



Θεματικός Κύκλος:
Ζω καλύτερα- Ευ ζην
 Επιμέρους Θεματικές Ενότητες/Υποενότητες:
 Υγεία-Διατροφή-Αυτομέριμνα-Οδική Ασφάλεια

Τίτλος/τίτλοι προγραμμάτων: **Ο δικός μας τίτλος:**
«Τρώμε υγιεινά για σώματα γερά- Εισαγωγή Νέων Τροφών και Σίτιση»

Στόχοι Σχεδίου Δράσης

Κύριος στόχος του προγράμματος είναι:

- Η διασφάλιση της υγιούς ανάπτυξης των παιδιών μέσα από την υιοθέτηση ισορροπημένων συνηθειών διατροφής και σωματικής δραστηριότητας.

- Να τροποποιήσουν λανθασμένες επιλογές φαγητού και θα δημιουργήσουν το δικό τους υγιεινό πιάτο.

- Να δοκιμάσουν και να δεχτούν νέες τροφές

- Να γνωρίσουν τις κατηγορίες και συστατικά τροφών.

- Να συζητήσουμε για την προέλευση των τροφίμων και να κάνουν εργασίες και να φτιάξουν κολλάζ.

- Να παρατηρούν χρησιμοποιώντας τις αισθήσεις τους.

- Να τρώνε περισσότερα φρούτα και λαχανικά

Να ευχαριστιούνται μέσα από το μαγείρεμα .

Το σενάριο είναι συμβατό με τις βασικές αρχές που διέπουν το ΠΑΠΕΑ το ,αναλυτικό Πρόγραμμα του νηπιαγωγείου και τη φιλοσοφία του Διαθεματικού Ενιαίου Πλαισίου Προγράμματος Σπουδών (ΔΕΠΠΣ), αναπτύσσοντας διαθεματικές δραστηριότητες που έχουν νόημα για το παιδί και αποσκοπούν στην ενοποίηση της γνώσης, την καλλιέργεια δεξιοτήτων, την ενεργό συμμετοχή και τη δημιουργική του έκφραση.

Τον κύριο σκοπό συμπληρώνουν και επιμέρους διδακτικοί στόχοι.

ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΓΛΩΣΣΑ

Προφορική επικοινωνία

Δίνονται ευκαιρίες στα παιδιά:

- να διηγούνται εμπειρίες.
- να συμμετέχουν σε συζητήσεις και να χρησιμοποιούν στρατηγικές για να δηλώσουν τη συμφωνία ή τη διαφωνία τους με το συνομιλητή τους.
- Να εμπλουτίζουν τον προφορικό τους λόγο με νέες λέξεις.
- Να αντιλαμβάνονται τη μεταφορική χρήση του λόγου

Ανάγνωση

- Να κάνουν υποθέσεις για αυτά που βλέπουν γραμμένα και να αναγνωρίζουν λέξεις και εικόνες
- Να παίρνουν πληροφορίες από πηγές όπου συνυπάρχει εικόνα και γραπτός λόγος.

Γραφή και γραπτή έκφραση

- Να αναγνωρίσουν ότι ο γραπτός λόγος είναι φορέας μηνυμάτων.
- Να αντιστοιχίζουν λέξη με εικόνα
- Να εντοπίζουν λέξεις και εικόνες σε διαφορετικά περιβάλλοντα

ΠΑΙΔΙ, ΕΚΦΡΑΣΗ ΚΑΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ

- Να κόβουν υλικά και να κάνουν κολάζ.
- Να χρησιμοποιούν υλικά για να ζωγραφίζουν.
- Να αξιοποιούν την τεχνολογία στα έργα τους.

ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

- Να αναπτύξουν ικανότητες συνεργασίας μέσα από την αλληλεπίδραση με τα άλλα παιδιά.
- Να αναγνωρίζουν και να ταξινομούν τις τροφές σε διάφορες ομάδες, με διάφορα κριτήρια.
- Να αποφασίζουν και να προτείνουν το υγιεινό πιάτο.
- Να συνειδητοποιήσουν τη σημασία της υγιεινής διατροφής στην ποιότητα ζωής.
- Να αναπτύξουν κριτική σκέψη και να τροποποιήσουν στάσεις και συμπεριφορές.
- Να «διαβάσουν» τον χάρτη της Μεσογείου και των λαών της.

ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ

- Να παίζουν με τα εργαλεία ελεύθερης σχεδίασης και να κάνουν τις δικές τους συνθέσεις.
- Να χρησιμοποιούν τον Η/Υ για να παίζουν, δίνοντας όμως

λύσεις σε προβληματικές καταστάσεις.

ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΜΑΘΗΜΑΤΙΚΑ

- Να μάθουν να ερευνούν και να συλλέγουν πληροφορίες.
- Να οργανώνουν και να συγκεντρώνουν το υλικό τους.
- Να προβληματίζονται, να ερευνούν, να κάνουν υποθέσεις και να καταλήγουν σε συμπεράσματα.
- Να παρατηρούν, να συγκρίνουν, να ταξινομούν, να αντιστοιχίζουν και να ομαδοποιούν.

Ακολουθία εργαστηρίων

Εργαστήριο 1

1ο εργαστήριο

Γνωρίζουμε τις Υγιεινές τροφούλες (φρούτα, λαχανικά, κλπ)

1η Δραστηριότητα (1η διδακτική ώρα): Ακούμε τραγουδάκια σχετικά με την διατροφή:

- Φρούτα φρούτ
- Φρούτα και λαχανικά

Στην συνέχεια, κατασκευάζουμε κάποιο φρούτο με χαρτί ανακυκλώσιμο υλικό.

2η Δραστηριότητα (2η διδακτική ώρα): Φέρνουμε διάφορα φρούτα και λαχανικά. Αφού τα παρατηρήσουμε, τα μυρίσουμε και τα γευτούμε, κάνουμε ομαδοποιήσεις και ταξινομήσεις.

3η Δραστηριότητα (3η διδακτική ώρα):

Φύλλα εργασίας σχετικά με την υγιεινή διατροφή.

Εργαστήριο 2

2ο εργαστήριο

Μαθαίνουμε να διαχωρίζουμε τα φρούτα από τα λαχανικά

1η Δραστηριότητα (1η διδακτική ώρα):

Βλέπουμε εκπαιδευτικά βίντεο σχετικά με την υγιεινή διατροφή και κάνουμε ταυτίσεις με εικόνες.

	<p>2η Δραστηριότητα (2η διδακτική ώρα): Κατασκευάζουμε ένα πίνακα αναφοράς με τα αγαπημένα μας φρούτα και λαχανικά και μαθαίνουμε να τα διαχωρίζουμε.</p> <p>3η Δραστηριότητα (3η διδακτική ώρα): Φύλλο εργασίας σχετικά με τα φρούτα και λαχανικά</p>
Εργαστήριο 3	<p>3ο εργαστήριο</p> <p>1η Δραστηριότητα (1η διδακτική ώρα): Επίσκεψη στο κοντινό σούπερ μάρκετ και γνωριμία με τις τροφές.</p> <p>2η Δραστηριότητα (2η διδακτική ώρα): Φτιάχνουμε τη δικιά μας γωνιά του σούπερ μάρκετ- μανάβικου στο νηπιαγωγείο μας.</p> <p>3η Δραστηριότητα (3η διδακτική ώρα): Δημιουργούμε το δικό μας τραγούδι της υγιεινής διατροφής.</p>
Εργαστήριο 4	<p>4ο εργαστήριο</p> <p>Τρώω Υγιεινά</p> <p>1^η δραστηριότητα : Υγιεινό πρωινό στο νηπιαγωγείο . Τα παιδιά φέρνουν από το σπίτι τους υλικά (ψωμί, βούτυρο, μαρμελάδα , τυρί ,γαλοπούλα) και όλοι μαζί φτιάχνουμε πρωινό και το τρώνε</p> <p>2^η δραστηριότητα: Διαβάζουμε και βλέπουμε εικόνες βιβλίων για τα φρούτα ,λαχανικά, τροφές. Τα συνδέουμε με το Φθινόπωρο και τα θέματα της εποχής.</p> <p>3^η δραστηριότητα: . Κατασκευάζουμε έναν πίνακα με τα χρώματα και τα αντίστοιχα τρόφιμα.</p>
Εργαστήριο 5	<p>5ο εργαστήριο</p> <p>Τρώω Υγιεινά</p>

	<p>1η δραστηριότητα: Φτιάχνουμε και πίνουμε φυσικούς χυμούς και ροφήματα</p> <p>2η δραστηριότητα: Φτιάχνουμε φρουτόκουκλες .</p> <p>3η δραστηριότητα: Δραματοποίηση παραμυθιού.</p>
<p>Εργαστήριο 6</p>	<p>6ο εργαστήριο</p> <p>Μικροί μάγειρες</p> <p>1η δραστηριότητα: Επίσκεψη στο γειτονικό φούρνο</p> <p>2η δραστηριότητα: Κατασκευή ελαιόψωμου στο σχολείο μας</p> <p>3η δραστηριότητα: Κατασκευή του υγιεινού πιάτου</p> <p>.</p>
<p>Εργαστήριο 7</p>	<p>7ο Εργαστήρι</p> <p>Παιχνίδια με το Σώμα</p> <p>1^η Δραστηριότητα Μαθαίνουμε τα παράγωγα των τροφών</p> <p>2η Δραστηριότητα: Φτιάχνουμε σχετικά πάζλ</p> <p>3η Γνωρίζουμε τα όσπρια και φτιάχνουμε κατασκευές</p>
<p>Προσαρμογές για τη συμμετοχή και την ένταξη όλων των μαθητών/τριών</p>	<p>Επιλέγουμε την μέθοδο της διαφοροποιημένης διδασκαλίας και οργανώνουμε το μαθησιακό περιβάλλον, ώστε να δίνονται ευκαιρίες για μάθηση και εργασία με διαφορετικούς τρόπους. Διαφοροποιούμε τις δραστηριότητες για τους μαθητές που το έχουν ανάγκη και υιοθετούμε μια πιο υποστηρικτική συμπεριφορά.</p>