

Εκπαιδευτικό Υλικό/ Συνδέσεις /Βιβλιογραφία

-βιβλία με τίτλο:1. «Η Κυρά διατροφή- Η πρώτη στη μαγειρική»



2.« Ο Ωραίος Δαρείος» Σ. Ζαραμπούκα Λ. Τσακίρη -Παπαθανασίου

