

Με μια
μπουκιά
υγεία
και ένα
άλμα
χαράς!!



Σκοπός του προγράμματος

- Να βοηθήσει τα παιδιά να έχουν ένα υγιές ξεκίνημα στη ζωή τους
- Να υιοθετήσουν έναν υγιεινό τρόπο ζωής στο σχολείο και στο σπίτι



Τέσσερις συμπεριφορές - στόχοι



Πώς θα επιτευχθεί η υιοθέτηση τους;

Μέσα από δραστηριότητες που θα έχουν στόχο:

- **τη προσαρμογή του περιβάλλοντος του νηπιαγωγείου** μέσα από δράσεις που θα στοχεύουν στην εξοικείωση των παιδιών με την επιθυμητή συμπεριφορά (π.χ. δημιουργία χώρου «Κέντρο Νερού» για ευκολότερη πρόσβαση σε νερό)



Πώς θα επιτευχθεί η υιοθέτηση τους;

- να **καθιερωθούν ρουτίνες** δηλαδή σταθερές καθημερινές δραστηριότητες ώστε τα παιδιά μέσα από την τακτική επανάληψη να εξοικειωθούν και τελικά να υιοθετήσουν την επιθυμητή συμπεριφορά (π.χ. καθορισμένες ώρες για νερό, «Διάλειμμα νερού», μέσα από συγκεκριμένα οπτικά ερεθίσματα όπως χρονόμετρο, ειδικά σημαιάκια ή χρήση συγκεκριμένης μουσικής)
- ✓ **οι εκπαιδευτικοί συμμετέχουν και οι ίδιοι** και λειτουργούν ως πρότυπο για τα παιδιά καθώς τα παιδιά αυτής της ηλικίας μαθαίνουν μέσω της μίμησης



Πώς θα επιτευχθεί η υιοθέτηση τους;

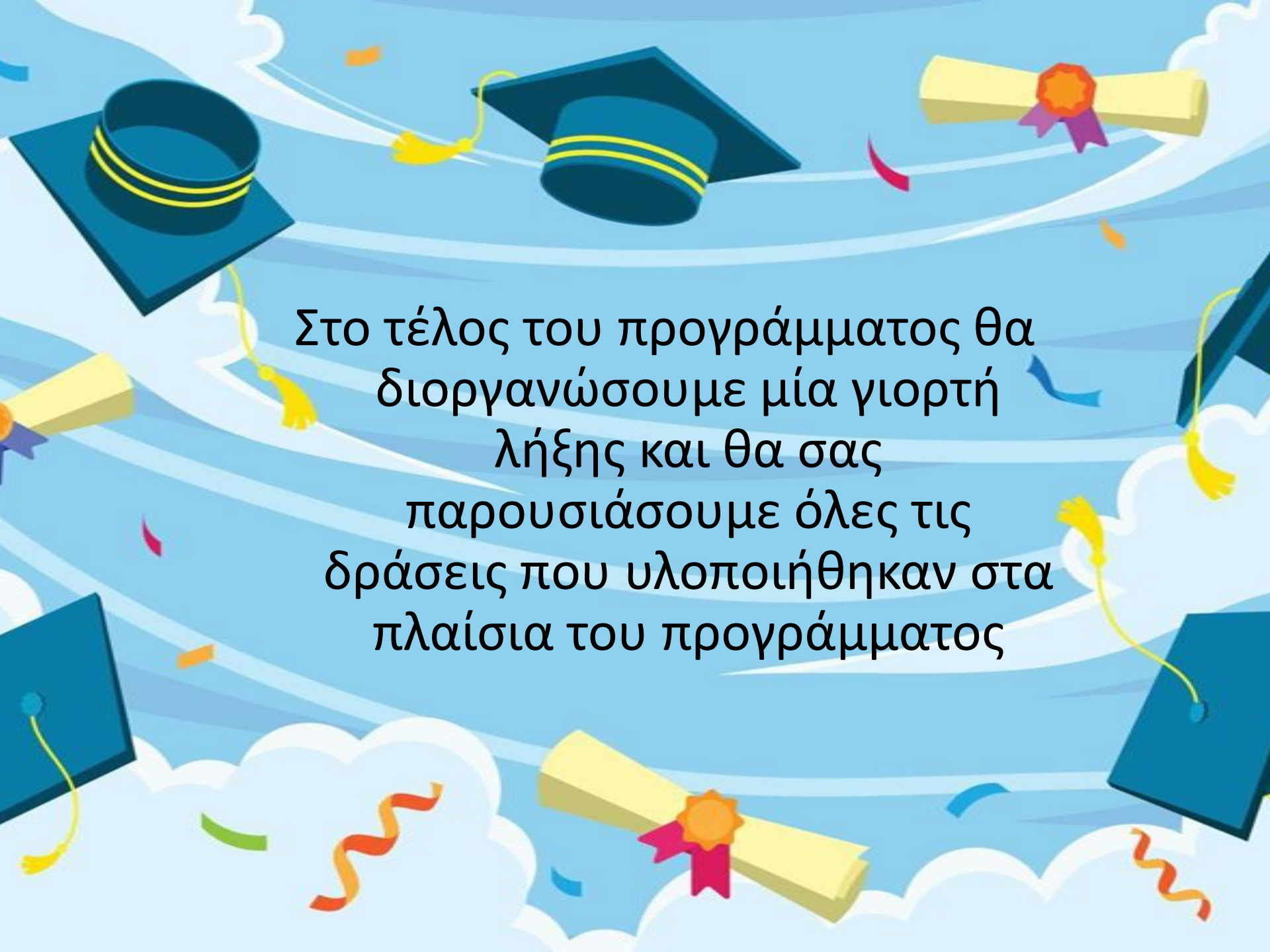
- να δημιουργηθούν **δραστηριότητες διερεύνησης και ενίσχυσης γνώσεων στη τάξη** που ενθαρρύνουν την αυτενέργεια, τον πειραματισμό και την κριτική σκέψη χρησιμοποιώντας ερωτήματα, παιχνίδια ρόλων, ελεύθερη εξερεύνηση και στοχεύουν στην αυτονομία και την δημιουργικότητα των παιδιών
- ✓ να πραγματοποιηθούν **δραστηριότητες με βάση ευκαιριακές καταστάσεις** εντός και εκτός σχολείου που προσφέρουν τη διάχυση της γνώσης και ευκαιρίες για κοινωνικοποίηση και συνεργασία (π.χ. επισκέψεις στη ΔΕΥΑΚ Καστοριάς, εκδρομή στο πάρκο κυκλοφοριακής αγωγής, διατροφολόγος στο σχολείο μας για ενημέρωση κ.α.)



Πώς θα επιτευχθεί η υιοθέτηση τους;

- να υπάρχει **συνεργασία και επικοινωνία με τους γονείς/φροντιστές - σύμμαχοι στην υλοποίηση του προγράμματος** καθώς η ενεργός συμμετοχή της οικογένειας στην υποστήριξη των δράσεων είναι σημαντική και βοηθά στην υιοθέτηση των συμπεριφορών - στόχων και στο σπίτι (ενημερωτικά φυλλάδια, κάρτες συμβουλών κ.α.)





Στο τέλος του προγράμματος θα
διοργανώσουμε μία γιορτή
λήξης και θα σας
παρουσιάσουμε όλες τις
δράσεις που υλοποιήθηκαν στα
πλαίσια του προγράμματος

Υπεύθυνοι Νηπιαγωγοί
Σιάνου Όλγα & Χριστοδούλου Ελένη

Σχολικό Έτος
2025-2026