

Θεματικός κύκλος : Ζω καλύτερα- Ευ ζην

Επιμέρους θεματική ενότητα: Διατροφή- Αυτομέριμνα - Οδική Ασφάλεια

Δικός μας τίτλος: Πράσινες τηγανιτές ντομάτες και άλλα φρούτα



Στόχοι σχεδίου δράσης

- να γνωρίσουν οι μαθητές τη θρεπτική αξία των τροφών και να κατατάξουν τις κατηγορίες των τροφών ανάλογα με την αξία τους στην πυραμίδα
- Να κατανοήσουν την αξία του πρωινού γεύματος
- Να καταλάβουν την διατροφική αξία του ψωμιού
- Να κατανοήσουν ότι το φαγητό δεν είναι μόνο για να χορταίνουμε
- Να καλλιεργήσουν τη συνεργασία, την επικοινωνία, τη δημιουργικότητα και την φαντασία

Προβολή βίντεο για τη διατροφή



1Πυραμίδα Μεσογειακής Διατροφής.mp4

Δραστηριότητα 1^η: Η δικιά μας πυραμίδα



Δραστηριότητα 2^η: Το πρωινό είναι χρυσός

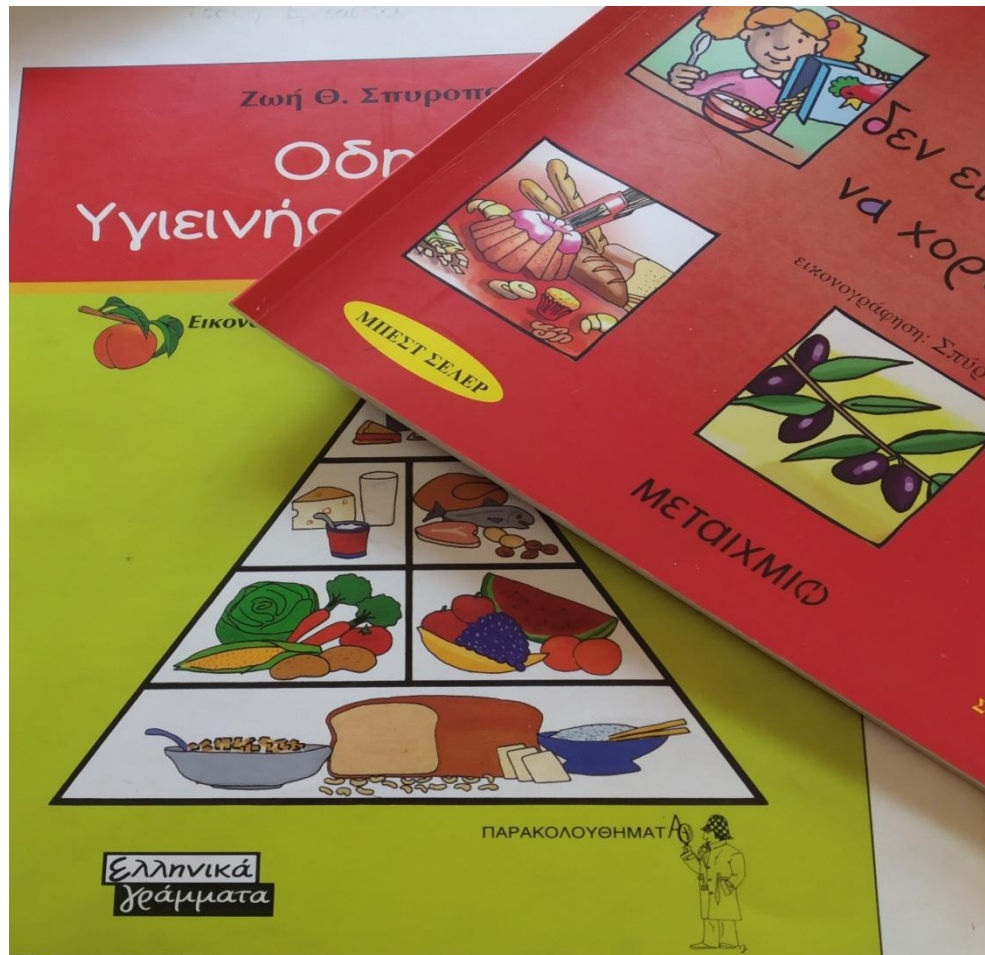
Δραστηριότητα 3^η: Η διατροφική αξία του ψωμιού- Επίσκεψη στο φούρνο του χωριού



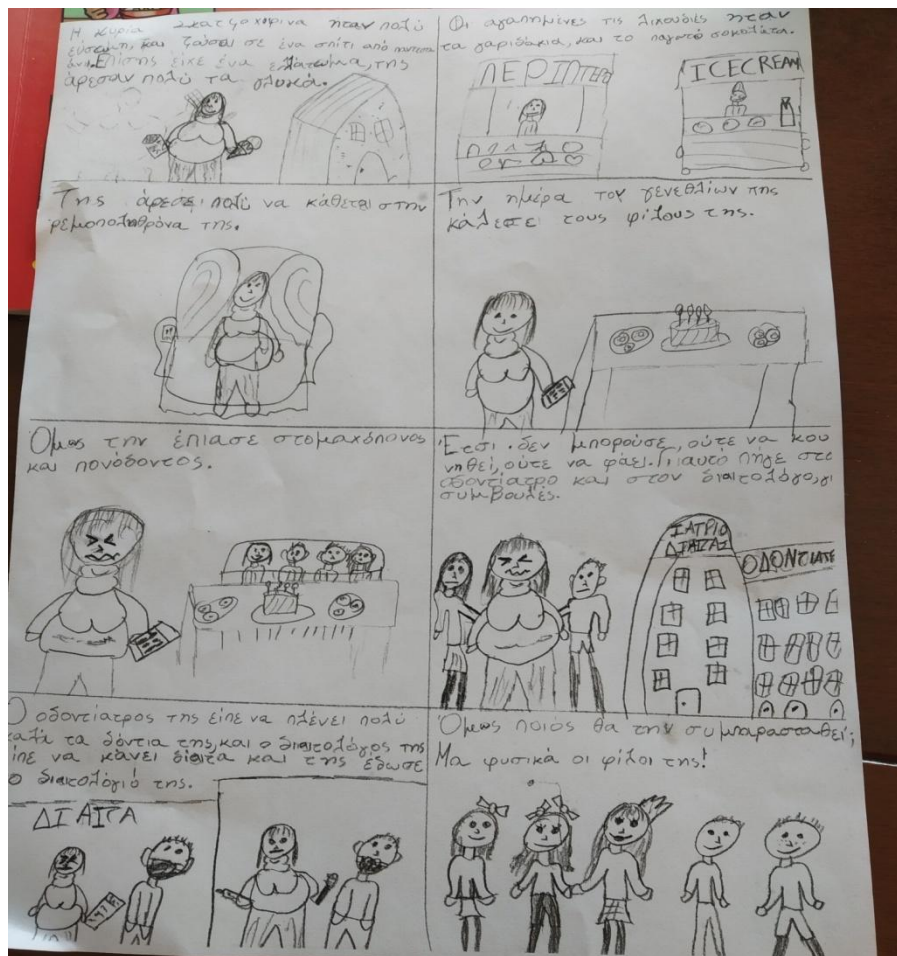
Φτιάχνουμε το δικό μας υγιεινό πιάτο



Δραστηριότητα 4^η: Το φαγητό δεν είναι για να παχαίνουμε-Ακρόαση και δραματοποίηση του βιβλίου



Δραστηριότητα 5^η: Φτιάχνουμε το δικό μας κόμικ



ΦΥΛΛΟ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

ΟΝΟΜΑ.....

ΕΠΙΣΚΕΦΗ ΤΟΥ ΦΟΥΡΝΟΥ ΤΟΥ ΧΑΡΙΟΥ

Φύλλο αξιολόγησης

Οι ερωτήσεις μας στον αρτοποιό

-Πόσων ειδών άλευρα χρησιμοποιείτε;

.....

Ποια είναι τα υλικά για την παρασκευή του ψωμιού;

.....

-Ποιο ψωμί είναι πιο υγιεινό;

.....

-Ποιο ψωμί πουλάτε περισσότερο;

.....




-Τι ώρα ξεκινάει ο φούρναρης το ζύμωμα;

.....

-Πότε ξεκίνησε να δουλεύει ο φούρνος;

.....

ΦΥΛΛΟ ΑΥΤΟΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ**ΟΝΟΜΑ:**.....

	ΠΟΛΥ	ΑΡΚΕΤΑ	ΚΑΘΟΛΟΥ
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΘΕΜΑ: Ζω καλύτερα-Ευ ζην ΔΙΚΟΣ ΜΑΣ ΤΙΤΛΟΣ: Πράσινες τηγανιτές ντομάτες και άλλα φρούτα			
ΚΑΤΑΛΑΒΑ ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ;			
ΕΜΑΘΑ ΝΑ ΟΝΟΜΑΖΩ ΤΙΣ ΟΜΑΔΕΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ;			
ΓΝΩΡΙΖΩ ΤΑ ΘΡΕΠΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΠΟΥ ΠΕΡΙΕΧΟΥΝ ΟΙ ΤΡΟΦΕΣ;			
ΕΜΑΘΑ ΝΑ ΞΕΧΩΡΙΖΩ ΤΙΣ ΥΓΙΕΙΝΕΣ ΑΠΟ ΤΙΣ ΑΝΟΥΓΙΕΙΝΕΣ ΤΡΟΦΕΣ;			
ΕΜΑΘΑ ΝΑ ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΑΙ ΜΕ ΤΟΥΣ ΣΥΜΜΑΘΗΤΕΣ ΜΟΥ;			