

ΠΑΙΧΝΙΔΙ 1

Υλικά: Χαρτί του μέτρου, χωρισμένου σε τετραγωνάκια με 4 οριζόντιες και 5 κάθετες στήλες.

Ζάρι όπου έχουμε κολλήσει εικόνες υγιεινών και βλαβερών τροφίμων ή Καρτέλες μευγεινά και βλαβερά τρόφιμα.

Οδηγίες: 4 παιδιά πατούν στα πρώτα 4 τετράγωνα.

Κάθε παιδί ρίχνει το ζάρι ή επιλέγει μια καρτέλα.

Αν του τύχει υγιεινό τρόφιμο, προχωρά κατά ένα τετράγωνο.

Αν του τύχει βλαβερό, πηγαίνει πίσω ένα τετράγωνο.

Σκοπός: Να φτάσουν ως το τέρμα του διαδρόμου τους. Με τη φαντασία μας μπορούμε να επενδύσουμε το παιχνίδι

λέγοντάς τους ότι βρίσκονται σε μια σπηλιά απ' όπου πρέπει να βγουν ή ό,τι άλλο θέλουμε.

Φυσικά μπορούμε να χωρίσουμε το χαρτί του μέτρου σε περισσότερες στήλες

ή να το παίξουμε στην αυλή, οπότε αντί για χαρτί μέτρου απλά το σχεδιάζουμε με κιμωλία.

ΠΑΙΧΝΙΔΙ 2: (Άσκηση Αφής)

Ο ΤΥΦΛΟΣ ΜΑΝΑΒΗΣ

Ένα παιδί είναι ο μανάβης και του κλείνουμε τα μάτια.

Μπροστά του τοποθετούμε διάφορα φρούτα και λαχανικά

Τα υπόλοιπα παιδιά είναι πελάτες που έρχονται και ζητούν απ' το μανάβη να τους δώσει ένα τρόφιμο.

Ο μανάβης προσπαθεί να το βρει ψηλαφίζοντας αυτά που έχει μπροστά του.

ΠΑΙΧΝΙΔΙ 3: (Άσκηση Αφής)

Στο πάτωμα απλώνουμε διάφορα φρούτα και λαχανικά

Ένα παιδί με κλειστά μάτια και πεσμένο στα τέσσερα προσπαθεί να εντοπίσει κάποιο τρόφιμο.

Τα υπόλοιπα παιδιά το βοηθάνε λέγοντας «Ψάξε μπροστά, στο πλάι ή πίσω κτλ»

Μόλις πιάσει κάποιο, ψηλαφίζοντάς το προσπαθεί να μαντέψει τι κρατάει.

ΠΑΙΧΝΙΔΙ 4 :

ΠΟΙΟ ΦΡΟΥΤΟ ΚΡΑΤΑΩ;

Ένα παιδί τραβάει μια καρτέλα που εικονίζει κάποιο τρόφιμο.

Τα άλλα παιδιά του κάνουν ερωτήσεις προσπαθώντας να μαντέψουν ποιο τρόφιμο κρατάει (π.χ. είναι φρούτο; / τι χρώμα έχει; κτλ)

ΠΑΙΧΝΙΔΙ 5:

Τα παιδιά κάνουν κύκλο.

Ο Εμπυκωτής στέκει στη μέση κρατώντας μία μπάλα.

Λέει ένα τρόφιμο και μετά πετά τη μπάλα σε κάποιο παιδί.

Αν το τρόφιμο είναι υγιεινό, το παιδί μπορεί να πιάσει τη μπάλα.

Αν δεν είναι υγιεινό, δεν πρέπει να την πιάσει.

Αν την πιάσει, βγαίνει απ' τον κύκλο και πηγαίνει στο γιατρό με πόνο στην κοιλιά ή στο δόντι.

ΠΑΙΧΝΙΔΙ 6: (Άσκηση μνήμης)

– Πήγα στη λαϊκή και αγόρασα ένα... (π.χ. πορτοκάλι)

Το δεύτερο παιδί λέει:

– Πήγα στη λαϊκή και αγόρασα ένα πορτοκάλι και ... (π.χ. μία ντομάτα)

Το επόμενο παιδί λέει τα τρόφιμα που αγόρασαν τα προηγούμενα παιδιά συν ένα δικό του.

ΠΑΙΧΝΙΔΙ 7: (Άσκηση μνήμης)

Τοποθετούμε 5 ή περισσότερα τρόφιμα στη σειρά

Αφού τα παρατηρήσουν καλά τα παιδιά, τα σκεπάζουμε με ύφασμα και αφαιρούμε ένα απ' αυτά.

Ξεσκεπάζουμε και ρωτάμε κάποιο παιδί να μας πει ποιο τρόφιμο λείπει.

ΠΑΙΧΝΙΔΙ 10: «Ο Κοιμισμένος Μανάβης»

Ένα παιδί-μανάβης κάθεται σε μια καρέκλα και κοιμάται.

Κάτω μπροστά του υπάρχουν φρούτα και λαχανικά

Ένα άλλο παιδί = πονηρό ζωάκι έρχεται πατώντας στις μύτες των ποδιών του και του «κλέβει» ένα τρόφιμο.

Ο μανάβης ξυπνά και του πετά ένα ελαφρύ αντικείμενο (π.χ. μπαλάκι από φελιζόλ) χωρίς να σηκωθεί απ' την καρέκλα του.

Αν το σημαδέψει, το ζωάκι επιστρέφει το τρόφιμο.

Αν όχι, το κερδίζει.

ΠΗΓΗ: <https://effiekyr.wordpress.com/2010/11/21/games/>