



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

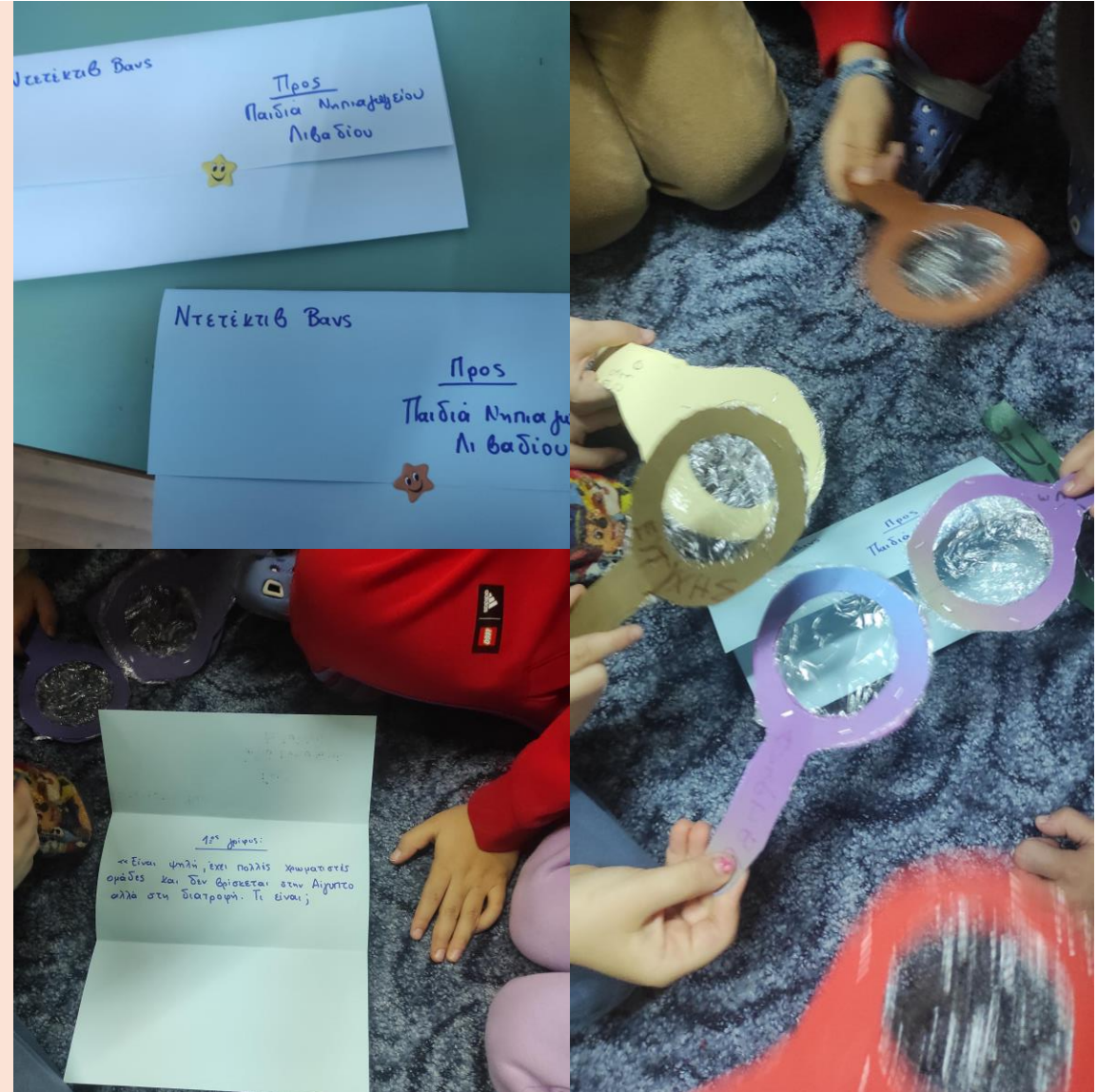
Ζω καλύτερα – Ευ Ζην

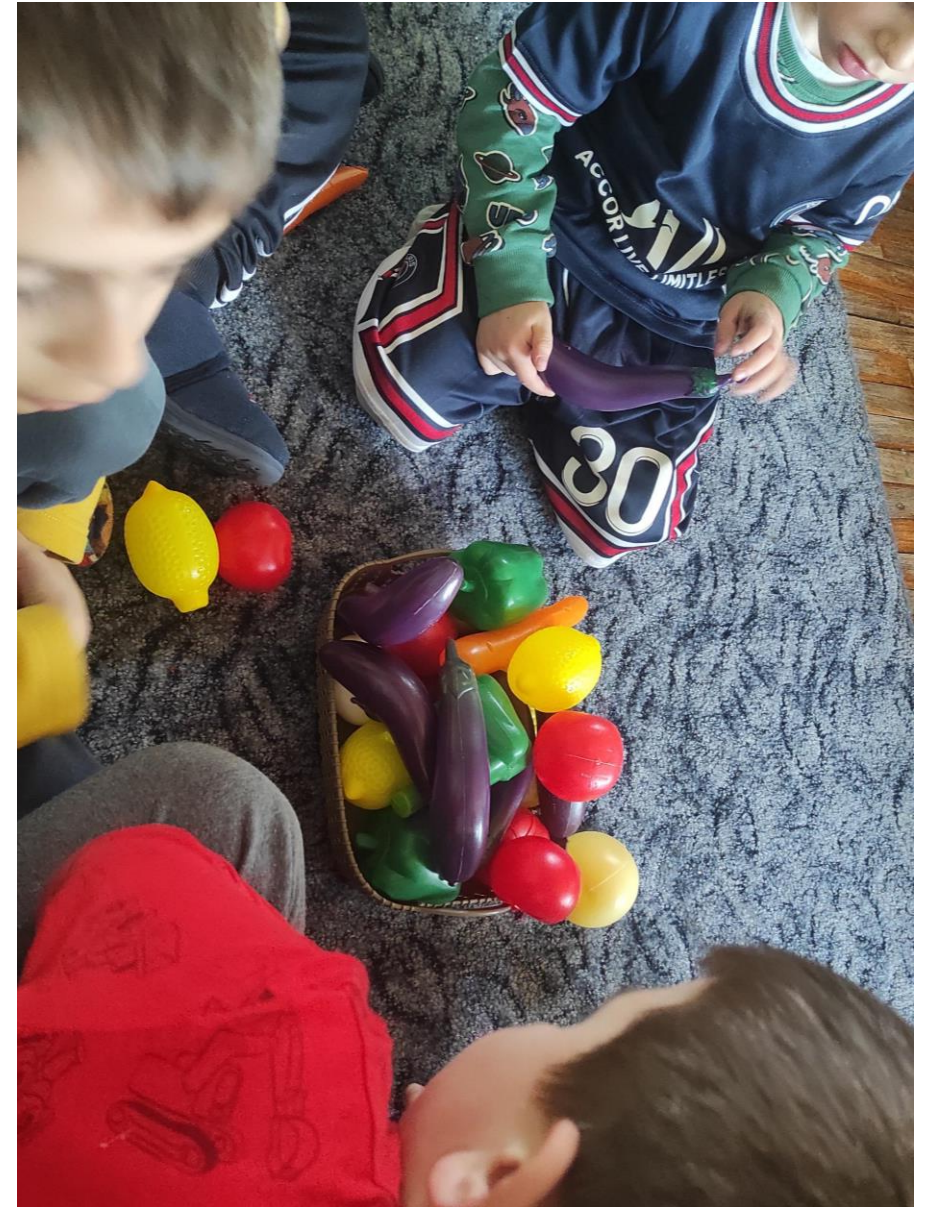
ΥΓΕΙΑ: Διατροφή και Άσκηση

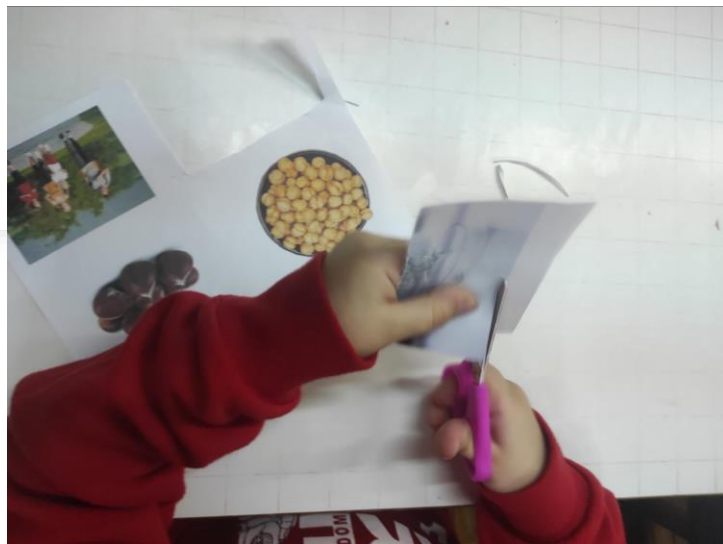
Διατροφή: Οι ντετέκτιβ ανακαλύπτουν το μυστικό
για σώμα γερό και μυαλό δυνατό



- Βασική επιδίωξη του προτεινόμενου προγράμματος ήταν η ευαισθητοποίηση των νηπίων σχετικά με τις σωστές διατροφικές συνήθειες και με τη σημασία της άσκησης για την υγεία τους.
- Στην αρχή ακούσαμε το μήνυμα του Ντετέκτιβ Βανς ο οποίος χρειαζόταν την βοήθεια μας γιατί τα παιδιά του αρρωστήσαν λόγω κακής διατροφής.
- Κάθε φορά μας έστελνε από ένα γρίφο και εμείς θα έπρεπε να το βοηθήσουμε.
- Φτιάξαμε και εμείς τους δικούς μας μεγεθυντικούς φακούς και γίναμε οι μικροί ντεντέκτιβ της διατροφής!







- Λύσαμε τον 1^ο γρίφο που μας έλεγε να φτιάξουμε την Πυραμίδα της Διατροφής! Αμέσως με κόλλα και ψαλίδια πιάσαμε δουλειά!





- Ο 2^{ος} γρίφος μας οδήγησε στην Πυραμίδα της Άσκησης! Διασκεδάσαμε και κάναμε ασκήσεις με βίντεο γυμναστικής!



ΠΥΡΑΜΙΔΑ



- Μας επισκέφθηκε η Διατροφολόγος κ. Έυα και μας μίλησε για τους κανόνες υγιεινής διατροφής και τα χρώματα που πρέπει να έχει το πιάτο μας!



- Ο 3^{ος} γρίφος μας έλεγε να φτιάξουμε το δικό μας υγιεινό κολατσιό! Γίναμε μικροί Σεφ και φάγαμε το πιο υγιεινό κολατσιό στο σχολείο μας!



3^{ος} γρίφος:
Τώρα που έμαθες πολλά για τη διατροφή,
το δικό σου κολατσιό να ετοιμάσεις
στι στιγμή.



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ

ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ - ΕΥ ΖΗΝ - ΥΓΕΙΑ: ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ

ΤΙΤΛΟΣ: «Οι ντετέκτιβ ανακαλύπτουν το μυστικό για σώμα γερό και μυαλό δυνατό»

Το πιάτο της Υγιεινής Διατροφής



Και το ζωγραφίσαμε!



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ - ΕΥ ΖΗΝ - ΥΓΕΙΑ: ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ
ΤΙΤΛΟΣ: «Οι ντετέκτιβ ανακαλύπτουν το μυστικό για σώμα γερό και μυαλό δυνατό»
Το πιάτο της Υγιεινής Διατροφής



ΠΟ ΖΩ ΞΕΝΗ



ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ
ΘΕΜΑΤΙΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ: ΖΩ ΚΑΛΥΤΕΡΑ - ΕΥ ΖΗΝ - ΥΓΕΙΑ: ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΚΑΙ ΑΣΚΗΣΗ
ΤΙΤΛΟΣ: «Οι ντετέκτιβ ανακαλύπτουν το μυστικό για σώμα γερό και μυαλό δυνατό»
Το πιάτο της Υγιεινής Διατροφής

