

Υγιεινή διατροφή για ανάπτυξη σωστή

Στα πλαίσια του θεματικού κύκλου «Ζω καλύτερα- Ευ ζην» η Ε΄ τάξη του δημοτικού σχολείου Λεύκτρων ασχολήθηκε με τη θεματική ενότητα της διατροφής με τίτλο προγράμματος: Υγιεινή διατροφή για ανάπτυξη σωστή!!!

Έγινε προσπάθεια απόκτησης γνώσεων και δεξιοτήτων από τους μαθητές σχετικά με τις ομάδες τροφών, το όφελος στην υγεία από την κατανάλωση τους και την συχνότητα κατανάλωσης τους. Επιπλέον οι μαθητές πληροφορήθηκαν για την σπουδαιότητα των γευμάτων της ισορροπημένης διατροφής. Δεν μπόρεσαν καλλιεργηθούν ικανοποιητικά οι συνεργατικές δεξιότητες των μαθητών εξαιτίας των ιδιαίτερων συνθηκών που επικρατούν λόγω της πανδημίας covid-19. Επίσης θα πρέπει να αναφερθεί πως δεν πραγματοποιήθηκαν τα εργαστήρια με τίτλο : «Φτιάχνω το πιάτο μου σωστά» καθώς επίσης η Τηλεδιάσκεψη με την διατροφολόγο με θέμα την υγιεινή διατροφή εξαιτίας της διακοπής της δια ζώσης διδασκαλίας. Η αξιολόγηση των μαθητών έγινε μέσα από φύλλα εργασίας με την μορφή ερωτηματολογίου στο τέλος του προγράμματος. Επίσης πραγματοποιήθηκε συζήτηση με τους μαθητές, οι οποίοι εξέφρασαν θετικά και αρνητικά συναισθήματα για την πορεία του προγράμματος και για την χρησιμότητα του. Τέλος οι μαθητές δημιούργησαν ένα ψηφιακό εννοιολογικό χάρτη για τις ομάδες των τροφών:

coggle
made for free at coggle.it

