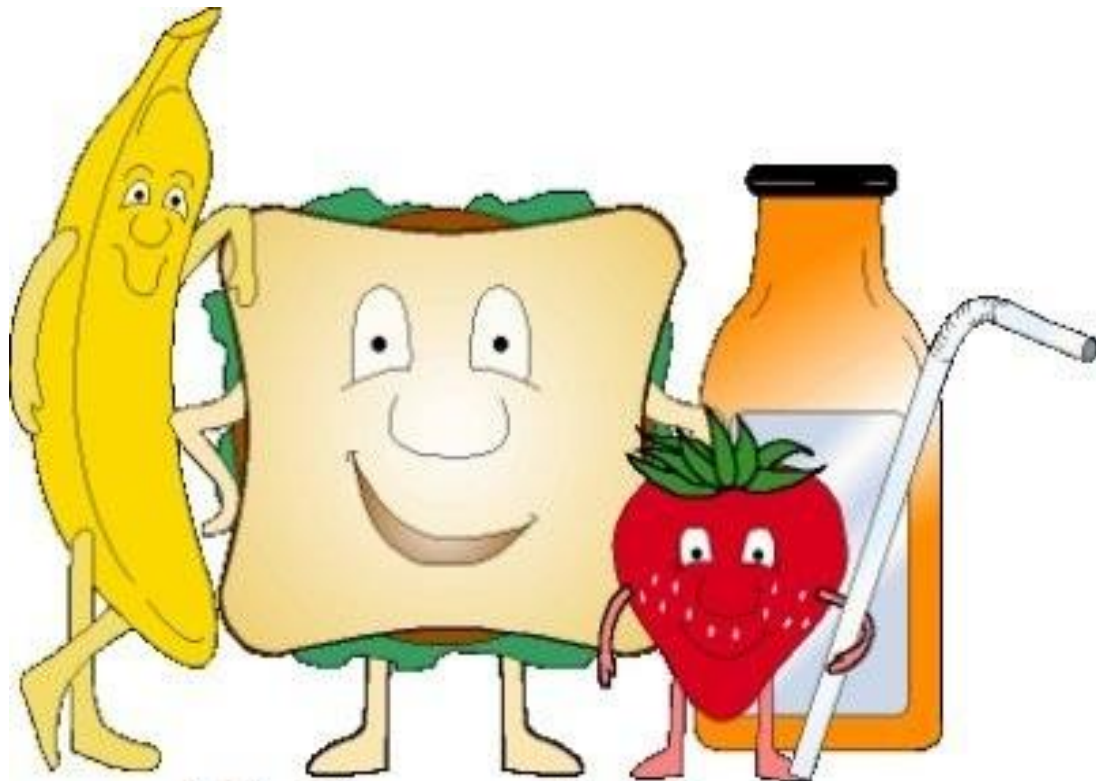


Το Ειδικό Σχολείο Σητείας για την Παγκόσμια Ημέρα Υγιεινής Διατροφής

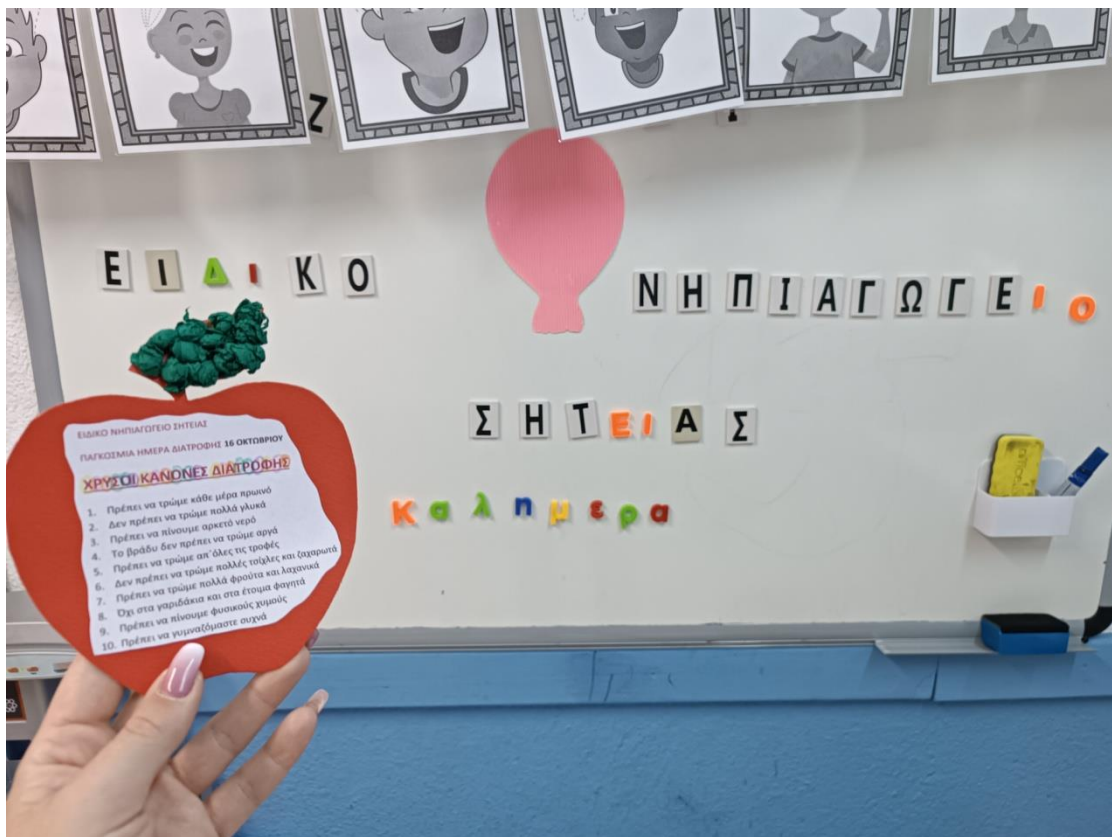
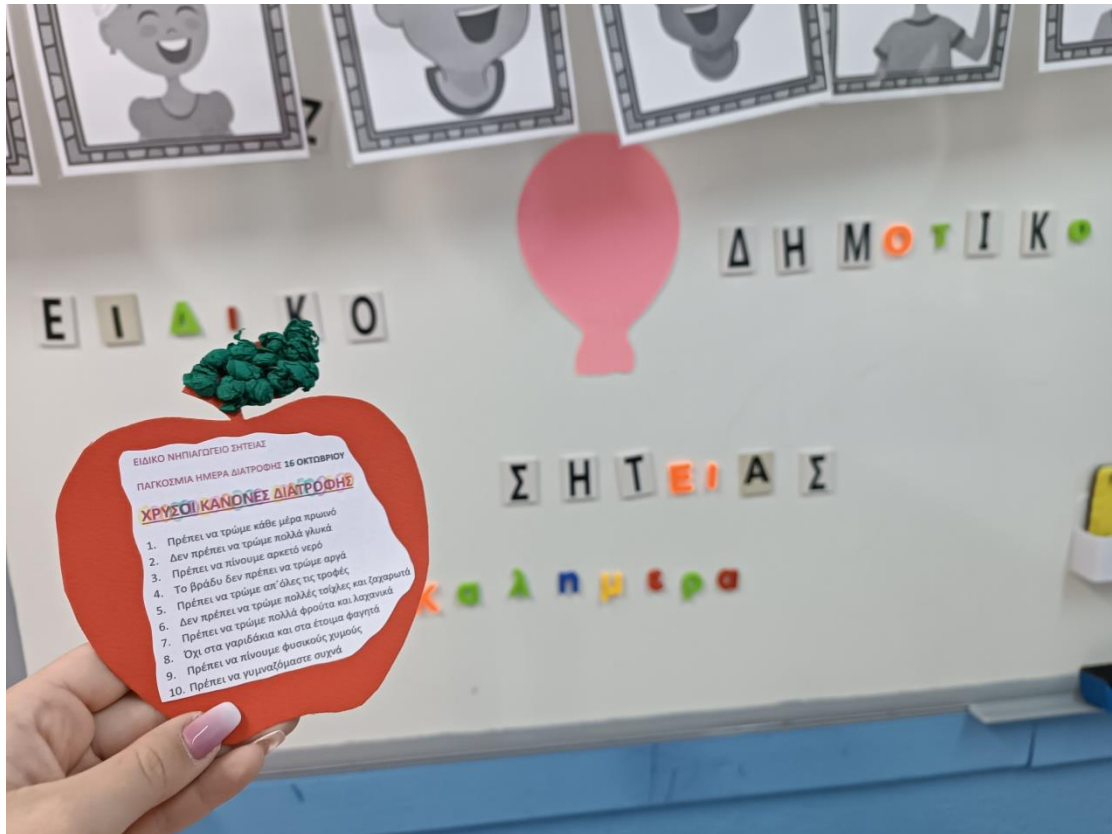


16 Οκτωβρίου
Παγκόσμια Ημέρα Διατροφής

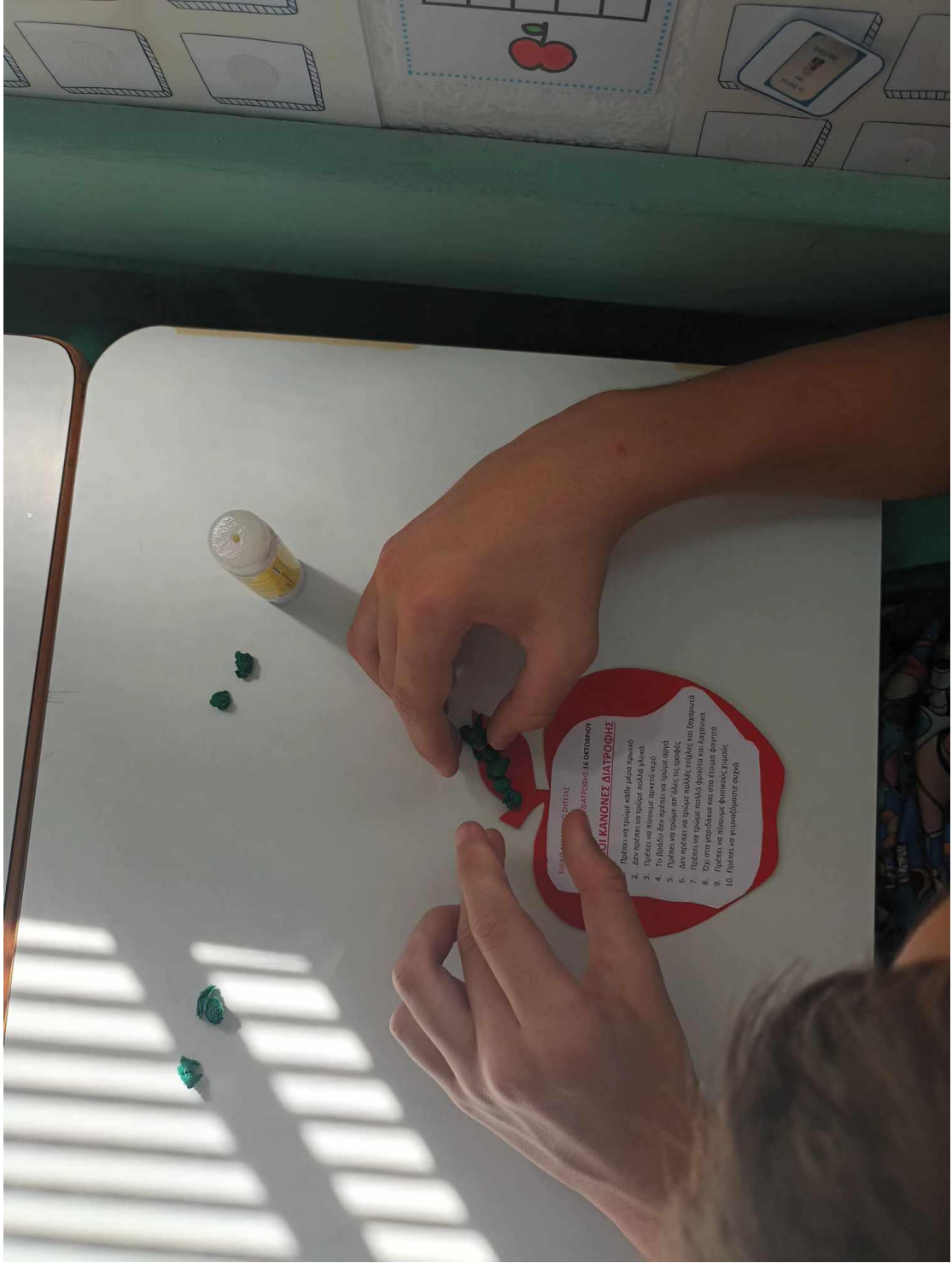
Με αφορμή την παγκόσμια ημέρα διατροφής 16 Οκτωβρίου στο Ειδικό Σχολείο Σητείας μίλησαμε για τις τροφές. Πιο συγκεκριμένα την κυρία Μηλαράκη και τον κύριο Αχλαδάκη παρουσίασαν στα μικρούλια μας το παραμύθι η πιο γλυκιά φρουτοσαλάτα στο οποίο όλες οι τροφές ζωντανεύουν και εξηγούν τι καλό και τι κακό προσφέρουν! Ασχοληθήκαμε με την παρακάτω κατασκευή όπου ήταν γραμμένοι οι κανόνες της σωστής διατροφής.

Τέλος ακούσαμε πολλά τραγούδια για την υγιεινή διατροφή!

Ένα δείγμα της δουλειάς των παιδιών μας:







ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ ΑΙΤΡΟΦΗΣ

1. Πρέπει να τρώμε κάθε μέρα τριαντά
2. Πρέπει να τρώμε καλά χυλά
3. Πρέπει να τρώμε αρκετά νερό
4. Το βράδυ να τρώμε λίγο φαγητό
5. Πρέπει να τρώμε αν θέλουμε να είμαστε υγιείς
6. Δεν πρέπει να τρώμε πολύ, γιατί αν τρώμε πολύ
7. Πρέπει να τρώμε καλά, φρούτα και λαχανικά
8. Οι αμαρτωλοί να σταματήσουν να τρώνε
9. Πρέπει να τρώμε φαγητό που μας αρέσει
10. Πρέπει να τρώμε φαγητό που μας αρέσει

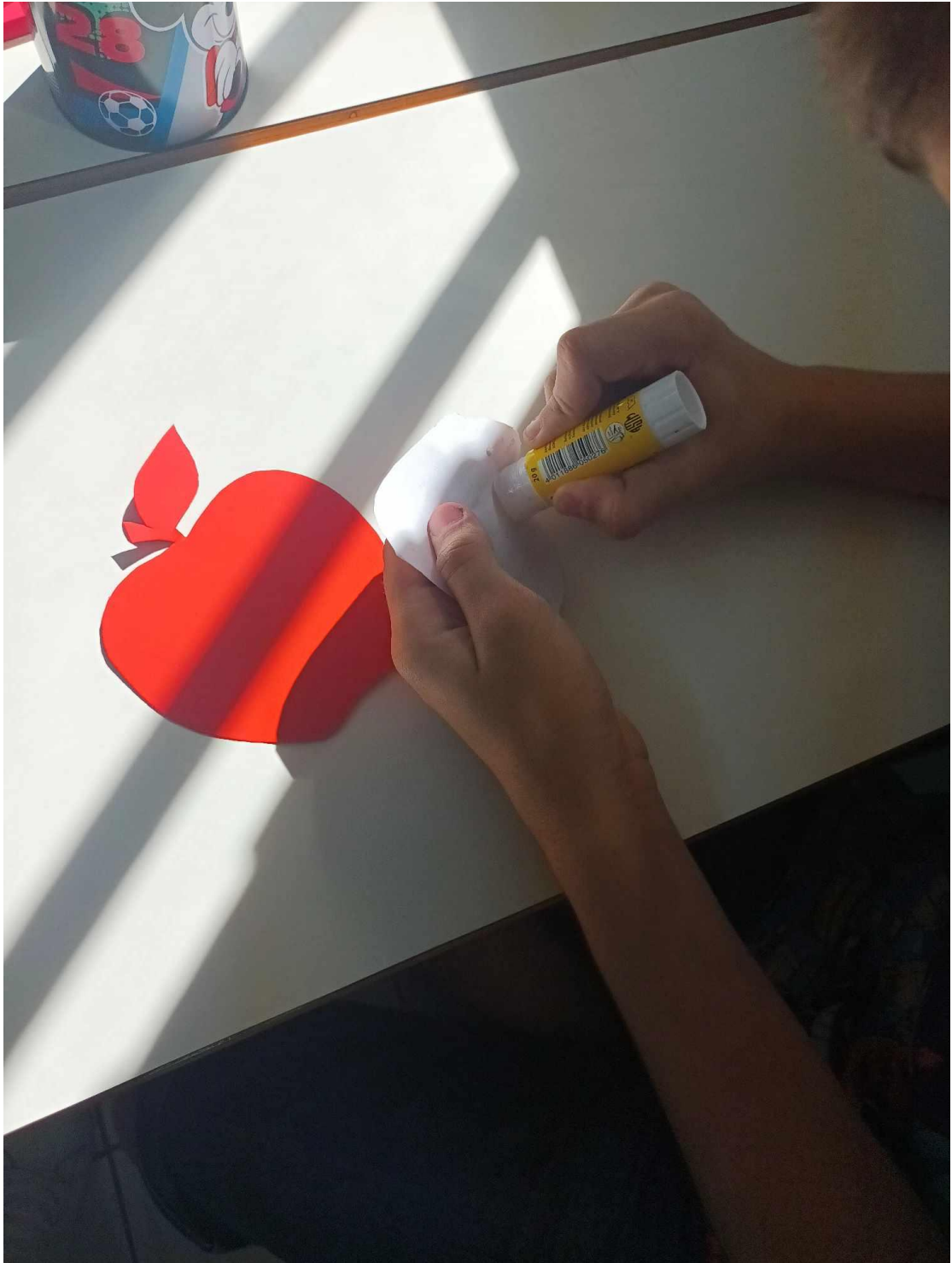




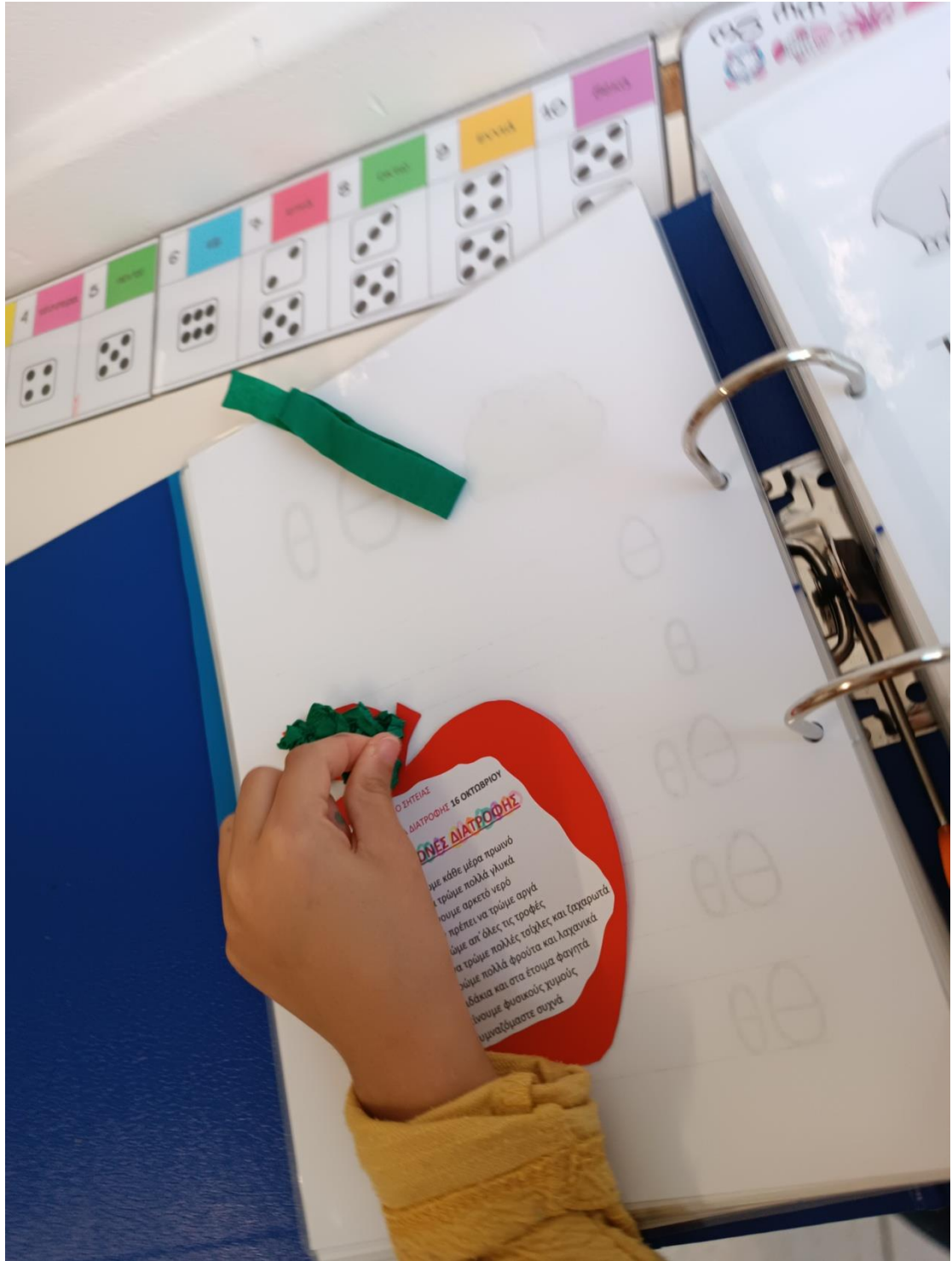
МЫЗЫ КАНОНИЗМАТОУМ

1. Писать на бумаге...
2. Акт...
3. То...
4. То...
5. Акт...
6. То...
7. То...
8. То...
9. То...
10. То...









Ο ΣΤΡΕΑΣ
ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ 16 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ
ΔΩΣΕ ΔΙΑΤΡΟΦΗ
Κάθε μέρα πρωινό
τρώμε πολλά γλυκά
πίνουμε αρκετό νερό
πρέπει να τρώμε αργά
ώστε απ' όλες τις τροφές
να τρώμε πολλές τσιζές και λαχανικά
πίνουμε πολλά φρούτα και λαχανικά
ελάττωμα και στα έτοιμα φαγητά
πίνουμε φυσικούς χυμούς
κινεζόμαστε συχνά



ΤΟ ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΤΡΑΓΟΥΔΑΚΙ ΑΡΕΣΕ ΠΟΛΥ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ!

Στις σαλάτες  λέμε ΝΑΙ
στα φρέσκα φρούτα  λέμε ΝΑΙ.
Στα ψαράκια  λέμε ΝΑΙ
και στα όσπρια  λέμε ΝΑΙ.
Στο γαλατάκι  λέμε ΝΑΙ
και στα ψωμάκια  λέμε ΝΑΙ.

ΟΧΙ στα γαριδάκια 
ΟΧΙ και στα ζαχαρώδη 
ΟΧΙ στα πατατάκια 
ΟΧΙ και στα γλυκά 