

ΤΡΟΦΗ ΓΙΑ ΔΡΑΣΗ

“ΟΤΑΝ Η ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΓΙΝΕΤΑΙ ΔΙΑΣΚΕΔΑΣΗ!”

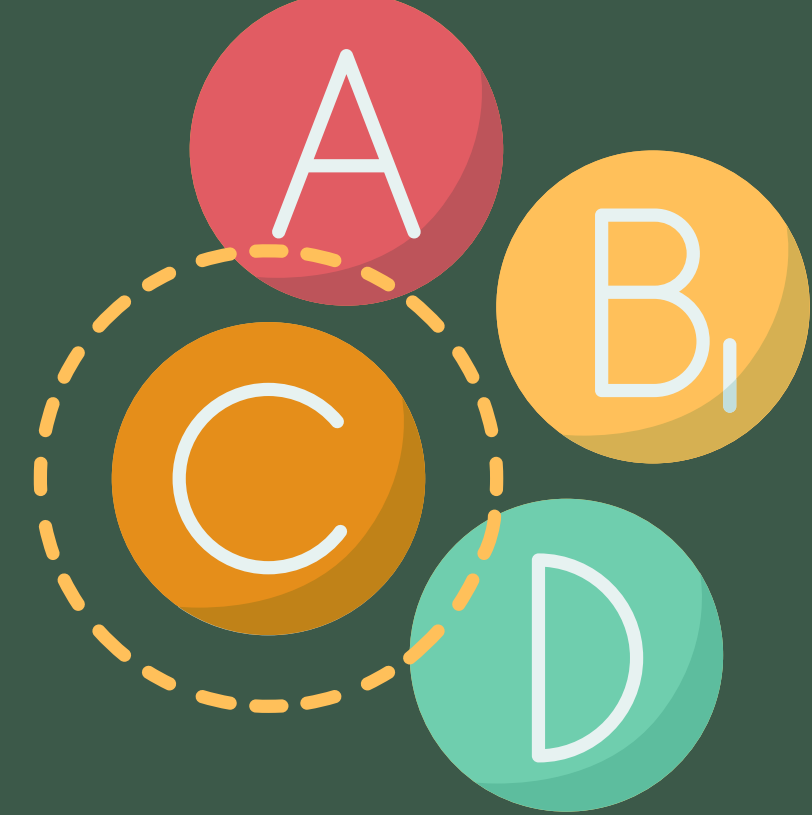
Συμμετέχουσες εκπαιδευτικοί:

Μαρία Αποστολοπούλου (ΠΕ60)-Προϊσταμένη Ν.Δ.

Ελένη Λεονταρίδου (ΠΕ70)- Α΄-Β΄ τάξη Δ.Σ.Δ.



ΣΤΟΧΟΙ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ



- Ευαισθητοποίηση σε θέματα υγιεινής διατροφής
- Εμβάθυνση σε διατροφικές γνώσεις (υγιεινά - ανθυγιεινά φαγητά)
- Καλλιέργεια ποιοτικών συνηθειών με ψυχαγωγικό χαρακτήρα
- Διαθεμετική προσέγγιση του προγράμματος με θέματα πολιτισμού, περιβάλλοντος και δικαιωμάτων
- Επαφή με διάφορα κειμενικά είδη (πρόσκληση, αφίσσα, ταμπέλες, βιβλίο συνταχών, διάγραμμα διατροφικής πυραμίδας)
- Ομαλή μετάβαση από το Νηπιαγωγείο στο Δημοτικό



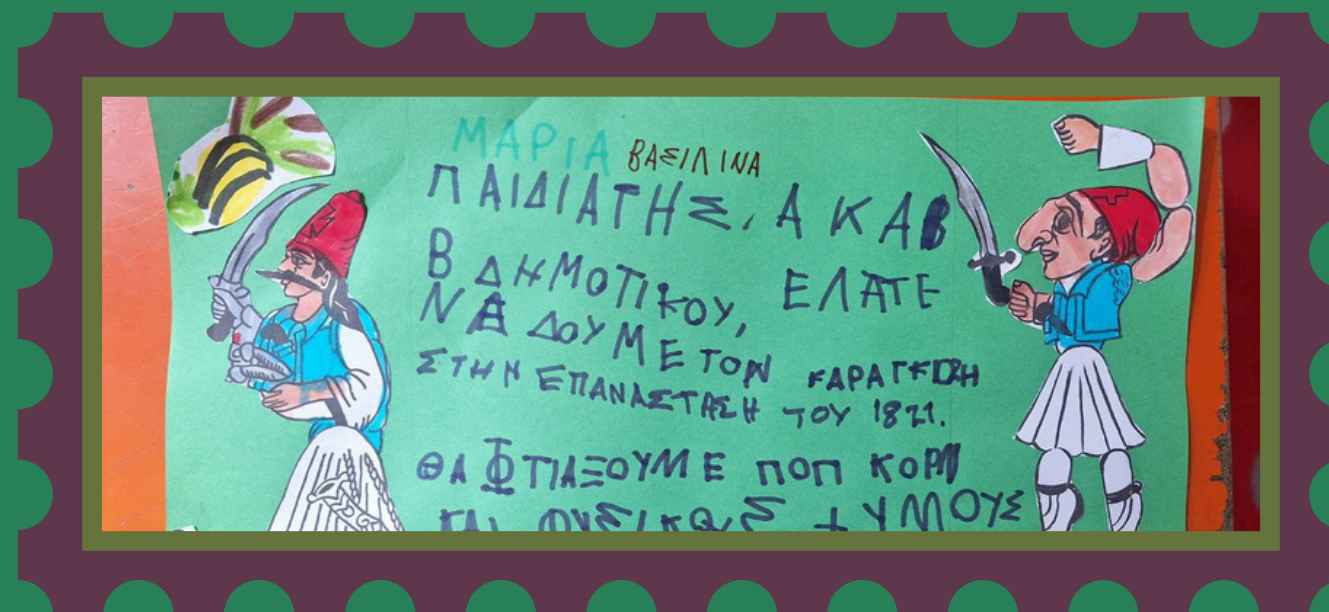
ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

- Γίνομαι δάσκαλος κι εγώ!

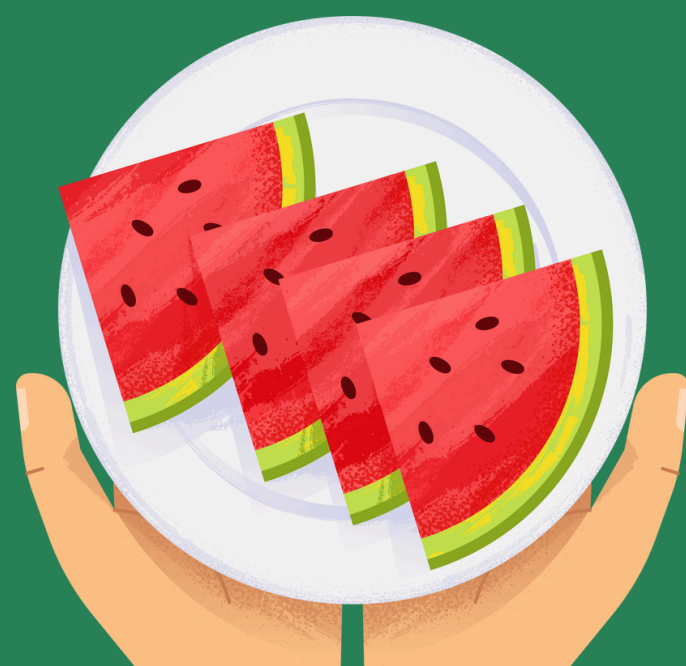
Δημιουργία της μεσογειακής διατροφικής
πυραμίδας από τα παιδιά του
Νηπιαγωγείου και μεταφορά των γνώσεων
στα παιδιά του Δημοτικού.



- Τα σνακς δεν είναι πάντα ανθυγιεινά!



Μαγειρική υγιεινών χρήσων γευμάτων με την βοήθεια της μηχανής ποπ-κορν και του αποχυμωτή, για να συνοδέψουμε το βίντεο του Καραγκιόζη (θέατρο σκιών-ελληνική λαϊκή τέχνη).



- Μαγειρεύοντας διατροφικά γλυκά

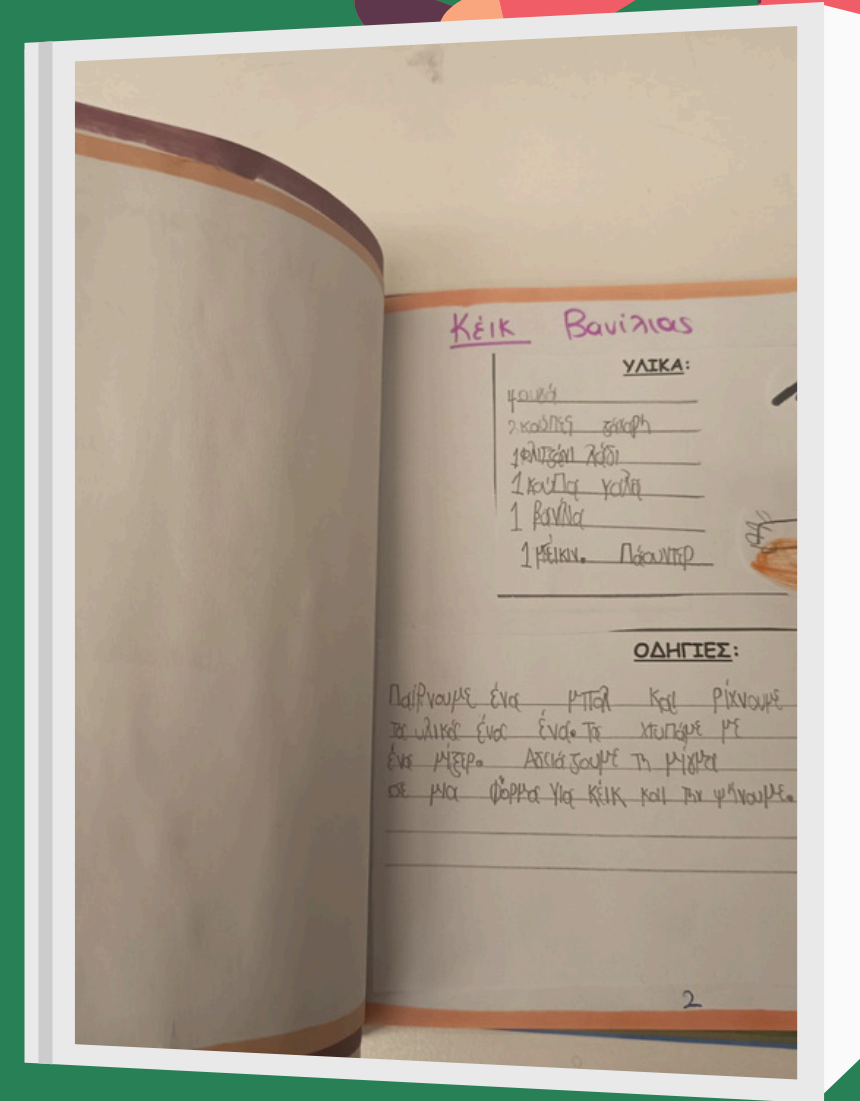
Μαγειρική υγιεινού κορμού από τα παιδιά χωρίς προσθήκη ζάχαρης αλλά με την προσθήκη φρούτου (μπανάνα, κουβερτούρα, μπισκότα)



• Η υγιεινή διατροφή ένα ανοιχτό παράθυρο για όλους



Επιλογή και καταγραφή υγιεινών συνταχών στο σπίτι και πραγματοποίηση ανοιχτού μπουφέ με τις ίδιες συνταχές για τα εγκαίνια της έκθεσης ζωγραφικής των παιδιών με θέμα :
“Ανθρώπινα δικαιώματα για όλους”.



Δημιουργία χειρόγραφου βιβλίου υγιεινών συνταχών από τα παιδιά που θα παραμείνει στο σχολείο για κοινή ανάγνωση και έμπνευση.

- Ενυδάτωση=Υγεία!



Αρωματισμός νερού (λαχανικά και βότανα) και διακόσμηση των παχουρίνων των παιδιών (κορδέλες και αυτοκόλλητα).





Save
WATER!



- Λέμε "ΟΧΙ" στην σπατάλη νερού



Σχεδιασμός αφίσας για την
προστασία του νερού και την
σημαντικότητά του.



ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Εμπλουτισμός γνώσεων

Συνεργασία και διασκέδαση

Αλλαγή διατροφικής κουλτούρας

Ενσυναίσθηση



ΠΡΟΕΚΤΑΣΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Live
HEALTHY



Ενασχόληση με
ψηφιακές
εφαρμοφές
καλλιέργειας
διατροφικής
κουλτούρας



Άνοιγμα στην
κοινότητα με
δημόσια έκθεση
παραδοσιακών
συνταχών της
περιοχής



ΨΗΦΙΑΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΝΕΡΟΥ
ΔΗΜΟΥ ΣΙΚΥΩΝΙΩΝ

Τα μικρά κουταλοπίρουνα

Επίσκεψη σε
ψηφιακό μουσείο
νερού και
διατροφής και
υλοποίηση
διαδραστικών
δράσεων στο
ΥΜΥΔ





Σας ευχαριστούμε για την
προσοχή σας!

